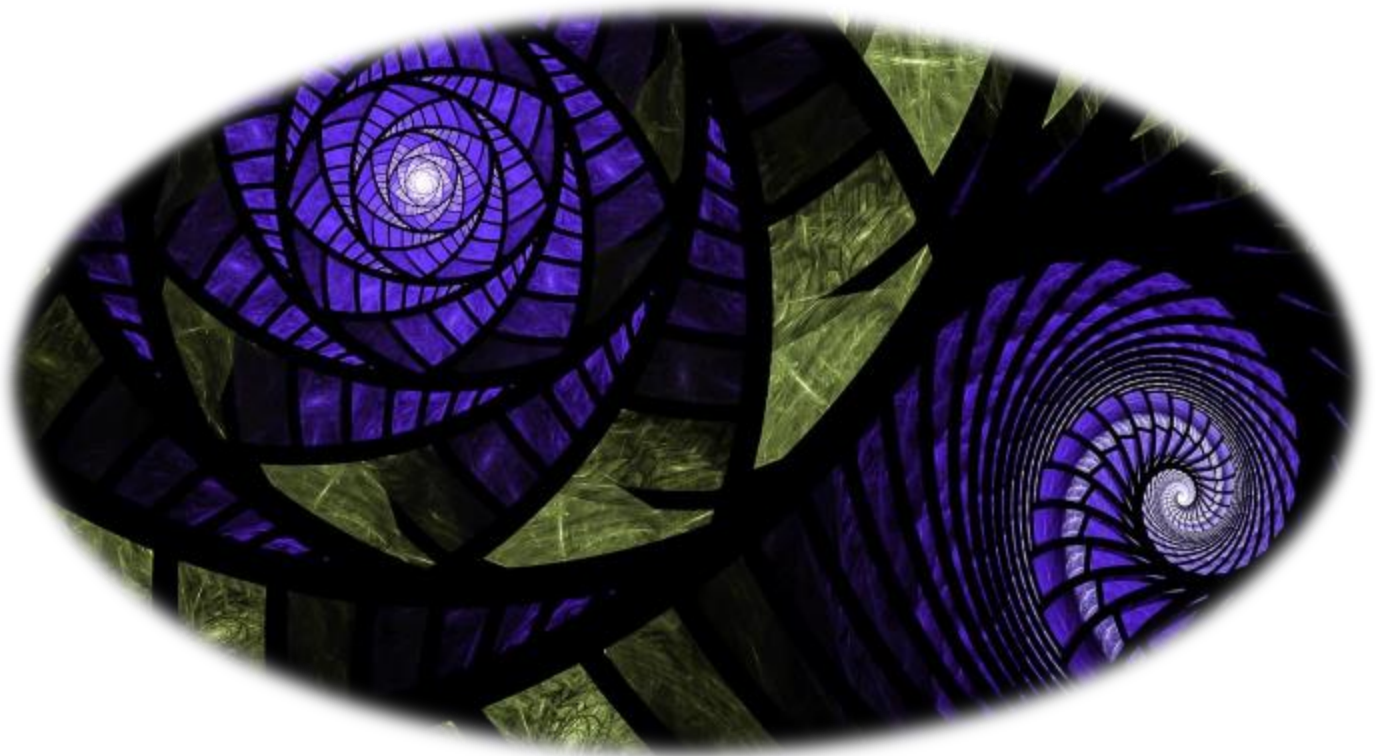


YÜKSEK ŞUUR

YÜKSEK ŞUUR BİLİMLERİ DERNEĞİ DERGİSİ

Eylül 2017 YIL 1 SAYI 9



Her Şey Birliğe Geri Döner-- A. Cemal GÜRSOY

Yolun Yolcusu Olamamak (2. Bölüm)- Cüneyt GÜLTAKIN

İnci Küpeli Adam - A. Onur SEVİNÇ

Birliğe Doğru Ruhsal Planlar - Lusi ÇULCU

Paralel Evrenler(2. Bölüm): - Ceylan ÖZTÜRK

Kitap Özetleri (2. Bölüm): Red Hawk - Ben-Hazırlayan - Nazan YÜKSEK

İçsel Dinginlik – Sezgi GENÇ



YÜKSEK ŞUUR

YÜKSEK ŞUUR BİLİMLERİ DERNEĞİ
DERGİSİ

Dernek Adına Sahibi ve Sorumlu Müdür

A. Cemal GÜRİSOY

Genel Yayın Yönetmeni

Cüneyt GÜLTAKIN

Yayına Hazırlık /Teknik İşler

ve

Yayın Kurulu

A. Onur SEVİNÇ

Cüneyt GÜLTAKIN

Berna KAMACI

Hande ERSOY

Nahid GÜREL

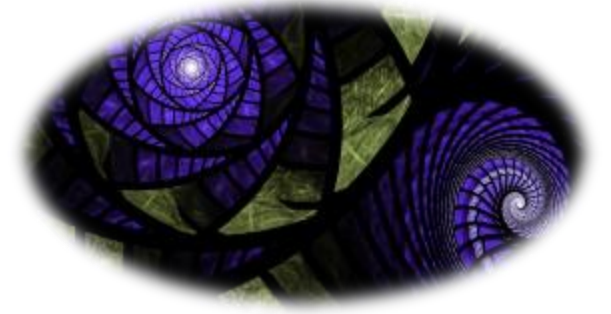
Eylül 2017

Sayı: 9

Yüksek Şuur Bilimleri Derneği
Asmalı Mescit Mah. Asmalı Mescit Cd. No : 19/3
Tel : +90 (212) 245 22 26
e-mail: info@yukseksuurbilimleridernegi.com

www.yukseksuurbilimleridernegi.com
www.yukseksuur.com
www.ahmetcemalgursoy.com

Yüksek Şuur'da yayımlanan, yazar veya çevirmenlerimize ait herhangi bir yazı, çeviri, makale veya haber izin alınmadan basılı olarak ya da internet ortamında kullanılamaz, çoğaltılamaz ve yayımlanamaz. Sitemizde yer alan içeriklerin izinsiz kullanımı halinde muhataplar hakkında hukuki yollara başvurma hakkımız saklıdır.



İÇİNDEKİLER

3

Eylül Merhabası
Yüksek Şuur

4

Her Şey Birliğe Geri Döner
A. Cemal GÜRİSOY

5

İlahi Nizam ve Kainat'ta Ünite
YŞBD

6

Yolun Yolcusu Olamamak
Cüneyt GÜLTAKIN

8

İnci Küpeli Adam
A. Onur SEVİNÇ

10

Birliğe Doğru Ruhsal Planlar
Lusi ÇULCU

11

Paralel Evrenler
Ceylan Öztürk

15

İçsel Dinginlik
Sezgi Genç

16

Kitap Özetleri : Red Hawk - Ben-
Hazırlayan - Nazan Yüksek



Eylül Merhabası

Yüksek Şuur

Güz de geldi. Bütün yapraklar toprağa doğru gidiyor, bir sandır, turuncudur her yeri kaplıyor; yazın gücü, birliği, neşesi güzde açığa çıkıyor ve bereketi beraberinde getiriyor. Güzün birliği bu yaşadığımız, gücün birliği...

Bütün bilgiler bir özden söz eder. Tüm evren aynı özü taşır. Belki de şöyle düşünmek gerekir: Bu iki kutup da aynı kaynaktansa bu ikilik bir görevin anlatımı olmalı. İkilik her yerde; artı-eksi, erkek-dişi, iyi-kötü, güzel-çirkin, soğuk-sıcak... Evrenin devinimi için bir araç olmalı bu zıtlık. Devinim, yani hareket değişim, gelişim için gerekli. Hedef de birlik kuşkusuz...

Eylül sayımızda önceki sayımızda başlayan üç yazımız 2. bölümleriyle tamamlanıyor. Yolun Yolcusu Olamamak, Paralele Evrenler ve kitap özetimizi bütünlüyoruz. Bu tamamlanma, birlik dergi serüveninde bile benzer biçimde işliyor, elbette hiç yadırganası değil. 2017 yılının değişim, dönüşüm için gelmesi gibi her şey kil kadar şaşmadan ilerliyor.

Birliğin ışıltısına katılmak için daha çok ışığa benzemek gerekir, karanlık çok ama kalbin bir kıvılcımı, küçük bir alev bütün odada görünür.

Tüm evren dijital bir serüven gibi... Titreşip duran, güçle katı madde de olan nötrino çorbasında çeşitli kodlarla sıralanıp varlıklaşıyoruz. İnsan beyni bir TV alıcısı gibi atomaltı gerçekliği algılayıp nesnelere dönüştürüyor. Biz bir güç olduğumuzu, birliğe ait olduğumuzu biliyoruz. Bilim insanları evrenin küçük bölümü için bildiğimiz madde, diyor; o zaman evrenin çoğunluğu gerçekten ne? O tarafla bağlantımız var mı? Yanı başımızda duruyorsa karanlık bizim parçamız değil mi?

Güz tamamlanış, olgunlaşma getirir; birlik, bolluk getirir... Bol okumalar...



Her Şey Birliğe Geri Döner

Ahmet Cemal Gürsoy

Tüm gaye ve amaçlarımız birliğe geri dönüşe hizmettir. Ruh, özsel başlangıcı ile varlığa iner. Varlık dönüşerek özden ruha, birliğe geri döner. Kalp cihazını, manyetizmasını kullanarak... Her şey iyiliğin hizmetini yapan kalp olmak kaderindedir..

Bakin hayatımızda günü, anı yaşarken kalp ile bağlantımız nerededir? Ekosu nerede çınlar, çağırıyor kimler kanalı ile alırsınız? Büyük doğa olan **kozmosla** hayatımız örtüşür mü? Onun akışını duyup da katıldığımızda uyanış dediğimiz şuur haline geçip, bunu ifade etmeye nasıl başlıyoruz?

Evet, hayat dediğimiz entegrasyon tam bir ifade şeklidir. İfade burada daha çok konuşmayı kapsama içine alsın da hayatı şuur çalışmalarını ile hizmet olan biri de başlangıçlara geri dönüşü ifade eden ruhu simgeler. Beden dili değil de, kalbin dili ruhun dilidir. **Dikkat** denen anda kalma sevgisini içerir. Varlık bedende kendini, birlik için başlıca özelliğini keşfetmek zorundadır.

Ruhun bedende duyular aracını şuur kademeleri ile görkemle ve güzellikle inşa etmesi, bizim dil olarak ifade etme anlayışımızı karşılıyor. Anlayış genişledikçe ufku sonsuzluk olan dilin içinde eylem olmak, bizim kaderimizdir.

Sözler anlayışı ifade etmede yetersiz kalsa da kalp manyetizmasını çalıştıran yollar buradan çıkıyor. Adına da vicdan diyoruz....

Gözlemediğimiz her şey vicdan kanalından birliğe geri dönüş için kullanmayı seçtiğimiz an'lara dönüştükçe sevgi dediğimiz yüksek şuur maddelerine yaklaşıyoruz...

Biz sevgiye yaklaştıkça sevgi ait olduğu ışık katmanlarını açarak bizi kucaklamaya, kendimiz olmaya, inceldikçe özel aşk yasalarını tanıtmaya başlamaktadır. Birliğin bu yasaları da tek gerçek üzerinden saçaklanıyor. Hepimiz aynı çeşmeden, uyanış suyundan içmişiz şimdi de bu tadı hatırlama zamanı...

Türlü bahaneler ile kendimizi "**tek başına varım**" duygusu ile kabul etsek de birlikte "ben" yok. O'ndan başka bir şey yok... Ve sen ben diye tutunduğun halinle bile oraya bağlısın. İnkâr etsen de çare yok dönüşe, bilişe, zevk veren aşkı sürdürmeye ait olacaksın... Gerçek eylem olan zamanda uyanmaya...

Işıkla daha yakın



İlahi Nizam ve Kainat'ta Ünite

YŞBD

Ünite; kâinatımızın (**Madde kâinatı**) bilemediğimiz son ya da üst sınırlarındaki; ruhların kâinatımıza ilişkin tüm ihtiyaçlarının giderilmesinin tümüyle gerçekleştiğini (Tekâmül) ifade eden; idraklerin yüksek icaplara (Aslî icap) ancak her noktasında ve tam 'liyakat'le intibak ettikleri zaman ulaşabilecekleri; Aslî Prensibin yalnızca bizim kâinatımıza yönelik olan, kâinatımız dışından gelen Kudretinin ya da aslî icapların idrakler ile birleştiği ve tesirler (**Aslî tesirler**) hâlinde kâinata yayıldığı; tüm kâinatı kapsayan; tüm kâinatın idare edildiği; 'vazife plânı'nın tüm safha ve kademelerindeki 'organizasyon'ların ve organizasyon sistemlerinin hiyerarşik olarak direktif aldıkları; tüm davranışların, idraklerin, imkânların (madde imkânlarının), tesirlerin, icapların birleştiği; içinde birbirinden ayrı ve farklı varlıkların veya unsurların mevcudiyetinin sözkonusu olmadığı; ayrılığın gayrılığın olmayıp, bir tek idrâk, bir tek davranış, bir tek kudret, bir tek icabın sözkonusu olduğu; idrak vahdetidir, varlıklar ve icaplar birliğidir, hakikattir. İnsanlara bundan daha ilerisinin söylenmesi hem imkânsız, hem de lüzumsuzdur.

Bütün kâinat olaylarının ve teşekkülâtının gayesi; ruhlar denilen, mahiyetini asla bilmediğimiz hakikatlerin kâinata, yani madde kâinatımıza ilişkin, "**tekâmül**" denilen, "ihtiyaç" kavramı ile sembolleştirilen (bir dünya kelimesi olan "**ihtiyaç**" kelimesiyle ifade edilmeye çalışılan) durumlarının gerçekleşmesidir (ruhların madde kâinatına yönelik ihtiyaçlarının giderilmesinin gerçekleşmesidir). İşte "tam idrakine varamadığımız Ünite", bu gerçekleşmenin (tümüyle gerçekleşmenin) ifadesidir ve kâinatın son sınırınıdır. Bir başka deyişle, kâinat dışından gelip, kâinatın üst kademesini işgal eden Ünite'de bir vahdet oluşturan, yani Ünite (**varlıklar ve icaplar birliği**) ile birleşmiş olan bu icaplar;

'tesirler' hâlinde **Ünite**'den süzülüp her varlığın ihtiyacına uygun olarak, kâinat içindeki topluluklara, fertlere, maddelere ve varlıklara ve en küçük zerrelere kadar tüm madde cüzlerine dağılır ve onlarda çeşitli formasyon, transformasyon ve deformasyonlar meydana getirirler. Böylece; büyük icapları taşıyan bu tesirler, kâinatın bütününden en küçük zerrisine kadar her tarafına nüfuz ederler ve fonksiyonlarını yaparlar.

Hangi varlıktan, hangi kademedен geçerse geçsin, her tesir muhakkak surette ruhların tekâmül ihtiyaçlarını içeren bir icabı taşır ve kâinatın hiçbir zerrisi bu tesirlerin haricinde değildir. Kâinatın Ünite'den süzülerek gelen aslî tesirlerin kapsama ve kuşatması dışında kalabilen hiçbir zerrisi yoktur.

Dünyada olup biten olayların hepsi **Ünite**den gelen direktif ve icaplara göre ayarlanır ve öyle (ayarlandıktan sonra) olur. Her şey, varlıkların bizzat çalışarak kazanmış oldukları liyakat derecelerine göre, aslî icapların direktifi altında,

aslî zamanın yardımıyla, kader mekanizmasının ölçüp, takdir ederek hükümlendirdiği tarz ve şekillerde, 'vazife plânı'nın ilgili vazifelileri tarafından yapılmaktadır. Dolayısıyla vuku bulacak (olacak) her şey büyük hesaplara, çok ince ve kapsamlı teknik esaslara dayanmaktadır.

Varlıkların fiil ve hareketlerine göre derecelerinin ölçülüp biçilerek aslî icaplardaki durumlara uydurulmaları için, muhasebe işlemlerinden geçirildikten sonra ayarlanmaları ve formlara bağlanmaları; kader mekanizmasının aslî icaplar altında, aslî zamanı kullanarak çeşitli madde ve olay formları ve tertiplerini meydana getirmesi demektir. Bu fonksiyonunu zaman unsurunun (**zaman prensibinin** kâinatımızdaki durumu olan aslî zamanın) yardımı ile yapar, onu ölçü olarak kullanır ve bütün kâinata aslî icapları taşıyarak Ünite'den yayılır.

Kâinatın bütün idaresi ancak, Ünite'den süzülerek yayılan tesirlerle mümkün olur.



Yolun Yolcusu Olamamak

Cüneyt GÜLTAKIN (2. Bölüm)

5 . Belirtiler: Sahte Çalışma Benlerinin İşleri

1. Çalışmanın özünü kavramaz ve araçlarını kullanamazsak içsel yürüyüşümüzü durdurur, kendimizden çok dışarıyla ilgilenmeye başlarız. Dışa doğru yöneldiğimizi fark etmeyiz.
2. Yol ile kendimizi tamamen özdeşleştiririz. Değer farklanmalarını göremeyiz.
3. Yargılarımızın ortaya çıkması, eleştirilerimizin geri dönmesi artmaya başlar.
4. Eleştiriler alırız, savunmalara gerek duyarız. Savunma cümlelerimiz birden bire kalınlaşır.
5. Eleştiri aldığımız karşı kutuptan kaçma eğilimi sergileriz. Karşılaşmamak tercihimiz olur. Arkasından konuşmak güvenli gelir.
6. Yüzleşme cesaretine sahip olmayız. Gerçek soruların ya da cevap aklımıza gelemediği anları yaşarız.
7. Arkadan konuşmalara daha sık tanık oluruz. Merak duygularımız güçlenir.
8. Zihin yönünden beslenmeye başlarız. Duyduklarımıza, olaylara eklemeler, yakıştırmalar yaparız. Kimi sözcüklerin yerini değiştirerek konuşuruz. İnce iğnelemeler, kibar yalanlar uydururuz.
9. Adaleti sağlama, cezalandırma duygularımız kabarır.
10. Zihnimizde gürleyen sert cümleler, dilimizden nazik itirazlar olarak çıkar. "Benim gibi birine ne **hakla** böyle yapar. Bu cesareti nereden alıyor. O aptala göstereceğim." diye gelen bir

esinti dilimizde yumuşar: "Bana böyle davranmasının nedenini merak ediyorum. Bana bir açıklama yapmalı. Önceden böyle değildi." olur.

11. En kötüsü bir düşmanımız olur ve gündemimizi kaplar. Yaşantımızı yavaş yavaş o düşmana göre biçimlendiririz. Planlar yapar ve onları başkalarıyla paylaşıyoruz. Eyleme, saldırıya geçeriz. Artık arkasından konuşmanın ötesinde onun yaptıklarının tersini yapar, engellediklerini serbest bırakır, çevremizdeki izlerini sileriz.
12. Daha kötüsü yavaş yavaş kaybettiklerimizi görürüz. Çevremizdeki insanlar azalır, birlikte dedikodu yaptıklarımız da tehlikeli kişilere dönüşür. Onlar da bizi konuşur.

6. Tedavi ve İlaç: Objektif Gözlem, Vazife bilinci

1. **Özü hatırlamak** ilk önlemdir: Kendimizi bütünden ayırdığımızı fark etmeliyiz, bütünün dili olmalıyız. Bu "Vazife Bilinci"dir. (İNK, Vicdan Dualitesi)

Aynı zamanda bu durum özümüzün bağlı olduğu yüksek merkezler düşüncesini getiren Dördüncü Yol öğretisinde Çalışma yardımlarını almaya başlamaktır.

2. Dördüncü Yol öğretisinin Çalışma araçlarını kullanmalıyız.

İnsan uykuda veya mekanik bir durumdayken kendisinden ayrışan benlerin olduğunu önce teorik olarak bilmelidir. Bu psikolojik benler özellikle değişim anlarında harekete geçip bedeni yönetmeye başlar. Değişim anlarına, karar verme aşamalarında benlikler devreye girer.

Travmaların tetikleyicileri de o anı yaşayan benleri çağırır. Gözlemci, sürekli çalışmada olan bir



psikolojik benlik oluşturursak durumlarımızı yönetmeye başlarız.

Duygular enerjiye hareket verirler, duygu değişimleri benliklerin iştahını kabartır. Benliklerin ele geçirmeye çalıştıkları, bir rakip olarak gördükleri Çalışma benimiz olur. Çalışma beninin tekniklerini elde etmek isterler.

Bizi zorlayan bir olayla karşılaştığımızda, çalışma beni içsel duruygular, seçenekleri araştırır ve bencilik, alışkanlık istemeyen bir karşılık seçer. Böyle yaptığınızda olayın ne kadar zor olsa da esnek bir alan açılır.

Çalışma beni gibi davranan ve sizi aldatan benleri esnek alan içindeyken fark edip anlık, beklenmeyen bir plan yaparak onu yenebilirsiniz. Çalışmanın terimlerini kullanarak çalışma karşıtı tutumlar içinde olduğunuzu hayretle fark edersiniz.

Bir bakarsınız ki birisi sizi eleştirirken bir hata yapmıştır. O hatayı kullanarak ona saldırmaya başlırsınız. Yumuşak cümleleriniz giderek sertleşir. Çalışma sadece sözcük sansürüne döner, o da bir yere kadar.

Gerçekte olması gereken şudur:

Çalışma beni, yeni düşünceler, tesirler taşır. Ezoterik bilgiler kullanır. Bunlar yeryüzündeki etkileşimlerin sonucu olmayan, zamanın ve mekanın dışında kalan enerjilerdir.

Sizi eleştiren biri varsa sizin göremediğiniz bir gerçeği fark etmiş olabilir mi? Egonuzu yansıttığı için o kişinin egolu olduğunu düşünüyor olabilir misiniz? Sizi rahatsız eden davranışla ilgili bir görüşme yaptınız mı ya da birisinin hatasına verilmesi gereken olgun, yolun terbiyesini içeren bir tepki gösterdiğinizden

emin misiniz? Bütün bu soruları yanıtlamadan ağzınızı bile açmamanız gerekir.

Sahte çalışma beni bir düşman yaratır ve saldırı planlar. Konuşmaz, zaten haklıdır; müttefik arar, yanında olmayan haindir. Açık arar, her an tetiktedir; suçlar, delilleri vardır; saldırır, adaleti sağlamla görevlidir.

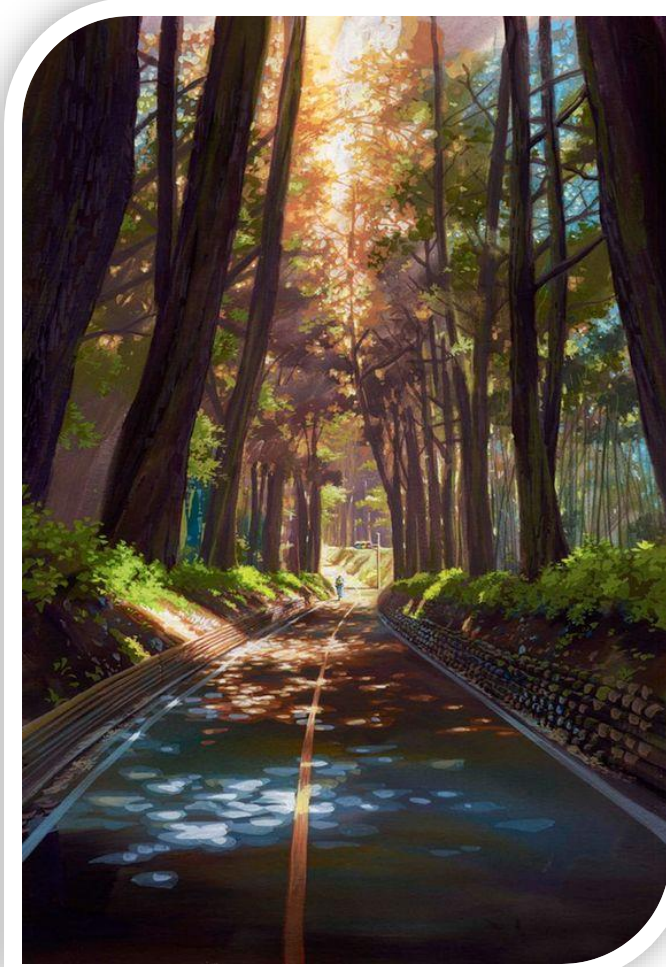
Çin imparatoru eyaletlerin birinde bir ayaklanma çıktığında oturup kendi içine bakarmış, hangi istek ve duygularında çatışma yaşıyorum, diye. Karşı taraf dediğimiz yer içimizden başkası

değildir. Düşmanın karanlığı kendi gölgelerimizdir. Her ne olmuşsa onu kendi eylemlerimizle biz kendimiz oluşturmuşuzdur. Ve her ne oluyorsa iyidir. Tıpkı bu konferans gibi.

Çözümler, teknikler her zaman vardır, anahtarlar havada asılıdır. Hepsi bir el uzatımlık, bir kulak kabartmalık ve çalışma benlerine layıktır. Bu anahtarlardan en ünlüsü Hacı Bektaş-ı Velinin sözüdür:

"Her ne ararsan kendinde ara." Alın size: bir "sahte

çalışma benleri" ayıklayıcısı...



İnci Küpeli Adam

Avni O. Sevinç

Spiritinin postu neosu olmaz demeyin dostlar, akşam suyuna beş kova balık tutan abimizin, iskemlesine oturup çayını yudumlarken okuduğu **Posta** Gazetesindeki üç ana renk ile meydana gelmiş tüm resimler, önce kendisinden başlayıp daha sonrada insanlık ailesinin şuur artışına neden oldu. Bu iş böyle, kendin için değil, bir başkası için.

Şuna bak, **yerli İNK** değil de nedir bu? Direk ezoterik aşırı yapmış kendine, şurada kundalinimizi bızıklayacağız diye sigara da içemiyoruz. Olacak iş mi bu! Böyle ayrılık olmaz! Zaten iki **duman** alıyorduk, şimdi pasifize olmak ve diğer kavramlar ile elimizden sigarayı da aldılar. Alsinlar, zaten incileri almaya giderken kapıyı açtığım gibi yukardan **şantirgi** sesi gelen dükkana girdiğimde yenge de öyle demişti diyalog şöyle

Ben : Merhaba Yenge, İnci almaya gelmiştim. Beni İsa yolladı, **Petrusta** buradan almış incileri.

Yenge : Dükkanın kapanma saatine yakın geldiğimden ve kapıyı açarken ki pirinç kaplamanın soğuşuyla olan temasımı bir an önce kesmek için kapıyı fazla itirmiş olacağımdan mütevellit, yukarıdaki kutsal şakırtı biraz fazla gelmiş sanırım ki, soruyu sorduğum gibi suratı ekşidi ve şöyle dedi “Deniz ipeğim var, inciler daha çıkmadı” dedi ve içerden “**Höö**” sesinin geldiğini duydum.

İyiki enegramlar çalışmışız yoksa her yere bu kadar kalabalık gitmek tam bir **smeagol/gollum** kafası. Bir elimizde balık bir elimizde yüzük dolanırdık öyle.

Ben :İpeği ne yapayım şimdi Yenge, hem çok paradır o. Ben de kırk gümüş var, onunla da domuzlara atmalık inci alacağım.

Yenge: Yenge tok satıcı olduğundan bir an İsa ile tanıştıklarını düşündüm, sonra yine içerden “ Kıt İmanlı! “ gibi gökgürültüsü sesi geldi, olduğu yere pıstım ve titreyen elimi cebime attım, ne kadar gümüş varsa masaya koydum ve hızlıca mekandan kaçtım.

Kaçarken de gülüyordum, ne de olsa, domuzların önüne atacaktım böylesi daha iyi oldu. İnci çıkınca zaten gelirim, kırk gümüşe de almış olduk diye düşürken kafa tekrar iskemlesindeki posta okuyan abimize gitti.

Nasıl olsa göz açıp kapayıncaya kadar oluyor mevzular, bi **Arvut** deriz bi **İbur** deriz yıratırız işi. Zaten **tetragrammaton**u anlamaya daha var, realiteyi de anlamıyoruz varsa yoksa küskü.

İkinci çakaraya bu kadar kolay erişebilmekte yürüyen hayvanın ve konuşan seviyenin **laneti** sanırım. Neden kalp ya da boğaz çakrasına böyle açık müdahale yok ki? Bunları geri bildirim olarak **Önder Planına** gidince vereceğim. Daha uçuşları açmamışlar ama sanırım 2059 gibi açacaklar. Bakalım, bir spirit her zaman sabırlıdır, bu işin anası sabır değil mi zaten?



Peki, bu arada kapılar açıldı gençler. Geçen **Cumartesi** fena bir keşişme oldu, dört yol üstü dört ol gibiydi⁴. Bu karşılaşmaların hakkını vermek ve açılan yerden alçakgönüllükle geçme şansına da ayrıca şükürler olsun. Belki o zaman Yenge inciyi hazırlarda, **Anubis** kalbimi çıkarıp kefeye koyduğunda çakal başlı Tanrıya verecek ekmeğimiz olur.

Eğer o zamana kadar da çıkmazsa, **Dr. Oetker'in** hastayız biz deriz, belki VIP bi geçiş olur, nede olsa o zaman kadar birkaç beden almış oluruz. Ben şimdi 38 falanım, 4 beden alsam 42. Oh oh, 42 bedenle ben bu alemin ... Baya bi hızlaçağımız kesin. Tek başıma beden alacak değilim tabi.

Evet dostlar,

Soruların ve hareketin kriptosu elinizde. Çevirip çevirip soruyu sorun, yanınızda bir kupa getirin ve bu akan şaleleye daldırın, Asgarttaki büyük savaşçılar gibi yiyin için, Rabbin evinde hepimize yetecek kada oda var!

Yeni Dönemde Görüşmek Üzere
İnci Küpeli Adam



Birliğe Doğru Ruhsal Planlar

Lusi Çulcu

Ruhsal planları; Dünya İdare Planı, Sevgi Planı ve Vazife Planı olmak üzere insanlık aşamasından başlayarak üç aşamalı olarak değerlendirebiliriz.

Dünya okulunda, her şey üniteden gelen asli icaplar ve dünyayı idare eden vazife planının tesirleri kontrolünde gerçekleşir. Yüzeysel zaman ve Kader prensibi ile işlemekte olan **bu planda bedenli varlıklar tekamül için acı ve ızdıraplı olan bir yoldan geçerler.** Bu okuldan mezun olan varlıklar vazife planında belli yükümlülükler almak için yeterince hazır bulunmadıklarından, bir ara plan olan sevgi planına geçerler. Yarı süptillem olan sevgi planında, geçmiş gelecek ve şimdinin tam bir birlik halinde olduğu küresel zaman yaşanır.

Burada ölüm, tekrar bedenlenme yaşanmamakla birlikte, varlık yarı süptil bir bedene bağlanır ve dünya okulundaki yaşanmış sevgi ile kıyaslanamayacak türde geniş çapta sevgi ve mutluluk yaşar.

Bu aşamadaki varlığa herhangi bir görev verilmemekle birlikte vazife planına geçiş yapabilmesi için bağlandığı yarı süptil bedeni terk etmesi gerekir. Bunun nedeni vazife planında yerine getirilmesi gerekli olan sorumluluklar doğrultusunda süptil ve yarı süptil maddelerden yararlanma gerekliliğidir.

Sevgi planından vazife planına geçişi sağlayacak olan bu terk edişi kolaylaştıracak destekleyici basamak yine sevgiden başkası değildir. Günlük hayatta sıkıştığımız noktada bize çıkış yolu gösteren ilham ve fikir veren durumlarda yukarının tesirleri ile vazifeli varlıkların yardımı ile gerçekleşmektedir.

Biz dünya okulunda nefsaniyetini bırakmakla sınanan acılı bir süreçten geçmekteyiz. Yaşadığımız öfke, kıskançlık, dünyevi hayata derinden bağlılık, kendi ikiyezlülüğümüze ayna tutamayacak kadar görüyor yanılığımıza düşen, zifiri karanlıkta yaşayan ışığa gözlerini sımsıkı kapatmış halde kör bir kuyudayız. Kim bir kuyuda olduğunu iddia edebilir ki bu neon ışıklı dünyada, tabii ki gerçek ışığı arayan biri! Gerçek ışığımızın değerini okul kapanmadan anlayabilmek, bu yolda taşıdığımız fazladan her ne varsa bırakabilmek ve sadeleşebilmek dileğiyle...



Vazife planına geçen varlık artık vazife prensibi icapları çerçevesinde görevlendirilir. Bu görevlendirmeler varlıkların liyakatlerine göre yapılarak, otomatizma içinde olan varlıklara yardım ve onların tekamülleri için destek ve gerekli ortamın hazırlanması gibi görevler üstlenirler.



Paralel Evrenler (2. Bölüm)

Ceylan Öztürk

Hayatınızın herhangi bir noktasında bir an durup ‘dejavu’ dediğiniz oldu mu? Çoğumuz dejavu’yu ‘bu anı daha önce yaşamıştım sanki’ manasına kullanmaktayız. Peki, bizler bu boyutta yaşamaya devam ederken nasıl oluyor da yaşamda tecrübe ettiğimiz bazı olay ve hisleri sanki daha önce yaşamış gibi algılıyoruz? Ya da birisiyle karşılaştığımızda, O kişiyi uzun zamandır tanıyormuşuz gibi gelmesinin nedeni nedir? Acaba “evren” diye adlandırdığımız iç içe geçmiş, birbirleri ile iletişim halinde olan paralel evrenlerin bulunduğu sonsuzluğun içindeki bir kesit mi?

Beynin veri tabanının derininde çok boyutlu tek kare bir resim vardır. Burada geçmiş ve gelecek kavramı bulunmaz. **Dejavu**’nun kökeninde bu derinlikle iletişim yatar. Holografik gerçeklik, bunun temelini anlatır.

Bu anı daha önce **yaşamıştım**... Buraya daha önce gelmiştim... Bu olayı rüyamda birebir görmüştüm... Bu cümleler sayısız insanın kullandığı sıra dışı bir olayı anlatır. Ve bu olaya **Dejavu** adı verilir. Sıra dışı olmasının nedeni bilimin bunu tam olarak açıklayamamış olmasındandır. Laboratuvar çalışmaları ve Beyin MR’ı ile yapılan incelemelerde, beynin ön bellek ve uzun süreli belleği arasındaki kayıt alışverişi sırasında yaşanan, mikro saniyelik gecikme olduğu söylenmiştir.



Beynin sağ lobu ile sol lobu arasındaki bilgi, alışverişinin gecikmesi nedeniyle olduğu da iddia edilir.

Bazı **epilepsi** hastalarının kriz geçirmeden önce **Dejavu** hissi yaşamış olmaları diğer ilginç tespittir. Hatta bazı doktorlar sık **Dejavu** hissi yaşayanların sağlıksız olduğunu ve tıbbi başvurularını gerektiğini söyler.

Evrenler birbiriyle iletişime geçebiliyorsa, farklı evrenlerde yapılan tercihler, bazen mutlak bir evren sonucunu ortaya çıkarır ve bu mutlak sonuç, şu an yaşamakta olduğunuz evrense, diğer yollardan geçen evrenler bilincinize farklı anılar yüklerler.

Lakin beyin dalgaları ile ilgili bilgilere baktığımızda ilginç bir gerçekle karşılaşırız. **Durugörü, medyumluk, şifacılık** gibi uygulamalar sırasında beyinden dağılan dalga boyları ile, epilepsi krizi sırasında dağılan beyin dalgaları aynı frekanslardadır. Yoga ve pek çok İnsiyasyon uygulamasında deneysel olarak çalışan parapsikologlar, alfa dalga durumunun telepati, durugörü ve kehanetlerle alakası olduğunu bilmektedirler. Bu dalgaların düzene konulması için önerilen çalışmaların başında ise nefes egzersizleri geliyor. Çünkü nefes egzersizleri ile beyin dalgaları değiştirilebilir ve yönetilebilir.

Bu da **dejavu** dediğimiz olayın yaşanmasını sağlar. En azından böyle tahmin ediliyor. Örneğin daha önce gördüğünüzü hissettiğiniz bir şeyi, başka bir evrende görmüş olabilirsiniz. Bu daha önce yaptığınız bir tercihin, sizi yine aynı noktaya getirdiğini, getireceğini doğrulamanın yegane yoludur. Daha önce yaşadığınızı hissettiğiniz anlar çoksa, bilin ki geçmişte yaptığınız pek çok tercih, aslında mutlak yaşayacağınız evreni hiç bir



şekilde etkilememiş.

Dejavu hissiniz azsa, bilin ki yaptığınız tercihler, paralel evrenlerdeki kimliğinizi sizden çok uzaklara taşımıştır.

Son yıllarda ortaya çıkan; **Sicim teorisi**, M Teorisi (Her şeyin Teorisi) ve **Görelilik** Teorisi ile Kuantum mekaniğini içine alarak birleşen yeni bakış açısına göre baktığımızda işler değişiyor. Bu birleşik teoriye göre bizim çok sayıda paralel evrenimiz ve bu paralel evrenlerde yaşayan diğer eş benlerimiz var, evrendeki her şey titreşimlerden oluşuyor, atom altı parçacıklar evrenin her yerinde aynı anda bulunabiliyor, bu parçacıklar arasında telepati mevcut yani haberleşebiliyorlar ve bizler bir başka evrenin yansıma evreninde olabiliriz. Yine bu teoriye göre; zaman ve bilgi aynı anda bizim olduğumuz noktada zaten mevcut. Tıpkı gözümüzün ve kulağımızın görüp duyamadığı ses ve ışık dalgaları gibi... Yani üç boyutlu algılama kapasitemiz yanı başımızda duran bilgiyi ya da titreşimi alamıyor.

Zaman aslında bir çark gibidir, bizim zihnimizdeki boyut kapasitesiyle ancak buna benzetebiliriz. Bu çark aynı anda, sonsuz sayıda koridor içererek döner. Bu koridorların her biri bizim seçimlerimizin koridorlarıdır.

En kuvvetli koridorlar önemli seçimlerimizi yaparak oluşturduğumuz koridorlardır. Evlilik, meslek, eğitim seçimleri gibi seçimlerimiz sırasındaki seçmediğimizi düşündüğümüz alternatif şıklar diğer en kuvvetli paralel evrenimizi oluşturur. Hayatımızdaki bu seçimleri yaparken hissederiz bu seçimlerin önemli birer

köşe başı olduğunu... Hani böyle önemli her seçim sonrası aklımızın bir köşesinde kalır diğer seçenek ile ilgili duygularımız.

Birtakım çalışmalarla o paralel koridorumuza gideriz ve orada biriken enerji telciklerini geri alırız. **Psikanaliz, hipnoz, toltek** özetlemesi ile yapılan şey tam da budur. Geçmişten gelen ve acısını çektiğimiz seçimlerimizin enerji kayıtlarını temizlemek bizi diğer paralel evrenlerimizden de özgürleştirir ve güçlendirir. Yani diğer bir paralel evrenimiz iptal etmiş oluruz. Kendi koridorumuzun içindeki güç yeterli duruma geldiğinde zamanın lineer çizgisinin büyülü tutukluluğundan kurtulabiliriz. Yanlara doğru dağılıp, diğer

koridorlara akıp giden enerji tek bir koridor içerisinde toplandığında o koridor içerisindeki zamanı görme yeteneği artar. Aslında birçok insan bu geçişleri farkında olmadan yaşar. Matrix filminde ilginç bir sahne vardır. Trinity ve Neo merdivenlerden **kaçarken** Trinity bir kedinin geçişini görür **ve** bu kedinin



ikinci kez geçişini gördüğünün farkına varıp; ‘Bir şeyleri değiştirdiler acele edelim’ der. O değişim dediği şey geçiştir. Geçiş sırasında üst üste bindirilemeyen bir yaşam karesi iki kez görülür. (Dejavu’ların bir kısmı budur) Farkında olmadan yapılan geçişler, Özbenin (ana program) müdahalesi ile yapılan geçişleridir. Anlık hissedişler dışında uzun sürelerle tanımlanan Dejavu’lar vardır.

Yaşam sizden size yansıyor.
İşte o duygular bir taraftan akmaya devam eder ve paralel diğer evrenimizi besler. Varlığımızın içinden akıp giden o enerji, yürüdüğümüzü sandığımız evrenimizin içindeki ben’i zayıflatır. Geçmiş hikâyelerimizin duygu kayıtlarını temizlemek bu nedenle bizi güçlendirir. Hayatımız boyu kaç önemli seçim yaparız, bir düşünsek. Şu cümle çok şey anlatıyor:
“Kuantum evreninde ne zaman bir seçim yapılırsa bir evren daha doğar.”

Varlığımızın amacı olabildiğince çok deneyimin süzülerek bilgeliğe dönüştürülmesidir. Deneyim yaşamak önemli ama bunları sindirerek bilgeliğe dönüştürmek esastır. Nasıl ki kuantum da gözlemleyen belirleyicidir. Eğer bir şahit yoksa orada hiçbir şey olmamış gibidir. Şahit olup sindirilmemiş dönüştürülmemiş deneyim de hiç gibidir. Döngüsel olarak tekrarlanmak zorunda kalır.

Paralel evrenlerimizin hepsi aynı anda vardır. Buna rağmen biz içinde olduğumuzu sandığımız

tek bir evrenimizdeki farkındalığımızı yaşarız. Potansiyel diğer evrenlerimizde yolculuk yapan diğer ben’lerimiz bize uyarı mesajları gönderebilir. Bu paralel evrenin birinci gerçeğidir, çünkü titreşim ve sicim teorisi ile fotonların haberleşmesi gerçeği bunu mümkün kılar. Varlığımızın öz gücü, tüm paralel evrenlerimizdeki farkındalıklarımıza dağıtılarak kullanılır. Bu güç varlığımızın dalga formunda olan öz varlığımızın kullandığı güçtür.

Yani her evrenimizdeki eş benimiz, ana kaynaktan gelen bir güç kullanarak yaşar. Birden fazla eş benin olması, her benin belli miktarda gücü olması demektir. Diğer evrenlerden bazılarının iptal edilmesi, var olan özgücün daha az sayıya bölünmesi demektir. İptal edebildiğimiz paralel evrenimiz için kullandığımız güçler tek bir evrende kullanılırsa o evrenimizdeki benimizin yetkileri çoğalır. Bazı insanlar bunu yapabilmiştir. O evrenler bazen erkli rüyalarda iptal edilir, bazen bilinçaltı zihin kayıtları temizlenerek iptal edilir. Yani bağlı olduğumuz geçmiş hikâyelerimizden özgürleşerek yaparız bunu.

Benliğimizde çeşitli yetkide direksiyonlar vardır. Biz arabamızın tek olduğunu ve düz bir yolda gittiğimizi sanırız. Direksiyona sıkıca hâkim olduğumuzu düşünürken asıl direksiyonun hangi elimizde olduğunun gerçek farkındalığını yakalarsak elbette bilinçli ve gerçek seçimi yaparız. Gerçek direksiyonun hangisi olduğunu anladığımız an büyülüdür. Bu büyüyü yaşamak için varlığımız olduğunu sandığımız tüm



şeylerden özgür olma şartı vardır. İsmimiz, kütlemiz, işimiz, malımız, mülkümüz, zincirlerimiz, sevgilerimiz, düşkünlüklerimiz vb sonsuz sayıda bizi biz yapan ŞEY vardır. Hiç olmak kolay değildir...

Bu arada bu Hiç olma halinin, sürekli olmasına gerek de yoktur, bu da işin kolaylaştırıcı yanındır. Bir saniyelğine bile bunu yakalayıp kullanabilen çok şey yapabilir. Çünkü o bir saniye, bizim ölçüp biçtiğimiz bir saniyenin yetkilerinden çok daha fazlasına sahiptir ve zaman kanunları bunu açıklamaya yeterlidir. Asıl olan öz varlık zaman çarkının tam ortasında oturur ve bütün koridorları görür. Yani onun için her şey ŞİMDİ' dir. Bütün koridorlarda dolaşan sayısız eş ben vardır. Ama o benler sadece kendi koridorunun içini görür. Yani kendi lineer zamanını... Öz benile irtibat kurabilen eş benlerden herhangi birisi böyle bir gerçeğin farkına vardığında bu bilgiyi kullanabilir. Kullanmak için seçenekleri vardır. Tüm eş benlerini aynı tek koridora toplamak, Evrenleri arasında geçiş yapabilmek, Diğer eş benlerinden mesaj almak ve Öz beninden mesaj almak.

Böylelikle öz bene, biraz daha yaklaşmış olan ben, zaman çarkının ortasında oturarak kendi bütün zamanlarını görebilir. Yani, gelen zamanı ve giden zamanı... Bu görme; bazen duru görü, bazen şifa, bazen rüya erki olarak kullanılır. Şifacıların, duru görücülerin, rüyacıların yaptığı şey tam da budur. Artan bu erkin nasıl kullanacağına ben'in kendisi karar verir. Bu aşamada Ben ile Öz ben arasındaki bağlantı sağlamış, kuvvetlenmiş ve temizlenmiş

olduğundan varlık kendi öz amacını daha iyi bilir ve anlar ve kendi öz amacına uygun çalışır ve yaşar.

Bu çalışma sonrası bir koridor içinde yaşayan ben, Öz beni ile gitgide daha fazla yakınlaşır. Yolculuk öze doğru olmaya başlar. Vuslat denilen şey budur. Kavuşmak...



Yaşam bir serüvendir. Onun hangi beklenmedik yönlerine uzanacağını asla bilemeyiz. Yaşam bizi nereye götürecektir? Bize mutluluk ve başarı mı, yoksa acı ve sıkıntı mı verecek? Yükseklere ve derinliklere ulaşacak mıyız, yoksa yalnızca ikisinin arasında bir yerde asılı mı kalacağız?

“ Belki de bir çoğumuz hayatı bir gizem evreninde Kötü ruha karşı mücadele eden insan iradesi olarak görüyoruz. “

Bu gün insanların çoğunluğu dışa dönük maddesel hayatın kölesi durumundadır. Çünkü ne dinsel ne de ezoterik anlamda hiç bir içsel hayata sahip değildir. Bu nedenle insanlığın dış hayata karşı direnebileceği hiç bir şeyi yoktur.

İçsel hayat hiç olmadığına, kişi dış hayatın gücüne tamamen teslim olur. İnsan çaresizleşir kitle hareketlerinin, kitle politikalarının devasa kitle örgütlerinin bir parçası olur.

Çağlar boyunca farklı din ve öğretilerde insanlara neler yapmaları gerektiği söylenmiştir. **Kadim insan için, içteki dünya en az dıştaki dünya kadar gerçektir.** Ancak insan kendini geliştiren bir organizma olarak yaratılmıştır. Bu nedenle bir insanı dışarıdan kuvvet uygulayarak uyandıramazsınız.

Bir insan ancak kendi anlayışından ve uyanma isteğinden yola çıkarak içteki dünyaya uyanmaya başlayabilir. Bir insan ancak kendi seçimiyle ve kendi anlayışıyla içeriden gelişebilir.

Çünkü tüm ezoterik sistemler ondaki bireysel insanı, **özel** insanı uyandırmayı amaçlamaktadır. Hayattan duyularımız aracılığıyla aldığımız tesirlerin dışındaki tesirleri alabilmek için içsel olarak uyanmalıyız. Kendimizi hatırlamak ve gözlerimizi yukarıya kaldırmak aslında sandığımız kadar zor değil. O zaman takip edebileceğimiz başka yollar olduğunun farkına varıp görebiliriz. Kişisel olarak aldığımız her şeyi, hayatla ilgili güceniklikleri, içsel hesapları ve faydasız ıstırapları yeni gözlerle görebiliriz.

Anlayışımız **değiştiğinde** bunların hepsi adeta hiç olmamış gibi yok olup giderler. Varlığımızın öze giden yolda ilerleyebilmesi için belki de sadece anlayışlarımızın değişmesine ihtiyaç var. Yazımı bir alıntıyla bitirmek istiyorum. **Dr. Bedri Ruhselman'ın** İlahi Nizam Ve Kainat kitabında şöyle diyor:

“Dünyada her şey, hareketler ve olaylardan ibarettir. Tatsız görünen olaylar o insanların faydalarına olan ve aslında özvarlıklarının ihtiyaç duydukları hareketlerdir. Fakat, idrakiniz genişledikçe, neyin ne olduğunu anlamaya başlayınca, ruha hizmet etme isteği içinizden gelmeye başlar. Bu istek, bencilliğin her türlüünü eritir. Sorumluluk hissedersiniz. Kendinizi feda edersiniz. Feda etmekle başlayan küçük fedakarlıklar ve arkasından gelen terk etme prensibi, hafiflemenin ve otomatik olarak yükselmenin şartı olan bir kuraldır. İnsan ancak terk etme prensibini idrak edip bu prensibin kurallarına uyabildiği oranda yükselbilecektir. ”



Beslenme Döngüsü Şöyle Çalışır:

I. Ele Geçirme: İlk başta eylem vardır - alışkanlıkla yapılan ; bu kıskançlık ya da haset, veya şehvet, veya açgözlülük, veya bir dilim pasta daha, veya nefret, veya müdahale etme veya her hangi bir mekanik eylem olabilir. Kör noktaya karşı sahip olduğum avantaj, bu tür eylemlerin tümüyle öngörülebilir olmasıdır ve bunları 10.000 kez görünce ortaya çıktıkları anda bunların farkına varabilirim ve beni nereye götüreceklerini her seferinde tam olarak bilirim. Böylece dikkatimi bedene odaklanmış halde tutarak ve her ne yapıyorsam yapayım ya da etrafımda ne oluyorsa olsun, rahat bir bedende şimdiki anda kalarak, o daha ortaya bile çıkmadan , ona hazırlıklı olabilirim : kendimi bulurum, bedenimi yönetirim. Rahat beden = dürüst bedendir. Dikkat eğer doğru yerdeyse ele geçirilemez.

II. Tüketme: Beslenme döngüsünün ikinci yarısı otomatikman, alışkanlıkla, birinci yarıyı takip eder: bu eylemin yargılanmasıdır. (yani, özdeşleşmedir). Kıskancım, hasetçiyim, şehvet düşkünüyüm, öfkeliyim, nefret doluyum, fazla yapıyorum, vs. Bunun peşinden hemen eylemin yargılanması = döngünün ikinci yarısı gelir.

İlk başta etki, ardından tepki olur bu kanundur (Newton'un üçüncü hareket kanunu: Her etkiye eşit ve zıt yönde bir tepki vardır.) Kendi içimde gözlemlediğim eylemi değiştirmeye çalıştığımda, sadece yarım bir gözlem yaparım; değiştirmeye çalıştığım süreci tümüyle gözlemlemiş olmam. Bu sürecin sadece bir yarısını görmüşümdür ve bu eksik bilgi ya da gözleme dayanarak, bana zarar veren ve Çalışma'mı riske atan bir karar veririm, çünkü benim için neyin iyi olduğu konusunda çok az şey biliyorumdur ve bedenimde olan bitenlerin ne denli kırılgan bir dengesi olduğunu anlamıyorumdur. Tek bir şeyi bile değiştirecek olsam, her şey değişir ve başladığımdan daha kötü bir duruma düşebilirim.

Kirlilik, kör nokta, dikkatle beslenir ve onu tüketir.

Beslenen şey güçlenir, bu kanundur. Öte yandan, dikkat egoyu yiyerek hayatta kalır ve güçlenir = beslenme döngüsü böyledir: İlk yarının (eylem) dikkati ele geçirmeye ihtiyacı vardır, eğer dikkat yerinden ayrılmazsa = önüne ne kadar çekici bir görüntü atılırsa atılsın, dikkat bedeni duyumsayıp rahatlatmaktan uzaklaşmaz; ikinci yan = tepkinin (yargılama) dikkati tüketmeye ihtiyacı olmaz; eğer dikkat sabit, yerinde, bedene



odaklanmış ve bedeni rahat tutarak kalırsa. Eylemle ya da tepkiyle ele geçirilemez. Böylece, beslenme döngüsü dikkati besler ve iç dikkatim (ki bu da ruhtur) daha da güçlenir, ele geçirilmeden gittikçe daha uzun süreler odaklanmış kalabilir. Bu yüzden, kendini gözlemlemenin birinci ilkesi şudur: yargılamamak. Bu, yargılamanın duracağı anlamına gelmez. Onunla özdeşleşmeye bir son vereceğim ve böylece onun beni yemesindense benim onu yiyeceğim anlamına gelir. Oturma uygulaması önemlidir - bu bana kesintisiz, dikkatim dağılmadan yarım saat boyunca dikkati temellenmiş ve yerinde tutma uygulaması sağlayacaktır. Dikkat ne zaman ele geçirilecek olsa “kendimi hatırlar hatırlamaz” = yakalandığının bilincinde, farkında olup “tekrar başlarım.”

İnkâr Gücü - Çalışmaya Direnmek

Çalışmanın hatırına,
anlık sıkıntılara
katlanmayı öğrenin ...
inkâr gücüyle arkadaş
olun... hangi yolu
izleyeceğimiz konusunda
şüphemiz varsa, en zorlu
yolu seçmeliyiz. ”
(E.J. Gold. The Joy of
Sacrifice)

Direnç olmadan, bu dünyada hiçbir iç ya da dış hareket meydana gelemez; bazı gelenekler bu dirence “friksiyon” der. Buz üstünde hiçbir sürtünme kuvveti ya da friksiyon sağlayamadığım için hareket edemem. Lastiklerin yola direnci azalınca, otomobil kontrolden çıkıp kayar. İçeride de aynı durum geçerlidir. İnsan büyüyüp olgunlaşmaya, ilerlemeye çalıştıkça, içinde

olması gereken dirençle karşılaşır. Daha fazla çaba harcamak, daha fazla iç direnci doğurur. Pek çok insan, ilk direnç belirtisinde manevi çalışmayı bırakır. Böyle bir dirençle çalışabilecek ne yeterli kavrayışları ne de güçleri vardır; onunla özdeşleşir ve onun emrettiklerini yaparlar. Azmedenler olursa direnç içlerinde büyüdükçe hedeflerinden vazgeçerler. Güçlü direnç, pek çok kişinin Çalışma’yı bırakmasına neden olur.

Zihnin doğası esasen ayrılık, pazarlık, inkâr, direnç, reddetmedir. Belki de bunu kendi yolculuğunda çoktan fark etmişsindir. Yine de özdeşleşme yoluyla, çoğumuzun hayatımızı yaşamamız için eğitildiği, zora koşulduğu ve gözünün korkutulduğu yer burasıdır; kocaman bir malikânenin yanında duran bu küçücük, yıkık dökük mezbele. Zihin hayata olumsuz bakar. Ölmeye meyillidir, bunu bu dünyada, insan ırkının davranışlarında, çevrende, kendinde göremiyor musun? Bunun hayatın için ne anlama geldiğini sezebiliyor musun? İlişkilerin için ne anlama geldiğini?

Ben, içimde, birbiriyle çelişen, çoğunun birbirine zıt olduğu, her biri kendi bencil amacı uğruna organizmayı kontrol etmek için rekabet eden bir “benler” kümesiyim. Yargılamadan kendini gözleme, bunların tam ortasında durur. Özdeşleşmem. İçimde gayet sakin kalırım, ne bu yöne ne de öbürüne hareket ederim. Böylece, güçler uzlaşır ve hareket edebilmem mümkün hale gelir. Ego her türlü kendini gözlemlemeyi



ayıplanacak bir şey olarak görür ve büyük bir güçle ona direnir. Çeşitli “benler”in işleri daha fazla ortaya serildikçe, daha fazla iç direnç oluşacaktır. Varlıklarını sürdürmeleri, benim bilinçsiz ve bihaber kalmama bağlıdır.

Yargılamak, direnmektir. Sadece dengelik haliyle ve rahat bir bedenle gözlemler. Su dirençle karşılaştığında, sadece çevresinden, altından ya da

üstünden geçer. Dirençle birlikte hareket edilir, ona karşı değil. O bize Yaratacının verdiği bir hediyedir.

Yaratıcı sadece sevgidir, bu yüzden ölüm de sevgidir.

Yaşarken öleceğim gerçeğini kabul etmek, bana doğru yaşama yolunu gösterir:

yargılamakta yavaş, affetmekte hızlı davranmayı.

Şimdiye kadar tanıştığım herkes, hiçbir istisna olmaksızın

ölecek. Yargılama yok: kendini gözlemlenmenin yolu işte bu.

Tamponlar

İçimizde, bizi çelişkilerimizi görmekten alıkoyan özel gereçlerimiz var. Bu gereçlere tampon diyoruz. Tamponlar kendimiz ve diğer şeyler hakkındaki gerçekleri görmemizi engelliyor. Pek çok çelişen isteğimiz, niyetimiz, amacımız olabilir ve biz bunların birbiriyle çeliştiğini görmeyiz çünkü tamponlar onların arasında durur ve görmemizi engeller... Genelde her

tampon, insanın kendi kapasitesine, eğilimlerine, bilgisine, varlığına, vs. ilişkin bir tür yanlış varsayımına dayanır...kalıcıdır; verili koşullarda, insan daima aynı şeyi görür ve hisseder.

(P.D. Ouspensky. The Fourth Way 154)

İşte labirent veya zihin-duygu-karmaşası böyle çalışarak beni görmekten alıkoyar. Yani, dikkati ele geçiren ve labirentin

dikkati ele geçirip tükettiğini görmeme engel olan, ayrıntılı bir sistemle. “Tampon sistemi” pek çok şeyin bir araya gelmesiyle oluşur ama insanın tamponları gözlemlenmeye başlamasına yardımcı olabilecek şeylerin beş genel sınıfı ya da türü vardır; bunlar başlıca:

1) **Suçlama (“ben-değil”)**; Suçlama olduğu an, “haklı olma” pozisyonuna geçerim ve seni mutlaka haksız çıkarmak zorundayımdır. O an için ilişki biter. Artık sadece saldırı ve savunma, daimi bir savaş vardır.

2) **Haklı çıkarma**

(“ben-ama”); davranışım her ne olursa olsun kendimi böyle haklı çıkarırım: “Evet, ona vurdum. Ama diğer herifle nasıl flört ettiğini gördün mü? Dibine kadar haklısın, ona vurdum!”

3) **Kendini önemseme (“sadece-ben”)**; Yaqui-Kızılderili şaman Don Juan Matus, öğrencisi Carlos Castaneda’ya bir defasında şöyle öğretmiş: “Bizi uyandıran, başka insanların iyilikleri ve kötülükleriyle incinmiş duygudur. Kendimizi önemsemek, hayatımızın büyük kısmını başka birisinden zarar görerek



geçirmeyi gerektirir. Kendimizi önemsemesek, çok güçlü oluruz”

4) **Kendine acıma (“zavallı-ben”)**; kendini yüksek görmenin ayna görüntüsüdür; kendini yüksek görme saldırganlığının pasifi tarafı, ilişkide kontrolü sürdürmenin sinsi yolu, kurbanı oynama, boyun eğıştır.

5) **Suçluluk (“kötü-ben”)**; bu, ilişkilerde hem toplumsal hem de kişisel düzeyde davranışın kontrolü ve sürdürülmesinin en güçlü enstrümanıdır.

Bu beş şey, büyük ilgi görür. Bunlar, dikkat için birer cazibe kaynağıdır ve dikkat bunlar tarafından labirenti gözlemlemekten kolayca ve aniden alıkonulabilir. Labirent kendimi olduğum gibi görmemin önüne böyle geçer, bu yüzden “ele geçirme ve tüketme” mekanizmasını sağlam tutar. Mekaniktir, yani alışlagelmiştir, bilinçsizdir. Zihin-duygu karmaşasını iş başındayken gözlemlemeyi öğrenebilirim çünkü öngörülebilirdir; her seferinde aynı şekilde hareket eder. Ve sadece görmekle özgürleşebilirim. Değiştirdiğim labirent değildir kesinlikle, onunla olan ilişkimdir = özdeşleşmemektir. Bu yüzden, kafamın karışık ve dikkatimin dağınık kalmasına yol açan bir tamponu görmek için bütün çabalar, çalışmam için çok faydalı görünmektedir. Gereksiz gerilimi gözlemleyin.

Bedeni rahat tutma çabası çok faydalı ve verimlidir. Bu tür çabalar Zen’de “çabası çaba” olarak adlandırılır çünkü rahatlamak kas gücü gerektiren bir “çaba” değil, iç gözleme, bedensel farkındalık ve anlayış çabasıdır. Dolayısıyla tamponları gözlemlemek, yavaş ve sabır gerektiren bir

çalışmadır. Tamponların ortadan kaldırmak hassas bir iştir ve bu çok kısa sürede gerçekleştirilemez. Böyle yapmak tehlikeli ve zarar verici de olacaktır.

Mesela, benim içimdeki kör nokta kendinden nefret etmektir ve yalanla, reddedilme korkusuyla, panikle, ilişki korkusuyla, samimiyet korkusuyla, paranoyayla, aldatmayla, öfkeyle ve kendi kendine zarar veren davranışla gayet iyi bir şekilde korunup maskelenmektedir. Bu yüzden yıllar boyunca, yalan söylemek, reddedilme korkusu gibi alışkanlıkları kör noktanın kendisi sandım.

Kör nokta, benden gizleniyordu, ama çalıştıkça katman katman ilerleyip bir şeyin ardında hep başka bir şey olduğunu fark ederek çekirdeğe ulaştım. Bu çekirdek, kendinden nefret etmeydi.

Kör nokta bir beslenme döngüsünde hareket eder; yani tek, sembiyotik bir ünite oluşturan yarısı vardır; her iki yarım da daima birlikte çalışır ve bir yarım diğerini, bedeni takip eden gölge gibi izler. Beslenme döngüsünde her bir yarımın çok önemli fonksiyonu vardır, yani kendini gözleme eğer sadece döngünün bir yarımını yakalarsa, bu eksik bir gözleme olur ve döngü yine amacına ulaşır. Döngünün sadece bir amacı vardır: dikkati ele geçirmek ve ardından tüketmek. Kurallara uygun biçimde, iki olasılık mümkündür: ya kör nokta dikkati tüketir,



onu tamamen yer ya da dikkat kör noktayı tüketir, onu tamamen yer: işte, ruh böyle gelişir.

Evrenin her tarafında sürekli bir enerji aktarımı vardır; Güneş'ten Dünya'ya, Dünya'dan insana, vs. Bu durum iç dünya için de geçerlidir. Yargılama ya da herhangi türde bir müdahale olmaksızın doğru şekilde yönetildiğinde, kör nokta dikkati besler, enerjisi dikkate aktarılır. Öbür türlü yönetildiğinde, kör noktaya özdeşleşildiğinde ve gözlenen şey yargılandığında, dikkat enerjisi ona aktarılır. Biri büyürken diğeri zayıflar. Kural böyle işler. Beslenme Döngüsü Şöyle Çalışır:

I. Ele Geçirme: İlk başta eylem vardır - alışkanlıkla yapılan, dolayısıyla da iyi tanınan ve fark edilebilen her türlü eylem iş görür; bu kıskançlık ya da haset, veya şehvet, veya açgözlülük, veya bir dilim pasta daha, veya nefret, veya tartışma, veya herhangi bir alışkanlıkla yapılan, mekanik, eylem olabilir. Kör noktaya karşı sahip olduğum avantaj, bu tür eylemlerin tümüyle öngörülebilir olmasıdır ve bunları 10.000 kez görünce ortaya çıktıkları anda bunların farkına varabilirim ve beni nereye götüreceklerini her seferinde- tam olarak bilirim. Böylece dikkatimi bedene odaklanmış halde tutarak o daha ortaya bile çıkmadan , ona hazırlıklı olabilirim :kendimi bulurum, bedenimi yönetirim. Rahat beden = dürüst bedendir. Dikkat eğer doğru yerdeyse ele geçirilemez =cereyan eden

eylem her ne olursa olsun (kıskançlık, haset, açgözlülük, şehvet, yas, ikinci bir dilim pasta, vs.) bedensel duyumsamalara odaklanıp bedeni rahatlattığım sürece dikkat ele geçirilemez. Ama kör noktanın etrafına kurulan ego, dikkati neyin yakalayıp esir alacağını bilir çünkü onu neyin

ilgilendirdiğini ve büyülediğini 10.000 defa görmüştür; mekaniktir, tekrarlarla doludur, alışkanlıkların bedenidir- ve bu döngünün ilk yarısının yegâne fonksiyonu şudur: dikkati esir etmek.

II. Tüketme: Beslenme döngüsünün ikinci yarısı otomatikman, alışkanlıkla, bu yüzden de öngörülebilir şekilde birinci yarıyı takip eder: bu eylem in

yargılanmasıdır(yani, özdeşleşmedir).

Kıskancım, hasetçiyim, şehvet düşkünyüm, öfkeliyim, nefret doluyum, çok fazla yiyorum, olumsuz laflar ediyorum, dedikodu yapıyorum, vs.

Bunun peşinden hemen eylemin yargılanması = döngünün ikinci yarısı gelir. İlk başta etki, ardından tepki olur-bu kanundur (Newton'un üçüncü hareket kanunu: Her etkiye eşit ve zıt yönde bir tepki vardır.) Kendi içimde gözlemlediğim eylemi değiştirmeye çalıştığımda, sadece yarım bir gözlem yaparım; değiştirmeye çalıştığım süreci tümüyle gözlemlemiş olmam. Bu sürecin sadece bir yarısını görmüşümdür ve bu eksik bilgi ya da gözleme dayanarak, bana zarar veren ve Çalışma'mı riske atan bir karar veririm, çünkü benim için neyin iyi olduğu



konusunda çok az şey biliyorumdur. Tek bir şeyi bile değiştirecek olsam, her şey değişir ve başladığımdan daha kötü bir duruma düşebilirim. Şimdiye dek görmediğim şey, değiştirmek istediğim davranış ya da daha farklı bir ifadeyle alışkanlığın ayrı bir süreç olarak var olamayacağıdır, o daha büyük ve tam bir döngünün parçasıdır. Bir döngü, bir çemberdir.

Kirlilik, kör nokta, dikkatle beslenir ve onu tüketir. Beslenen şey güçlenir, bu kanundur. Öteyandan, dikkat egoyu yiyerek hayatta kalır ve güçlenir = beslenme döngüsü böyledir. Eğer dikkat sabit, yerinde, bedene odaklanmış ve bedeni rahat tutarak kalırsa. Eylemle ya da tepkiyle ele geçirilemez. Böylece, beslenme döngüsü dikkati besler ve iç dikkatim (ki bu da ruhtur) daha da güçlenir, ele geçirilmeden gittikçe daha uzun süreler odaklanmış kalabilir. Bu yüzden, kendini gözlemlenmenin birinci ilkesi şudur: yargılamamak. Bu onunla özdeşleşmeye bir son vereceğim ve böylece onun beni yemesinden önce benim onu yiyeceğim anlamına gelir. İç dikkat ancak her gün doğru düzgün beslenirse güçlenebilir; bu yüzden oturma uygulaması önemlidir.

Kör noktanın yegâne amacı kendini beslemektir ve onu en iyi besleyen kalıpları tekrar tekrar sahneleyerek bunu yapar. Herhangi bir sebepten böyle bir kalıp ortaya çıktığında, onu orada tutup göbük deliğime doğru nefes alsam ve bedeni rahat bıraksam ne olurdu? Gözlemlenen şeyi değiştirme çabası enerji israfıdır - o asla değişmez. Bunun yerine değişebilecek olan, gözlemlenme yoluyla idrakin ağır ağır ve sabırla birikerek, gözlemlendiğim şeyle olan

ilişimin değişmesidir. yani, 1) önyargısız; 2) nesnel; 3) özdeşleşilmemiş olur.

Gözlemlenen şeyi değiştirme çabasının sonucu, yargılamadır. Bu yüzden, kendini gözlemlenmenin temel kuralı, gereksiz düşünceyi gözlemlenektir. Sonunda yargılamaya, kaçınılmaz biçimde bedendeki gereksiz gerilim eşlik eder. Bu yüzden, kendini gözlemlenmenin temel kuralı, bedendeki gereksiz gerilimi gözlemlenmek ve onu rahatlatmaktır.

Şefkatle kendini gözlemlenme, basitçe kendimi yargılamayı

kesmem ve ortaya çıkan her neyse sadece görüp hissetmem demektir. Yargılama her seferinde düştüğüm bir tuzaktır ve verimli, faydalı ya da şefkatli değildir. **Haşin, serttir ve sonsuz** bir etki- tepki döngüsüne hapseder beni. Bu etki-tepki döngüsüne üçüncü bir güç girmediği sürece, esaslı bir değişiklik asla mümkün olamaz. Bu üçüncü güç kendini gözlemlenmedir ve tam da onun varlığı esaslı değişikliğin kendisidir. Diğer her şey, bir miknatısa toplanan metal parçaları gibi ona eklenir. Kendini gözlemlenme yardımı kendine çeker. Zihin-duygu-karmaşası alanında daha etkin ve daha tarafsız bir şekilde yaşamama izin verir. O, olma sürecindeki tarafsız sevgidir. Çoğu Zaman En İyi Yardım Hiçbir Şey Yapmamaktır .

Vicdan içimde bir kez uyanınca, ihlal edildiği her seferinde acı çeker. Ve bu ıstırap, alışkın olmadığım bir büyüklükte, yeni bir düzeyedir. Bu dayanılmaz bir acıdır ve göz ardı edilemez. **Vicdan** bunu talep etmez ya da suçlayamaz, sadece derinden acı çeker.



Bizim uygulamamızın bu acı çekişle iki ilişkisi vardır: onu görmek ve hissetmek. Nokta. İçerideki hiçbir şeyi değiştirmeye gerek yoktur: Bu, haricen hatalarımı düzeltme yoluna gitmeyeceğim anlamına gelmez. Bunu yaparım. Ve bunu ne kadar çabuk yapabilirsem, içimdeki acı çekiş o kadar kısa sürede hafifler. O zaman geriye kalan, davranışım yüzünden **vicdan**ımın taşımak zorunda kaldığı yaradır. Antik ekollerde bu “sevgi yarası” olarak bilinir.

Vicdanı ihlal ettiğimde -eylemlerimin doğrudan sonucu olarak- hissettiğim acı Yaratıcının acısıdır. Ancak düşüncelerimin, duygularımın, sözlerimin ve eylemlerimin sorumluluğunu kabul ettiğimde, yaptıklarımın kaynaklanan bu acı çekiş meyvelerini vermeye başlar. Artık Yaratıcının acı çekişinin nedeni olmak konusunda rahat değilimdir. **Vicdan**ı ihlal etmeye son verdiğimde bu “kendi çarmıhımı alıp taşımaktan” daha öte bir anlam taşır. Artık Yaratıcının benim günahlarım için acı çekmesini istemem (tek günah, **vicdan**a karşı gelmektir); bunun yerine, sorumlu bir varlık haline gelirim. Yaratıcının acı çekmesinden, bu acı çekmenin korkunç, katlanılmaz hissinden kaçınmak için, **vicdan**ın söylediklerini yaparım. Bu noktada, bu duygunun büyüklüğünden kaçınmak için büyümek dahil, başkalarını suçlamak ve benim duyarsızlığımın, güvensizliğimin ve hamlığının acısını başkalarının çekmesinden kendi hayatımın sorumluluğunu almak dahil her şeyi yaparım. Ve bu acı çekişi Yaratıcıma yüklediğimde, içimde hissettiğim şeye “**vicdan azabı**” denir. Bu azap Yüce’den gelir ve beni dönüştürecektir. Onu görürüm.

Bilinçli sevgi olan koşulsuz sevgi, mekanik bir kanunla değil de bilinçli davranış kanunlarıyla işler. Daha yüce merkezlerden gelir ve bir bağışlamadır; tamamen, meşru biçimde ve yalnızca davet edilerek insan biyolojik enstrümanına giren Yaratıcıdır.

Gerçek ilişki, çok net ve fikir birliğine varılmış sınırlar içerisinde yürür. Bu sınırlara saygı göstermemek, ilişkinin kaldıramayacağı sonuçlar doğurur. İlişkideki sınırlar sadece benim malumum olan keyfi ya da gizemli bir şey değildir. Bunlar ilişkinin uzun süreli olmasını dilediğim için gönüllü olarak kabul ettiğim, ortaklaşa anlaşarak davranışlarıma getirilmiş sınırlardır.



Benim görevim, gelen enerjiye bilinçli bir şekilde müdahale etmemek, bedenim daha yüce işlevlerini yerine getirmesine izin vermektir. Eğer bu enerjiyi sürekli olarak çalarsam, beden memeli düzeyinde, sadece bir makine olmaya sabitlenmiş kalır. Etkilerin titreşim

halindeki enerjisini tarafsızca yiyen, insanların uygulamak üzere yaratıldıkları Çalışma’dır: Buna başka bir açıdan, daha küçük bir ölçekte bakalım. Yediğiniz havuç bedene, beden kullanamayacağı kadar büyük bir enerjiyle girer. Kullanılabilmesi için daha iyi, daha ince bir enerjiye dönüştürülmesi şarttır. Onu çiğnerim, parçalarım, tükürükle ve sindirim sıvıları ile karıştırırım, böylece daha da incilir, böylece mide ve bağırsaklarda emilerek kana geçer. Yaratıcı mesela sevgi ya da tarafsız mantık veya prana dediğimiz çok ince bir enerjiyle var olurken, etkilerin getirdiği titreşimsel enerji çok büyüktür.



Sonsöz

İnsanın Gerçeği algılayabilmesi için önce tefekkür ve **meditasyon** aracılığıyla hiçbir pozisyon almamanın yolunu bulması gerekir...

Olması mümkün tek şey, kendinizi kabul edebilmenizdir. Sizi Tanrı bile değiştiremez. Aksi halde sizi neden böyle yarattı ve hatalıysanız neden düzeltmedi ki? Ve sizi değiştirmiş olsaydı da olduğunuz kişi olamazdınız. Sizi, sizi yaratmanın mümkün olduğu o tek biçimde yarattı. Çirkin olduğunuzu düşünüyorsanız, çirkinsinizdir. Bedeninizi sevmezseniz, zihninizi de sevmezsiniz - onlar sizi siz yapar, onları kabul edin...

