TARTIŞILAN BİLİM PARAPSİKOLOJİ

Yazar: Prof. Dr. Richards BROUGHNTON

Yayınevi: Say Yayınları

Parapsikoloji kelime manası itibariyle insanın olağanüstü yetenekleriyle ruhsal gücünün araştırılması demektir. Prof. Brounghton bu konuyu etraflıca incelemiş, deneylerini gözlemlerini okuyucularına en güzel şekliyle aktarmaya çalışmıştır. Ancak şunu da belirtmek gerekirse; konu çok güncel olmaması itibariyle fazla ilgi çekmiyor. Bu yüzden herhangi bir bilim dalının ciltlerle dolu olan eserleri varken Parapsikoloji daha emekleme aşamasındadır. Konunun yabancı olmasının yanında çevirinin çok kötü oluşu konuların anlaşırlılığını minimum seviyeye indiriyor. Bu mevzuda tavsiyem eğer mecbur değilseniz konuyla alakalı başka kitapları tercih etmenizdir.

Dr. Broughnton parapsikolojinin tarihini ve evrimsel gelişmesini inceledikten başka bilim içindeki pek belirgin varlığı konusundaki ateşli tartışmalara görüşleriyle ışık veriyor. Parapsikolojinin etkinlik sahalarını tanımlıyor, neler içerdiğini ve içermediğini araştırıyor, çeşitli tiplerdeki psişik yüzleşimlerin sınıflamasını yapıyor, parapsikolojinin labaratuvar çalışmalarında neyin kanıtlandığını veya kanıtlanmadığını ayrıntılarıyla ortaya koyuyor.

Dahası, kitabın amacı doğrultusunda yaygın ve son parapsikolojik araştırmalar psifenomen testlerinde kullanılan bütün aktüel ekniklerini klasik ESP kart deneyimlerinden poltergeist olgusuna kadar herşeyi ortaya koyuyor.

Değişkenlik ve aldatıcılık nitelikleri olan psi-fenomen denemelerinde araştırmacıların bilimsel metodları nasıl uyguladıklarını her fırsatta anlatıyor. Bunu yaparken de konuya yönelik maksatlı dış etkenleri tarafsız düşünce yargısından geçirerek dışlamayı gözardı etmediği gibi,

mümkün konvansiyonel açıklamaları araştırıyor, niteleyici bulguları elde etmek için kullanılan yöntemleri tartışıyor.

Dr. ayrıca, bu kitapta parapsikoloji konusunda Moskova ve Pekin yörüngelerinde yapılan çalışmalar üzerinde önemli bilgiler vermekte ve ABD hükümetlerinin parapsikoloji programlarında uygulanan çalışmalarda şaşırtıcı izlenimleri gözönüne sermektedir.

Dr. modern istatistiksel metodlar yolunda PSİ araştırma kayıt ve verilerinin parapsikoloji olgusunun bütün zamanlardan daha güçlü duruma getirildiğini sergiliyor ve ayrıca kriminal soruşturmalarda, tedavilerde ve hatta arkeolojide kullanımını dile getiriyor.

Psişik Deneyim Nedir?

PK, ya da ‘Psikokinesis’ deyimi de, parapsikolojik incelemede ikinci yeteneği, yani bir insanın kas sistemini kullanmadan nesneleri, olayları ve hatta çevresindeki kişileri etkileme yeteneğini tanımlar.

Günün birinde, genç bir bayanın çaresizlik içindeki sesiyle yüzleşmiştik. Kadın geçirdiği olayın etkisi altında kendine bir çıkış yolu arıyor gibiydi; sesi titreyerek yaşadığı olayı anlattı:

İki hafta önce kocasını toprağa vermişti. Başından geçeni ancak şimdi anlatabilecek gücü kendinde bulmuştu. Ama yine de zorlu bir dönem yaşamakta olduğu anlaşılıyordu. Kadın, anlattığına göre kocasının ölümünden bir kaç gün önce bir rüya görmüştü. Av sırasında, bir arkadaşı kocasını kazayla vurup öldürüyordu. Bu rüyadan soğuk terler dökerek uyanmış, ama kimseyi telaşa vermemek için bu olaydan kimseye söz etmemişti.

İki hafta sonra bir av partisi vardı. Kadın bu kez de, kocasını huzursuz etmemek için yine susmayı ve ona rüyasını anlatmamayı yeğlemişti. Zaten kocasına durumda söz ettiği takdirde, onun konuyu, “alt tarafı bir rüya” diye geçiştireceğini biliyordu. Ama ertesi gün, olanlar olmuş, arkadaşı bir kaza kurşunu ile kocasını öldürmüştü.

Bu bayanla telefonla konuşan enstitü görevlisi bendim. O bir çıkış yolu arıyordu, ama konumu sadece bu değildi. Konuştuğum kişi, bu gibi sorunlara kafa yoran bir bilim adamına danışarak, ondan doğru davranıp davranmadığına dair bilgi edinmek istiyordu.

Acaba bir parapsikolojist, başından böylesine olaylar geçen kişilere derde derman olabilecek gerçek cevapları vermek için konusunda ne kadar bilgi sahibi idi? Üzülerek belirtmem gerekiyor ki, bizler bu gibi olaylar karşısında halen kesin konuşabilecek yeterlikte değiliz. Bütün yapabildiğimiz, onların içinden geçtikleri bu ortamın özümseyebilmelerine yardımcı olmak ve durumları çerçevesinde edinebileceğimiz bulguları kendilerine anlatmaya çalışmaktır.

Peki, bu kadının yaşamış olduğu olgu bir rastlantı gibi geçiştirilebilir miydi? Kocasının ölümüyle, kadının bize yapmış olduğu telefon başvurusu arasından iki haftalık bir zaman geçmişti. Kadın bu süreç içinde depreşen suçluluk duygusunu bastırmak için yoğun çaba sarf etmiş olmalıydı.

Bu bayana göre, ona yolunu yordamını bilmediği nitelikte bir uyarı yapılmıştı. Uyarı, “rüya” yoluyla gelmiş, ama kendisi bunu değerlendire-memişti. Şimdi ise kadın, “herhangi bir biçimde geleceği algılamak ger-çekten mümkün müdür, yoksa ben çıldırıyor muyum?” diye kendini sorguluyordu.

Psişik yeteneğin insanların tamamına, ya da bazı seçkin kişilere bağışlanmış olduğu inancına bugüne kadar kesin bir destek bulunduğu söylenemez. Şimdilerde, bazı otoritelerin ileri sürdüğü, “her insanın psişik yeteneğe sahip olduğu, ama bir de bu yeteneği nasıl kullanacağını bilmesi gerektiği” savı doğru olabilir. Fakat şu da var ki, bugüne kadar bu görüşü kanıtlayacak kesin bulgular saptanamamıştır.

Sınırlı sayıdaki insanların yüzleştikleri olaylara dayanarak, bir kişinin kendi isteği çerçevesinde psişik yeteneğini kullanabileceği inancı tüm gerçeği yansıtmaz. Çünkü biz, psişik yeteneğin herkese vergi olup olmadığını

bilemiyoruz. Bildiğimiz, insanların yüzleştiği psişik olguların epeyce yaygın olduğudur. Çeşitli yörelerde yapılan bilimsel araştırmalar, ortalama bir genellemeyle, oralardaki nüfusun dörtte üçü ile yarısının bir, ya da daha fazla psişik deneyim geçirmiş olduğunu belirliyor.

Böylesine saptamalar rağmen, bu araştırmaları yürüten parapsikolojistlerin ayrıntılara inen sorgulamaları sonucunda başka bir gerçekte ortaya çıkıyordu. Karşılaşılan psişik olay türleri parapsikolojinin ince standart elemesinden geçirildiğinde, bunlardan pek azını psişik nitelikte olduğu belirginleşmekteydi. Ayrıca, parapsikolojistlerden çoğunluğunun değerlendirmesine göre, herhangi bir yörede psişik yüzleşim olgusunu yaşayanların yüzde onu ya da onbeşi kadarı gerçek ESP veya PK halinden geçtiklerinin ve bu konunun normal yaklaşımlarla açıklanamadığı gösteriyor.

Burada önemli bir nokta belirlenmelidir: ESP (Extra sensory Perception) deyimi bedenin bilinen algılama duyularını kullanmadan ve bilimsel karşılaşmalara bağımlı olmadan insani enformasyonlar (bilgilendirmeler) yeteneğini tanımlar.

Psişik Olay Türleri

Dr. Rhine, kişilerin kendisine yaptığı binlerce bildirimi bilimsel yöntemler kullanarak incelemişti. Sonuçta bildirimlerin, ya da yüzleşilen psişik olayların yüzde 60’lık bir bölümünün uykuda rüya biçiminde olduğunu saptadı. Bundan sonraki yüzde 30’luk bölümse, uyku halinde olmaksızın etkileşim, ya da dürtü şeklinde kendini gösteriyordu. Geriye kalan yüzde 10’luk bölümde de bu olgu duyusal, ya da sinirsel halüsilasyon ortamında oluşuyordu.

Gerçeğe Yönelen Rüya

Dr. Rhine psişik rüyaları iki kategoriye ayırıyor. Bunların en çok karşılaşılanını ‘gerçeğe yönelik rüya’ diye tanımlayarak şu örneği veriyor:

Kaliforniya’lı bir büyükanne, gece korku veren çarpıcı bir rüya görerek uykusundan uyanır. Kadın henüz emekleme çağında bir bebek olan torununu uyurken, üzerinde örtülü ağır yorganın altında soluk almaya çabalarken görmüştür. Bebeğin direnci giderek azalır, bunalım içinde adeta sona yaklaşır.

Saat gecenin dördüdür. Büyükanne, sorunu önce, “ne olacak alt tarafı, bir rüya işte” diye yorumlar. Gecenin bu vaktinde, damadının evine telefon eder etrafı telaşa verdiği takdirde, onun bir çılgın olduğu düşünülebilir. Sonra telefon eder. Damadına git çocuğu kurtar der. Damadı sakin bir sesle: “az önce sesini duyduk ve kurtardık, şimdi sütünü içiriyoruz”

İşte, bu olayda görüldüğü gibi, büyükannenin rüyası gerçek olaya yönelik bir davranış biçimini örneklemektedir. Olayda, büyükanne tehlikeyi algıladıktan başka, bu tehlikenin ne olduğunu da saptamıştı.

Psişik yüzleşimlerde sözü edilen bir başka olguda, hayale yönelik ‘sembolik rüyalar’ tiplemesidir. Dünya savaşı sonrasında San Francisco’dan bir bayanın bildirimi bu dala iyi bir örnek oluşturur.

Bu bayan şöyle yazıyordu:

‘’ 1945 yılının 20 0cak gecesi gördüğüm rüyada, Pasifik cephesinde savaşmakta olan biricik oğlum, mutfakta yanıma gelerek bana iyice ıslanmış, üzerinden sular damlayan üniformasını veriyorum.

Oğlumun genç yüzündeki ifade, iyice sarsılmış bir insanınki gibiydi.

Onun üniformasını silkeleyerek, sularını süzdürmeye çalışıyordun. Bahriye lacivertti. Sular mutfağın yer karolarını boyuyordu. Karşımda dikilmiş beni seyreden oğlum Billie, sonunda üniformayı elimden alarak çamaşır küvetine attı. Yanıma gelip bana sarılarak, “Bu çok korkunç, değil mi anne?..çok çok korkunç…” diye sızlanmaya başlamıştı.

Rüyamda düşünüyordum. Büyüme ve okul yıllarında oğlum bana fazla bir sorun çıkartmamıştı. Ama şimdi, müthiş bir zorlukla karşılaşmış olabilirdi.

Bu olaydan bir kaç gün sonra Long Beach'teki bahriye üssünden bir tekstilci beni ziyarete geldi. Adam, bana Billie'nin hizmet vermekte olduğu savaş gemisinin battığını bildirdi. Oğlumun adı da kayıp listesinde idi. Billie'ye ne olduğu, öteki kayıplar gibi henüz saptanamamıştı. Ama, daha sonra oğlumun akıbeti, bana resmi ağızlar tarafından bildirildi. Oğlumun da içinde bulunduğu savaş gemisi, bir düşman denizaltısı tarafından torpido ile batırılmıştı. Bu nedenle 250 denizci hayatını kaybetmişti. Oğlum Billie de, denizde boğulanlar arasındaydı.

Burada, kadının gördüğü rüyayla gerçek olayın pek az ilinti taşıdığı görülüyor. Annenin görmüş olduğu rüyanın içerdiği mesaj; fantezi, drama, anı oluşumlarının içinde gizlidir.

Bu iki durumun farklılığına verilecek en iyi kanıt, psişik deneyimle yüzleşen kişinin kendi psikolojik yapısı ve belirli rüyalara eğilim tiplemesine bağımlıdır.

Önsezi Olgusu

Uyanıklık durumundaki etkileşimler de rüyalar gibidirler. Belki de devam etmekte olan bir normal bir psikolojik bir sürecin bilinç altında belirginleşmesidir. Örneğin, 'önsezi' diye saptanan olguda görüldüğü gibi; bir, ya da daha fazla dürtünün meydana getirdiği oluşum uyarısı gibi…

ABD'nin Lowe eyaletinde, 1907 yılındaki olay bir kolej öğrencisinin başından geçmişti. Olayı şöyle anlatıyor:

"Anne ve babam 1905 yılında boşanmıştı. Bu sonuç annemi utanç, keder ve yenilgi oluşumuda etkiledi. Bu nedenle, aralarında mektuplaşmı-yorlardı, ama bana sık sık yazıyorlardı.

Bir gün annemi ziyarete gitmiştim. Oturmuş karşılıklı laflıyorduk ki, annemin yüzünün adamakıllı bulandığını gördüm. Merakla ona 'ne oluyor?', diye sorduğum zaman, hiç beklenmedik yanıt aldım.

-Ne olsun, evladım? Şu anda öyle hissediyorum ki baban yeniden evlendi!

Doğrusu elimde olmadan kahkahayı basmıştım. Çünkü babamla sürekli mektuplaşıyorduk. Eğer böyle bir girişimi olsaydı, bana önceden kesinlikle bildirirdi. Babamdan daha bir önce mektup almıştım. Bana hiçbir şeyden söz etmediğini anneme bildirdim.

Bir kaç gün sonra ise, babam ondan aldığı mektupta, gelin görün ki, yeni evliliğinden uzun uzadıya söz ediyordu.

Benim yönümden bunların tümü normaldi, ama işin bani şaşkına çeviren yanı, babam evlenme törenini annemi son ziyaret ettiğim ana yani oturup onunla görüştüğüm zamana rastlamış olduğuydu.

Halüsilasyon Olgusu

Bütün bu tipleme örnekleri arasında bir de halüsilasyonu yeraldığı belirtilmiştir.

İndiana'lı bir bayanın yüzleştiği ve bildirimini yaptığı anlatacağımız olay bu tiplemenin belirgin örneklerindendir. Söz konusu bayan, onun çocuksuz ablasını gözetme durumundaydı.

Kadın yaptığı bildirimde psişik yüzleşimi şöyle anlatıyordu:

"Hiç unutmam 8 Kasım 1961 günüydü. Sabah öğretmenlik yaptığım okula gelmiştim ve doğruca sınıfıma girmiştim. Her şey iyi gidiyordu, ama dersin sonlarına doğru göğsümü ve omuzlarımı sızlatan korkunç bir ağrı başladı. Ağrı beni yönetecek kadar güçlüydü. Müdür ve öğretmen arkadaşlar ne yapacaklarını şaşırmışlardı. Ama şansım varmış ki bir süre sonra ağrım kendiliğinden geçti Ben de işimin başına döndüm.

Olaydan bir saat sonra müdür sınıfa gelerek beni telefona çağırdı. Annem beni arıyor. Aklımdan bile geçmeyen kötü haberi verirken ağlıyordu.

Evde beraber alt kata indikleri sırada ablasının kalp krizi geçirdiğini anlatmaya çalışıyordu annem. Kriz o kadar ağır gelmişti ki, doktor çağırmaya dahi fırsat bulamamıştı.

Daha sonra anladım ki, beni çok kederlendiren kriz olayının olduğu sırada, yukarıda sözünü ettiğim sancı da beni müthiş etkileyip kıvrandırmıştı…"

Bu paragraflarda anlatılan türlü psişik yüzleşim kişilerin hayatında geçirdikleri paranormal veya normal bilimsel yasalarla açıklanmayan, ama süper doğa olgusu olarak ta kabul görmeyen olaylar da sayılmaktadır.

Geleceği Değiştirmek Mümkün mü?

Bu mevzu ile alakalı hadiseyi anlatıp yorumu size bırakacağız. Los Angeles tramvaylarında vatmanlık yapan bir Amerikalı, rüyasında tehlikeli bir kavşakta kırmızı renkli bir kamyona çarptığını görür. Kamyon devrilir. Kamyondakiler acı içinde bağırmaya başlarlar. Ertesi sabah Amerikalı vatman işine gider. Rüyasında gördüğü kavşağa geldiğinde yavaşlar, bu sırada karşısına kırmızı renkli bir kamyonet çıkar ve ani bir frenle durur. Kamyondaki kadın acı bir tebessümle vatmana bakar. Bu hadisede yazar soruyu cevapsız gibi bıraksa da geleceği değiştirmenin mümkün olabileceği tezini savunur. Fakat bize göre geleceği değiştirmek mümkün değildir. Çünkü biz geleceği bilmiyoruz. Kaderle alakalı bu mevzuda ayrıntılı bilgi için M. Fethullah Gülen'in KADER adlı kitabına başvurulabilir.

Alanın İşaretlenmesi

Geniş anlamda söylemek gerekirse, parapsikolojinin ilgilendiği başlıca iki yetenek mevcuttur. Bunlar ESP (Ekstra Sensory Perception) ve Psikokinesis (PK) olarak tanımlanır.

Daha öncede belirttiğimiz gibi ESP deyimi, bedenin bilinen algılama duyularını kullanmadan ve mantıksal karışmacılara bağımlı kalmadan sonuç enformasyonlar çıkarma anlamını içermektedir.

ESP kavramı *Ekstra* sözcüğü dış anlamını kapsamaktadır. Ve şu durumda 'sensory' yani duyu

olgusunun dışını ifade etmektedir. Perception sözcüğüne gelince, o da geniş anlamda rüya görmekten dürtüye, sezgiye veya başka kaynaklara dayanan, ama bilince erişmeden tutuma yansıyan ifadeler olmaktadır.

İnsanda PK yeteneği

İnsanlarda görünür bir olgu olan PK (psikokinesis) yeteneği kişinin kas sistemlerinden yararlanmaksızın nesneleri, olayları hatta çevresindeki kimseleri etkileme olgusudur.

Deneyimsel Yöntem

Deneyimsel yöntem, parapsikolojinin başlangıcından bu yana, onun bir bölümünü oluşturmuştur. 1874 yılında fizikçi Sir Wiliiam Crookes, daha o zamanlar ünlü medyum D.D. Home'un olağanüstü güç üzerinde bazı ölçüm etüdleri geliştirmişti. Daha sonraları Victoria dönemi araştırmacıları telepati testleri için oyun kartlarını kullandılar.

Bilimin Kökenleri

Tarihin babası sayılan Halikarnasoslu (Bodrum) Heredos'tan yazdığına göre 550 (İ.Ö.) yılına dayanır. Ve o tarihlerde Lydia'nın (Aydın yöresi) hırslı kralı Croeses'a yapılmış olan bir önsezi bildirimi ile bilim başlamış sayılır.

"Ey insanoğlu, anlayamayacağını konuşma, / Ya da dilsizliğin düşüncelerini saklama benden. / Pişen kaplumbağa ile kuzunun kokusunu alıyorum, / Zamanların bronzu onları içine alıp örtüyor."

Mucizevi Olaylar

Mucizeyle ilgili olaylar o derece çoğalmıştı ki, kişi veya kişiler tarafından Tanrı'nın yeryüzündeki işleri olarak gösterilen mucize iddialarına karşı kilise şüpheci bir tutum takınarak cephe almak zorunda kaldı.

Herhangi bir bireyin mucize gösterdiği ve azizlik iddialarına karşı Kilise de Söz konusu kimse hakkında özenli bir soruşturma zorunluluğu getirdi.

Mesmerizm

Mesmerizm, Franz Anton Mesmer tarafından 1760 yılında teori olarak geliştirilmiş bir yöntemdir. Mesmer, oluşumdaki deneyleri geliştirerek tedaviye mıknatıstan yararlanma yöntemini kattı. Bu işlemi de geliştirdikçe dokunma veya okşama yoluyla elde edilen ‘bedensel mıknatısı’ tedavilerde kullanmaya başladı.

Tedaviler sırasında hastalar eklem kontrolünü kaybetme, ısparmoz, baygınlık hallerine uğruyorlardı. Mesmer ise bu durumların tedavide katlanılması gereken aşamalar olduğunu ileri sürüyordu.

Psişik Araştırma Topluluğu

1882 yılında, ruhçuluk olaylarını daha bilimsel bir biçimde incelemek amacıyla harekete geçen Cambridge Üniversitesi profesörlerinden Henry Sedgwick, SPR Society Psychal Research (Psişik araştırma topluluğunu) kurdu.

Tartışmanın Kökenindeki Nedenler

Son on yıldır bilimi ve bilimsellik yöntemini neyin oluşturduğunu tartışıp duruyoruz. Bu yüzden, ayrıntılarla ilgili kuralları bile değiştirdiğimiz oldu. PA, Parapsychological Association (Parapsikoloji Birliği) psişik yüzleşimler konusunda somut veriler elde etmek ve oluşumlara akıl erdirmek için, deneyimlerden yorumlara ve istatistiklerden standart aygıtlara kadar her şeyi kullandı. Bilimin gelişim tarihi böylesine çabalarla doludur. Ama bu yetkili makamlar Parapsikoloji Birliğinin çabalarına gerektirdiği kadar önem vermedi. Bu bakımdan, birliğin çalışmalarına destek olacak biçimde oy kullanmak gereklidir.

Yeryüzünde bir kişinin araştıramayacağı bir olgu, ya da bir oluşum mevcut değildir. Kötü bir rehberliğin yönlendirdiği araştırmaysa, para için oluşturulmuş kara bir çukurdur. Şimdi mantık kurallarına inanan herkes için patoloji bilimine ve onun destekçilerine karşı konuşma zamanıdır.

Alfa Projesi

Randi 1979 ve 1980 yıllarında ‘Alfa Projesi’ adında bir gösteri düzenledi. Missouri’de Washington Üniversitesi labaratuvarında yapılacak deneyler için Randi iki genç adam bulmuştu. Biri normal diğeri psişik olan bu gençlerle deneyini gerçekleştirdi.

Çağdaş ESP Olgusu

ESP, bedenin bilinen algılama hislerini kullanmadan ve bilimsel çalışmalara bağımlı kalmadan insani bilgiler sağlama yeteneği olarak kabul edilir.

Uzaktan Görüşler

San Francisco’sun ünlü SRI uluslararası kuruluşunda görevli lazer uzmanı Hal Puthoff ile meslektaşı Russell Targ’ın becerileriyle ortaya çıkmış bir girişimdir. Uzaktan Seyir Algılaması adı verilen bu yönteme göre, Puthoff herhangi bir yere gidiyor ve bir manzarayı beş on dakika seyrederek özümsüyor. Daha sonra, labaratuvara döndüğünde işlemi başlatıyor ve orada deneye konu olan kişi Puthoff’un özümsemiş olduğu manzarayı çözümlüyordu. Bu deneylerle ESP ve PK olgularına yeni boyutlar kazandırılmıştır.

Beden Dışı Deneyimler

Bu konuda Osis’in yapmış olduğu öncü etüdlerin sağladığı bilgiler sonucunda eskilerdeki ‘ölüm deneyimi’, şimdiki adı ile ‘yakın ölüm deneyimi’ olgusuna dönüşmüştü. Sonradan bu durum Raymond Moody ve Kenneth Ring gibi araştırmacıların etüdleriyle daha da önem kazandı. Ring, ölümle burun buruna gelen 102 birey üzerinde soruşturma yürüttü. Bu çalışmaların sonunda çıkan sonuçların değerlendirmesini yapalım:

Birinci aşama; engin huzur ve iyi halde oluş keyfiyeti olarak tanımlanır. İkinci aşama; bedenden ayrılış denilen geçiş zamanıdır. Üçüncü aşama; karanlığa giriş diyebileceğimiz bilincin değişim geçişine yönelmesidir. Dördüncü aşama; ışığı görüş şeklinde anlatılan deneyin son merhalesine geçişin emaresidir. Son aşama ise; aydınlığa geçiş diyebileceğimiz normal hayata dönüşü

simgeler. Bu aşamalar günümüzde kullanılan hipnoz tekniğine çok benzemektedir. Bu yapılan deneyler bir nevi hipnoz da sayılabilir. İnsanın gördüğü rüyaların da bu şekil kademelerden oluşması bu bilime ışık tutar. Bu deneye ışık tutabilecek başka bir husus ta insanın kısmen ölümünü temsil eden uykuların incelenmesidir. Bilindiği üzere uyku beş ayrı kademeden oluşur. Her kademe ortalama 70 ila 90 dakika arasında değişir. Uykunun son kademelerinin süresi şahıslara göre kısalıp uzayabilir. Beden dışı deneyimlerin yapıldığı deney merkezlerinde insanların uykularına varıncaya kadar incelenmesi bilimin geleceği açısından bir değer ifade eder.

İnsan kendinin en büyük düşmanıdır. Her sorunu Kendini - Yönetmeyle çözümlemek mümkündür.

Başlangıçta düşünce, cenneti ve dünyayı yarattı. Bir düşünün çevrenizde gördüğünüz herşey önce bir fikirdi. Her birimiz Evrensel Zekanın birer fikri ürünüyüz. Dünya ve içerdiği herşey düşüncenin ürünüdür. Işık gök gürültüsünden, düşünce de eylemden önce gelir.

Yazara göre herşey bilinçaltından kaynaklanır. Mesela hastalığın sebebi soğuk almak değil, soğukta kalınca hasta olunacağına inanmaktır. Psikolojik olarak doğru, fakat bilimsel olarak yanlış bir teori. Bilinçaltı, genel kurallardan yola çıkarak yargıda bulunabileceği için, siz bilinçli olarak emir değiştirene kadar beklemek zorundadır. Bilinçli olarak düşünülen her düşünce, bilinçaltını etkiler ve bu etki, düşüncedeki güç ve arzunun derecesine göre eyleme dönüşür. İnsan bilinçli olarak düşünebildiği, güvenle beklediği ve mümkün olduğuna inandığı şeyleri yapabilir. Evren sınır koymaz biz inançlarımızla sınırlarız kendimizi.

Herkes kendisini bulmaya çalışır ama sadece olgun olanlar bunu başarır. Kararlı bir biçimde arayışa girmekte olgunluğun ilk adımıdır. Korkunun bir sürü çocuğu vardır. Kıskançlık, nefret, kin ve şimdiye dek sözü edilen tüm olumsuz düşünceler korkunun çocuklarıdır. Gerçek sevgi korkuyu defeder. Bizi yaratan yüce sevgidir. Sevgi bizi

yaratıp boşlukta düşmanca bir ortama bırakmadı. Sevgi bizi yaratıp imkansızlıklar içinde terk etmedi.

En çok istediğiniz şey nedir? İnanın ve sahip olun. Günümüzde en üzücü olaylardan biri, sadece üniversite mezunu oldukları için bir takım insanları ötekilere tercih edilmesidir. Hiç hata yapmayanlar, hiçbirşey yapmayanlardır. Yönetme işini yapan bilinçtir.

Eğer istediğiniz şeyler için içtenlikle dua eder ve isteklerinizin gerçekleşeceğine inanırsanız dilekleriniz yerine gelecektir.

1- Kendiniz için ideal zihinsel imajı belirleyin.

2- Çaba göstermeden, yalnızca inanmak hiçbir işe yaramaz.

3- Düşüncelerinizi kendinize saklayın.

4- Esnek olun; gerekirse plan değişikliği yapın.

5- Gözlerinizi hedeften ayırmayın, işi yarı yolda bırakmayın.

İnanç ilk adımdır, kendinize ve içinizdeki güçe inanın. Eğer amacınız bir kitap yazmaksa kendinizi bir yazar olarak canlandırın. Amaçlarınız hakkında asık yüzlü olmayın. Yeni imajınızdan zevk almaya bakın. Aldığınız tepkilerle bir o yana bir bu yana savrulmayın. En iyi eserlerin bile birçok yayımcı tarafından geri çevrilebildiğini unutmayın. Başkalarının olumsuz tavırlarına kaptırmayın kendinizi. Birşeyi yapabileceğinize inanır, zihninize bunu kazırsanız, yarı yarıya amacınıza ulaşmışsınız demektir. Bundan sonra gereken adımları atmak kalır geriye.

Projemiz ne olursa olsun, tamamlanmış halini düşünmeli ve gerçekleştirmek için gereken adımları atmalıyız. Aksi taktirde, yaptığınız iş eksik ve anlamsız olur; gece gündüz sevdiği insanın iyileşmesi için dua eden birinin, bir yandan da cenaze töreni için hazırlık yapması gibi yada başarıya ulaşmak için dualar edip bir yandan da iflas edişiyle ilgili kabuslar gören biri gibi. İnandığınız ölçüde sahip olursunuz.

1- Amaçlarınızı yazın.

2- Amaçlarınızı dikkatle değerlendirin.

3-Amaçlarınızı benimseyin.

4-Amaçladığınız dünyada yaşadığınızı hayal edin.

5-Amaçladığınızın tersini asla düşünmeyin. Gözlerinizi hedeften ayırmayın .

6- Amaçlarınızı günlük olarak kabul edin; onları gerçekleştirme yolunda her gün size sunulan adımları atın ve amacınıza ulaşın.

Aranmadan ansızın akla gelen düşünceler çoğunlukla en değerli olanlardır ve bu yüzden korunmalıdır; çünkü nadiren tekrar gelirler. Hayal gücü bilgiden daha önemlidir. Bilim, hayal gücüne ne kadar borçlu olduğunu bilmez. Hayal kurulmayan yerde insanlar mahvolur. Ne yediğini söyle sana kim olduğunu söyleyeyim diye yaygın bir deyiş vardır. Oysa, ne düşündüğünü söyle sana kim olduğunu söyleyeyim deyişi olmalıydı. Kendinizle ilgili inançlarınız, emin olun, yaşayacaklarınızı tayin eder. Ne düşünüyorsanız o olursunuz. Kendine güven, aklın kesin bir inanç ve güvenle büyük ve gurur verici işlerde kullanımıdır.

Kendine güvenle kendini beğenmek arasında çok büyük var. Güven, hayat hakkındaki emniyet duygusudur, kişinin her durumda kendisine güvenebileceğini bilmesidir. Kibir veya kendini beğenmişlik ise başkalarını aslında sahip olmadığı kendine güven duygusunun varlığına inandırmaya çalışmaktır. Aslında güvensizdir ve karanlıkta ıslık çalmaktır.

Kişinin kendine güvenini yitirmesine neden olan korkulardan biri başarısızlık korkusudur. Her insan başarılı olmak ister. Başarısızlığa uğrama korkusu insanı iki şekilde etkileyebilir, başarıya ulaşmak için daha da itilim duymasına neden olur ya da kendisini bu korkuya kaptırarak güvenini yitirir. O zaman da yeteneği kaybolur gider.

Başka bir korku da, komik görünme korkusudur. Birçok kişinin kendine güvenini yitirmesine neden olur. Hepimiz

dengeli görünmek isteriz. Komik değil kendinden emin görünmek isteriz.

Onaylanmama korkusu yalnızca çocuklara ait bir korku değildir. Her yaşta insan yaşayabilir bu korkuyu. Birçok insan, arkadaşları tarafından onaylanmama korkusu yüzünden becerilerini ortaya koymaktan çekinir. Bu korku, insanların orijinal düşüncelerden uzak durup çoğunluğun düşüncelerine körü körüne bağlanma eğilimini açıklıyor.

MEDİTASYONLA KAZANILAN GÜÇ

Günde en az on beş dakikanızı yüklüğünü ve hayatınızdaki yerini düşünmek üzere meditasyona (derin düşünceye dalmak, içe yönelmek) ayırın. Günlük sorunlardan uzaklaşın, ilham verici ruhsal metinleri okuyun. Bu sırada gelen ilham verici düşünceleri tüm gün boyunca içinizde hissedin. Bu meditasyon periyodu, tıpkı iş yerinizdeki amirinizle yaptığınız günlük toplantı gibi kaynağınızla ilişki kurduğunuz zaman olsun.

Kendimize, “Aslında Neyi Arıyoruz ?” Diye Sormalıyız

1- İhtiyacımız olan şey başkalarının bizi daha çok sevmesi değil, bizim onları daha çok sevmemizdir.

2- Yapmamız gereken, savaş korkusunu yaşamamak için ülkeler arasında barış sağlamaya çalışmak değil, kendi karmaşa içindeki benlik-lerimizde barışı, huzuru bulmaya çalışmaktır. Gerçek Ben - Güveni budur.

3- Dönek bir dünyanın takdirini kazanmak için çalışmamalıyız, İçimizdeki Allah’ı memnun etmek için harcadığımız çabada doyum bulmalıyız.

4- Başarılarımızla dünyayı sarsmamız gerekmiyor, başarısızlık nedir bilmeyen içimizdeki Öz’ün gerçek zenginliğine ulaşmalıyız.

Ben - Güveni İçin Kendini - Yönetme

a-Başarısızlıktan korkmaya son verdim. İçimizdeki Güç’e inanıyor ve güveniyorum.

b-İçimdeki ruh her zaman bana destek oluyor, huzur ve güven veriyor.

c-Nerede olursam olayım, ne yapıyorsam yapayım, Sonsuz Varlık benimle.

İLK ADIM: KARAR VERMEK

Düşüncelerine hakim olamayanlar kısa zaman sonra davranışlarına da hakim olamazlar.

Bilinçaltı sürekli olarak bilinçten gelen emirleri yerine getirir. Bilinçaltı bilinç tarafından inanılan her emre cevap verir. Kararsızlık olursa, her dakika fikir değiştirilirse, bilinçaltı karmaşaya düşer. Kesin kararlar vermeyi öğrenmeliyiz. İnsana seçme hakkı verilmiştir. Kullanıp kullanmamak kendisine bağlıdır. Yanlış seçim yapmaktan korktuğumuz için, seçim yapmaya çekinirsek bilinçaltının eli kolu bağlanır, çıkmaza girer ve hiçbir şey başaramaz.

Bilinçaltı, duygulara karşılık verir. Birçok emri duygularımızla veririz. Kararlılık da bir duygu meselesidir. Kendinizi huzursuz ve güvensiz hissetmekten vazgeçin. Her problemin bir çözümü olduğunu ve bu çözümleri, yanıtları bulunabileceğini bilin. Hayat, sabah kalktığımız andan gece uykuya dalıncaya kadar yaptığımız seçimlerden ibarettir. Yumurtayı nasıl yiyeceğimize, hangi kravatı takacağımıza, ne tip tavırlar takınacağımıza karar veririz. Gördüğümüz ve yaşadığımız her şey bu seçimlerin, kendimizle ilgili inançlarımızın sonucudur.

KARAR VERME KONUSUNDA KENDİNİ - YÖNETME

Ben kararlı bir insanım. İçimdeki bilgelik sayesinde akıllıca seçimler yapabilirim. İçimdeki zeka benim için doğru olanı bilir ve seçim yapmamda bana yol gösterir. Evrensel Akılda benim için mükemmel bir plan var, almak için aklımı açarsam bana verilecek.

“Düşündüğünüz, inandığınız ve güvenle beklediğiniz her şey mutlaka gerçekleşir.” Bu bir yaşam yasasıdır. Kim olduğunuzun önemi yok. Yasa kişiler arasında ayırım yapmaz. Kim olduğunuzu, geçmişinizi, ulusunuzu veya ırkınızı dikkate almaz. Bilinç yoluyla işler. Bu yüzden

kendinizle ilgili inanabildiğiniz her şey tecrübeniz olur. Gerçek refah içsel hakimiyetle başlar ki bu yaşamın her alanında zenginlik getir. Doğru hareketi ve tam bir doyumu içerir. O zaman aradığımız şey, içimizdeki Mutlak Gücün varlığının bilincinde olarak sahip olacağımız gerçek refah bilinci ve içsel hakimiyettir. Bu bilinci geliştirirken beş temel prensibi dikkate almamız gerekmektedir.

1- Allah'ın bize duyduğu sevgi kişiye, yere, şarta ve ortama bağlı değildir.

2- Kendi kendimize koyduğumuz sınırlamaları ortadan kaldırıp Sonsuzun bizde hüküm sürmesine izin vermek yine kendi elimizdedir.

3- Her insan sonsuzluğu kendi sözleriyle bireyleştirir.

4- Kural şudur; Düşündüğünüz, inandığınız ve güvenle beklediğiniz her şey mutlaka gerçekleşir.

5- Verdiğiniz ölçüde Hayattan geri alırsınız ; Hayatla bir bütünsünüz.

ZENGİNLİK PARA KAZANMA YETENEĞİNE Mİ BAĞLIDIR

Zengin olmanın tek yolunun başkalarından para koparmak olduğuna inanan birçok insan vardır. Bu yanılgı bir anlamda hayatın kendisinden ayrı düşmektir ve tip insanlar tüm hayatlarını başkalarından aldıklarını koruyarak harcarlar. Ve bu onlar için bir yasa haline gelir. Ama hayat böyle değildir. Önce Allah'ın alemini ve onun doğruluğunu arayın ve her şey size verilecektir. her şeyden kasıt nedir ? Yiyecek, giyecek, barınak, ve insanın ihtiyaç duyduğu her şey. Yaşamın yasasını bir kez anladık mı her şey bilince bağlı bir düzende gelişir, iyiliğimiz için başkalarıyla yarışmak zorunda kalmayız. İyiliğimiz başkalarına bağlı değildir. Yasayı kullanmamıza bağlıdır. İnsanları sınırlayan ve zenginlikten mahrum kılan yanlış inanışlar şunlardır.

1- Zenginliğin şansa bağlı olduğuna inanmak yanlıştır.

2- Zenginlik yalnızca “para kazanma” yeteneğine bağlı değildir.

3- Zengin olmanın günahkarlık olduğunu düşünmek yanlıştır.

4- Cimriliğin erdem olduğunu düşünmek yanlıştır

5- Zengin bir hayat sürmenin gelecek için mal ve para depolamak olduğuna inanmak yanlıştır.

6- Zengin olmak için kötü olmanın şart olduğuna inanmak yanlıştır.

İncil para aşkı tüm kötülüklerin kaynağıdır der. Hayır, kötü olan para değil, parayı çok fazla sevmek onu tüm iyiliklerin kaynağından önde tutmaktır. Tutumlulukla cimrilik birbirine karıştırılmamalı. Kaybetme korkusu ve bu korkunun sonucu olan elindekini koruma isteği cimriliği doğurur.

Kendimizi neye bağlarsak, ne olduğumuzu düşünürsek öyle oluruz. “Ben değersizim diye düşünmek” yerine “Ben sonsuz bir varlığım, Allah’ın sureti ve benzeriyim. Hayat en iyiye sahip olmamı istiyor ve bende bunu kabul ediyorum. Tüm iyiliklere sahip olmayı hak ediyorum” demeye başlayın.

Başımıza ne geldiği değil, ona nasıl tepki gösterdiğimiz önemli olan. Samanlık yanıyorsa yangını neyin başlattığının ne önemi var. Sorulması gereken soru “Yangını söndürmek için ne yapmalıyım.

Kendimiz hakkındaki inancımız, kaderimizi belirler.

Edison başarısızlığı kabullenmeyi reddetti. Ampulü çalıştırmak için binlerce yol denedikten sonra “Çalıştıramamanın binlerce yolunu keşfettik”,dedi.

Bilinciniz, bilinen tecrübelerden ve inanmak istediği çeşitli fikirlerden yola çıkarak çıkarımsal mantık yürütme yapar. Öte yandan bilinçaltı tam tersine işler. Ona birşeyi gelecekte birgün başarmayı arzuladığınızı söylerseniz arzunuzun gerçekleşmesini hep gelecek bir zamana erteler. Direktiflerimizin yerine getirilmesi için şimdi

kelimesi kullanılmalı ve direktifimiz “şimdi” için geçerli olmalı.

İYİ BİR BELLEK İÇİN DÖRT İLKE

1- Dur- bak-dinle

2- Öğrenme süreci, fikirlerin birleştirilmesine bağlıdır.

3- Sizin için çalışmasını istiyorsanız belleğinize güvenin.

4- Kendini yönetme, kesin sonuçlar getiren kesin bir eylemdir.

Birşeyi ezberlemenin en iyi yolu bir fikri diğeriyle birleştirmektir. Geçmişi belleğimizden silmek mümkün değildir, ama onunla barış yapabiliriz. Bilinçaltınıza sabah altıda kalkmak istediğinizi söylerseniz ve belleğinize inanıyor ve güveniyorsanız tam altıda uyanırsınız. Hatırlamak, hatırlayabilecek şeyin içimizde olduğuna inanmaktır. Hatırlayamam demekten vazgeçin. Hatırlamak istediğiniz herşeyi hatırlaya bilirsiniz. Okulda öğrendikleri şeyleri hatırlamakta güçlük çeken gençler, yıllar önce televizyonda seyrettikleri bir filmi kolayca hatırlayabilirler.

Beş parasız, yalnız, sevilmeyen, dışlanmış bir insan olabilirsiniz. Endişe çözüm değildir. Her şeyi mümkün kılan Allah’a dönmek, ona yönelmek sorunu aşmaya yeter. Endişelenmekten vazgeçmenin üç yolu vardır.

1- Allah’ın orda olduğunu anlamak.

2- Olumlu düşünmeye çalışmak.

3- Yol gösterilmesi için dua ettikten sonra olumlu tavır takınmak

Sonuç olarak, korkmuyorum, bu günü yaşıyorum, Allah’ın orada olduğunu bilerek her günü geldiği gibi karşılayacağım.

UYKUSUZLUK HASTALIĞINI YENEBİLİRSİNİZ

Uykusuzluk hastalığı hayali bir tehlikedir. Herhangi birşeye dikkati yöneltmenin zihni uyanık tuttuğu bulunmuş, çoğu zaman uyku için de geçerli bu. Uykunun mutlaka gerekli olmadığına vücudumuzun uyumadan da

ihtiyacı olan dinlenmeyi sağlaya bileceğine ikna olursak bizi uykudan alıkoyan endişenin hakkından gelebiliriz. Kafalarını sakin, vücutlarını gevşemiş halde tutanlar uyumadan da uyuyarak olduğu kadar dinlenebileceklerini kanıtlarlar.