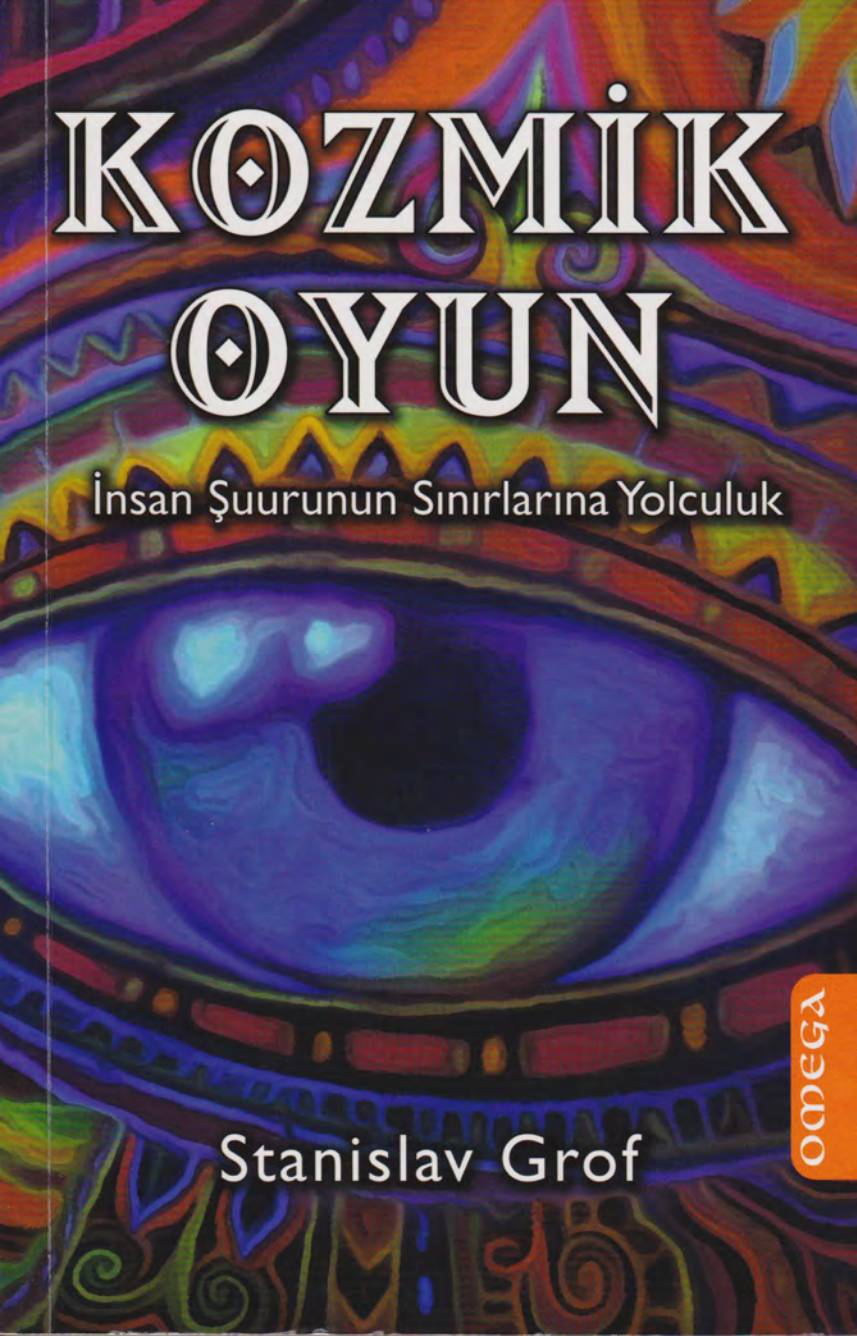

KOZMİK
OYUN
İnsan Şuurunun Sınırlarına Yolculuk
Stanislav Grof
OMEGA





KOZMİK OYUN

İnsan Şuurunun Sınırlarına Yolculuk

STANISLAV GROF

İngilizceden çeviren:
Levent Kartal



1. baskı: Omega Yayınları, 2014



KOZMİK OYUN / Stanislav Grof

Özgün adı: *The Cosmic Game: Explorations of the Frontiers of Human Consciousness*

© 1998 State University of New York

Bu kitabın Türkçe çevirisi State University of New York Press'in izniyle yapılmış ve basılmıştır.

Türkçe yayın hakları © Omega Yayınları
Bu eserin tüm hakları saklıdır. Yayınevinden yazılı izin alınmaksızın kısmen veya tamamen alıntı yapılamaz, hiçbir şekilde kopyalanamaz, çoğaltılamaz ve yayımlanamaz.

ISBN 978-605-02-0326-4
Sertifika no: 10962

İngilizceden çeviren: Levent Kartal
Editör: Sinan Köseoğlu
Sayfa düzeni: Tülay Malkoç
Kapak tasarımı: Artemis İren

Baskı:
Engin Ofset
Topkapı-İstanbul
Tel.: (0212) 612 05 53
Matbaa sertifika no: 11254

Omega Yayınları
Ankara Cad. 22/12 • TR-34110 Sirkeci-İstanbul
Telefon: 0 212 - 512 21 58 • Faks: 0 212 - 512 50 80
www.omegayayincilik.com • e-posta: omega@omegayayincilik.com
www.facebook.com/sayyayinlari • www.twitter.com/sayyayinlari

Genel Dağıtım: Say Dağıtım Ltd. Şti.
Ankara Cad. 22/4 • TR-34110 Sirkeci-İstanbul
Telefon: 0 212 - 528 17 54 • Faks: 0 212 - 512 50 80
internet satış: www.saykitap.com • e-posta: dagitim@saykitap.com

İÇİNDEKİLER

Sunuş 7
Teşekkür 13

1. Giriş 19
2. Kozmos, Şuur ve Ruh 31
3. Kozmik Yaratıcı İlke 43
4. Yaratılış Süreci 57
5. Kozmik Kaynakla Yeniden Birleşme Yolları 91
6. İyilik ve Kötülük Sorunu 117
7. Doğum, Seks ve Ölüm: Kozmik Bağlantı 145
8. Karma ve Reenkarnasyon Gizemi 167
9. Kim Olduğunu Bilme Tabusu 189
10. Kozmik Oyunu Oynamak 201
11. Kutsal ve Dünyevi 227

Sonuçlar 265
Kaynaklar 269

SUNUŞ

SİZİ STAN İLE TANIŞTIRMAK İSTERİM...

Joshua Tree'ye gitmek İstanbul'dan 30 saatlik uçuş mesafesi demek. Yalnızca uçuş değil, aktarmalarla perişan olmak, pasaport kontrollerinde uzayan kuyruklarda beklemek, bir bavulun üstünde 3-5 saat uyumak ve jetlag halinde çöle gitmek için bir araba kiralamaya çalışmak demek... Benimse 2005 Ocak'ında bu yolculuğu göze almak için bir nedenim var; çölün ortasında hayallerimle randevum var, Stan Grof'la tanışacağım... Geçen yüzyılın psikoterapi akımlarının pabucunu dama atan bir psikiyatri devi ile, onunla karşılaşmak yirminci yüzyılın başında genç bir psikiyatri asistanının Freud'la karşılaşması gibi bir şey benim için.

Ne var ki, bu karşılaşma çok hazırlıksız yakalıyor beni. Gece yarısı jetlag halinde vardığım Joshua Retreat'in yemekhanesinde çorbamı içerken, oldukça iriyarı bir adam giriyor salondan içeri. Dönüp bakmıyorum bile, bir an önce gidip yatmak istiyorum. Adam tam karşıma oturuyor, başımı kaldırınca uzanan bir el, sıcacık bir gülümseme ve koca adamdan beklenmeyecek yumuşaklıkta bir sesle karşılaşıyorum: "Merhaba, ben Stan." Önce dilim tutuluyor, sonra çözülüyor, bir çırpıda Türkiye'den geldiğimi, sanat terapisi, transpersonel psikoloji ve aile dizimi ile ilgilendiğimi anlatıyorum ona...

O soğuk çöl gecesinde o masada başlayan konuşma, ömür boyu süreceğini umduğum bir dostluğun ve usta-çırak ilişkisinin başlangıcı oluyor. Sanırım insanlar bir dalda öncü oldukları zaman, dünyaya dair bütünsel ve etkileyici görüşlere ulaşıyor-

lar. Böyle birinin yanında durmak bile etkiliyor insanı; illa ki mesleğinize uygulamanız gerekmez, ağızlarından çıkacak tek bir cümle bile hayatınızı değiştirebilir, farkındalığı ve içgörüyü artırabilir, kendinizi birden aydınlanmış hissetmenize neden olabilir.

Stan, o yıllarda çalışmaları da kendisi yönetirdi; hepimiz yoğun bir çalışmanın sonrası onun yakınlığını, rahatlatan dokunuşunu, başucumuzda duymuşuzdur. Transpersonel psikoloji denen araçla dünyayı değiştirecek bir avuç kahraman gibi hissettirmişti bize kendimizi...

Aslında beni oraya getiren yolculuk birkaç yıl önce başlamıştı, kızımı doğurup ilaç araştırmalarıyla ilgili bol seyahatli mesleğimden ayrılınca, daha önce eğitimini aldığım psikoterapi teknikleri aracılığıyla kanser hastalarıyla çalıştım. Ölüme yakın hastalarla yaptığımız gruplarda kader, isyan, kabullenme, depresyon, bitirilmemiş işler konuşulması gereken şeylerdi ama yaklaşan ölüm, konulara hep daha derin değişik tonlar kazandırırdı. Çoğu zaman grupta ne diyeceğimi bilemezdim ve literatürde de bu konuda ne kadar az bilgi olduğunu görürdüm. Böyle bir zamanda sevgili Levent'in sayesinde *Kozmik Oyun*'un ilk çevirisi imdadıma yetişti. Bambaşka bir amaçla okuduğum bu kitapla, aradığım derinliğin transpersonel psikolojide olduğunu, ancak böyle bir yaklaşımın ölüme giden yolda yardımcı olabileceğini anladım: doğum-ölüm-yeniden doğum döngüsü.

Grof'un öyküsü ise çok daha önceden başlamıştı: onun hayatı 1950'de asistan olarak çalıştığı Prag Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Bölümü'ne Sandoz araştırma laboratuvarından gelen bir kutu ile değişti. Bu kutu küçük bir miktar LSD-25 (dietilamid liserjik asid) içeriyordu ve kitapta da anlatıldığı gibi yanına da küçük bir not iliştirilmişti. Notta bu maddenin "psikotiklerle çalışan ruh sağlığı profesyonelleri için, devrimci ve alışılmamış bir öğrenme aracı olabileceği" yazılıdır.

Böylece Grof, Dr. Roubijck'in deneği olarak bir LSD seansına katılma şansı elde eder. Bir süre sonra maddenin etkileri başlar:

hafif bir baş dönmesi ve bulantıyı takiben inanılmaz renkli soyut ve geometrik şekillerin kaleydoskopik seriler halindeki fantastik oyunu... Grof daha sonra bilinçaltının ürettiği duygular, vizyonlar ve yaşama dair aydınlatıcı içgörülerle kuşatılır. Bu o kadar öğretici ve derin bir deneyimdir ki, yıllardır psikanalizde öğrendiklerini gölgede bırakır.

Daha sonra kendisini deneyin bir parçası olarak ışıkla uyarılan bir odaya alırlar. Orada inanılmaz parlaklık ve olağanüstü güzellikteki bir ışıkla karşılaşır Grof; bu tanrısal ışık milyonlarca güneş büyüklüğündedir ve kendisini adeta Hiroşima'daki atom bombası patlamasının ortasında hisseder. İlahi bir fırtınanın bilincini bedeninden uzaklaştırdığını ve odanın, yanındakilerin, Prag'da ya da dünyada olmanın farkındalığını yitirişini anlatır. Bilinci inanılmaz bir hızla genişler ve kozmik boyutlara ulaşır. Evren ve kendisi arasında bir sınır kalmamıştır artık. Daha sonra bu paradoksu şöyle tanımlar: Sovyetler Birliği tarafından yönetilen Marksist rejim altındaki bir ülkede bir psikiyatri kliniğinde, bir yirminci yüzyıl kimyacısı tarafından deney tüpünde üretilen bir madde ile ilgili ciddi bilimsel bir deneyin ortasında, Tanrı kendisini ona göstermek için bu anı seçmiştir!

Bu "olağandışı bilinç durumları"nın, doğuda ve birçok mistik öğretide kabul edildiği gibi, herkesin doğuştan gelen bir hakkı olduğunu bilmediğinden, her şeyi LSD'nin etkisine atfeder. Gene de bilinç durumları değişikliğinin psikiyatride çalışılabilecek en ilginç alan olduğu fikrindedir. Bu, Freud'un rüyalar için kullandığı deyimle "bilinçaltına giden kral yolu"dur! Buradaki şifa verici potansiyeli fark eden Grof, bütün yaşamını insan bilincini araştırmaya adar, binlerce LSD seansı yönetir, transpersonel psikolojinin de temelleri böylece atılmış olur.

Grof, 70'lerin başında Baltimore Üniversitesi'ndeki LSD araştırmalarını yürütmek için davet edildiği Amerika'da kalmaya karar verir ve 4 yıl sonra Güney Amerika kültürlerini inceleyen bir antropolog olan Joan Halifax ile tanışır. İkisi birden İzlanda Reykjavik'te düzenlenen Transpersonel Psikoloji konferansına

davet edilirler. Aynı konferansta bulunan ve ikilinin de yakın dostu olan, belki de bütün çağların en önemli mitolojisti Joseph Campbell, hemen orada kutup ışıklarının etkisiyle alevlenen bu âşık çift için unutulmaz bir Viking düğünü düzenlemeye karar verir. Bitmeyen gündüzün etkisi altındaki İzlanda'da, binlerce yıldır, gaipten haber almaların, arketiplerin, Tanrının çeşitli mucizelerinin hayat bulduğu bu mitolojik ortamda, konferansın 70 davetlisi de, Joan ve Stan'in simgelediği evrensel kadın ve erkek figürünün birlikteliğini Diyonizyen bir çoşku içinde kutlamaya hazırlanırlar. Bu, yüzyıllardır yani Hıristiyanlar geldiğinden beri bu topraklarda yapılmayan bir "hierosgamos"tur yani toprak ana ile gök babanın birlikteliği ve bu birlikteliğin sembolü de gökkuşağıdır. Grof'un *When the Impossible Happens* adlı kitabında anlattığı üzere düğün saunada başlar, eski bir volkan kraterinde düğün sofrası ile devam eder ve tam davetliler açık havada dansa başlamışken, beyaz gecede gökyüzünde çifte bir gökkuşağı belirir!

Bu muhteşem birleşmeye ve onca insanın heyecanına rağmen Stan ve Joan'ın birlikteliği uzun sürmez. Grof, Transpersonel Psikoloji ve LSD deneyleri ile ilgili bir kitap yazmak üzere bir teklif alıp Esalen, Kaliforniya'ya taşınınca ilişkileri sona erer. İlginç bir şekilde Joseph Campbell Stan'in ikinci evliliğinin de çöpçatanı olur!

Christina, Hawai'de yaşayan sıradan ve mutlu bir evliliği olan bir yoga hocasıdır. İkinci çocuğunun doğumu sırasında, sonradan Kundalini uyanışı olduğunu anladığı, bütün vücudunu sarsan enerji akımları deneyimler. Bu durum Siddha Yoga hocası olan Swami Muktananda ile karşılaşmasıyla daha belirgin ve kalıcı hale gelir. Nöbetler arasında tümüyle realiteye vakıf olmasına rağmen, vücudunu sarsan enerji deneyimleri sırasında başka âlemlerde olduğunu düşündüğü bilinç değişiklikleri yaşar. Onu tümüyle değiştiren ve evliliğini bitiren olaylara bir açıklama bulabilmek amacıyla üniversiteden hocası olan Campbell'i arar ve Joseph ona, dünyada insan bilinci hakkında en çok şeyi

bilen insan olarak nitelediği Grof'a danışmasını önerir. Bu tanışma, Christina ve Stan için, doğu ve batı dünyasından birçok öncüye ev sahipliği yapıp transpersonel psikolojiyi geliştirecekleri California Integral Studies Enstitüsü'nü kurmaları ve holotropik nefes çalışmalarını oluşturmaları yolunda bir başlangıç olur.

Grof, önce LSD deneylerine dayanarak bilincin ötesine uzanan ve bilinçaltı bir sembolizm ile hayatımızdaki birçok olayı açıklayan ve bu açıklamalarla şifa getiren bir yaklaşım oluşturur. Sonra Christina'nın Kundalini enerjisini dengelemek için geliştirdikleri nefes çalışmaları, bu deneyimleri güvenli bir ortamda ve aracı bir maddeye ihtiyaç kalmadan daha sağlıklı bir şekilde yaşamanın yollarını açar. 20 yıl boyunca bütün dünyada yüzlerce Holotropik Nefes Terapisti yetiştiren Grof, doğum deneyiminin önemini fark eder ve bilinçaltının doğum anından çok ötelere uzandığını binlerce hastası aracılığıyla gösterir. Bu kitapta okuyacağınız gibi, doğum matriksleri aracılığıyla hayatınıza damgasını vuran yaşantılar açıklaması, Grof açısından transpersonel psikolojinin tedavi ilkelerinin de temelini atar. Grof'un öğrencilerine pek çok kez söylediği gibi, "Dünyada herkes, politikacılar ve güç sahipleri de dahil, bir kez holotropik nefes çalışmasına katılsalar ve olağandışı bilinç durumlarının değiştiriciliğini bir kez olsun yaşasalar, dünya farklı bir yer olurdu." Onun çabası hep bunu sağlamak yolundaydı.

O serin ocak akşamı, Joshua Tree'de o masada otururken, ben de bu inanılmaz adamın deneyimleriyle bir noktada birleştiğimi, o haftanın benim hayatımda da inanılmaz izler bırakacağını biliyordum. "İmkânsız" hepimiz için olduğu gibi, benim için de gerçekleşecekti. Teşekkürler Stan...

Günnur Başar

TEŞEKKÜR

Bu kitap, insan psişesinin keşfedilmemiş yönlerinin araştırılmasıyla geçen kırk yıllık bireysel ve profesyonel yolculuğumda edindiğim felsefi ve ruhsal içgörüleri özetleme girişimidir. Bu, tek başıma başaramayacağım derecede karmaşık, zor ve bazen de engellerle dolu bir hac yolculuğu gibi olmuştur. Yıllar boyunca birçok insandan paha biçilmez yardımlar, ilham ve destek aldım. Bazıları yakın arkadaşım, diğerleri önemli öğretmenlerdi ve diğer birçoğu da yaşamımda her iki rolü de üstlendi. Hepsine tek tek teşekkür etmem zor, ancak bazılarını özellikle belirtmek istiyorum.

Bir "büyücünün" kızı –Bask mistik geleneğinden ruhsal bir öğretmen– ve antropolog Angeles Arrien benim için yıllarca gerçek bir dost ve önemli bir öğretmen oldu. Kırk yıllık ruhsal eğitiminin verdiği deneyimle insan ruhunun eril ve dişil yönlerini bütünleştiren ve "mistik yolu uygulamalı adımlarla yürüyen" canlı bir örnek olmuştur.

California Big Sur, Esalen Enstitüsü'ndeki eğitmenlik yıllarımın iki buçuk yılı boyunca bireysel ve profesyonel olarak yüzlerce saat tartışma şansını elde ettiğim Gregory Bateson benim için önemli bir öğretmen ve özel bir arkadaştı. Konuşmalarımızda mistik gerçekliği hiçbir zaman tam olarak kabul etmedi. Ancak araştırmacı zihninin keskin mantığı, bilimdeki mekanik düşünce yapısını katı bir şekilde eleştirmemi sağlayarak bana transpersonel görüş için büyük bir kapı açtı.

David Bohm'un çalışması, insan şuurunun doğası ve boyutlarıyla ilgili araştırmalarım ile bilimsel dünya görüşü arasında

bağlantı kurma çabalarıma en önemli katkılardan biri olmuştur. Bohm'un holografik evren modeli kendi teorilerim açısından paha biçilmez derecede önemlidir. Karl Pribram'ın holografik ilkelere dayanan beyin modeli bu köprü niteliğindeki çalışma için özellikle önem taşır.

Parlak düşünür, mitolog, usta öğretmen ve uzun yıllar arkadaşım olan Joseph Campbell mitolojinin anlamını ve kutsal gerçekliklere ulaştırmadaki işlevini görmemi sağladı. Düşüncelerimde güçlü bir etkisi olmuştur ve bireysel yaşantıma olan katkıları da eşdeğerdir. Bugün mitolojiyi –C. G. Jung ve Joseph Campbell'in anladığı şekliyle– psikoloji, ruhsallık ve din açısından son derece önemli buluyorum.

Fritjof Capra'nın sarsıcı eseri *Fiziğin Tao'su* kendi entelektüel arayışlarımda son derece etkili olmuştur. Kuantum-görelilik fiziğiyle Doğu felsefeleri arasındaki benzerliği göstererek ruhsallık ve transpersonel psikolojinin gelecekteki bilimsel paradigmanın ayrılmaz bir parçası olabileceğine dair beni ümitlendirdi. Kendi akademik eğitimimin kısıtlayıcılığından kurtulmamda oldukça etkili oldu. Yıllar süren arkadaşlığımız ilham kaynağım olmuştur.

Benedikten keşişi ve filozof David Steindl-Rast ruhsallık ve din arasındaki farkı görmeme yardımcı oldu. Hıristiyanlığın mistik özünü ve Kilise'nin karmaşık ve kafa karıştırıcı tarihiyle anlaşılması zor hale getirilen İsa'nın asıl mesajını anlamamı sağladı.

Antropolog olarak aldığı akademik eğitimle Amazonlardaki şamanik inisiyasyonunu bütünleştirebilen Michael Harner en yakın arkadaşım olduğu kadar önemli bir öğretmendir de. İnsanlığın en eski dini ve şifa sanatı olan Şamanizm'in hem teorisini hem de uygulamalı yönünü anlamamı sağladı. Bu bilgi Kuzey Amerika, Meksika, Güney Amerika ve Afrika şamanlarıyla yaşadığım doğrudan deneyimlerde tamamlayıcı oldu.

Doğrudan olmasa da Albert Hofmann'ın bireysel ve profesyonel yaşantımdaki etkisi diğer herkesten fazla olmuştur. Şans

eseri bulduğu LSD'nin güçlü psikodelik (psychedelic) etkileri bu maddeyi 1956 yılında yeni bir psikiyatristken denememe neden oldu. Bu deneyim bireysel ve profesyonel yaşantımı değiştirdi ve bende olağandışı şuur hallerine karşı yoğun bir ilgi uyandırdı.

Jack Kornfield iyi bir dost, çalışma arkadaşı ve manevi öğretmen olduğu kadar, hem meditasyon merkezinde hem de gündelik yaşamda "başarılı yöntemlerin" gerçek bir ustasıdır. Budist bir keşiş olarak aldığı yıllar süren öğreti ile Batı psikoloji eğitimini bir araya getirip bütünleştirebilmiştir. Onu tanıyan herkes, ister dostları ister öğrencileri olsun, sahip olduğu şefkat, bilgelik ve sıradışı nüktedanlığı takdir eder. Birbirimizi tanıdığımız yirmi yıl içinde birçok semineri birlikte düzenledik. Budizm ve ruhsallık hakkında ondan öğrendiklerim bu konuda okuduğum tüm kitaplardan daha fazladır.

Sistem felsefesi ve genel evrim teorisinin önde gelen savunucularından Ervin Laszlo profesyonel yaşamımda oldukça etkili oldu. Madde, yaşam ve zihne ait birleşik bir bilimin temellerini oluşturduğu kitapları ve kendisiyle yaptığım tartışmalar, kendi deneyimlerim ve gözlemlerimi anlamada en tatmin edici kavramsal çatıyı oluşturdu. Bu kitaplar ve tartışmalar, kendi buluşlarımı ruhsallık ve bilimi birleştiren daha kapsamlı bir dünya görüşüyle bütünleştirebilmemi sağladı.

Sıkı akademik eğitim, doğa ve insanlığın geleceği için kaygı ve maceracı bir ruhun ender rastlanan bir bileşkesi olan psikolog ve psikoterapist Ralph Metzner otuz yıl önceki ilk karşılaşmamızdan bu yana önemli bir arkadaş ve arayış yolculuğundaki dostum olmuştur. Zorlayıcı ve rahatsız edici deneyimler ve gözlemler karşısında duygusal ve entelektüel dengeyi sağlamada benim için önemli bir model olmuştur.

Diğer yakın arkadaşlarımdan Ram Dass en önemli ruhsal öğretmenlerimden biri olmuştur. Jnana, bhakti, karma ve raja yoga'nın kendine özgü bir bileşkesini sunan Ram Dass ruhsal yolculuğunun tüm zafer ve yenilgilerini bütün samimiyetiyle dile getiren ruhsal arayış içerisindeki insan arşetipinin kültürümüzdeki temsilcisi ol-

muştur. Birçok görüşmemiz sırasında kendine özgü içgörü ve fikirleriyle beni aydınlatmadığı bir an bile hatırlamıyorum.

Rupert Sheldrake, sıradışı zekâsı ve berrak görüşüyle geleneksel bilimin eksikliklerini görmemi sağladı. Kendi bulgularım, birlikte büyüdüğüm metafizik varsayımlarla çatışsa dahi yeni gözlemlere daha açık olmama ve kendi kararlarıma güvenmeme yardımcı oldu. Form, model, düzen ve anlam'a uygun açıklamalar getirilmesi gerekliliği üzerinde durması çalışmam açısından özellikle önem taşır.

En yakın arkadaşlarımdan psikolog, filozof ve astrolog Rick Tarnas yeni düşünce ve ilhamlarının daimi kaynağı olmuştur. Holotropik şuur halleri, arşetip psikolojisi ve transit astroloji arasındaki sıradışı ilişkileri keşfetmeye California, Big Sur, Esalen Enstitüsü'nde yaşadığımız yıllarda başladık ve son zamanlarda da California Bütünsel Çalışmalar Enstitüsü'nde (California Institute of Integral Studies-CIIS) birlikte verdiğimiz derslerde de devam ediyoruz. Rick yaptığı titiz araştırmalarla yaratılışın temelindeki yüce tasarımı derinden takdir etmeme yardımcı oldu.

Charles Tart, uzlaşmaz bir tutumla inandığı şeyleri savunma cesareti, dürüstlüğü ve kararlılığını göstererek parapsikoloji ve ruhsallık gibi tartışmalı ve yanlış anlaşılan konularda bile geleneksel olmayan araştırma yollarını izledi. Kendisini takdir ediyorum. Ondan çok şey öğrendim.

Frances Vaughan ve Roger Walsh transpersonel psikolojinin öncü ve liderlerindendir. Hem işte hem de yaşamda beraberler. Onlara bir çift olarak teşekkür etmek istiyorum. Benim için daimi bir ilham, destek ve cesaret kaynağı oldular. Ders, seminer ve yazılarında olduğu kadar özel yaşamlarında da bilim, ruhsallık ve aklı başında yaşamın birlikte olabileceğini gösterdiler. Onlar gibi dost ve çalışma arkadaşlarımın olması muhteşemdi.

Ken Wilber, bilim ve ruhsallığın gelecekteki uzlaşımı için sağlam felsefi temellerin oturtulmasında herkesten fazla çalıştı. Çıkardığı sarsıcı kitap dizisi Doğu'daki ve Batı'daki çeşitli alan

ve disiplinlerden toplanan verilerin sıradışı sentezini sunan bir şaheserdir. Her ne kadar ayrıntılar hakkında sık sık tartışsak da çalışması benim için zengin bir bilgi, ilham ve kavramsal meydan okuma kaynağı olmuştur. Bu kitap için yaptığı eleştirilere de çok teşekkür ediyorum.

Yaşamlarımıza getirdiği ilham ve neşe ile çalışmalarına verdiği yoğun destek için John Buchanan'a minnettarım. Son olarak Kaliforniya Bütünsel Çalışmalar Enstitüsü'nün (CIIS) başkanı Robert McDermott'a, tartışmalı transpersonel psikoloji alanında özgür fikir alışverişini desteklemedeki olağanüstü çabalarından ötürü saygılarımı sunmak istiyorum. Ayrıca bu kitabın taslağını okuduktan sonra yaptığı değerli yorumlar için de minnettarım.

Bireysel ve profesyonel yolculuğumun heyecanını ve zorluklarını benimle paylaşan aileme –eşim Christina, kardeşim Paul ve yakınlarda kaybettiğim anne ve babama– özel teşekkürlerimi iletmek istiyorum. Bu kitap için önemli bir kaynak oluşturan, tüm dünyadaki seminer ve eğitimlerde kullandığımız holotropik nefes çalışmasını Christina'yla birlikte geliştirdik. Yıllarca birlikte paylaştığımız ruhsal yolculuktaki katkılarından ötürü kendisine minnettarım. Ayrıca hem yakın birer dost hem de yetkin, sadık ve güvenilir çalışma arkadaşları olarak yaşamımda önemli rol oynayan Cary ve Tav Sparks'a teşekkürlerimi iletmek istiyorum.

Burada bu kitaba temel ve hayati katkılarda bulunan herkesin adını belirtmem mümkün değil. Yıllar boyunca birlikte çalıştığım ve olağandışı şuur hallerindeki deneyim ve içgörülerini benimle paylaşan binlerce insanı kastediyorum. Gerçekliğin gizli kalmış boyutlarını keşfetmekte gösterdikleri cesaret ile maceralarını benimle paylaşmakta gösterdikleri açıklık ve dürüstlükten ötürü onlara minnettarım.

1
GİRİŞ

Yaşayabileceğimiz en güzel deneyim gizemli olandır...
Bu duyguya yabancı olan, durup da hayretler içerisine
düşmeyen ve hayranlıktan mest olmayan ölmüş sayılır.

—Albert Einstein

Görüşünüzdeki doğal berraklığı yeniden kazanmak için
içinizdeki ışığı kullanın

—Lao-tzu

Bu kitap insanların ezelden beri varoluş hakkında sorduğu en temel sorularla ilgilidir. Evrenimiz nasıl oluştu? Yaşadığımız dünya cansız, atıl ve reaktif maddeyi içeren bazı mekanik süreçlerin basit bir ürünü müdür? Kozmosun yaratılışında ve evriminde yüce bir kozmik zekânın varlığı söz konusu mudur? Maddi gerçeklik yalnızca doğa yasalarıyla açıklanabilir mi, yoksa bu açıklamaları ortadan kaldıran güçler ve ilkeler var mıdır?

Zaman ve uzayın sınırlılığı ile ebediyet ve sınırsızlık ikilemini nasıl bağdaştıracağız? Evrendeki düzen, form ve anlamın kaynağı nedir? Yaşamla madde, şuurla beyin arasındaki ilişki nedir? Bu kitapta inceleyeceğimiz konuların birçoğu da günlük yaşamımızla oldukça ilgilidir. İyi ile kötü arasındaki çatışmayı, karma ve reenkarnasyon gizemini ve insan yaşamının anlamı sorununu nasıl yorumlayacağız?

Bu sorular psikiyatrik uygulamalar ve psikolojik araştırmalarda pek sorulmaz. Buna rağmen bu konular psikiyatri yaşamımda üzerinde çalıştığım insanların çoğunun zihninde kendiliğinden ve ısrarla belirmiştir. Bunların nedeni ise kırk yıllık profesyonel yaşantım sırasında odaklandığım araştırma alanıyla ilgilidir: olağandışı şuur hallerinin araştırılması.

Konuya ilgim 1956'da Çekoslovakya'daki Prag Tıp Fakültesi Psikiyatri Bölümü'nde beklenmedik bir şekilde başladı. Tıp Fakültesinden mezun olduktan birkaç ay sonra psikiyatri bölümündeki bir LSD deneyi için gönüllü oldum. Bu deneyim bireysel ve profesyonel yaşantımı derinden etkiledi ve kendimi şuur araştırmalarına bir yaşam boyu adamam için ilham kaynağı oldu.

Her ne kadar tüm olağandışı şuur halleriyle ilgilensem de en özgün deneyimleri, psikodelik araştırmalarında, kendiliğinden ortaya çıkan psikospiritüel krize girmiş insanlarla yaptığım tedavi çalışmalarında ve eşim Christina'yla geliştirdiğim holotropik nefes çalışmasında yaşadım. Olağan dışı şuur halleri, psikodelik terapisinde kimyasal yollarla elde edilir; ani ruhsal açılımlarda (spiritual emergency) bilinmeyen nedenlerden ötürü gündelik yaşamda belirir; holotropik nefes çalışmasındaysa hızlı solunum, uyarıcı müzik ve belirli bazı beden hareketlerinin birlikte kullanımıyla gerçekleşir. Kitapta bu üç alandan da bahsedeceğim; çünkü tamamıyla aynı olmasa da üçünden de elde edilen içgörüler benzerdir.

ŞUUR ARAŞTIRMASI VE DAİMİ FELSEFE

Daha önceki kitaplarımda duygusal ve psikosomatik rahatsızlıkların anlaşılmasında ve psikoterapide olağandışı şuur hallerinin sistemli olarak çalışılmasının öneminden bahsetmiştim (Grof 1985, 1992). Bu kitabın odak noktası ise daha geniş ve geneldir: çalışmalar sırasında ortaya çıkan sıradışı felsefi, metafizik ve ruhsal içgörüleri inceler. Bu araştırmada elde edilen deneyim ve gözlemler gerçekliğin gündelik farkındalığımızdan kaçan önemli yönlerini ve boyutlarını açığa çıkarmıştır.

Bu deneyimler ve ifade ettikleri varoluş gerçeklikleri çağlar boyunca Vedanta, Hinayana ve Mahayana Budizmi, Taoculuk, Tasavvuf, Gnostisizm, Hıristiyan mistisizmi, Kabala ve diğer birçok ruhsal öğreti çerçevesinde anlatılmıştır. Çalışmalarımda elde ettiğim sonuçlar ve modern şuur araştırmaları bu kadim öğretileri onaylamakta ve desteklemektedir. Bu nedenle bunlar, maddeci bilimin insan ve gerçekliğin doğası ile şuur hakkındaki temel varsayımlarıyla oldukça ters düşmektedir. Bu araştırmalar, şuurun beynin bir ürünü olmayıp aksine varoluşun temel ilkesi olduğunu ve fenomenal dünyada önemli bir rol oynadığını açıkça ifade eder.

Bu araştırma insan ruhu (psyche) hakkındaki görüşlerimizi de kökten değiştirir. En temelde hepimizin tüm varoluşla bir olduğunu ve kozmik yaratıcı ilkeyle özdeş olduğumuzu gösterir. Bu sonuç her ne kadar modern teknoloji toplumlarının dünya görüşleriyle ciddi şekilde ters düşse de dünyadaki büyük ruhsal ve mistik geleneklerin gerçeklik görüşüyle uyuşmaktadır. Anglo-Amerikan yazar ve filozof Aldous Huxley buna "daimi felsefe" (perennial philosophy) demiştir (Huxley 1945).

Modern şuur araştırmaları daimi felsefenin temel ilkelerini destekleyecek türden önemli veriler elde etmiştir. Bu araştırmalar tüm kozmosun temelinde amaçlı bir tasarım bulunduğunu ve tüm varoluşun yüce bir zekâyla kaplı olduğunu göstermiştir. Bu yeni keşiflerin ışığında ruhsallık insan yaşamındaki önemli ve haklı bir çaba olarak kabul edilmiştir, çünkü ruhsallık insan ruhunun ve nesnelerin evrensel planının önemli bir boyutunu yansıtır. Geçmişin mistik gelenekleri ve manevi felsefeleri, genellikle önemsenmemiş hatta "akıldışı" ve "bilimdışı" olmakla suçlanmıştır. Bu, haksız, adaletsiz ve bilgisizlik sonucu varılan bir yargıdır. Büyük manevi sistemlerin çoğu insan ruhunun ve şuurun yüzyıllar süren derinlemesine araştırılmasının ürünüdür ve birçok açıdan bilimsel araştırmayı andırırlar.

Bu sistemler, felsefelerine kaynaklık eden ruhsal deneyimleri meydana getirebilmek için ayrıntılı talimatlar verirler. Genel-

likle birçok yüzyılı aşan süre içerisinde bu deneyimlerden sistemli olarak veriler toplamış ve ortak görüş birliğinin onayına sunmuşlardır. Bunlar herhangi bir bilimsel çalışmada geçerli ve güvenilir bilgi elde etmenin gerekli aşamalarıdır (Smith 1976; Wilber 1997). Çeşitli daimi felsefe okullarına ait iddiaların modern şuur araştırmalarından elde edilen verilerle desteklenebilir olması oldukça heyecan vericidir.

Bu modern onayı olası kılan benlik araştırmaları –bu kitapta anlatıldığı şekliyle– eski ruhsal çalışmalar kadar bireysel özveri ve teslimiyet gerektirmez. Modern yaşamın karmaşasına hapsolmuş Batılılar için daha kolay ve uygulanabilirdirler. Psikodeliklerin yaygın bir şekilde rehbersiz olarak deneyimlenmesi bu maddelerin kullanımını tehlikeye atmış ve birçok idari ve kanuni kısıtlamalarla yasaklanmıştır. Ancak holotropik nefes çalışması bu kitapta anlatılan içgörülerin geçerliliğini görmek isteyen herkes için olası bir yöntemdir. Dünyanın her yerinde düzenlediğimiz seminerlerdeki deneyimlerimiz ve eğitim programını tamamlayıp holotropik nefes çalışmasını uygulatan yüzlerce insandan aldığımız bilgiler bu kitapta anlattıklarımın tekrarlanabilir olduğunu göstermiştir.

HOLOTROPİK ŞUUR HALLERİ

Çalışmalarımdaki ruhsal ve felsefi içgörülere geçmeden önce *olağandışı şuur halleri* terimiyle neyi kastettiğimi açıklamak istiyorum. Asıl ilgi alanım insan ruhu ve gerçekliğin doğası hakkında yararlı bilgi sağlayan verilere odaklanmaktır; özellikle de varoluşun ruhsal boyutlarının çeşitli yönlerini açığa çıkaranlara. Ayrıca bu deneyimlerin tedavi edici, dönüştürücü ve evrimsel olanaklarından bahsetmek istiyorum. Bu nedenle olağandışı şuur halleri terimi çok geneldir, çünkü bu açıdan bakıldığında ilginç ya da ilgili olmayan birçok şeyi de içerir.

Şuur çeşitli patolojik süreçler sayesinde çarpıcı şekilde değişebilir: serebral travmalar, zehirlenmeler, enfeksiyonlar ya da beyindeki dejeneratif ve dolaşımla ilgili süreçlerle. Bu koşullar

olağandışı şuur halleri sınıfına sokulabilecek çarpıcı zihinsel değişimlere yol açabilir. Ancak bu koşullar "geçici hezeyan" ya da "organik psikoz" haline neden olur ki bunlar klinik olarak önemli olsalar da konumuzla ilgisi yoktur. Hezeyan halinden mustarip insanlar genellikle uyum zorluğu çeker. Kim ve nerede olduklarını, hangi ay ya da yılda olduğumuzu bilemeyecek kadar kafaları karışmış olabilir. Genellikle akli fonksiyonlarda karışıklık gösterirler ve yaşadıkları deneyimleri hatırlamazlar.

Bu nedenle tartışmamızı, olağandışı şuur hallerinin çağdaş psikiyatride belli bir terimi olmayan önemli ve geniş bir alt grubuna daraltacağım. Diğerlerinden ayrılması ve özel bir kategoriye yerleştirilmesi gerektiğine inandığım için bu şuur hallerine *holotropik* (Grof, 1992) diyeceğim. Bu bileşik kelime "bütünlüğe yönlenmiş" ya da "bütünlüğe giden" anlamına gelir (Yunanca *holos* = bütün ve *trepein* = bir şeye doğru ya da bir şey yönünde ilerlemek). Bu terimin tam anlamı ve kullanımındaki geçerlilik nedeni kitapta daha sonra açığa çıkacaktır. Terim gündelik şuurumuzda tam ve bütün halde olmadığımızı ima eder; parçalanmış durumdayız ve kendimizi gerçekte olduğumuzun yalnızca ufak bir kısmı sanıyoruz.

Holotropik haller şuurdaki belli bir dönüşümle ayırt edilir. Bu dönüşüm, tüm duyulardaki algı değişiklikleri, yoğun ve sıradışı duygular ve düşünce süreçlerindeki derin farklılaşmalarla kendini gösterir. Genellikle yoğun psikosomatik belirtiler ve olağandışı davranışlar da bunlara eşlik eder. Şuur nitelik olarak derin ve kökten bir şekilde değişir, ancak hezeyan halindekinin aksine fazlaca bozulmaz. Holotropik hallerde varoluşun diğer boyutlarına giriş yaparız. Bu boyutlar yoğun ve sarsıcı olabilir. Ancak şuurumuzu kaybetmeyiz ve gündelik gerçeklikle bağımızı koparmayız. Birbirinden çok farklı iki gerçekliği aynı anda yaşarız.

Duyusal algılamadaki sıradışı değişiklikler holotropik hallerin önemli ve ayırt edici özelliğidir. Gözler açıkken çevredeki şekil ve renklerde yoğun değişiklikler deneyimleriz. Gözlerimizi kapadığımızda kişisel geçmişimiz ve kolektif şuurdışından ge-

len imgelerle dolabiliriz. Ayrıca doğanın, evrenin ve mitolojik gerçekliklerin çeşitli yönlerini betimleyen vizyonlar görebiliriz. Buna diğer duyuları da içeren birçok deneyim eşlik edebilir: çeşitli sesler, fiziksel duygular, kokular ve tatlar.

Holotropik hallerdeki duygular gündelik deneyimlerimizin oldukça ötesine geçen geniş bir yelpazeyi kapsar. Bunlar kendinden geçirici neşe, cennetsi mutluluk ve "tüm anlayışların ötesindeki huzur" gibi olumlu duygular olabileceği gibi yoğun korku, kızgınlık, ümitsizlik ve suçluluk gibi acı verici duygular da olabilir. Bu acı verici deneyimler bazı büyük dinlerin cehennem işkencesi tanımlarına benzetilebilir. Bu hallere eşlik eden fiziksel duygular da benzer şekildedir. Deneyimin içeriğine göre sağlıkta ve fizyolojik işlevlerde mükemmellik, oldukça yoğun orgazmik cinsel duygular yaşanabileceği gibi; ıstırap verici ağrı, basınç, mide bulantısı ve boğulma hisleri gibi aşırı gerginlik verici durumlar da deneyimlenebilir.

Holotropik hallerin özellikle ilginç yönlerinden biri de düşünce süreçleri üzerindeki etkisidir. Zihin bozulmamıştır, ancak gündelik işleyişinden oldukça farklı bir şekilde faaliyet gösterir. Her ne kadar sıradan konular hakkında karar verirken bu halimize güvenemeyebilirsek de çeşitli konular hakkında fevkalade yeni bilgilerle dolabiliriz. Kişisel geçmişimiz, şuurdışı dürtülerimiz, duygusal sorunlarımız ve diğer insanlarla yaşadığımız sorunlarla ilgili yoğun psikolojik içgörüler kazanabiliriz. Ayrıca aldığımız eğitimin ve aklımızın sınırlarını aşan, doğanın ve evrenin çeşitli yönleriyle ilgili sıradışı ilhamlar alabiliriz. Holotropik hallerde ortaya çıkan en önemli içgörüler felsefi, metafizik ve ruhsal konularla ilgilidir. İşte bu içgörülerin keşfi, bu kitabın ana konusudur.

HOLOTROPİK HALLERDE ORTAYA ÇIKAN FELSEFİ ve RUHSAL İÇGÖRÜLER

Holotropik şuur hallerinin içeriği genellikle felsefi ve mistiktir. Bu anlarda psikospiritüel ölüm ve doğum deneyimleri yaşaya-

biliriz ya da diğer insanlar, doğa, evren ve Tanrı'yla kendimizi bir hissedebiliriz. Başka enkarnasyonlardan kalma anıları hatırlayabilir, güçlü arşetipik varlıklarla karşılaşabilir, bedensiz varlıklarla iletişim kurabilir ve sayısız mitolojik gerçekliği ziyaret edebiliriz. Bu geniş deneyim yelpazesi beden dışı deneyimleri de içerebilir. Bu durumda bedensiz şuur optik algılamasını sürdürür ve bedeninin yakınında ya da uzağında çeşitli mekânlardaki olayları farklı açı ve uzaklıklardan gözlemleyebilir.

Holotropik deneyimler, kadim ve otantik teknikler –kutsal teknikler– yoluyla da meydana getirilebilir. Bu teknikler sırasında çeşitli davul, zil ve gonklar çalınabilir, ilahiler söylenebilir, ritmik danslar ile solunum ve meditasyon yöntemleri ya da bunların çeşitli bileşkeleri kullanılabilir. Ayrıca toplumdan ve duyusal uyaranlardan soyutlanma, besin ve uyku orucu, terleme, hatta bedendeki kanın boşaltılması, güçlü müshillerin kullanımı ve acı çekme gibi şiddetli fiziksel müdahaleleri bile içerebilir. Kutsal tekniklerin özellikle etkili yöntemlerinden biri de şuur değiştirici bitki ve maddelerin ayinsel kullanımı olmuştur.

Bu şuur değiştirici teknikler insanlığın manevi ve ayinsel geçmişinde önemli bir rol oynamıştır. Holotropik hallerin oluşturulması, şamanizm, geçiş törenleri ve yerli kültürlerin diğer ayinlerindeki odak noktasıdır. Bu haller ayrıca dünyanın çeşitli bölgelerinde ve özellikle de Akdeniz bölgesinde ortaya çıkan kadim ölüm ve yeniden doğum ayinlerinin ana unsuru olmuştur. Holotropik deneyimler yaygın dinlerin bazı mistik kolları için de aynı önemi taşımıştır. Bu ezoterik gelenekler, holotropik deneyimleri yaşatacak çeşitli manevi teknikler geliştirmiştir. Bunların arasında yoga, meditasyon ve konsantrasyon teknikleri, toplu ilahi söyleme, sema, derviş uygulamaları, Hıristiyan hesiastizmi ya da "İsa duası" ve diğer birçoğu gelir.

Modern zamanlarda şuur değiştirici tekniklerin yelpazesi oldukça genişlemiştir. Bu yelpazedeki klinik yaklaşımlar arasında şuur değiştirici bitkilerden elde edilen saf alkaloidler ya da sentetik psikodelikler ile hipnoz, temel terapi, yeniden doğum

ve holotropik nefes çalışması gibi etkin psikoterapi teknikleri vardır. Holotropik hallerin meydana getirilmesinde en yaygın laboratuvar yöntemi duyusal uyaranlardan soyutlanma olmuştur. Bu yöntem duyusal uyaranların çeşitli derecelerde azaltımına dayanır. İyi bilinen diğer yöntemlerden biri de biyofidbektir (biofeedback). Bu yöntemde kişinin beyin dalgalarındaki değişimlerle ilgili bilgiler belli şuur hallerine götüren bir rehber olarak kullanılır ve çeşitli akustik ve optik uyaranlarla beyin dalgalarının yönlendirilmesi için birçok özel elektronik aletlerden yararlanılır.

Holotropik hallerin herhangi bir neden olmadan ve genellikle de insanların iradeleri dışında çeşitli yoğunluk ve sürelerde kendiliğinden de ortaya çıkabileceğini vurgulamak gerekir. Modern psikiyatri mistik ve manevi hallerle psikotik vakaları ayırmadığı için bu halleri deneyimleyenlere genellikle hasta teşhisi konur, hastaneye kaldırılır ve ağır ilaç tedavisine maruz bırakılır. Eşim Christina ve bana göre bu hallerin çoğu aslında psikospiritüel krizler ya da ani ruhsal açılımlardır. Eğer bu krize giren insanlar gerektiği gibi anlaşılır ve deneyimli kişiler tarafından desteklenirlerse bu türden olaylar psikosomatik iyileşme, manevi açılım, olumlu kişilik dönüşümü ve şuur evrimiyle sonuçlanır (Grof ve Grof 1990).

KADİM BİLGELİK ve MODERN BİLİM

Az önce gördüğümüz gibi holotropik deneyimler birçok topluluğun törensel, manevi ve kültürel yaşamını şekillendirmiş birçok işlemin ortak paydasıdır. Bu deneyimler evrenin ve varoluşun ruhsal yapısını tanımlayan kozmoloji, mitoloji ve felsefeler ile dini geleneklerin ana kaynağı olmuştur. Onlar, şamanizm ve yerli kabilelerinin kutsal törenlerinden yaygın dinlere kadar tüm öğretileri içine alan manevi hayatın anlaşılması için anahtardır. Ancak en önemlisi yaratıcı olanaklarımızı tam olarak fark etmemizi sağlayacak zengin ve doyum verici bir yaşam stratejisi için gerekli, paha biçilmez derecede değerli ve gerçekçi talimatlar su-

nar. İşte bu nedenle Batılı bilimadamları maddeci önyargılarından kurtulup holotropik halleri önyargısız sistemli araştırmaya tabi tutmalıdır.

Yukarıda belirtilen holotropik şuur hallerinin tüm çeşitleriyle yakından ilgilendim ve çoğunda da kişisel deneyimlerim oldu. Ancak daha önce de söylediğim gibi profesyonel yaşamımın çoğu psikodelik terapisi, holotropik nefes çalışması ve ani ruhsal açılımların incelenmesiyle geçti. Bu üç durumda gözlemlenen deneyimleri harekete geçiren şey farklı olsa da deneyimlerin içeriği ile ifade ettikleri manevi ve felsefi içgörüler benzerdir.

Profesyonel yaşamım boyunca LSD, psilosibin, meskalin, dipropil-triptamin (DPT) ve metil-dioksi-amfetamin (MDA) gibi maddelerle dört binin üzerindeki psikodelik terapisini bizzat yönettim ve çalışma arkadaşlarımın yönettiği iki binin üzerinde terapiye katıldım. Bu terapilerin büyük bir çoğunluğu depresyon, psikonevroz, psikosomatik rahatsızlıklar, alkolizm ve narkotik ilaç bağımlılığı gibi duygusal ve psikosomatik rahatsızlıktan mustarip psikiyatri hastalarıydı.

Diğer büyük bir grubu ise çoğu ölümcül olan kanser hastaları oluşturuyordu. Bu çalışmada amaç, yalnızca duygusal gerginliği ve hastalığın yol açtığı fiziksel acıyı ortadan kaldırmak değil, aynı zamanda hastalara ölüm korkularını yenmeleri için mistik hallere ulaşmalarını sağlamak, ölüme karşı tavırlarını değiştirmek ve ölüm deneyimlerini dönüştürmekti. Geri kalan denekler psikiyatrist, psikolog, danışman, rahip, sanatçı ve çeşitli branşlardan bilimadamları gibi normal fakat değişik bir anlayış ve içgörü arayan psikodelik terapisi gönüllüleriydi.

Holotropik solunum seansları, profesyonellerin uzun süren eğitimi ve toplumun genelini temsil eden insanlarla yapılan çalışmalar çerçevesinde gerçekleşti. Uzun yıllar eşim Christina'yla çoğunluğu gruplar halinde ve istisnai olarak bireysel olan otuz binin üzerinde holotropik seans yönettik. Psikodelikler ve holotropik nefes çalışmasının yanı sıra aniden psikospiritüel krize gi-

ren birçok insanla da çalıştım. Bu ise kişisel ve profesyonel yaşamımda kendiliğinden gerçekleşti ve sistemli çalışma gerektiren özel projeler değildi.

Bu kitabı yazarken şuur araştırmaları alanındaki kırk yıllık çalışmalarımdan topladığım kayıtları da kullandım. Bu kayıtların özellikle temel ontolojik ve kozmolojik sorularla ilgili deneyim ve gözlemleri açıklayan kısımlarına yoğunlaştım. Bu holotropik kayıtların ortaya koyduğu sonuçlar, maddeci bilimin insan ve evrenin doğası hakkında formüle ettiği ve Batılı endüstrileşmiş medeniyetin resmi ideolojisi olan anlayışa karşı mantıksal olarak tutarlı bir alternatifti.

Holotropik haller yaşayıp bununla etkin bir şekilde bütünleşen kimseler "nesnel gerçekliğin" bağımsız sapmalarını temsil eden gerçekdışı dünya görüşleri geliştirmiyor. Onlar üstün kozmik zekâ tarafından yaratılmış ve sarmalanmış bir evren vizyonunun çeşitli yönlerini keşfediyorlar. Bu canlı evren, son tahlilde, kendi ruhları ya da şuurlarıyla bir ve aynıdır. Bu içgörüler, tarih boyunca dünyanın çeşitli bölgelerinde, genellikle de birbirinden bağımsız olarak, sürekli ortaya çıkan gerçeklik anlayışına oldukça benzerlik gösterir. Bu anlayış maddi gerçeklik deneyimlerini holotropik şuur hallerinde kazandıkları içgörülerle bütünleme fırsatını bulan tüm insanlarca paylaşılmıştır.

Bu bulgu, Batılı ve endüstrileşmiş toplumlarda çeşitli holotropik deneyimler yaşayıp da bunu yaygın kültürün inanç sistemleriyle bütünleştirememiş insanlar için sevindiricidir. Zıtlıkları nedeniyle bu insanların çoğu akli dengelerini sorgulamış ya da akli dengelerini danışmak için gittikleri veya iradeleri dışında götürüldükleri zihin sağlığı uzmanları tarafından sorgulanmıştır. Holotropik hal araştırmaları bu insanları destekler ve çağdaş psikiyatrinin eksik yönlerini açığa çıkarır. Bu araştırmalar insan ve gerçeğin doğasıyla ilgili anlayışımızın acil olarak ve radikal biçimde gözden geçirilmesi gerekliliğini vurgular.

Modern bilimin çeşitli dallarındaki devrim yaratıcı gelişmeler eskimiş maddeci dünya görüşünün büyüsünü bozdukça

kendimizin, doğanın ve evrenin daha kapsamlı bir anlayışının hatlarını görmeye başlıyoruz. Varoluşun doğası hakkında ortaya çıkmakta olan bu alternatif, bilimi ve ruhsallığı bütünleştirerek kadim geleneklerin önemli öğelerini teknolojik dünyamıza sunacaktır. Şu anda bile birbirinden bağımsız devrimci teorilerden ve böyle bir görüşün belirsiz hatlarından çok daha fazlasına sahibiz. Ervin Laszlo modern bilimin çeşitli dallarındaki en önemli teorik gelişmelerin parlak bir sentezini zaten yapmıştır (Laszlo 1993). Ken Wilber gerçekliğin böylesine bütüncül bir anlayışı için gerekli felsefi temelleri sağlayan disiplinlerarası sıradışı çerçeveyi formüle etmiştir (Wilber 1995, 1996, 1997).

Evren hakkındaki bu yeni görüş tamamlandığında, bilim öncesi gerçeklik anlayışına bir geri dönüş değil, geçmişle şimdi arasında köprü kuran yaratıcı bir sentez olacaktır. Modern bilimin tüm başarılarını elinde bulunduran ve Batı medeniyetine kaybettiği manevi değerleri yeniden sunan bir dünya görüşü bireysel ve kolektif yaşamlarımızda oldukça etkili olabilir. Şuna yürekten inanıyorum ki, bu kitapta incelenen holotropik hallerden elde edilen deneyimler ve gözlemler, acıyla doğmakta olan bu heyecan verici yeni gerçeklik görüşünün ayrılmaz bir parçası olacaktır.

2

KOZMOS, ŞUUR ve RUH

İlerledikçe ve içimizde ve nesnelerde bulunan ruhu fark ettikçe bitki, metal, atom, elektrik ve fiziksel doğaya ait her şeyde şuur olduğunu göreceğiz.

—Sri Aurobindo, *Yoga Sentezi*

Diğer birçok insanla aramdaki fark "ayırıcı duvarların" benim için şeffaf olmasıdır.

—C. G. Jung, *Anılar, Düşler, Düşünceler*

MADDECİ BİLİMİN DÜNYA GÖRÜŞÜ

Batıdaki bilime göre evren, kendi kendini yaratmış maddi parçacıkların devasa ve karmaşık bir topluluğudur. Yaşam, şuur ve zekâ kozmik sahneye sonradan gelen önemsiz ve tesadüfi niteliklerdir. Varoluşun bu üç niteliği, sözde maddenin milyarlarca yıl süren evriminden sonra sınırsız kozmosun yalnızca önemsiz bir kısmında belirmiştir. Bu görüşe göre yaşam, köklerini, ilksel okyanus içindeki atomları ve inorganik molekülleri organik bileşikler haline getiren rasgele kimyasal süreçlere borçludur. Bu organik madde daha sonraki evrimi sırasında kendi kendini sürdürme, üreme ve hücre organizasyonu kazanmıştır. Tek hücreli organizmalar gittikçe daha kapsamlı (çok hücreli) yaşam formla-

rı oluşturmuş ve yeryüzünde *Homo Sapiens*'i de içeren birçok türe evrimleşmiştir.

Bize söylendiğine göre şuur, merkezi sinir sistemindeki fizyolojik süreçlerin karmaşıklığı nedeniyle evrimin daha sonraki safhalarında ortaya çıkmıştır. Şuur beynin bir ürünüdür ve bu nedenle de kafatasımızın içine sıkışmıştır. Bu açıdan bakıldığında şuur ve zekâ insanlara ve gelişmiş hayvanlara özgüdür. Biyolojik sistemlerden bağımsız değildir ve olamaz da. Bu gerçeklik anlayışına göre ruhumuzun içeriği doğduğumuz andan itibaren duyu organları aracılığıyla dış dünyadan alınan bilgilerle sınırlıdır.

Burada Batılı bilimadamları İngiliz ampirik felsefe okulunun şu eski deyişiyle hemfikirdir: "Duyu organlarından geçmeyen hiçbir şey zihinde var olamaz." Önce John Locke tarafından on sekizinci yüzyılda ileri sürülen bu görüş duyular dışı algılama (DDA) –telepati, durugörü ya da uzak mekânların açıkça algılandığı beden dışı deneyimler gibi duyular dışında bilgi kazanma– olasılığını doğal olarak kabul etmez.

Ek olarak duyusal girdilerin içeriği ve kapsamı çevresel koşullar ile duyularımızın fiziksel özellikleri ve sınırlılıkları tarafından belirlenir. Örneğin nesneleri aramızda bir duvar varsa göremeyiz. Ufku geçen gemiyi ve Ay'ın öteki yüzünü algılayamayız. Benzer şekilde dışarıdaki bir olayın yarattığı akustik dalgalar kulağımıza ulaştığında yeterli yoğunlukta değilse sesleri duyamayız. Televizyon ya da telefon gibi modern teknolojik aletleri kullanmadığımız sürece San Fransisco'dan New York'taki arkadaşlarımızın ne yaptığını göremeyiz ya da duyamayız.

MODERN ŞUUR ARAŞTIRMALARI ESKİ KAVRAMLARA MEYDAN OKUYOR

Olağandışı şuur hallerindeki deneyimler insan ruhunun olanakları ve duyularımızın sınırlarına dair böylesine dar bir görüşe meydan okur. Bu şuur hallerindeki olası deneyimler maddeci bilimadamlarının söylediği gibi doğumumuzdan sonraki anılar ve Freud'un kişisel şuurdışı kavramıyla sınırlı değildir.

Holotropik deneyimler Anglo-Amerikan yazar ve filozof Alan Watts'ın şakayla bahsettiği "deriyle sarmalanmış ego"nun çok daha ötelerine gider. Bizleri, ruhun Batılı psikolog ve psikiyatristlerce henüz tanımlanmamış bölgelerine götürürler. Holotropik hallerde ortaya çıkan fenomenleri tanımlamak ve sınıflandırmak için geleneksel ruh anlayışını genişleten yeni bir insan deneyimi haritası hazırladım. Bu çerçevede bu yeni haritanın temel özelliklerini kısaca özetleyeceğim. Daha ayrıntılı açıklamalar daha önceki kitaplarımda bulunabilir (Grof 1975, 1988).

Holotropik hallerde ortaya çıkabilecek tüm deneyimleri açıklamak için Batılı ruh anlayışını iki yeni alanla oldukça genişletmek durumunda kaldım. Bunlardan birincisi doğum travmasına bağlı yoğun fiziksel his ve duygu deposudur. Bunlar bedenin çeşitli bölgelerindeki yoğun fiziksel acı, boğulma hissi, hayati endişe, ümitsizlik ve yoğun öfke gibi hislerdir. Bu aşamada doğum, ölüm, seks ve şiddet konularına karşılık gelen geniş bir sembolik imge yelpazesi de vardır. Ruhun bu düzeyine biyolojik doğumla ilgisi nedeniyle *perinatal* (Yunanca *peri* = çevresinde ya da yakınında, ve Latince *natalis* = çocuk doğumuyla ilgili) diyorum. Bu konuya doğum, seks ve ölümün ruhsal boyutlarını inceleyen bölümde döneceğim.

Benim haritamda insan deneyimine eklediğim ikinci alana *transpersonel* denilebilir; çünkü bu düzeyde bedene ve egoya ait alışılmış kişisel sınırlar aşılır. Transpersonel deneyimler dış dünya ve başka gerçeklik boyutlarını kapsayarak insanın benlik duygusunu oldukça genişletir. Örneğin transpersonel deneyimlerin önemli bir kategorisinde diğer insanlar, hayvanlar, bitkiler ve doğa ya da kozmosun çeşitli yönleriyle otantik bir özdeşleşme yaşanır.

Transpersonel olgunun diğer bir önemli kısmı da İsviçreli psikiyatrist C. G. Jung'un (1959) kolektif şuurdışı terimiyle açıklanabilir. Bu geniş atasal, ırksal, ve kolektif anılar insanlığın tüm tarihi ve kültürel mirasını içerir. Ayrıca Jung'un arşetipler dediği ilksel düzenleyici ilkeleri barındırır. Jung'a göre arşetipler ruhu-

muzdaki süreçleri olduğu kadar dünyadaki olayları da yönetir. Ayrıca mitolojik gerçeklik ve varlık panteonlarıyla ruhun sonsuz derecede zengin imgelem dünyasının ardındaki yaratıcı güçtür. Holotropik hallerde kolektif şuurdışının içerikleri şuurlu olarak deneyimlenebilir.

Perinatal ve transpersonel deneyimler ayrıntılı olarak incelendiğinde kişisel insan ruhuyla evrenin geri kalanı arasındaki sınırların kişisel bir yanılsama olduğu ve aşılabileceği görülür. Bu çalışma sonuçta hepimizin tüm varoluşla bir olduğu görüşünü önemli ölçüde destekler. Yani gündelik şuurumuzda nesne olarak algıladığımız şeyler holotropik hallerde öznel olarak algılanabilir. Dünyanın tüm zaman ve mekânlardaki bütün niteliklerine ek olarak kolektif şuurdışının arşetipsel varlıkları ve mitolojik planları gibi başka gerçeklik boyutlarının çeşitli nitelikleri deneyimlenebilir.

Holotropik hallerde biyolojik doğumumuzun aşamalarını, doğum öncesi yaşamımızı, hatta döllenişimizin hücresel bir kaydını bile oldukça ayrıntılı bir biçimde deneyimleyebiliriz. Transpersonel deneyimler yakın veya uzak atalarımızın yaşamlarından anıları çağırabilir ya da ırksal veya kolektif şuurdışının gerçekliğine götürebilir. Daha önceki enkarnasyonlardan ve hatta hayvan ataların yaşamlarından kalma bazı anıları hatırlamamızı sağlayabilir. Başka insanlar, insan toplulukları, hayvanlar, bitkiler ve hatta inorganik nesneler ve süreçlerle tam şuurlu olarak özdeşleşebiliriz. Bu deneyimler sırasında evrenin çeşitli yönleriyle ilgili –şu anki yaşamımızda sıradan yollarla elde edemeyeceğimiz verileri de kapsayan– tamamıyla yeni ve doğru bilgiler elde edebiliriz.

Gündelik algılarımızla göremediğimiz bu boyutları yeterli derecede deneyimledikten sonra varlık ve gerçeğin doğasıyla ilgili görüşlerimiz kökten bir değişime uğrar. Kazandığımız en temel metafizik içgörüye göre evren maddi parçacıkların mekanik bir etkileşimi sonucu evrimleşmiş otonom bir sistem değildir. Evrenin evrimleşen maddeden ibaret olduğunu söyleyen

maddeci bilimin en temel varsayımını ciddiye almak olanaksız hale gelir. Çünkü çalışmalarımızda ilahi olanı, kutsallığı ya da varoluşun mantık ötesi boyutlarını doğrudan çok yoğun ve ikna edici şekilde deneyimledik.

CANLI EVREN

Transpersonel deneyimlerin ardından dünya görüşümüz çeşitli yerli halkların ve kadim kültürlerinin evren görüşlerinin bazı temel yönlerini kapsayacak şekilde genişler. Bu gelişim zekâ, eğitim ve mesleğimizden bağımsız olarak gerçekleşir. Hayvanlar, bitkiler ve hatta inorganik maddeler ve süreçlerle şuurlu olarak yaşanan doğrudan ve inandırıcı deneyimler tüm evreni canlı olarak gören canlıcı (animistik) kültürlerin inançlarını daha kolay anlamamızı sağlar. Onlara göre yalnızca hayvanlar değil ağaçlar, nehirler, dağlar, Güneş, Ay ve yıldızlar da canlıdır.

Aşağıdaki deneyim holotropik şuur hallerinde inorganik nesnelerin nasıl ilahi varlıklar olarak algılandığını gösterir. Eğitimli ve zeki bir insan olan John'un deneyimidir bu. Nevada'daki Sierra'nın yükseklerinde arkadaşlarıyla kamp yaparken gündelik kimliğini kaybedip granit bir dağla şuurlu olarak nasıl özdeşleştiğini anlatır.

> Geniş ve düz bir granit parçasının üzerinde, ayağını dağdan aşağıya akan berrak nehre uzatmış dinleniyordum. Işınlarını tüm varlığımla alarak güneşleniyordum. Giderek gevşerken hayal bile edemeyeceğim bir huzur hissettim. Zaman giderek yavaşladı ve sonunda durdu. Ebediyetin dokunuşunu hissettim.
>
> Yavaş yavaş sınır anlayışımı kaybettim ve granit dağla bir oldum. Tüm içsel karmaşa ve konuşmalar dindi ve yerini mutlak dinginliğe bıraktı. Erdiğimi hissettim. Tüm arzularımın doyuma ulaştığı, tüm gereksinimlerimin tatmin olduğu ve tüm sorularımın yanıt bulduğu mutlak bir dinginlik durumundaydım. Birden bu dipsiz, anlaşılmaz huzurun granitin doğasıyla ilgili olduğunu fark ettim. Ne kadar inanılmaz olsa da granitin şuuruna dönüştüğümü hissettim.

Aniden neden Mısırlıların granit tanrı heykelleri yaptığını ve neden Hindulaın Himalayaları Şiva'nın uzanan figürü olarak gördüğünü anladım. Tapındıkları bu dingin şuur haliydi. Olumsuz hava koşullarının etkisiyle granitin yüzeyinin bozulması bile milyonlarca yıl alır. Bu sırada değişken organik dünya sayısız dönüşüme uğrar: türler ortaya çıkar, yaşar ve yok olur; krallıklar kurulur, hüküm sürer, başkalarıyla yer değiştirir ve binlerce nesil anlamsız oyunlarını oynar. Granit dağ görkemli bir tanık gibi, bir tanrı gibi, olan her şeyden bağımsız kıpırdatılamaz bir şekilde orada durur.

TANRILARIN ve ŞEYTANLARIN DÜNYASI

Holotropik şuur halleri, evrenin mitolojik varlıklarla dolu olduğuna ve çeşitli mutlu ve öfkeli tanrılarla yönetildiğine inanan kültürlerin dünya görüşleri hakkında derin içgörüler kazandırır. Bu hallerde tanrıların, şeytanların, mitolojik kahramanların, insan üstü varlıkların ve ruhsal rehberlerin dünyasını doğrudan deneyimleyebiliriz. Bu deneyimlerdeki imgeler kolektif şuurdışından alınabilir ve insanlık tarihindeki herhangi bir kültürden mitolojik figürleri ve temaları vurgular. Bu âlemin kişisel bazda derinlemesine deneyimlenmesi, endüstri öncesi toplumlardaki kozmosa ait imgelerin batıl birer inanç ya da ilkel "majik düşünce"nin ürünü olmadığını fark etmemizi sağlar.

Bu deneyimlerin gerçek olduğunun oldukça ikna edici bir kanıtı da, diğer transpersonel olgularda olduğu gibi, çeşitli arşetipsel varlıklar ve âlemler hakkında yeni ve doğru bilgiler kazandırabilmesidir. Bu bilginin doğası, çerçevesi ve niteliği farklı mitolojiler hakkında önceden sahip olduğumuz entelektüel bilgiyi aşar. Böyle gözlemler C. G. Jung'u kolektif şuurdışı fikrine götürmüştür. Jung'a göre Sigmund Freud'un tanımladığı şuurdışının yanı sıra bizi tüm insanlığın kültürel mirasına bağlayan bir de kolektif şuurdışı vardır.

Şimdi holotropik şuur halleriyle ilgili çalışmalarım sırasında gözlemlediğim en ilginç deneyimlerden birini buna örnek olarak anlatacağım. Anlatacağım örnekteki insan kronik depresyon

ve patolojik ölüm korkusu (tanatofobi) nedeniyle Prag'da tedavi gören Otto'dur. Otto psikedelik seanslarının birinde bir dizi ölüm ve doğum deneyimi yaşadı. Deneyim devam ederken dehşet verici bir domuz tanrıça tarafından korunan korkutucu bir alt dünya vizyonu gördü. Bu evrede aniden geometrik bir şekil çizme ihtiyacı hissetti.

Her ne kadar seansları sırasında hastalarımdan genellikle gözleri kapalı uzanmalarını ve deneyimleri içselleştirmelerini istesem de Otto bu evrede gözlerini açtı, oturdu ve aceleyle kâğıt ve kalem getirmemi istedi. Bir dizi çok karmaşık ve soyut şekil çizdikten sonra büyük bir doyumsuzluk ve ümitsizlikle bu karmaşık şekilleri düşünmeden yırtıp buruşturdu. Çizimlerinden hiç tatmin olmamıştı ve "doğru" yapamadığı için ümitsizliği gitgide artıyordu. Ne yapmaya çalıştığını sorduğumda açıklayamadı. Yalnızca bu geometrik şekilleri çizmeye karşı dayanılmaz bir ihtiyaç duyduğunu ve bir şekilde seansının başarıyla tamamlanması için bu şekli doğru çizmesinin gerekli olduğuna inandığını söyledi.

Bu temanın Otto için önemli olduğu açıktı ve bunu anlaması gerektiğine inanıyordu. O aralar aldığım Freudcu eğitimin hayli etkisi altındaydım ve serbest çağrışım yöntemini kullanarak bu garip davranışın altında yatan şuurdışı nedenleri belirlemek için elimden geleni yaptım. Bu konu üzerinde oldukça zaman harcadık, ancak pek başarılı olamadık. Tüm bu olanlar bir şey ifade etmiyordu. Sonunda olay başka alanlara kaydı ve konu üzerinde düşünmeyi bıraktım. Yıllar sonra ABD'ye taşınana kadar olay gizemini korudu.

Baltimore'da kaldığım sıralarda bir arkadaşım araştırmamın, mitolojiyle olan bağlantısı açısından, Joseph Campbell'ın ilgisini çekebileceğini söyledi ve onunla bir görüşme ayarlamayı önerdi. Birkaç karşılaşmadan sonra iyi arkadaş olduk ve Campbell hem kişisel hem de profesyonel yaşantımda daha sonra önemli bir rol oynadı. Joseph birçokları tarafından yirminci yüzyılın ve hatta tüm zamanların en büyük mitoloji uzmanı olarak nitelendirilir. Ger-

çekten de keskin bir zekâsı vardı ve dünya mitolojileri konusunda canlı bir ansiklopedi gibiydi. Mitoloji araştırmaları için önemli olduğunu düşündüğü olağandışı şuur hallerine karşı yoğun bir ilgisi vardı (Campbell 1972). Yıllar içerisinde ilginç tartışmalarımız oldu. Bu tartışmalar sırasında kendisiyle çalışmalarımda anlam veremediğim anlaşılması zor arşetipsel deneyimlerle ilgili gözlemlerimi paylaştım. Joseph çoğu kez deneyimlerdeki sembolizmin kültürel kaynağını belirlemekte güçlük çekmiyordu.

Bu tartışmaların birinde yukarıdaki olayı anımsadım ve kendisiyle paylaştım. Hiç duraksamadan "Harikulade" dedi Joseph, "Ölümün Kozmik Karanlık Anası, Yeni Gine'deki Malekulanların Ölümcül Ana Tanrıçası." Malekulanların Ölünün Yolculuğu sırasında bu tanrıçayla karşılaşacaklarına inandıklarını anlatarak devam etti. Bu tanrıça belirgin domuz hatları olan korkunç bir dişi figür formundaydı. Malekulan geleneğine göre alt dünyanın girişinde durur ve karmaşık bir kutsal labirenti korurdu.

Malekulanların domuz besleme ve kurban etmeyi kapsayan ayrıntılı törenleri vardır. Bu karmaşık törenler annelerine ve nihayetinde de Ölümcül Ana Tanrıça'ya bağımlılıktan kurtulmayı amaçlıyordu. Malekulanlar zamanlarının büyük bir kısmını labirent çizimine ayırırlardı, çünkü bunda ustalaşmak öte âleme başarılı bir yolculuk yapmak için elzemdi. Joseph sözlük gibi bilgisiyle araştırmamda karşılaştığım bu bulmacanın önemli bir bölümünü çözebildi. Bulmacanın onun bile yanıtlayamadığı kısmı ise terapinin o anında hastanın neden o Malekulan tanrıçasıyla karşılaştığıydı. Ancak patolojik ölüm korkusu olan biri için ölüm sonrası yolculukta ustalaşma işi oldukça anlamlıydı.

C. G. JUNG ve EVRENSEL ARŞETİPLER

Holotropik hallerde ruhumuzun mitolojik figür panteonlarına ve yaşadıkları yerlere gidebildiğini keşfederiz. C. G. Jung'a göre bunlar, kolektif şuurdışının doğasındaki ilksel evrensel ilkelerin tezahürleridir. Arşetipsel figürler iki kategoriye ayrılır. İlki çeşitli evrensel rolleri ve işlevleri olan iyi ve kötü varlıklardır. Bunların

en bilinenleri Büyük Ana Tanrıça, Korkunç Ana Tanrıça, Yaşlı Bilge Adam, Ebedi Genç (Puer Eternus ve Puella Eterna), Âşıklar, Azrail ve Hilekâr'dır. Jung ayrıca erkeklerin şuurdışında Anima diye adlandırdığı ortak bir dişil ilkeyi keşfetmiştir. Kadınların şuurdışında buna karşılık gelen eril prensip ise Animus'tur. İnsan kişiliğinin karanlık, yıkıcı yönü Jung psikolojisinde Gölge olarak adlandırılır.

Holotropik hallerde tüm bu ilkeler, karmaşık ve değişken görünümlerle, temsil ettikleri sayısız anlamı toplayarak holografik bir şekilde tezahür eder. Burada örnek olarak arşetipler dünyasıyla kendi karşılaşmamı vereceğim.

> Seansın sonunda parlak bir şekilde aydınlatılmış geniş bir sahne gördüm. Bu sahne zaman ve mekânın ötesindeydi. Süslü perdesi dünyanın tüm tarihini kapsayan ayrıntılı şekillerle donanmıştı. Sezgisel olarak, insanlık tarihine şekil veren güçlerin oynadığı Kozmik Drama Tiyatrosu'nda olduğumu anladım. Sahneye girip kendini takdim eden ve sonra yavaşça ayrılan gizemli figürleri izlemeye başladım.
>
> Karmaşık bir etkileşimle olgular dünyası illüzyonunu, Hinduların *lila* dedikleri ilahi oyunu yaratan kişileşmiş evrensel prensipleri, arşetipleri gördüğümü anladım. Birçok kimliği, işlevi ve hatta sahneyi özetleyen, her kalıba giren şahsiyetlerdi bunlar. Onları izlerken aynı anda hem bir hem de çok olmak suretiyle şekillerini oldukça ayrıntılı holografik geçişlerle değiştirdiler. Birçok farklı yüzleri, düzeyleri ve anlam boyutları olduğunu biliyordum, ancak özel bir şeye odaklanamıyordum. Figürlerin hepsi hem kendi işlevinin özünü hem de temsil ettiği ilkenin somut tezahürünü aynı anda temsil ediyor gibiydi.
>
> İllüzyon dünyasını simgeleyen sihirli eterik figür Maya, ebedi Dişi'yi temsil eden Anima, savaş ve şiddetin Mars'a benzer temsilcisi Savaşçı, çağlar boyu tüm cinsel oyunları ve aşk öykülerini temsil eden Âşıklar, Asil Hükümran ya da İmparator figürü, içine kapalı Münzevî, yılışık ve güvenilmez Hilekâr ve diğer birçoğu sahnedeydi. Sahneden geçerken evrenin ilahi oyunundaki mükemmel icraları için alkış bekliyormuş gibi bana doğru eğildiler.

İkinci kategorideki arşetipsel figürler belli kültürler, coğrafi bölgeler ve tarihi dönemlerle ilgili çeşitli tanrıları ve şeytanları kapsar. Örneğin Büyük Ana Tanrıça'nın evrensel bir imgesi yerine Meryem Ana, Hindu tanrıça Lakshmi ve Parvati, Mısırlı İsis, Yunan Hera gibi diğer birçok kültürel formundan birini deneyimleyebiliriz. Benzer şekilde, Hintli Kali, Kolomb öncesi döneme ait yılan başlı Coatlicue ya da Mısır'ın aslan başlı Sekmet'i yukarıdaki örnekte anlatılan Malekulan domuz tanrıçasıyla birlikte Karanlık Ana Tanrıça'ya örnektir. Bu imgelerin kendi ırksal ve kültürel geçmişimizle sınırlı olması gerekmez. Herhangi bir insan topluluğunun mitolojisinden, hatta hiç duymadıklarımızdan bile gelebilir.

Çalışmalarımda başkaları tarafından öldürüldükten ya da kendini kurban ettikten sonra tekrar hayata dönen farklı kültürlerin çeşitli tanrılarıyla karşılaşmalar ve hatta özdeşleşmeler sıkça gerçekleşirdi. Ölüm ve yeniden doğuşu temsil eden bu figürler, içsel keşif perinatal safhaya gelip ruhsal yeniden doğuş formu aldığında kendiliğinden ortaya çıkıyordu. Bu aşamada birçok insan çarmıha gerilme vizyonları görüyor ya da çarmıhtaki İsa'yla acı verici bir özdeşleşme yaşıyordu. Avrupa-Amerikan geçmişli insanlar için bu temanın belirmesi anlamlıdır, çünkü Hıristiyanlık yüzyıllardır Batı kültüründe önemli bir rol oynamıştır.

Ancak Japonya ve Hindistan'daki holotropik nefes çalışması seminerlerimiz sırasında da İsa'yla özdeşleşme deneyimleri gördük. Bunlar evveliyatı Budist, Şinto ya da Hindu olan insanlardı. Anglo-Saksonlar, Slavlar ve Yahudiler de psikodelik ya da holotropik nefes çalışması seanslarında Şiva ya da Buda, Mısırlı Yeniden Doğuş tanrısı Osiris, Sümer tanrıçası İnanna ya da Yunan tanrıları Persefon, Dionizos, Attis ve Adonis'le özdeşleşti. Azteklerin ölüm ve yeniden doğuş tanrısı Quetzalcoatl ya da Tüylü Yılan, Mayaların Popol Vuh'undaki Kahraman İkizlerden biriyle sıkça özdeşleşilmesi daha da ilginçti, çünkü bu tanrılar genellikle Batı'da pek bilinmeyen mitolojilere aittir.

Arşetipsel figürlerle karşılaşmalar oldukça etkileyiciydi ve genellikle kişinin ırksal, kültürel ve eğitimsel geçmişi ile bu mitolojiler hakkında daha önceden sahip olduğu entelektüel bilgiden bağımsız, yeni ve ayrıntılı bilgiler getiriyordu. Bu deneyimlere –karşılaşılan varlıkların yapısına göre– vecd halinden dehşet verici metafizik korkuya kadar değişen oldukça yoğun duygular eşlik ediyordu. Bu karşılaşmaları yaşayan insanlar arşetipsel figürleri daha üst bir plana ait ve maddi dünyamızdaki olayları yönlendirebilecek sıradışı enerji ve güçlere sahip varlıklar olarak genellikle büyük bir hayranlık ve saygıyla izlediler. Böylece tanrı ve şeytanların varlığına inanan endüstri öncesi toplumların tutumlarını paylaştılar.

Ancak bu insanların hiçbiri arşetipsel figürlerle olan karşılaşmalarını evrendeki yüce ilkeyle karşılaşma olarak görmedi ya da evrenin mutlak anlayışını kazandıklarını iddia etmedi. Bu tanrıları, onları aşan daha yüce bir gücün yarattığı varlıklar olarak deneyimlediler. Bu içgörü Joseph Campbell'in tanrılar "aşkın olana götürmelidir" fikrini anımsatır. İlahi kaynağa götüren köprü rolünü oynamalı, ancak onunla karıştırılmamalıdır. Sistemli özkeşif ya da ruhsal çalışmalarla ilgilenirken belli bir tanrıyı Mutlak'a götüren bir pencere olarak algılamak yerine onu ulaşılmaz yapıp mutlak kozmik güç olarak görme hatasına düşmemek gerekir.

Belli bir arşetipsel imgeyi yaratılışın mutlak kaynağı olarak görmek putperestliğe götürür ki bu, dinlerin ve kültürlerin tarihinde oldukça sık tekrarlanmış bölücü ve tehlikeli bir hatadır. Aynı inancı paylaşan insanları birleştirebilir; ancak bu topluluğu ilahiliğin farklı bir ifadesini benimsemiş diğer gruplara düşman kılar. Bu grup daha sonra başkalarının dinini değiştirmeye, onları fethetmeye ve ortadan kaldırmaya çalışabilir. Halbuki gerçek din evrenseldir ve her şeyi kuşatır. Kültürlerle sınırlı arşetipsel imgeleri aşmalı ve formların mutlak kaynağına odaklanmalıyız. Bu nedenle din dünyasındaki en önemli soru evrendeki yüce ilkenin doğası hakkındadır. Önümüzdeki

bölümde, bu konuyla ilgili olarak, holotropik şuur hallerinden elde edilmiş içgörüleri inceleyeceğiz.

3
KOZMİK YARATICI İLKE

Ey yurtsuz boşluk, Ey göksüz boşluk,
Ey belirsiz, amaçsız uzay,
Ebedi ve zamansız,
Dünyaya bürün ve genişle!

—*Tahiti yaratılış efsanesi*

İşitilmez, dokunulmaz, biçimsiz ve yok olmaz;
Tadılmaz, koklanmaz ve sürekli,
Başsız, sonsuz, büyükten daha büyük ve sabit...
İşte bunu idrak eden kişi ölümün ağzından
kurtulmuş demektir.

—*Katha Upanişad*

MUTLAK ŞUUR

Gerçekliğin ruhsal boyutlarının doğrudan deneyimini kazandıktan sonra evren, yaşam ve şuurun yüce bir zekâ olmadan ortaya çıkmış olduğu fikri saçma, çocuksu ve dayanaksız gelir. Ancak gördüğümüz gibi doğanın canlılığına ilişkin deneyimler ve arşetipsel figürlerle karşılaşmalar ruhsal açlığımızı gidermez. Bu nedenle birlikte çalıştığım insanların raporlarında insan ruhunun derin bölgelerine yaklaşan şuur hallerini aradım. Hangi deneyimlerin evrenin yüce ilkesiyle karşılaşmayı anlattığını bulmaya çalışıyordum.

Ruhsal açlıklarını tamamıyla doyuracak bir Mutlak deneyimi yaşayanlar herhangi bir figür görmedi. Mistik ve felsefi ara-

yışlarının amacına ulaştığını hissettiklerinde yüce ilkeye dair tanımları son derece soyut ve birbirine benzerdi. Böyle mutlak bir deneyim yaşayanlar bu halin özelliklerini tanımlarken dikkate değer ölçüde hemfikirdiler. Bu yüce deneyimin analitik zihnin tüm sınırlarının, tüm akli kısıtlamalarının ve sıradan mantığın tüm sınırlamalarının ötesinde olduğunu belirttiler.

Bu deneyim gündelik yaşantımızdaki klasik üç boyutlu uzay ve doğrusal zaman sınıflandırmalarıyla sınırlı değildi. Ayrıca tüm zıtlıkları ayrıştırılması mümkün olmayan bir alaşım içinde barındırıyor ve bu nedenle de tüm ikilemleri aşıyordu. Her ne kadar maddi dünyadaki ışık formlarından belirgin bir şekilde ayrılsa da insanlar zaman zaman Mutlak'ı hayal edilemeyecek yoğunluktaki parlak bir ışık kaynağına benzetmiştir. Mutlak'ı ışık olarak tanımlamak onun bazı temel özelliklerini tamamıyla göz ardı eder; özellikle de sonsuz zekâya ve yaratıcı güce sahip, sınırsız ve kavranılmaz nitelikli bir şuur alanı oluşu gerçeğini.

Yüce kozmik ilke iki farklı şekilde deneyimlenebilir. Bazen tüm kişisel sınırlar ortadan kalkar ve ilahi kaynakla ayırt edilmez biçimde birleşiriz. Bazen de evrenin muazzam gizemini dışarıdan izleyen hayretler içerisindeki bir gözlemci gibi ayrı kişisel kimliğimizi koruruz. Ya da bazı mistikler gibi Sevgili'sine kavuşan divane bir aşığın vecdini hissederiz. Tüm çağlardaki manevi literatür ilahiliğin her iki deneyimini de tanımlayan ifadelerle doludur.

"Bir pervane böceği nasıl ateşe atlar ve onunla bir olursa, biz İlahi olanla öyle birleşiriz," der Sufiler. Hintli aziz Sri Ramana Maharishi dini şiirlerinden birinde "okyanusa yüzmeye gidip tamamıyla eriyen, şekerden yapılmış oyuncak bebeği" anlatır. İspanyol mistik Avila'lı Azize Teresa ve Mevlana ise Tanrı'dan Sevgili olarak bahseder. Benzer şekilde Hindistan'daki adanmışlık yogasının temsilcisi olan bakti yogiler, İlahilikten ayrı ama onunla ilişki içinde olmayı yeğler. Kozmik okyanusta tamamıyla eriyen Sri Ramana'nın şekerden oyuncak bebeği gibi olmak istemezler. Büyük Hint azizi ve mistiği Sri Ramakrishna

bir keresinde şöyle demiştir: "Şekerin tadına bakmak istiyorum, şeker olmak değil."

Yüce ilkeyi, yukarıda anlatıldığı biçimde deneyimlemiş olan kişiler, Tanrı'yla yüz yüze geldiklerini hissetmişlerdir. Bununla birlikte *Tanrı* kavramı deneyimlerinin derinliğini layıkıyla ifade edememektedir. Çünkü bu kavram yaygın dinler ve kültürler tarafından çarpıtılmış, değersiz hale getirilmiş ve önemini yitirmiştir. Bu deneyimi tanımlayabilmek için Mutlak Şuur ya da Evrensel Zihin gibi isimler kullanılmışsa da bu sözcükler de bu tür bir karşılaşmanın yüceliğini ve çarpıcı etkisini nakledebilmede yetersiz kalmaktadırlar. Bazı kimseler Mutlak'ın deneyimlenmesine verilecek en uygun cevabın sessiz kalmak olduğunu düşünmektedirler. Onlar şu fikri benimsemişlerdir: "Bilen söylemez; söyleyen bilmez."

Yüce evrensel ilke holotropik şuur hallerinde doğrudan deneyimlenebilir, ancak yeterli bir şekilde tanımlanamaz ya da açıklanamaz. Gündelik yaşamla ilgili konular hakkında iletişim kurmak için kullandığımız dil bu konuda yetersiz kalır. İnsanlar bu deneyimin kelimelerle anlatılamayacağında hemfikirdirler. Kelimeler ve dilimizin yapısı, bu deneyimin doğasını ve boyutlarını –özellikle de bu deneyimi yaşamamış insanlara– anlatmak için oldukça yetersizdir.

Tüm bu tanımlamalardan sonra otuz yedi yaşında bir psikiyatrist olan Robert'in nihai gerçeklik olduğunu düşündüğü deneyimini anlatmak istiyorum:

> Deneyimin başlangıcı oldukça ani ve çarpıcıydı. Gündelik yaşam gerçekliğimi parçalayıp eriten muazzam güçteki kozmik bir yıldırımla çarpıldım. Çevremdeki dünyayla tüm iletişimimi kaybettim; sanki büyüyle ortadan kalkmıştı. Gündelik yaşantım, hayatım ve ismim şuurumun uzak köşelerindeki düşsel imgeler gibi silik bir şekilde yankılandı. Robert... California... ABD... Dünya gezegeni...
>
> Bu gerçeklikleri kendime anımsatmak için çok uğraştım, ancak bir anda bir şey ifade etmemeye başladılar. Daha önceki de-

neyimlerimde oldukça baskın olan tanrı ve şeytanların arşetipsel imgeleri ile mitolojik planlar da yoktu.

O andaki tek gerçekliğim, tüm Varoluş'u tamamıyla soyut bir şekilde içinde barındırıyor gibi görünen, muazzam orantılarda, dönen enerji kitleleriydi. On binlerce güneş kadar parlaktı, ancak gündelik yaşamdaki ışıklara benzemiyordu. Tüm zıtlıkların ötesindeki saf şuur, zekâ ve yaratıcı enerjiydi. Sınırlı ve sınırsız, ilahi ve şeytani, korkutucu ve vecd haline sürükleyici, yaratıcı ve yok ediciydi. Tanık olduğum şey için herhangi bir tanım ya da sınıflandırma yoktu. Böylesine bir güç karşısında ayrı bir varlık olduğum hissini taşıyabilmem olanaksızdı. Alışıldık kimliğim parçalandı ve çözüldü; Kaynak'la bir oldum. Zaman anlamını yitirdi.

Geriye dönüp de baktığımda Tibet'in Ölüler Kitabı *Bardo Thödol*'a göre ölüm anında beliren Dharmakaya, İlksel Parlak Işık'ı deneyimlediğime inanıyorum.

Deneyim boyunca zaman onun için anlamlı bir boyut olmasa da, Robert'in Mutlak'la karşılaşması yaklaşık yirmi dakika sürdü. Bu deneyim sırasında çevreyle ilişkisi olmadı ve kelimelerle iletişim kuracak durumda değildi. Sonra yavaşça gündelik gerçekliğe dönmeye başladı:

Ebediyet gibi gelen bu deneyimden sonra zihnimde somut düşsel imgeler ve kavramlar belirmeye başladı. Büyük kıtaları ve ülkeleri olan dünya adında bir yerin bir yerlerde var olabileceğini hissetmeye başladım. Ancak, bu bana çok uzak ve gerçekdışı göründü. Yavaş yavaş ABD ve California imgeleri belirginleşmeye başladı. Daha sonra gündelik kimliğimle bağlantıya geçtim ve şu anki yaşantımın kısa süreli imgelerini deneyimlemeye başladım. İlkin bu gerçeklikle bağlantım oldukça silikti. Bir süre için öldüğümü ve Tibet metinlerinde anlatıldığı gibi şu anki yaşamla bir sonraki enkarnasyon arasındaki geçiş safhası olan bardoyu deneyimlediğimi sandım.

Gündelik gerçeklikle yeniden bağlantıya geçerken bu deneyimden sağ çıkacağımı bildiğim bir noktaya ulaştım. Vahyo-

lunan bu şeyin verdiği vecd ve hayranlık haliyle divanda uzanırken çağlar boyunca dünyanın çeşitli bölgelerinde gerçekleşen çarpıcı olayları deneyimliyordum. Daha önceki enkarnasyonlarıma ait sahnelere benziyordu. Çoğu tehlikeli ve acı doluydu. Bu farklı durumlarda acı çekip ölürken, bedenimdeki farklı kas grupları titreyip sallanıyordu. Ancak karmik geçmişim bedenimde tekrarlanırken bu dramalardan bağımsız bir şekilde derin bir mutluluk içerisindeydim.

Bundan sonraki birçok gün devam eden meditasyonlarımda bir huzur ve dinginlik haline ulaşmak çok kolay oldu. Bu deneyimin hayatımdaki etkisinin devam edeceğine eminim. Böyle bir deneyim yaşayıp da derin bir şekilde etkilenip değişmemek imkânsız.

GEBE BOŞLUK

Mutlak Şuur'la karşılaşma ya da onunla özdeşleşme evrendeki yüce ilkeyi ya da nihai gerçekliği deneyimlemenin tek yolu değildir. Nihai yanıtlar arayanları tatmin eder gibi görünen ikinci tip deneyimin belirli bir içeriği olmaması oldukça ilginçtir. Bu, mistik edebiyatta boşluk olarak geçen Kozmik Boşluk ya da Hiçlik'le özdeşleşmedir. Ancak sıradışı hallerde karşılaştığımız tüm boşluk deneyimlerinin Hiçlik olmadığını belirtmek gerekir. İnsanlar bu terimi genellikle duygu, canlılık ve anlam yoksunluğu gibi olumsuz duyguları tarif etmede kullanır. Bu hallerin Boşluk ya da Hiçlik sınıfına girmesi için belli koşulları yerine getirmesi gerekir.

Hiçlik, kozmik ölçülere ve öneme sahip ilksel boşluktur. Bu mutlak hiçliğin farkına varan saf şuur oluruz; ancak bu boşluğun özde dolu olduğu gibi çelişkili bir hissi de taşırız. Bu kozmik vakum her şeyi de içinde barındırır. İçinde, belirmiş haliyle bir şey bulunmasa da tüm varoluş olasılık olarak ondadır. Bu çelişki nedeniyle belirmiş ve belirmemiş ya da varlık ve yokluk arasındaki ayrımı aşabiliriz. Ancak böyle bir karar kelimelerle ifade edilemez; anlaşılmak için deneyimlenmelidir.

Boşluk, geleneksel uzay-zaman sınıflandırmalarını aşar. O değişmezdir. Aydınlık ve karanlık, iyi ve kötü, hareket ve atalet,

mikrokozmos ve makrokozmos, acı ve haz, teklik ve çokluk, şekil ve boşluk, hatta varlık ve yokluk gibi ayrımların ve kutupların ötesindedir. Bazı insanlar bu ilksel boşluk ya da hiçliğin, bildiğimiz olgular dünyasının temelindeki ve ötesindeki ilke olduğunu belirtmek için ona Suprakozmik ya da Metakozmik demiştir. Mevcut olan her şeye potansiyel olarak gebe olan bu metafizik boşluk tüm varlığın beşiği, varoluşun nihai kaynağı gibi görünmektedir. Tüm fenomenal âlemlerin yaratılışı, onun önceden var olan imkânlarının gerçekleşmesi ve somutlaşmasıdır.

Boşluğu deneyimlediğimizde onun tüm yaratılışın kaynağı olduğunu, aynı zamanda da tüm yaratılışı içerdiğini hissederiz. Hiçbir şey onun gerçekliği dışında olmadığı için onun tüm varoluş olduğu da söylenebilir. Alışıldık kavramlar ve mantık kuralları açısından bu, bazı çelişkiler içerir. Boşluğun fenomenler dünyasını içerdiğini düşünmek saçma olacaktır, çünkü bu dünyanın temel özelliği şekillerdir. Benzer şekilde sağduyu yaratıcı ilkenin ve onun yarattıklarının aynı olamayacağını, birbirlerinden ayrı olmaları gerektiğini söyler. Boşluğun sıradışı deneyimi bu çelişkileri aşar.

Aşağıdaki örnek yıllarca sistemli olarak ruhsal arayışta bulunmuş din filozofu Cristopher Bache'nin Kozmik Boşluk deneyimidir:

> Aniden bu dünyada muazzam bir Boşluk açıldı. Sanki büyük, görünmeyen bir top görüşüme girip de tüm çizgileri görüntünün dışına büküyormuş gibi görüntü alanımı eğmeye başladı. Hiçbir şey kopmadı ya da dağılmadı, ancak her şey bu gerçekliği ortaya çıkarmak için gerildi ve durdu. Sanki Tanrı nefesini tutmuş gibiydi ve tüm evren ani biçimde durmuştu. Çözülmedi ve ebediyetten beridir oradaydı. Varoluştaki bir boşluk, bir açılımdı bu.
>
> Bu his ilk başta kelimenin tam anlamıyla ve de şiirsel bir anlatımla nefes kesiciydi. Hareketsiz bir şekilde yeniden hareket edebilmeyi bekledim. Ancak hareket edemedim. Tamamıyla şuurlu, ancak hareketsizdim. Ve bu hareketsizlik devam etti. Ne

kadar sürdüğüne inanamadım. Deneyim derinleştikçe bunun, içinden tüm formların çıktığı Boşluk olduğunu anladım. Bu, tüm hareketin içinden aktığı durgunluktu. Formsuz ve formun ötesinde olan bu yoğunlaşmış şuurun içeriksiz deneyimi Doğudaki filozofların sunyata dediği şey olsa gerekti. Hareket ve formlar geri döndüğünde Boşluk'u takip eden mükemmel bir "oluş" hali yaşadım. Varoluşu "olduğu gibi" deneyimledim.

Birkaç vakada hem Mutlak Şuur'u hem de Boşluk'u deneyimleyenler bu iki halin de temelde aynı olduğu ve birbirine dönüşebildiği içgörüsüne sahipti. Bu kişiler yaratıcı Kozmik Şuur'un Boşluk'tan çıkışına ya da tam tersine Boşluk'a dönüşüne ve eriyişine tanık olduklarını söylediler. Diğerleri Mutlak'ın bu iki yönünü aynı anda deneyimledi; Kozmik Şuur'la özdeşleştiler ve onun temel boşluğunu fark ettiler.

Boşluk'un yaratılışın kaynağı olarak deneyimlenmesi, maddi dünyanın temelde formsuz olduğu görüşünü akla getirir. Gündelik yaşamın boşluğunun fark edilmesi Mahayana Budizm'in en önemli ruhsal metinlerinden olan Prajnaparamita Hridaya Sutra ya da Kusursuz Bilgeliğin Kalbi sutrasının çekirdek mesajıdır. Metinde Avalokiteshvara, Buda'nın öğrencisi Shariputra'ya şöyle der: "Formun doğası boşluktur; boşluğun doğası formdur. Form boşluktan farklı değildir; Boşluk da formdan... Hisler, algılamalar, zihinsel formasyonlar ve şuur da böyledir."

Vakum kavramının her şeyi barındırdığı ve "gebe bir boşluk" olduğu fikri modern fizikte de vardır. Kuantum fiziğinin kurucularından ve antimaddenin babası Paul Dirac bunu şu sözlerle açıklıyor: "Tüm madde algılanamaz bir temelden yaratılır ve maddenin yaratılışı, bu temel yapı içerisinde, antimadde olarak gözüken bir 'delik' oluşturur. Bu temel, maddi sıfatıyla tanımlanamaz; çünkü tüm uzayı aynı biçimde doldurur fakat herhangi bir gözlem yoluyla taranamaz. İçinden maddenin çıktığı hiçliğin garip bir maddi formudur." Yakınlarda kaybettiğimiz Amerikalı fizikçi Heinz Pagels daha da kesindir: "Yeni fiziğin görüşü şudur: Tüm fizik vakumdur.' Olmuş ya da olabilecek her

şey orada uzayın hiçliğinde mevcuttur... bu hiçlik tüm varlığı içerir" (Pagels 1990).

Fizikçiler, temel parçacıkların yüksek hızlara ulaştırılması ve çarpıştırılması ile ilgili deneylerinde "dinamik vakum" dedikleri yerden çıkan yeni atomaltı parçacıkların yaratılışını ve tekrar bu matrise geri dönüp kayboluşlarını gözlemlediler. Tabii ki buradaki benzerlik kısmidir ve fazla da ileri gitmez. Kozmik yaratılış sorunu maddenin temel yapı taşlarıyla sınırlı değildir. Formların, düzenin ve yasaların kaynağı gibi fizikçilerin bilgisini aşan yönleri vardır. Holotropik hallerde deneyimleyebileceğimiz Boşluk yalnızca duyulara hitap eden dünyanın hammaddesinden değil yaratılışın tüm yönlerinden de sorumludur.

Gündelik yaşantımızda olan her şey karmaşık neden sonuç ilişkilerini içerir. Katı doğrusal nedensellik geleneksel Batı bilimi için önkoşuldur. Maddi gerçekliğin temel özelliklerinden bir diğerine göre de dünyamızdaki tüm süreçler enerjinin sakınımı yasasını izler. Enerji yaratılamaz ve yok edilemez, yalnızca başka enerji formlarına dönüştürülebilir. Bu düşünce şekli makro dünyadaki birçok olay için geçerli gibi görünür. Ancak neden sonuç zincirini evrenin başlangıcına kadar takip ettiğimizde geçerliliğini yitirir. Bunu kozmik yaratılış sürecine uyguladığımızda önemli sorunlarla karşılaşırız: Eğer her şeyin bir nedeni varsa ilk neden, nedenlerin nedeni, İlk Başlatıcı nedir? Eğer enerji sakınılmak durumundaysa ilk baştaki enerji nereden gelmiştir? Madde, uzay ve zamanın kaynağı nedir?

Maddenin, zamanın ve uzayın 15 milyar yıl kadar önce boyutsuz bir "tekillikten" aynı anda yaratıldığını iddia eden şu anki Big Bang kozmogenetik teorisini, varoluşun derin gizeminin akılcı bir açıklaması olarak kabul etmek zordur. Ve genellikle de tatmin edici bir yanıtın akılcılığın dışında başka bir kaynaktan gelebileceğini düşünemeyiz. Aşkın deneyimlerin bu sorunlara getirdiği çözüm tamamıyla farklı bir yapıdadır. Mutlak Şuur'un ve Boşluk'un deneyimlenmesi ve karşılıklı ilişkileri, maddi evrenin nedensellik ve mekanik yasalarla yönetildiği şeklinde teori-

ler üreten dertli bilimadamlarının başını ağrıtan çelişkileri aşmayı sağlar. Holotropik haller bu sorulara ve çelişkilere tatmin edici yanıtlar getirir; ancak bu yanıtlar mantıksal değil deneyimsel ve akıl ötesidir (transrational).

Boşluk'tan Mutlak Şuur'a ya da Mutlak Şuur'dan Boşluk'a geçişi deneyimlediğimizde bir şeyin hiçlikten çıkabileceği ya da hiçbir iz bırakmadan hiçlikte kaybolabileceği olasılığını düşünürüz ve bu gerçekleşirken normal şuurda hissedebileceğimiz saçmalık duyguları yoktur. Tam aksine bunun kendi kendini kanıtlayan, basit ve doğal bir süreç olduğunu hissederiz. Deneyimsel içgörülere bu nedenle ani bir aydınlanma hissi ya da "aha!" tepkisi eşlik eder. Bu düzeyde maddi dünya Mutlak Şuur'un bir ifadesi olarak görülür ve Mutlak Şuur ile Boşluk aynı şeydir. Bu çeşit aşkın deneyimler akılcı zihni rahatsız eden en zorlayıcı sorunlara beklenmedik bir çözüm getirir.

Holotropik şuur hallerini deneyimleyen insanların varoluşun kaynağıyla ilgili içgörüleri daimi felsefelerdekine çok benzer. Prajnaparamita Sutra'da tanımlanan kozmik boşluktan daha önce de bahsettim. İşte Çinli bilge Lao-tzu'nun *Tao Te Ching*'inden (1988) bir pasaj:

Evren doğmadan önce,
formsuz ve kusursuz bir şey vardı.
Dingindir o. Boştur.
Yalnızdır. Değişmez.
Sınırsızdır. Hep vardır.
O evrenin anasıdır.
Daha iyi bir isim bulamadığım için ona
Tao diyorum.
Her yerde akar o, içte ve dışta,
ve şeylerin özüne döner.

On üçüncü yüzyıl mistik şairi Mevlana evrenin kaynağını şu sözlerle anlatıyor: "Yokluk, var olabilme ümidiyle sabırsızlıkla

bekliyor... Tanrının mücevher sandığı ve madeni, tezahür eden yokluktan başka bir şey değil." İşte karşılaştırma için Yahudi mistik geleneğinden iki pasaj: On üçüncü yüzyıl kabalacılarından Geronalı Azriel şöyle diyor: "Şöyle bir soru sorabilirsin: 'Tanrı varlığı hiçlikten nasıl meydana getirdi? Varlıkla hiçlik arasında muazzam bir fark yok mu?' Cevap şöyledir: 'Varlık, hiçlikte hiçlik halinde bulunur ve hiçlik, varlıkta varlık halinde bulunur.' Hiçlik varlıktır, varlık da hiçlik." Ve on dördüncü yüzyıl kabalacısı David Ben Abraham he-Lavan şöyle yazıyor: "Hiçlik, yani Ayin, dünyadaki tüm varlıklardan daha gerçektir. Ancak basit olduğu için ve her basit şey basitliğiyle kıyaslandığında karmaşık olduğu için ona Ayin denir." Ve Hıristiyan mistik Meister Eckhart'a göre "Tanrı'nın hiçliği tüm dünyayı doldurur; o hiçbir yerdedir."

ANLATILMAZ OLANIN ANLATILMASI

Mistik hallerde deneyimlenen mutlak gerçeklerle ilgili aydınlatıcı içgörüler gündelik konuşma diliyle doğru bir şekilde anlatılamaz. Lao-tzu bunun farkındaydı ve bunu kısaca şöyle dile getirdi: "Anlatılabilen Tao ebedi Tao değildir. İsimlendirilebilen isim ebedi isim değildir." Her anlatım ve tanım maddi dünyadaki nesne ve faaliyetleri gündelik yaşamda deneyimlendiği şekliyle anlatmak için geliştirilmiş kelimelere dayanır. Bu nedenle çeşitli holotropik şuur hallerinde karşılaştığımız deneyim ve içgörüler hakkında konuşmak istediğimizde gündelik dil ne uygun ne de yeterlidir. Bu, özellikle de deneyimlerimiz Boşluk, Mutlak Şuur ve yaratılış gibi varoluşun temel sorunlarına odaklandığında geçerlidir.

Doğu manevi felsefeleriyle ilgili olan insanlar ruhsal deneyim ve içgörülerini tanımlarken genellikle Doğu dillerinden kelimelere başvurur. Gündelik yaşama göndermeler yaparken *samadhi* (Tanrıyla birleşme), *sunyata* (hiçlik, boşluk), *kundalini* (yılan erk), *bardo* (ölümden sonraki ara safha), *anatta* (bensizlik), sa*tori* (aydınlanma deneyimi), *nirvana*, *ch'i* ya da *ki* enerjisi, aşkın

haller için *Tao* gibi ya da *samsara* (ölüm ve doğum dünyası), *Maya* (yanılsama dünyası), *avidya* (bilgisizlik) ve benzeri gibi Sanskritçe, Tibetçe, Çince ve Japonca terimler kullanırlar. Bu diller holotropik haller ve manevi gerçeklikler açısından oldukça ileri kültürlerde gelişmiştir. Batı dillerinin aksine Mistik deneyimlerin ve ilgili konuların ince nüanslarını tasvir eden birçok teknik terimi içerirler. Aslında bu kelimeler bile ancak ilgili deneyimi yaşayan insanlar tarafından tam olarak anlaşılabilir.

Şiir, çok mükemmel olmamakla birlikte, yine de ruhsal deneyimlerin özünü nakletmek ve aşkın gerçekleri ifade etmek için daha elverişli ve uygun bir araçtır. Bu nedenle birçok mistik ve manevi öğretmen metafizik içgörülerini paylaşırken şiire başvurmuştur. Birlikte çalıştığım birçok insan çeşitli mistik şairlerin pasajlarından alıntı yapmıştır. Kendi yaşadıkları mistik deneyimlerin ardından önceleri anlam veremedikleri mistik şiirlerin anlaşılır hale geldiğini ve yeni bir anlam kazandığını söylediklerini sıkça duydum.

Ortadoğu'dan Ömer Hayyam, Mevlana ve Halil Cibran gibi mistik şairler ile Hintli mistikler Kabir, Prenses Mira Bai ve Sri Aurobindo manevi arayışla ilgilenmiş tanınmış insanlar arasındadır. Örnek olarak on beşinci yüzyılda Hindistan'da yaşamış, Benaresli Müslüman bir dokumacının oğlu olan Kabir'den bir şiir seçtim. Kabir 120 yıl süren uzun yaşamında Hindu ve Sufi geleneğinin en güzel yönlerini almış ve manevi bilgeliğini vecd halini yansıtan dizelerle dile getirmiştir. Aşağıdaki şiir, okyanustaki dalgaların döngüsüyle bir sonraki bölümde anlatılan yaratıcı süreç arasındaki paralellikleri yansıtır.

Okyanus ve dalgalar arasındaki farkı düşünüyorum.

Su yükselirken su, inerken yine su, onları nasıl ayırabileceğime dair bana bir ipucu verebilir misin?

Birisi "dalga" sözünü icat etti diye onu okyanustan ayırmam mı gerekir?

İçimizde Gizli Biri var;
tüm galaksilerdeki gezegenler
boncuk taneleri gibi onun elinden geçer.
Işıldayan gözlerle bakmak gereken bir boncuklar dizisidir o.

Bizim de Batı'da çok zengin bir mistik şairler geleneğimiz vardır. Bunların arasında William Blake, D. H. Lawrence, Rainer Maria Rilke, Walt Whitman, William Butler Yeats ve diğerleri bulunur. Mistik halleri yaşayan insanlar genellikle bu şairlere atıfta bulunur ve şiirlerinden alıntı yaparlar. İşte William Blake'in özdeki tanrısallığın gizemini anlatan ve sıklıkla alıntı yapılan şiiri:

Görmek için bir kum tanesinde bir alemi;
Ve vahşi bir çiçekte cenneti.
Sınırsızlığı avucunda tut,
Ve sığdır ebediyeti bir saate.

İÇTEKİ ÖTE

Holotropik şuur hallerini içeren sistemli ruhsal çalışmalarda beden-ego'nun alışıldık sınırlarını tekrar tekrar aşabilir ve başka insanlarla, hayvanlarla, bitkilerle, doğanın inorganik yönleriyle ya da arşetip varlıklarla özdeşleşebiliriz. Bu süreçte maddi âlemde ve başka gerçekliklerdeki sınırların aslında gerçek olmadığını ve tartışılır olduğunu keşfederiz. Akılcı zihnin sınırlarını, genel kanının ve gündelik mantığın at gözlüğünü kaldırdığımızda birçok ayırıcı engeli aşabilir, şuurumuzu tahmin edilemeyecek şekilde genişletebilir ve sonuç olarak tüm varlığın aşkın kaynağıyla birlik ve özdeşleşme halini yaşayabiliriz.

Mutlak Şuur'la özdeşleştiğimizde kendi varlığımızın da aslında tüm kozmik ağ ile, tüm varoluş ile bir olduğunu fark ederiz. Kendi tanrısal doğamızı, kozmik kaynakla birliğimizi fark etmek derin içsel araştırma sürecinde yapabileceğimiz en önemli keşiftir. Kadim Hint metinleri Upanişadlar'da geçen ünlü söz "Tat tvam asi"nin özüdür bu. Bu sözün kelime anlamı "sen

O'sun" dur, yani "Sen doğan itibarıyla tanrısalsın," ya da "sen İlahisin." "Deriyle sarmalanmış ego" ile, bedenlenmiş kişisel şuurla ya da "isim ve şekil" (*namarupa*) ile gündelik özdeşleşmemiz bir yanılsamadır ve asıl doğamız kozmik yaratıcı enerjidir (Atman-Brahman).

Kişinin ilahilikle özdeş oluşuna dair bu içgörü her ne kadar farklı şekillerde anlatılsa da tüm büyük manevi geleneklerin temelinde yer alan nihai gerçektir. Hinduizm'de Atman yani kişisel şuur ile evrensel şuur Brahman'ın bir olduğunu daha önce de belirttim. Siddha Yoga'nın takipçileri kendi geleneklerinin temel öğretisini çeşitli şekillerde duyar: "Tanrı içinizdedir." Budist metinlerde şöyle der: "İçine bak, sen Buda'sın." Konfüçyüs geleneğinde "Gök, yeryüzü ve insanın tek bir beden olduğu" söylenir.

Aynı mesaj İsa'nın sözlerinde de görülür: "Baba, sen ve ben biriz." Hıristiyan Ortodoks Kilisesi'nin en büyük teologlarından Aziz Gregory Palamas şöyle demiştir: "Göklerin Krallığı, hayır aslında Göklerin Kralı... içimizdedir." Aynı şekilde büyük Yahudi bilgesi, kabalist Avraham ben Shemu'el Abulafia şöyle der: "O ve biz biriz." Hz. Muhammed'e göre "kendini bilen Rabbini bilir." "tanrısal aşkın şehidi" olarak bilinen Sufi mistik ve şair Hallac-ı Mansur şöyle demiştir: "Rabbimi kalbimin gözüyle gördüm. Dedim ki: 'Kimsin sen?' Yanıt verdi: 'Sen.'" Hallac, "Enel Hakk: Ben Tanrı'yım / Mutlak Hakikat'im / Hakiki Gerçeklik'im" dediği için öldürülmüştü.

TANRISALLIK ve YARATILIŞ

Şimdi yaratıcı ilke, gerçekliğin doğası ve kendi doğamız hakkında holotropik şuur hallerinde elde ettiğimiz içgörüleri özetleyebiliriz. Gördüğümüz gibi bu içgörüler, dünyadaki büyük manevi geleneklerin mesajlarını anımsatır ve katı maddi âlemin (sıradan şuur durumunda deneyimlediğimiz üç boyutlu uzay, doğrusal zaman ve katı nedensellik) bağımsız bir varlığı olmadığını söylerler. Buna göre maddi âlem, materyalist bilimin söylediği gibi tek gerçeklik olmayıp Mutlak Şuur'un görünümlerinden biridir.

Bu içgörülerin ışığında, gündelik yaşantımızda kendi bedenimizi de içeren maddi âlem, yanlış algılama ve yanlış anlayışımızın karmaşık bir dokusudur. Kozmik yaratıcı ilkenin oyunsu ve kendine özgü ürünüdür. Sonsuz derecede karmaşık bir "sanal gerçeklik", Mutlak Şuur ve Kozmik Boşluk tarafından yaratılan tanrısal bir oyundur. Birbirinden ayrı sayısız varlık ve elementi içeren evrenimiz aslında muazzam derecede büyük ve hayal edilemeyecek kadar karmaşık tek bir varlıktır.

Bu, holotropik şuur hallerinde keşfedebileceğimiz diğer tüm varoluş boyutları ve planları için de geçerlidir. Bireysel ruh, yaratılışın herhangi bir parçası ve kozmik yaratıcı ilkenin kendisi arasında aslında bir ayrım olmadığı için hepimiz özde yaratılışın tanrısal kaynağıyla biriz. Bu nedenle kolektif ve bireysel olarak hem bu kozmik oyundaki oyun yazarları hem de oyuncularız. Gerçek varlığımız, kozmik yaratıcı ilkeyle bir olduğu için, açlığımızı maddi dünyada peşinden koştuğumuz hiçbir şey gideremez. Tanrısal kaynakla mistik birlik dışındaki hiçbir deneyim en derin arzumuzu tatmin edemez.

4
YARATILIŞ SÜRECİ

Nasıl parlak bir ateşten binlerce şekil çıkar,
Yok edilemez olandan da, dostum, birçok varlık çıkar
Ve ona geri döner.

—*Mundaka Upanişad*

Binlerce düğüm atsan da
İp aynıdır.

—Mevlana

YARATICI DÜRTÜNÜN GİZEMİ

Kendi maddi planımız da dahil olmak üzere tüm fenomenal dünyaların Mutlak Şuur'un yarattığı sanal gerçeklikler olduğunun farkına varılması çok ilginç bazı soruları akla getirir. Önceki bölümde anlatıldığı gibi Kozmik yaratıcı ilkeyle birleşmek ve onun içinde erimek bireysel bir insan varlığı için oldukça olağandışı ve arzu edilir bir deneyimdir. Birçok manevi gelenek bu düzeyi ruhsal arayışın nihai amacı olarak görür. Evrensel Zihin ile gerçekten birliğe varan kimseler, durumun çok daha karmaşık olduğunu idrak ederler.

Ruhsal yolculuğun amacı olarak gördükleri şeyin aynı zamanda yaratılışın da kaynağı olduğunu keşfederler. Tanrı'nın fenomenal âlemi yaratması için ilk birlik halini terk etmesi gerektiğini anlarlar. İnsan açısından Mutlak Şuur'la birleşmenin ne

kadar olağandışı olduğunu düşünürsek yaratıcı ilkenin kendini deneyimlemek için bir alternatif ya da tamamlayıcı araması garip görünür. Bu doğal olarak Mutlak Şuur'un ilksel durumunu bırakarak içinde yaşadığımız dünya gibi deneysel gerçeklikler yaratmasına neden olan güçlerin doğası hakkında sorular getirir akla. Tanrı'nın ayrılık, acı, mücadele, kusurluluk ve geçiciliği – kısacası ruhsal yolculuğa başladığımızda kaçmaya çalıştığımız her şeyi– amaçlamasına ne sebep olmuş olabilir?

İçsel keşiflerinde Mutlak Şuur'la özdeşleşen insanlar genellikle yaratılışın dinamikleri hakkında çarpıcı içgörüler kazanır. Bu ilhamları incelemeye başlamadan önce genel olarak holotropik hallerin özelde de aşkın farkındalık düzeylerinin kelimelerle ifade edilemeyeceğini anımsamak gerekir. Bu raporları incelediğimizde ilginç, düşündürücü ya da ilham verici gelebilirler, ancak akılcı zihnimizi tamamıyla tatmin edecek mantıklı tanımlar beklememeliyiz. Zihinsel yeteneklerimizin kısıtlılıklarından ötürü insanın yaratılışın ardındaki "nedenler"i anlama çabası tam olarak tatmin edilemez. Akıl, varoluşun aşkın boyutlarını ve yüksek metafizik düzeylerde işleyen ilkeleri analiz etmek için yetersiz bir araçtır. Bu konularda tam bir anlayış yalnızca direkt kişisel deneyimle mümkündür.

Mutlak Şuur'la özdeşleşme deneyimlerini tanımlayan insanlar insan merkezci bakış açısını bırakamazlar ve dilin sınırlarının dışına çıkamazlar. Bu nedenle Mutlak Şuur'un yaratıcı dürtüsünün nedeni genellikle sevgi, özlem ya da yalnızlık gibi gündelik yaşamdan bildiğimiz psikolojik durumlarla anlatılır. Bunların gündelik yaşamdan bildiğimiz duyguların ötesinde şeyleri anlattığını vurgulamak için bu kelimelerin ilk harfleri genellikle büyütülür. Bu genellikle aşkın konularla ilgili olağandışı deneyimler yaşayıp kendilerine olanları anlatmada güçlük çeken psikiyatri hastalarının yazılarında karşılaştığımız bir uygulamadır.

Holotropik şuur hallerinde tanrısal yaratıcı ilkenin deneysel dünyalar yaratma "dürtüsünün" nedeniyle ilgili içgörüler alan

insanların raporları bazı ilginç zıtlıklar içerir. Bu içgörülerin önemli bir kısmı Mutlak Şuur'un muazzam kaynaklarını ve akıl almaz kapasitesini vurgular. Bir diğer grup içgörüye göre Mutlak Şuur yaratılış sürecinde, ilk saf halindeyken eksikliğini hissettiği ve özlediği bir şeyi arar. Sıradan bir bakış açısıyla bakıldığında bu iki içgörü sınıfı birbiriyle çatışıyormuş gibi görünür. Holotropik hallerde bu çatışma ortadan kalkar ve ikisi bir arada bulunur.

TANRISAL BOLLUK BOYNUZU (CORNUCOPIA)

Yaratma dürtüsü genellikle Tanrı'nın hayal edilemeyecek iç zenginliği ve bolluğunu yansıtan temel kuvvet olarak tanımlanır. Kozmik yaratıcı kaynak öylesine büyüktür ve öylesine sınırsız olanaklarla doludur ki kendini tutamaz ve tüm gizli olanaklarını ifade etmek zorunda kalır. Mutlak Şuur'un bu niteliğinin deneyimi bazen yaşam verici ilke ve gezegenimizin enerji kaynağı olan güneşteki termonükleer süreçleri yakından izlemeye benzetilir. Bu deneyimi yaşayan insanlar Tanrı'nın maddi âlemdeki en yakın ifadesinin güneş olduğunu fark ederler ve bazı kültürlerin neden güneşe taptığını anlarlar.

Ancak bu benzerliğin genellikle sembolik olduğunu belirtirler, çünkü astronomik bir cisim olan güneşle yaratılıştan sorumlu olan yaratıcı ilke olan Kozmik Güneş arasında önemli farklar vardır. Maddi Güneş yalnızca yaşamsal süreçler için gerekli enerjiye katkıda bulunurken tanrısal kaynak, yaratılış için gerekli Logos'u –düzeni, formları ve anlamı– sağlar. Yine de gündelik yaşantımızda güneşin izlenmesi yaratılışın tanrısal kaynağının holotropik şuur hallerindeki deneyimine en yakın deneyim gibi görünür.

Diğer tanımlar Evrensel Zihin'in kendini bilmek ve tüm olanaklarını keşfedip deneyimlemek için duyduğu muazzam arzuyu vurgular. Bu ise somut yaratıcı bir hareketle tüm gizli olanaklarını dışarılaştırması ve tezahür ettirmesiyle gerçekleşebilir. Bu, nesne ile öznenin, gözlemleyen ile gözlemlenenin ayrılmasını

gerektirir. Bu içgörüler, yaratılışı anlatan bazı Kabala metinlerini anımsatır. Bu metinlere göre bir zamanlar "Gözün gözü görmediği" bir ilksel hiçlik durumu varmış. "Tanrı, Tanrı'yı seyretmek istedi" diye yaratılış gerçekleşmiş. Benzer şekilde Mevlana da şöyle yazmıştır: "Gizli bir hazineydim ve bilinmek istedim... Tüm evreni yarattım ve bundaki tek amaç kendimi tezahür ettirmektir" (Hines 1996).

Yaratıcı sürecin sıklıkla vurgulanan diğer önemli nitelikleri ise Yaratıcı'nın oynamayı seven, neşeli ve nüktedan yönleridir. Bu nitelikler en güzel, evren ve varoluştan *lila* ya da Tanrısal Oyun olarak bahseden kadim Hindu metinlerinde tanımlanmıştır. Bu görüşe göre yaratılış Tanrı'nın, Brahman'ın, kendi içinden ve kendi içinde yarattığı son derece karmaşık bir kozmik oyundur. O, hem oyunu tasarlayan oyun yazarı, hem oyunun yapımcısı ve yönetmeni ve hem de tüm rolleri oynayan aktörlerdir. Bu kozmik oyun birçok boyutta, birçok düzeyde ve hayal edilemeyecek kapsamlarda oynanır.

Yaratılış, Mutlak Şuur'un muazzam merakını ifade eden devasa bir deney olarak da görülebilir. Bu tutku, hayatını keşif ve araştırmaya adayan bilimadamının sevdasına benzer. Ancak kozmik deney doğal olarak tüm bilimadamlarının toplamının hayal bile edemeyeceği kadar karmaşıktır. Bilimin mikro dünyanın derinliklerinden evrenin uçsuz bucaksız köşelerine kadar yaptığı tüm çarpıcı keşifler varoluşun anlaşılamaz bilmecesine sadece şöyle bir göz atar. Bildiğimiz gibi bilim, doğayı ve yaratılışı gittikçe artan incelikteki yollarla inceler, ancak altında yatan ve onu ortaya çıkaran gizemli süreçler hakkında bir şey söylemez.

Olağandışı şuur hallerinde tekrar tekrar ortaya çıkan soru Tanrı'nın yaratılış sürecinde ne kadar kontrol sahibi olduğudur? Bu, Albert Einstein'ın sıkça üzerinde durduğu bir sorundur. Şöyle der: "Beni gerçekten ilgilendiren soru Tanrı'nın yaratılışta bir seçim şansının olup olmadığıdır." Bu içgörü düzeyine ulaşanların yanıtları bir değildir. Bazen Mutlak Şuur yaratılışın

tümünden, bütün ayrıntılarına kadar tamamıyla sorumluymuş gibi görünür. Bu durumda kozmik oyundaki herhangi bir sürpriz yalnızca kişisel kahramanların başına gelir. Bu, cehalet perdesinin kalkarak daha önceden saklı olan tanrısal bilgilerin önemli kısımlarının açığa çıkmasına bağlıdır.

Holotropik halleri deneyimleyenler sıklıkla bu senaryonun önemli bir alternatifini fark ederler. Yaratılışın yalnızca temel parametrelerinin açıkça belirlendiğini, ancak ayrıntılı sonucu Tanrı'nın bile bilmediğini görürler. Kozmik oyunun bu ikinci modeli bir kaleydoskop ya da satranç oyununa benzetilebilir. Kaleydoskopun kâşifi özel bir şekilde düzenlenmiş aynaların ve renkli cam parçalarının güzel şekiller yaratacağını fark etmiştir. Ancak bu alet kullanılırken ortaya çıkabilecek tüm kombinasyonları önceden bilemez.

Benzer şekilde satrancın kâşifi altmış dört adet kareden oluşan bir tahtanın üzerinde belirli rolleri ve hareket şekilleri olan taşlarla oynanan bir oyunun genel olanaklarının farkındadır. Ancak satranç oynarken ortaya çıkabilecek tüm olasılıkları bilmek söz konusu olamaz. Tabii ki yaratılış kaleydoskop ya da satrançtan çok daha karmaşıktır. Mutlak Şuur her ne kadar muazzam bir zekâya sahip olsa da kozmik oyunun açılımı onun kontrolü dışında olabilir ve doğal olarak sürprizler getirebilir.

Bu, kozmik oyundaki rolümüz sorusuyla yakından bağlantılıdır. Evrenin kaderi tüm ayrıntılarına kadar Tanrı tarafından yazıldıysa bu, bizim gibi kişisel oyunculara yaratıcı bir katılım şansı tanımaz. Yapabileceğimiz en iyi şey varoluş ve kendi doğamız hakkında geçmişte yanlış bilgilendiğimiz için otantik bir yaşam sürmemiş olduğumuz gerçeğine uyanmaktır. Ancak şu anki küresel kriz gibi bazı istenmeyen gelişmeler Tanrı'nın iradesi dışında gerçekleşiyorsa yardımımız gerekebilir. Bu durumda Mutlak Şuur'un kozmik oyundaki değerli yardımcıları olabiliriz.

Yaratılışın nedenleri hakkında içgörüler kazanan bazı insanlar bunun estetik yönünü de vurgular. Gündelik yaşantımızda evren ve doğanın güzelliği ile yaratılışın güzel sanatlar ve mimari gibi

insan ürünü yönlerinden de etkileniriz. Yaşamın ve varoluşun tüm farklı yönlerinin estetik yönünü takdir etme yeteneği holotropik şuur hallerinde oldukça gelişir. William Blake'in dediği gibi "algı kapıları temizlendiğinde" yaratılışın hayranlık uyandırıcı güzelliğini görmemek zordur. Bu açıdan bakıldığında içinde yaşadığımız evren ve diğer boyutlardaki tüm deneysel gerçeklikler en güzel sanat eserleri ve bunları yaratma dürtüsü de yüce bir sanatçının ilhamı ve yaratma tutkusuna benzetilebilir.

TANRISAL ÖZLEM

Daha önce de belirttiğim gibi yaratılışın altında yatan güçlerle ilgili içgörüler bazen farklı "nedenler" ortaya koyar ve hatta yukarıda anlatılanlarla zıt düşebilir. Kozmik yaratıcı ilkenin taşan bolluğunu, zenginliğini, kendine yeterliliğini ve hakimiyetini yansıtmazlar. Daha çok bir kusur, ihtiyaç ya da arzuyu yansıtırlar. Örneğin varlığının büyüklüğü ve mükemmelliğine rağmen Mutlak Şuur yalnız olduğunu fark eder. Bu Yalnızlık dostluk, iletişim ve paylaşım için derin bir özlem olarak kendini gösterir; bir çeşit tanrısal Özlem. Bu nedenle yaratılışın ardındaki en güçlü erk, yaratıcı ilkenin Sevgi alıp verme ihtiyacı olarak tanımlanır.

Yaratıcı süreçle ilgili bu sınıfta belirtilen diğer bir önemli boyut ise tanrısal kaynağın maddi dünyayı deneyimlemeye karşı duyduğu ilksel açlık gibi görünür. Bu içgörülere göre Ruh, kendi doğasına karşı ve zıt olan şeyi deneyimlemeye karşı yoğun bir istek duyar. Kendi saf halinde bulunmayan tüm nitelikleri keşfetmek ve olmadığı her şeyi olmak ister. Ebedi, sınırsız, uzay ve zamanla kısıtlanmamış ve eterik haliyle; geçici, uzay ve zamanla sınırlı, katı ve maddi olmayı arzular. Ruh ve madde arasındaki bu canlı ilişki Aztek mitolojisinde iki tanrı –maddeyi temsil eden Tezkatlipoka (Dumanlı Ayna) ve ruhu temsil eden Kuetzalkoatl (Tüylü Yılan)– arasındaki gerilim olarak anlatılır. Kuetzalkoatl ve Tezkatlipoka arasındaki kozmik dans Borbonikus Kodeksi diye bilinen Aztek yazıtında yer alır.



Şekil 1. Kuetzalkoatl ve Tezkatlipoka. Kadim Meksika efsaneleri ruh ve madde dünyasının bir bütün olduğunu ve her ikisinin de bir diğerinin ihtiyaç duyduğu şeye sahip olduğunu söyler. Aztek Borbonikus Kodeksi'ndeki bu resimde Ruh ve Madde'nin arasındaki bu dinamik gerilim Kuetzalkoatl (rüzgâr ve nefes tanrısı Ehekatl haliyle) ve Tezkatlipoka'nın tamamlayıcı kozmik dansı olarak temsil edilir.

Kaynak: Stanislav Grof, *Ölüler Kitabı.* Thames & Hudson, Londra, 1996, s. 93. Bibliothèque de l'Assemblée Nationale, 126 Rue de l'Université, 75007 Paris'in izniyle basılmıştır.

Şuur'un yaratılışta faal rol oynadığı anlayışı din, felsefe ve mitolojiyle sınırlı değildir. Modern fizikçilere göre şuurlu gözlem belli olayların olasılığını değiştirir ve bu nedenle maddi gerçekliğin yaratılışına katılır. Fizikçi Fred Alan Wolf kuantum görelilik fiziğinin felsefi ve spiritüel imalarını incelediği konferanslarının birinde şuurun maddi dünyanın yaratılışında oynadığı faal role değindi. Bu sürecin altında yatan mekanizmalar hakkında tahminlerde bulundu ve maddi dünyanın yaratılışındaki asıl nedenin şuur ve ruhun madde deneyimine olan bağımlılığı olabileceğini ileri sürdü. Gündelik yaşamda ruhun maddeye olan bu özlemi tüm İnsani bağlılık ve bağımlılıklarımızın kökenindeki neden olabilir.

Yaratılışın nedeni olarak sıklıkla belirtilen diğer bir öğe ise monotonluktur. Tanrı'nın deneyimi insan için ne kadar muazzam ve yüce bir şey olsa da Tanrı için o hep aynıdır ve bu nedenle de monotondur. Bu nedenle yaratılış; değişim, hareket, oyun ve sürpriz için duyulan, aşkın bir özlemi gösteren devasa bir çabadır.

Birçok farklı boyutta ve farklı düzeylerdeki deneysel gerçeklikler şuura macera ve tanrısal eğlence için sınırsız sayıda fırsat sunar. Yaratılışı Mutlak Şuur'un monotonluğunu yenmeyi amaçlayan bir faaliyet olarak betimleyen uç ifade şekilleri Kozmik Sıkıntı'dan bile bahseder. Bu, Tanrı'nın evreni yaratma nedenlerinden birinin de sıkıntıyı yenmek olduğunu söyleyen Ortaçağ Kabala metinlerine ait bazı pasajları anımsatır.

Çeşitli fenomenal dünyaların yaratılışı Mutlak Şuur'un tahammül edilemez Burada ve Şimdi halinden rahatlatıcı ve tahmin edilebilir doğrusal zaman, sınırlı uzay ve geçicilik deneyimine kaçmasına da olanak verir. Bu, ölümsüzlük ve aşkınlık için duyduğumuz derin özlemin altında yatan ölüm ve geçicilik korkusunun zıt kutbu ve negatif yansımasıdır. Bu deneyimi yaşayanlarda şuurun yok olacağı korkusu, şuurdan başka bir şeyin olmadığı görüşüyle tamamıyla yer değiştirir.

Kozmik yaratılış laboratuvarıyla ilgili böylesine derin içgörüler deneyimleme şansına nail olanların tümü de bu gerçeklik düzeyi hakkında söylenebileceklerin tanık oldukları şeye haksızlık edeceğinde hemfikir görünmektedir. Fizik dünyanın yaratılmasından sorumlu olan devasa ölçülerdeki bu muazzam dürtü her ne kadar gündelik duygulara, sağduyuya ve diğer birçok şeye zıt görünse de yukarıdaki tüm nitelikleri kapsıyor gibi görünür. Tüm yaratılışı anlama ve açıklama çabalarımıza rağmen yaratıcı ilkenin doğası ve yaratılış süreci anlaşılamaz gizemini korumaktadır.

YARATICI SÜRECİN DİNAMİKLERİ

Holotropik hallerdeki deneyimler, yaratılışın "sebepleri"nin yanında (yaratılışın "neden"i) genellikle yaratıcı sürecin belli dinamik ve mekanizmaları (yaratılışın "nasıl" olduğu) hakkında aydınlatıcı içgörüler de getirir. Bunlar farklı duyusal özelliklerle çeşitli deneyimler ortaya çıkaran ve bunları sistemli ve uyumlu bir şekilde yöneterek sanal gerçeklikler yaratan "şuur teknolojileri" ile ilgilidir. Her ne kadar bu içgörülerin tanımları ayrıntılar, dil ve kullanılan mecazlar açısından çeşitlilik gösterse de olgular (fenomen) dünyasının yaratılışıyla ilgili unsurlar iki ilişkili ve karşılıklı tamamlayıcı sürece ayrılır.

Bunlardan ilki Mutlak Şuur'un saf bozulmamış birliğini gittikçe artan sayılardaki şuur parçalarına ayıran faaliyettir. Evrensel Zihin karmaşık bölünme, parçalanma ve farklılaşma dizilerini içeren yaratıcı bir oyun oynar. Bu, belli şuur formlarını bünyesinde barındıran ve ayırıcı farkındalığa sahip sayısız farklı varlığı içeren deneysel âlemlerle sonuçlanır. Bunların kozmik şuurun saf bölünmemiş alanının birçok kereler tekrar tekrar bölünmesiyle ortaya çıktığına dair görüş birliği var gibi görünüyor. Bu nedenle Tanrı kendi dışında var olan bir şey yaratmamakta; kendi varlığına ait alanı dönüştürerek yaratmaktadır.

Yaratılış sürecindeki ikinci önemli unsur kendine özgü "parçalara ayırma" ya da izole edici "kozmik zar"dır; bu nitelikle be-

raber şuurlu yavru varlıklar ilk kaynaklarından ve saf doğalarının farkındalığından gitgide koparlar. Ayrıca bireysel kimlikler ve birbirlerinden mutlak bir ayrılık duygusu da geliştirirler. Bu sürecin son aşamalarında bu ayrı birimlerin arasında ve de Mutlak Şuur'la aralarında maddi olmayan, ancak oldukça dirençli zarlar oluşur. Bu ayrılık hissinin tamamıyla sübjektif ve aslında sahte olduğunu vurgulamak gerekir. Daha derin düzeyde bölünmemiş saf birlik tüm yaratılışın altında yatmaya devam eder.

"Parçalanma" ve "kozmik zar", birimlerin mekanik ayrışımını ve bütünün parçalara bölünmesini vurguladığı için bu bağlamda pek uygun terimler değildir. Bu somut imgeler, bahsettiğim dinamiklerden ziyade çeşitli maddelerle ilgilenen duvarcılık ya da marangozluk gibi zanaatlar için daha uygundur. İşte bu nedenle birçok insan psikoloji terimlerini kullanır ve bu süreci unutma, bastırma ya da soyutlama gibi mekanizmalarla kıyaslar. Burada yazar ve filozof Alan Watts'ın "kim olduğunu bilme tabusu" dediği olgudan bahsediyoruz. Çeşitli holotropik hallerde elde edilen içgörülere göre ayrık şuur birimleri yalnızca insan ve hayvanlar değil bitkiler, inorganik dünyadaki elementler, bedensiz varlıklar ve arşetipsel varlıkları da kapsıyor.

Mutlak Şuurla onun parçaları arasındaki ilişki kendine özgü ve karmaşıktır, bu yüzden alışılmış düşünce kalıpları ve sıradan mantıkla anlaşılamaz. Mantığımız parçanın aynı anda bütün olamayacağını ve bütünün, parçaların toplamı olduğu için herhangi bir parçasından daha büyük olması gerektiğini söyler. Ve bütün, kendisini oluşturan parçaların toplamı olduğu için parçaları inceleyerek onu anlayabiliriz. Bu, son zamanlara kadar Batı biliminin temel varsayımlarından biriydi. Ek olarak parçaların bütünde belli bir yeri olmalıdır ve bütünün belli bir bölümünü kapsamalıdır. Bütünün parçalarla olan ilişkisi hakkında söylenenler gerçek ve gündelik yaşamda da belirgin gibi görünse de bu özelliklerin ve kısıtlamaların hiçbiri kozmik oyunda mutlak değildir.

Evrensel dokuda ayrık şuur birimleri bireyselliklerine ve belirgin farklılıklarına rağmen başka bir düzeyde kaynaklarıy-

la ve birbirleriyle esas özdeşliklerini korurlar. Aynı anda bütün ve parça olduklarından çelişkili bir doğaları vardır. Parçaların her biri hakkındaki öz bilgi tüm kozmik alana dağılmıştır ve her parça da tüm yaratılışın bilgisine sahip olabilir. Bu bütün parça ilişkisinin kanıtı transpersonel deneyimlere bakacak olursak en belirgin haliyle insanlarda görülür.

Transpersonel hallerde kendimizi yaratılışın herhangi bir parçası olduğu kadar yaratıcı ilkenin kendisi olarak da deneyimleyebiliriz. Bu, kendini herhangi bir şey ya da herhangi biri olarak deneyimleyebilen –buna bizler de dahiliz– diğer insanlar için de geçerlidir. Bu açıdan bakıldığında her insan yalnızca evrenin ufak bir parçası değil aynı zamanda yaratılışın tümüdür. Benzer bir ilişki hayvan ve bitki âleminde ve hatta inorganik dünyada da mevcuttur. Türlerin evrimi ve kuantum fiziğindeki çelişkilerle ilgili gözlemler bunu destekler.

Bu durum kadim Hint manevi sistemleri, özellikle de Caynacılık ve Avatamsaka Budizmi'nde yer alan tanımları anımsatır. Cayna kozmolojisine göre yaratılış sonsuz derecede karmaşık ayrık şuur birimlerinden ya da *jivalardan* oluşur. Bu jivalar kozmik sürecin farklı yönlerinde ve aşamalarında hapsolmuştur. Saf doğaları maddi gerçekliğe, özellikle de biyolojik süreçlere takılmaları nedeniyle bozulur. Caynacılara göre organik yaşam formları kadar inorganik nesne ve süreçler de jivadır. Her jiva görünürdeki farklılığına karşın tüm diğer jivalara bağlıdır ve diğer hepsinin bilgisine sahiptir.

Avatamsaka Sutra her şeyin birbirine bağlı olduğunu anlatmak için şiirsel bir imge kullanır. O, Vedik tanrı İndra'nın meşhur kolyesidir: "İndra'nın cennetinde inciden bir ağ olduğu söylenir. Bu ağ öylesine düzenlenmiştir ki birine baktığında içinden yansıyan tüm diğerlerini de görebilirsin. Aynı şekilde dünyadaki her nesne yalnız kendi değildir; diğer her nesneyi de içerir ve aslında diğer her şeydir." Benzer kavramlar aynı öğretinin Çin'deki kolu olan Hwa Yen Budist okulunda da bulunabilir. Hwa Yen insan zihninin ulaşabileceği en derin içgörülerden biri-

ni içeren bütüncül bir evren görüşüdür. Bu felsefenin özü birkaç cümleyle başarıyla özetlenebilir: "Bir'in içinde Bir, Çok'un içinde Bir, Bir'in içinde Çok, Çok'un içinde Çok." Aşağıdaki hikâye bu okulun belirleyici özelliği olan karşılıklı kozmik iç içelik kavramına güzel bir örnektir:

> Hwa Yen felsefesinin karmaşıklığını anlamada güçlük çeken İmparatoriçe Wu, okulun kurucularından Fa Tsang'dan kozmik bağlılığı basit ve pratik bir şekilde anlatmasını ister. Fa Tsang onu her tarafı aynalarla kaplı –duvarlar, tavan ve yer– büyükçe bir salona götürür. Önce bu salonun ortasında bir mum yakar ve tavandan sarkıtır.
>
> Bir anda sonsuza kadar gidiyormuş gibi görünen farklı büyüklüklerde yanan mumlarla çevrilirler. Bir ile çokun arasındaki ilişkiyi Fa Tsang böyle anlatır.
>
> Daha sonra odanın ortasına birçok yüzeyi olan ufak bir kristal yerleştirir. Sayısız mum imgeleri de dahil olmak üzere kristalin çevresindeki her şey onda toplanıp yansımaya başlar. Fa Tsang bu şekilde Mutlak Gerçeklik'te en küçüğün en büyüğü ve en büyüğün de en küçüğü nasıl kapsadığını gösterir. Bunu yaptıktan sonra bu statik modelin çok yetersiz ve kusurlu olduğunu söyler. Bu örnek evrendeki daimi, çok boyutlu hareket ile Zaman'ın ve Ebediyet'in; geçmişin, şimdinin ve geleceğin birbirleri içine nüfuz edişlerini anlatamaz.

YARATILIŞ MECAZLARI

Holotropik hallerde kozmik yaratıcı sürecin dinamiklerini görüp içgörülerini anlatmaya çalışanlar genellikle uygun kelime bulamazlar. İfade etmeye çalıştıkları deneyim ve düşüncelerin bazılarını anlatmalarına yardımcı olur ümidiyle gündelik yaşamdan çeşitli sembolik imgeler, mecazlar ve benzetmelere başvururlar. Yaratılış süreciyle ilgili aşağıdaki tanımlamada doğadaki su çevriminden alınan bir benzetmeyi kullanarak aynı yaklaşımı izleyeceğim. Kozmolojik vizyonları içeren seanslardaki açıklamalarda böylesine doğal olgulara sıklıkla atıfta bulunulur.

Yaratılıştan önce Kozmik Şuur muazzam yaratıcı olanaklara sahip sınırsız bir teklik halindedir. Yaratılış, onun içerisinde dalga misali küçük bir kıpırtıyla başlar. Bu, orijinal birliğin bozulması, çeşitli formların oyunsu bir imajinasyon biçiminde tezahür etmesidir. İlk başta yaratılan varlıklar kaynakla olan bağlantılarını sürdürürler; ayrılık belli belirsizdir ve tam değildir. Su benzetmesini kullanacak olursak Mutlak Şuur'un bölünmemiş teklik hali hayal edilemeyecek büyüklükte derin ve dingin bir okyanus gibidir. Yaratılış sürecinin ilk evresini en iyi anlatan imge okyanusun yüzeyindeki dalgalardır.

Bir açıdan dalgalar bireysel ve ayrı varlıklar olarak görülebilir. Örneğin büyük, hızlı ve yeşil renkli bir dalgadan ya da sörfçüler için iyi ya da tehlikeli dalgalardan söz edilebilir. Ancak bu göreceli bireyselliğe rağmen dalga aynı zamanda okyanusun ayrılmaz bir parçasıdır. Dalgaların okyanustan ayrı oluşu oyunsu ve yanıltıcıdır. Ani bir rüzgâr okyanusun yüzeyinde dalgalar oluşturabilir ve rüzgâr dindiğinde dalgalar okyanusla birlik durumuna geri döner.

Anlattığım aşamada yaratıcı kaynak kendinden farklı imgeler yaratır, ancak bu imgeler kaynakla bağlantıyı ve temel özdeşliklerinin farkındalığını sürdürür. Gerçek yaratılış, yaratılanların ayrı hale gelmesini ve yaratıcı matristen açıkça ayrılabilir olmalarını gerektirir. Yaratılış yalnızca kaynakla bağlantı koptuğunda ve farklı kimlikler oluştuğunda gerçekten başlar. Bu ilk başta kısa bir an sürebilir. Bunun için kullanılacak benzetme havada ya da kıyıda parçalanan bir dalga olacaktır. Su kütlesi binlerce damlaya ayrılıp havada uçarken bir an için farklı bir kimliğe ve varlığa bürünür. Ancak bu durum çok kısa sürer; tekrar düşüp okyanusla birleşinceye kadar.

Bir ileri aşamada ayrılık daha belirgindir ve farklılaşmış şuur birimleri bireysel kimliklerini ve bağımsızlıklarını uzunca bir süre korur. Bu, parçalanmanın, "kozmik zar"ın ya da kozmik ayrılma ve unutuşun başlangıcıdır. Kaynakla birlik geçici olarak kaybedilir ve tanrısal kimlik unutulur. Bu durum met cezir sıra-

sında dalgalar çekildiğinde kaya oyuklarında kalan suya benzer. Okyanustaki ana suyla kayalardaki suyun bu ayrılığı uzun sürer. Ancak suyun bir sonraki yükselişinde birlik yeniden sağlanacak ve ayrılmış su kütlesi kaynağa geri dönecektir.

Bu bireyselleşme sürecinin devamı ayrılığın tam, inandırıcı ve daimiymiş gibi görünmesiyle sonuçlanır. Kökten bir başkalaşım gerçekleşir ve ayrık şuur birimleri daha öncekinden oldukça farklı yeni bir kimlik kazanırlar. Özdeki birlik gizlenir ve üstü örtülür, ancak tamamıyla ortadan kalkmaz. Yaratılışın bu aşaması okyanustan buharlaşıp buluta dönüşen su kütlesine benzetilebilir. Su buluta dönüşmeden önce köklü bir değişime uğrar. Yeni ortaya çıkan varlığın belli bir şekli ve kendine özgü bir yaşamı vardır. Ancak bulutun içinde oluşabilecek küçük su damlaları bu yeni olgunun kaynağını ve kökenini inkâr eder. Kolaylıkla yoğunlaşıp yağmur halini aldıktan sonra akarak okyanusla yeniden birleşebilirler.

Son aşamada ayrılık tamamlanmış ve kaynakla ilişki bütünüyle kaybolmuştur. Kökten bir dönüşüm gerçekleşmiş ve asıl kimlik unutulmuştur. Bu yeni birimin şekli farklı, karmaşık ve belirgindir. Aynı zamanda çoğalma süreci ilerlemiştir ve yaratılan varlığın şuuru, orijinal bütünün sonsuz derecede ufak bir bölümünü temsil eder. Bu aşamaya iyi bir örnek, başlangıçta okyanustan buharlaşmış sudan oluşan bulutun içinde kristalleşen kar tanesidir. Kar tanesi okyanustaki suyun çok küçük bir kısmını oluşturur ve kendine özgü bir şekli ve yapısı vardır. Kar tanelerinin aldığı şaşırtıcı şekiller, fenomenal âlemi karakterize eden yaratılışın zenginliğine iyi bir örnektir. Kar tanesi kaynakla çok az benzerlik gösterir ve onunla tekrar birleşebilmek için yapısında köklü değişiklikler geçirip benliğini kaybetmelidir. Bir adım ileri gidip bir buz kütlesini düşünebiliriz. Bu durumda su öylesine değişmiş ve özgün halinden öylesine farklılaşmıştır ki donma süreci ve donmanın fiziksel sonuçlarının entelektüel bilgisine sahip olmasak buzun suyla bir olduğunu fark edemeyiz. Suyun aksine buz yoğun, katı ve serttir. Tıpkı kar tanesi gibi özgün su

durumuna dönmek için tamamıyla erimeli ve temel özellikleri gibi görünen niteliklerden arınmalıdır.

Yaratılışın çeşitli yönlerini suya benzeten benzer imgeler tüm çağların mistik edebiyatlarında bulunabilir. Bakın Mevlana Tanrı ve yaratılışı nasıl anlatıyor: "Bu Birlik Okyanusu'dur, eşi ve benzeri yoktur. İncileri ve balıkları dalgalarından farksızdır... Ruh aslında ve her zaman birdir; ancak yaratılışın çeşitli planlarındaki tezahürleri farklıdır. Nasıl ki buz, su ve buhar ayrı şeyler olmayıp aynı şeyin üç hali ise benzer biçimde Ruh da tektir, ancak aldığı formlar çoktur. En yüce aşkın âlemlerde son derece ince ve süptil bir varlık olarak bulunur; ancak daha kaba bölgelere inildiğinde Ruh da daha kaba formlar alır."

En uç durumda kaynak kaybedilip unutulmakla kalmaz varlığı da inkâr edilir. Yaratılıştaki bu durumu doğadaki suyun döngüsü imgesiyle benzetme kurarak anlatmak zordur. Bu duruma en iyi örnek ateisttir. Birlikte çalıştığım insanlardan biri ateistin çelişkisini holotropik bir şuur halinde şöyle dile getirdi:

> Ateist kişi kozmik komedinin en uç ifadesidir. O, geçici varlığını kazanılması imkânsız trajikomik bir savaşa adamış ayrık bir tanrısal şuur birimidir. Evrenin ve kendisinin tesadüfi bir madde topluluğu olduğunda ve yaratıcının var olmadığında diretir ve bunu kanıtlamaya kararlıdır. Ateist tanrısal kaynağını tamamıyla unutmuştur, Tanrıya inanmaz ve hatta tüm inananlara sert ve tutkulu bir şekilde saldırabilir. Sri Aurobindo ateisti "Kendisiyle saklambaç oynayan Tanrı" olarak tanımlar.

Kozmik süreci anlatmada yukarıdaki imgelere ek olarak doğadaki suyun tam bir döngüsü de sıkça kullanılmıştır. Okyanus –havaya bağlı olarak– kendi başına bile bir âlem olan güzel ve karmaşık dalga oyunları oynar. Okyanus suyu buharlaşır ve bulutları oluşturur ki bulutların da zengin iç ve dış hareketleri vardır. Bulutlardaki su yoğunlaşarak yağmur, dolu ya da kar şeklinde yeryüzüne döner. Yeniden birleşmenin başlangıcıdır bu. Kar ya da dolu erir, su damlaları birleşir ve ufak su akıntıları, dereler

ve nehirler oluşur. Birçok birleşmenin ardından bu su kütlesi okyanusa ulaşır ve kaynağıyla yeniden birleşir.

MAKROKOZMOS ve MİKROKOZMOS: YUKARIDAKİ AŞAĞIDAKİNE, AŞAĞIDAKİ YUKARIDAKİNE BENZER

Yaratıcı süreci betimlemede yararlanabileceğimiz imgeler sunan diğer bir gündelik yaşam alanı da biyolojidir; özellikle de hücreler, dokular, organlar ile organizmanın bütünü arasında mevcut ilişkiler ve organizmalar, türler ve ekosistemler arasındaki ilişkiler. Bu durum yaratıcı süreçte çeşitli şuur birimlerinin nasıl kendi başlarına otonom bireyler olduklarını ve aynı zamanda da daha büyük planların ve son olarak da tüm kozmik dokunun bir parçası olduklarını göstermede kullanılabilir.

Hücreler yapısal olarak farklı varlıklar olmalarına karşın fonksiyonel olarak doku ve organların ayrılmaz birer parçasıdırlar. Dokular ve organlar da daha üst bireysel formlardır, ancak tüm organizmanın parçaları olarak da anlamlı rolleri vardır. Döllenmiş yumurta tüm organizmayı içerir ve embriyolojik gelişim yumurtadaki iç potansiyelin açılımıdır. Benzer şekilde meşe ağacı meşe palamudunun açılmış halidir.

Bu süreci tersine de –mikrodünyanın derinliklerine doğru– izleyebiliriz. Hücreler moleküllerden oluşan organelleri içerir ve moleküller de atomlardan oluşur. Atomlar atom altı parçacıklardan ve atom altı parçacıklar da maddenin bilinen en küçük yapı taşı olarak kabul edilen kuarklardan oluşur. Yukarıda verilen örneklerden hiçbiri parçası oldukları sistemlerden bağımsız ayrı varlıklar olarak düşünülemez. Yalnızca daha büyük bütünlüklerin ve nihai olarak da yaratılışın tümünün parçaları olarak düşünüldüklerinde anlam kazanırlar.

İnsan bedeni özgünleşmiş ve farklılaşmış çeşitli hücrelerin meydana gelmesini sağlayan karmaşık bir bölünme süreci sayesinde tek bir kaynaktan –döllenmiş yumurta– çıkar. Son halinde beden her parçanın aynı zamanda kendi başına bir bütün olduğu hiyerarşik bir düzendir. Tüm düzeylerdeki anatomik sınırları

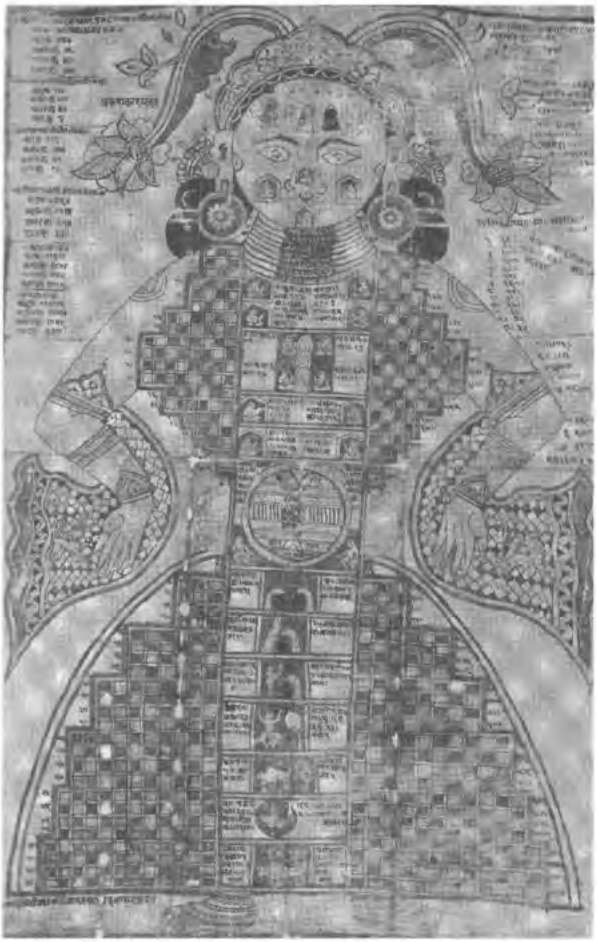
aşan karmaşık bir nöral ve biyokimyasal düzenlemeler sistemi parçaların faaliyetindeki birliği sağlar. Ek olarak her hücrede tüm organizmanın genetik bilgisini bulunduran bir dizi kromozom vardır. Henüz yeni olan genetik bilimi daha şimdiden tek bir hücre çekirdeğinden klonlamayı –asıl organizmanın tam bir kopyasını oluşturmayı– başarmıştır. Bu nedenle tüm bedenin bilgisi onun tüm parçalarında bulunur. Bu ise daha önce kozmik yaratıcı süreçle ilgili yaptığımız mecazı doğrular.

Tantrik bilime göre kozmos ve insan organizması arasındaki ilişki, basit bir benzeşim ya da anlamayı kolaylaştırıcı bir kavram değildir. Kadim Tantrik metinlere göre insan bedeni gerçekten de tüm makrokozmosu yansıtan ve barındıran bir mikrokozmostur. Eğer kişi kendi bedenini ve ruhunu iyice araştırabilirse tüm fenomenal dünyaların bilgisine sahip olabilir (Mookerjee ve Khanna 1977). Bu, Kozmik İnsan imgesi, Purushakara Yantra'da grafikle anlatılmıştır. Bu figürde içinde yaşadığımız dünya göbek bölgesinde yer alır, bedenin üst bölgesi ve baş farklı göksel planları kapsarken göbek ve ayaklar alt dünyaları barındırır.

Bedenle dünya arasındaki ilişkiyi şu sözlerle açıklar Buda: "Sana gerçekten söylüyorum ki bu yüce bedende dünya, dünyanın var oluşu ve yok oluşu bulunur."

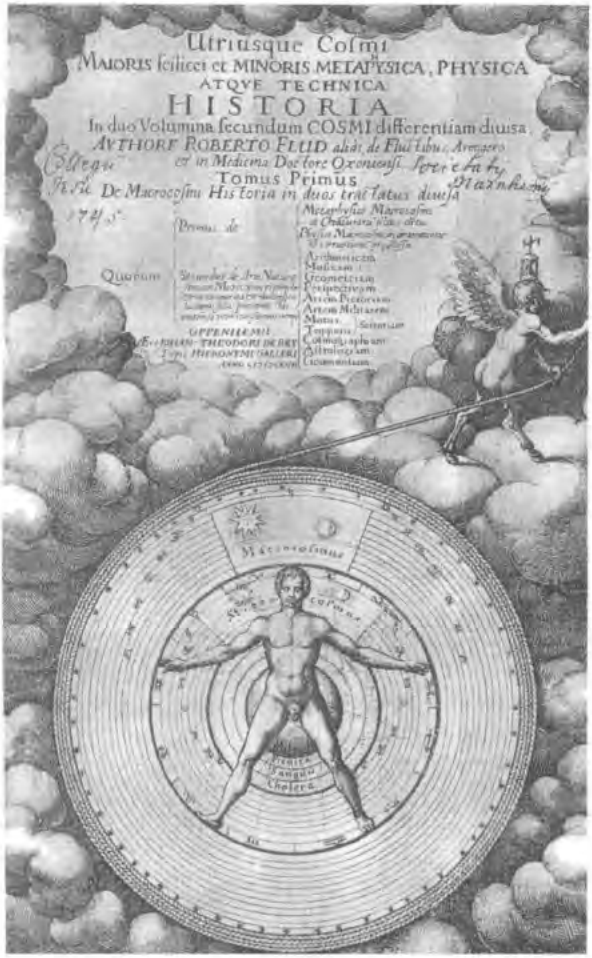
Kabalada tanrısal yaratılışın farklı safhalarını temsil eden arşetipsel ilkeler –on Sefirot– başı, kolları, bacakları ve cinsel organı ile Adam Kadmon'un tanrısal bedeni olarak görülür. İnsan bedeni bu ilksel formun minyatür bir kopyasıdır. Benzer kavramlar Gnostisizm, Hermetik gelenek ve diğer ezoterik sistemlerde bulunabilir.

Çeşitli ezoterik geleneklerin insan organizmasıyla kozmos arasında var olduğunu ileri sürdüğü bu derin bağ "Yukarıdaki aşağıdakine benzer" ya da "Dışarıdaki içeridekine benzer" gibi ünlü ifadelerde dile getirilmiştir. Modern şuur araştırmalarından elde edilen gözlemler maddeci bilime saçma gelen bu kadim mistik kavramlara yeni bir ışık tutmuştur. Transpersonel psikoloji holotropik hallerde geçmişteki ve şu andaki fiziksel



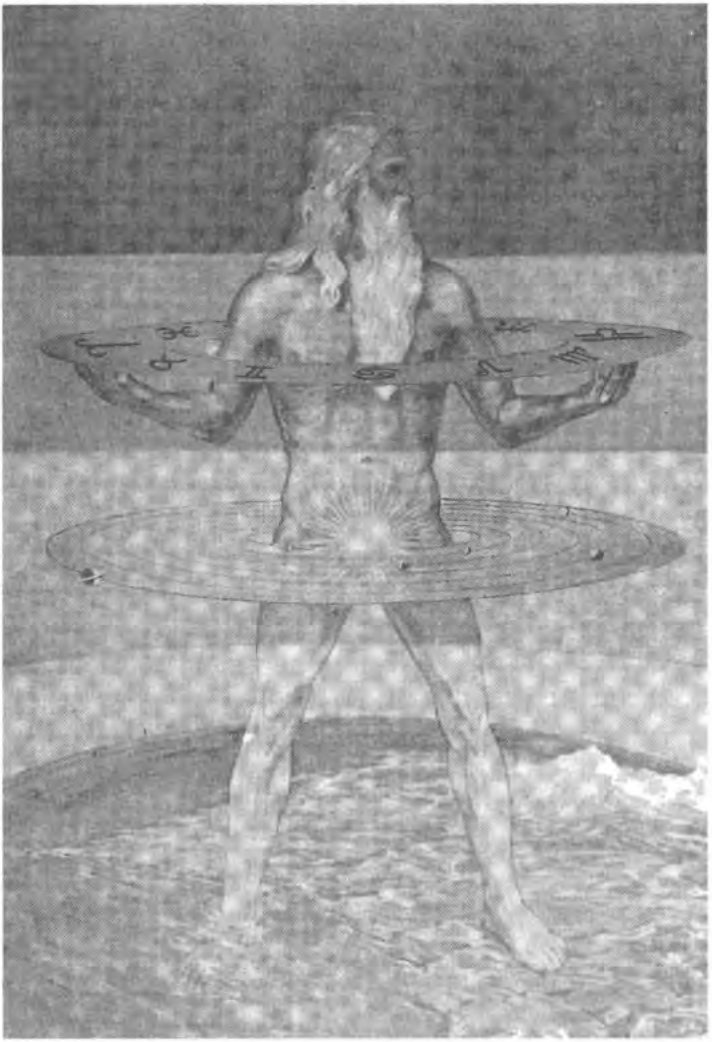
Şekil 2. Purushakara Yantra ya da Kozmik İnsan Yantrası, büyük mikro-makro evren görüşünü yansıtır. Hindistan'ın Rajasthan yöresinde bulunan bu on sekizinci yüzyıl resmi, muazzam potansiyelini gerçekleştirip tüm evrene dönüşmüş insanı tasvir eder. Yedi yüksek plan (*loka*) göksel âlemlerin deneyimini, orta plan dünya gerçekliğini (*bhurloka*) ve alt planlar da normal altı şuur hallerini temsil eder.

Kaynak: Philip Rawson, *Tantra: Indian Cult of Ecstasy* (Tantra: Hint Vecd Kültü), fotoğraf 20, Thames & Hudson Yayınları. Ajit Mookerjee'nin koleksiyonundan izin alınarak yeniden basılmıştır. Fotoğraf: Jeff Teasdale.



Şekil 3. Hermetik Kozmik İnsan. Robert Flud'un *Utriusque cosmi historia* adlı on yedinci yüzyıl metninden alınıp A. Roob'un *Alchemie und Mystik* (Simya ve Mistik, Köln, 1996, s. 543) adlı kitabında yeniden basılan bu illüstrasyon, insanı makrokozmosu yansıtan bir mikrokozmos olarak tasvir ediyor. Gezegensel planları temsil eden iç içe çemberler bedenin fiziksel yapısıyla bağlantılıdır. Dokuz göksel küre insanın mantık, müdrike ve saf zihin aracılığıyla Kozmik İnsan ve hatta Tanrı mertebesine yükselebileceğini işaret eder.

Kaynak: Mannheim Üniversitesi Merkez Kütüphanesi'nin Eski Yayınlar Bölümü'nün izniyle basılmıştır.



Şekil 4. Adam Kadmon. Kabalistlerin İlksel Evrensel İnsanı, burada zodyağı tutarken ve tüm güneş sistemini desteklerken tasvir ediliyor. On tanrısal Emanasyonu (Sefirot) tutan Adam Kadmon imgesi Yahudi mistiklerce tanrısallığın mükemmel bir yansıması ve tasviri olarak görülmüştür.

Kaynak: Los Angeles, California Felsefi Araştırmalar Cemiyeti'nin izniyle, Manly Hall'un *Tüm Çağların Gizli Öğretileri* adlı eserinden alınmıştır.

gerçekliğin herhangi bir yönüyle olduğu kadar varoluşun diğer boyutlarının çeşitli yönleriyle de özdeşleşebilmenin olası olduğunu keşfetmiştir. Tüm evrenin gizemli bir şekilde hepimizin psişesinde kodlu olduğunu ve benliğin derin ve sistemli biçimde araştırılmasıyla ortaya çıkabileceğini onaylamıştır.

Evrendeki hiyerarşik düzen tartışması kişisel organizma sınırlarının ötesine taşınabilir, çünkü her yaşam formu daha büyük grup ve sistemlerin bir parçasını oluşturur. Hayvanlar; koloniler, sürüler, gruplar ve kümeler oluşturup familya ve türlere ayrılır. İnsanlar bir ailenin, klanın, kültürün, ulusun, cinsiyetin, ırkın, vs parçasıdır. Canlı organizmalar –bitkiler, hayvanlar ve insanlar– gezegenimizin biyosferinde gelişmiş çeşitli ekosistemlere aittir. Evrenin karmaşık devingen yapısında her parça ayrı bir varlık olduğu kadar daha büyük bir bütünün de üyesidir. Bireysellik ve katılım daha geniş bir çerçevede dialektik olarak kombinedir ve bir bütündür.

PARÇA ve BÜTÜN

Modern bilimin bütün ve parçaları arasında keşfettiği yeni ilişki İngiliz yazar ve filozof Arthur Koestler tarafından araştırılmış ve sistemli olarak anlatılmıştır. Koestler, adını iki yüzü olan Roma tanrısı *Janus*'dan alan kitabında, evrendeki her şeyin aynı anda hem bütün hem de bir parça olduğu gerçeğini yansıtan *holon* terimini kullandı. Kelimenin kökü olan *hol–*, bütünlük (Yunanaca *holos* = bütün) ve temel parçacık isimlerinde kullanımı gelenekselleşmiş *–on* eki parça anlamına gelir. Holonlar herhangi bir hiyerarşinin ara safhasındaki Janus-yüzlü varlıklardır. Onlara bakış şeklimize göre –"aşağıdan" ya da "yukarıdan"– bütün ya da parça olarak tanımlanabilirler (Koestler 1978). Holon kavramı Ken Wilber tarafından son zamanlarda oldukça sofistike ve yaratıcı bir biçimde daha da geliştirildi (Ken Wilber 1995).

Holonlar daha geniş topluluklar oluşturabilir. Örneğin bakteriler bakteri kültürünü, yıldızlar da galaksileri oluşturmak üzere bir araya gelebilir. Bunlar aynı düzenin bireylerinden oluşan sos-

yal holonlardır. Holonlar daha üst bir düzene ait holonlar da oluşturabilir. Hidrojen ve oksijen atomları su moleküllerini, moleküller hücreleri, hücreler de çok hücreli organizmaları oluşturabilir. Bunlar gittikçe artan düzendeki holonlara örnektir. Tartışmamız açısından önemli olan şey holotropik hallerde tüm bireysel ve de toplumsal holonlara karşılık gelen öznel deneyimlerin varoluşudur. Bu deneyimler oldukça otantik ve ikna edici biçimde gündelik şuur durumumuzda bizden ayrı nesneler olarak deneyimlediğimiz şeylerle özdeşleşmemizi sağlar.

Böylelikle atomlar, moleküller ya da bedendeki belli hücrelerle, birey ya da topluluk olarak, şuurlu biçimde özdeşleşebiliriz. Başka insanlar olarak yaşadığımız deneyimlerin yanı sıra tüm bir insan topluluğu –örneğin tüm anneler, askerler ya da Hıristiyanlar– ile de özdeşleşebiliriz. Tek bir kurdu ya da bir grup kurdu görüp onları birer nesne olarak gözlemleyebiliriz. Ayrıca tek bir kurtla özdeşleşebiliriz ya da bir grup kurdun ve hatta tüm bir kurt türünün şuuruyla özdeşleşebiliriz.

Holotropik halleri yaşayan bazı insanlar bir ekosistemin, kozmik bir olgu olarak tüm hayatın ya da gezegenimizin bütününün şuurunu deneyimlediklerini bildirmişlerdir. Transpersonel hallerde varoluşun tüm yönleri –gerçekliğin farklı düzeylerinde ve bölgelerinde belirdikleri şekliyle– şuurlu olarak deneyimlenebilir. Bu, evren ve varoluşun Mutlak Şuur'a ait ilahi bir oyun olduğunu çok güçlü bir şekilde destekleyen oldukça önemli bir gözlemdir.

Aşağıdaki vaka Maryland Psikiyatrik Araştırma Merkezindeki profesyoneller için psikodelik eğitim programımıza katılan Kathleen'in seansından alınmıştır. Tüm yaşamı bağrına basan ve hayatın kendini sürdürme mücadelesini yansıtan transpersonel bir deneyime örnektir. Bu deneyim yaşayan her şeye karşı derin bir şefkat duygusu ve ekolojik farkındalıktaki çarpıcı bir değişimle sonuçlanmıştır.

> Dünyadaki tüm yaşamla derin bir şekilde bağlantı kurduğumu hissettim. İlkin çeşitli türlerden farklı hayvanlarla bir dizi özdeş-

leşme deneyiminden geçtim; bu deneyim daha sonra gittikçe genişledi. Kimliğim uzayda yatay olarak tüm yaşam formlarını kapsamakla kalmadı, zamanda dikey olarak da genişledi. Tüm dallarıyla Darwin'in evrim ağacı oldum. Ne kadar inanılmaz gelse de kendimi hayatın tümü olarak deneyimledim!

Canlı formların dünyasındaki enerji ve deneyimlerin kozmik niteliğini, hayatı tanımlayan sonsuz merak ve deneyi, birçok farklı düzeyde işleyen kendini ifade ve kendini sürdürme güdüsünü hissettim. Teknolojiyi geliştirdiğimizden beri yaşama ve dünyaya neler yaptığımızı fark ettim. Teknoloji de hayatın bir ürünü olduğu için asıl yanıtını aradığım soru bu gezegendeki yaşamın devam edip etmeyeceğiydi.

Hayat, yaşam dolu ve yapıcı bir olgu mudur yoksa kaderinde kendi kendini yok etmek gibi ölümcül bir hatayı da içeren habis bir tümör müdür? Organik formların evrimi tasarlanırken temel bir hatanın gerçekleşmiş olması mümkün müdür? Evrendeki yaratıcılar insanlar gibi hata yapabilir mi? Bu, o anda, daha önce hiç düşünmediğim gerçek ama korkutucu bir fikir gibi geldi.

Kathleen, bir süre yaratıcı ilkenin yaşamı meydana getirirken temel bir hata yapmış olabileceği ve sürecin tam denetimini elinde bulundurmuyor olabileceği olasılığını sorguladı. Durumun muhtemelen böyle olduğu ve yaratılışın devamı için Tanrı'nın insanların desteğine ihtiyaç duyabileceği sonucuna vardı. Daha önce yaratılışa dair bahsettiğim "kaleydoskop" ya da "satranç" teorisini benimsedikten sonra hayatın korunması için Tanrı'nın faal bir destekçisi olmaya karar verdi. İşte seansının geri kalanı:

Yaşamla özdeşleştikten sonra doğada ve insanlarda etkisini gösteren tüm bir yıkıcı güçler yelpazesini deneyimleyip keşfettim ve yeryüzünü yaşanılmaz kılmakla tehdit eden modern teknolojinin tehlikeli uzantılarını ve yansımalarını gördüm. Bu çerçevede modern silahlanmaya ait askeri makinelerin sayısız kurbanı, gaz odalarında ölen toplama kamplarındaki mahkûmlar, kirli akarsularda ölen balıklar, ilaçlarla öldürülen bitkiler ve kimyasallarla zehirlenen böcekler oldum.

> Bu deneyim gülen bebekler, kumda oynayan güzel çocuklar, yeni doğmuş hayvanlar ve dikkatle yapılmış yuvalarda yeni yumurtadan çıkmış kuşlar, akıllı yunuslar ve okyanusun kristal kadar berrak sularında gezinen balinalar ile güzel kır ve orman imgeleriyle yer değiştirdi. Yaşamla derin bir bağ, güçlü ekolojik farkındalık ve bu gezegendeki yaşam destekleyici kuvvetlere katılma için tam bir kararlılık hissettim.

Koestler'in holon kavramına benzer fikirler on yedinci yüzyılda filozof ve matematikçi Gottfried Wilhelm Leibniz'in çalışmalarında da ifade edilmiştir. Leibniz, *Monadologie* (1951) adlı eserinde evrenin monadlar diye anılan temel birimlerden oluştuğunu söylemiştir. Monadlar Caynalardaki *Jivalar*'a çok benzer. Cayna dünya görüşündeki gibi Leibniz'in felsefesinde de tüm evrenin bilgisi her bir monadda bulunan bilgiden alınabilir.

İlginçtir ki, Leibniz, optik holografinin (karşılıklı olarak birbirbirine nüfuz etme kavramı için ilk kez somut bir bilimsel temelin oluşturulmasını sağlayan yeni bir alan) gelişiminde rol oynayan matematiksel tekniğin de kurucusudur. Optik hologramlar parça ve bütün arasında var olabilecek –her parçadan bütünün bilgisini almayı da kapsayan– çelişkili ilişkileri açıkça ortaya koyar. Mutlak Şuur'un fenomenal âlemleri yaratırken optik hologram ilkelerini kullanıyor olması olasıdır. Her ne olursa olsun transpersonel dünya için kullanabileceğimiz en iyi örnek holografik modeldir.

YARATILIŞ ve SANAT DÜNYASI

Holotropik hallerde, varoluşun, insan yaşamının ve çevremizdeki dünyanın şuurdaki fantastik bir macera, oldukça kompleks ve ayrıntılı kozmik bir oyun olduğunu fark edebiliriz. Bu, kadim Hint edebiyatındaki kavramlarla paraleldir. Hint metinleri evrenin tanrısal oyununa *lila* der ve gündelik yaşamımızda algıladığımız maddi gerçekliğin *maya* denilen kozmik illüzyonun ürünü oldu-

ğunu söyler. Tiyatro, film ve televizyon gerçeğin yapay olarak yaratılmış yanılsatıcı ifadeleridir. Bu nedenle holotropik halleri yaşayan insanların yaratılış sürecini anlatırken sıkça kullandıkları mecazi imge kaynaklarından biri de medya ve ilgili sanat faaliyetlerinin çeşitli yönleridir.

Bir aktörün rolü hepimizin kozmik oyunda oynadığı rollere benzer. İyi aktörler sahnede gerçek kimlikleriyle olan bağlantılarını büyük ölçüde yitirip oynadıkları karakterlere bürünebilirler. Oyun gecesi Otello, Jeanne d'Arc, Ofelya ya da Cyrano de Bergerac olduklarına inanabilirler. Ancak gerçek kimliklerinin farkındalığı korunur ve perde inip de alkışlar bittikten sonra yeniden gelir. Bunun kadar olmasa da, aktörle özdeşleşme ya da kişisel kimliğin geçici olarak yitirilmesi iyi bir film ya da iyi oynanmış bir oyunu seyreden seyircilerde de gerçekleşir. Oyuncular oyun bittiğinde gündelik kişiliklerine dönerler. Her yaşam sürecinirin başlangıcında farklı bir kişilik ve role bürünürüz ve ölüm anında diğer bir bedeni almadan önce daha temel bir kişiliğe döneriz.

Bu açıdan bakıldığında özellikle ilginç olan oyun yazarının durumudur, çünkü doğamızın karmaşıklığını ve determinizm-özgür irade çarpışmasını betimlemek için kullanılabilir. Evrendeki tüm sınırlar aslında temelsiz olduğu için sabit bir kimliğimiz yoktur; her birimiz hem yaratıcı hem de yaratılanız. Özgürlüğümüz, özdeşleştiğimiz yaratılış tezahürüne ve yaratıcı sürecin düzeyine göre değişir. Bu, oyun ya da senaryo yazarının durumuyla aynıdır. Oyundaki tüm karakterler oyun yazarının tahayyülünde vardır ve bu nedenle de tek bir yaratıcı zihnin farklı ifadeleridir. Oyunun gerçekçi ve etkin bir biçimde oynanabilmesi için kahramanların ayrı kişilikler olarak temsil edilmesi gerekir.

Bu, yazara oyun ve karakterlerle ilgili özgürlük tanır. Yazma sürecinde, karakterleri yaratıp şekillendirmede ve olayların gidişatını belirlemede alabildiğine özgürdür. Aynı yazar kendi yazdığı oyunda bir oyuncu olmayı da seçebilir. Örneğin Willi-

am Shakespeare Hamlet rolünü oynamaya, Richard Wagner de Tannhauser'in bir bölümünü söylemeye karar verebilir. Böyle durumlarda başka bir çerçevede ve düzeyde az çok özgürce yarattıkları metne bağlı kalırlar. Benzer şekilde hepimiz tanrısal oyunda hem yaratıcı hem de oyuncu olarak belirirız. Kozmik oyundaki rolümüzün tam ve gerçekçi olarak oynanması için gerçek kimliğimizi unutmamız gerekir. Bu durumda yazarlığımızı unutup metni takip etmemiz gerekir.

Kimliğimizin belirsizliği ve kozmik oyundaki rolümüz sorunu bir uyarıyı gerektirir. Son yirmi otuz yılda New Age hareketi ve popüler ruhçulukta bu konu sıklıkla yanlış anlaşılmıştır. Holotropik hallerde ebeveynlerimizi ve doğum koşullarımızı seçtiğimize inanabileceğimiz bir şuur düzeyiyle bağlantı kurmak olasıdır. Ayrıca özde ruhsal varlıklar olduğumuzu ve bu nedenle de enkarne olup kozmik oyunda yer almak için özgür bir seçim yaptığımızı açıkça idrak ettiğimiz bir şuur halini de deneyimleyebiliriz. Ayrıca yaratıcı ilke ya da Tanrı'yla güçlü bir özdeşleşme deneyimini de yaşayabiliriz. Tüm bu deneyimler çok gerçekçi ve inandırıcı gelebilir.

Ancak bu içgörülere bakıp sıradan kimliğimiz ya da bedenlenmiş halimiz hakkında yanlış çıkarımlara varmak çok ciddi bir hata olur. Tabii ki yukarıdaki kararların hiçbirini bu halimizle vermedik. Beden-ego açısından "Sen Tanrı'sın ve kendi evrenini yarattın" gibi ifadeler kafa karıştırıcı ve saptırıcıdır. California Big Sur'daki Esalen Enstitüsü'nde, liderin katılımcılara yukarıdaki ifadeleri otoriter bir şekilde empoze ettiği bir seminer hatırlıyorum. Gruptaki kadınlardan biri oldukça üzüldü, çünkü zihinsel özürlü bir çocuğun annesiydi. Seminer liderinin ifadesi bu zor durumu kadının kendisinin seçtiğini ve bu sorunu bilerek yarattığını ima ediyordu. Buna göre çocuğunun kötü talihinden kadın –gündelik yaşamda kendini deneyimlediği haliyle– sorumluydu. Bu tür durumlar düzeylerin ciddi şekilde karıştırılmasına ve teknik olarak "mantık hatası" denilen yanlış mantık kullanımına neden olabilir.

ARŞETİPSEL VARLIKLAR ve ALANLAR

Şimdi holotropik hallerde açığa çıktığı şekliyle kozmik yaratıcı sürecin dinamiklerine dönebiliriz. Evrensel zihnin çoklu bölünmeler ile kozmik ayrışma ve unutmanın kompleks bir bileşkesiyle sanal gerçeklikler yarattığını söyleyen içgörülerden daha önce de bahsettim. Mutlak Şuur birbirinden ayrı ve kaynağına yabancı sayısız bireysel varlığa bürünerek kendini tezahür ettirir. Birbirleriyle olan sürekli devingen ilişkiyle oldukça zengin deneysel dünyalar yaratırlar. İçinde yaşadığımız ve oldukça aşina olduğumuz maddesel âlem bunlardan sadece biri –bu yaratıcı faaliyetin en uzak köşesi– gibidir.

İlginç planlardan biri de Mutlak Şuur'la gündelik gerçekliğimiz arasında yer alır. Bu, C. G. Jung ve takipçilerinin yoğun olarak araştırdığı ve tanımladığı mitolojik bir gerçeklik âlemidir.

Bu, maddi gerçeklik gibi duyusal algımıza açık değildir; holotropik hallerde doğrudan deneyimlenebilir. Jung bunu kolektif şuurdışının arşetip gerçekliği olarak tanımlamıştır. Bu gerçekliklerde yaşayan varlıklar olağandışı bir enerjiyle dolu gibidir, ilahi ve hayret uyandırıcı bir auraları vardır. Bu nedenle genellikle tanrılar olarak algılanır ve tanımlanırlar.

Bu mitik âlemdeki olaylar maddi düzeydekine benzemeyen bir uzay ve zamanda gerçekleşir. Arşetipik neden sonuç ilişkileri maddi gerçeklikteki olayların özelliği olan coğrafi ve tarihi bütünlüğü içermez. Belirli uzay ve zaman koordinatları verilebilen dünyamızdaki olayların aksine, mitik olaylar uygun bir uzay ve zaman dokusuna oturtulamaz. Londra'yı coğrafi olarak belirlemek ya da Fransız İhtilali'ne belirli bir zaman vermek kolayken aynı şeyi Şiva'nın Cenneti ya da Yunan Olimpia tanrıları ile Titanlar arasındaki savaş için yapmak imkânsızdır. Mitik âlemin ilhamıyla yazılan hikâyeler, dinleyicinin dinlediklerini coğrafi ya da tarihi bakımdan bilinen yerlere yerleştirmeye çalışmasını engellemek için genellikle "Bir zamanlar çok uzak bir ülkede..." diye başlar.

Belirli uzay ve zaman koordinatlarının olmayışı arşetipik dünyanın ontolojik açıdan daha az gerçek olduğu anlamına gelmez.

Holotropik hallerde mitik varlıklarla karşılaşmalar ve mitik planları ziyaretler her açıdan gündelik yaşantımızdaki kadar, hatta daha da gerçek olabilir. Arşetip gerçeklik insan fantezisinin ve düş gücünün bir ürünü değildir; bağımsız ve otonomdur. Ayrıca maddi gerçeklik ve insan hayatıyla da sıkı sıkıya bağlantılıdır.

Arşetipler maddi dünyadaki olaylarla üst düzeyden bir ilişki içerisindedir ve gündelik yaşantımızda gerçekleşen şeyleri yönetir, şekillendirir ve bilgilendirirler. Bu ilişkilerle ilgili olarak holotropik şuur hallerinden alınan içgörüler Jung psikolojisinden etkilenmiş yazarların düşüncelerine benzer. Bu yazarlar kişilik, davranış ve kaderlerimizin şuurdışımızda ya da şuurdışımız aracılığıyla faaliyet gösteren arşetipik tanrısal ilkeler açısından anlaşılabileceğini (Bolen 1984, 1989) ve insanlar arasındaki gündelik oyunlarımızda da çeşitli mitolojik temaları oynadığımızı göstermiştir (Campbell 1972).

42 yaşında bir antropolog olan Helen'in aşağıdaki deneyimi arşetipik dünyanın holotropik şuur hallerinde nasıl deneyimlendiğini ve bunun kazandırabileceği içgörüyü anlatır.

> Birbirini izleyen olaylar öylesine etkileyici ve muhteşemdi ki aklıma geldikçe hâlâ çok şaşırıyorum. Gündelik yaşantımızla ortak özellikleri olan bir dünyanın vizyonuydu ve içerdiği enerji ve bulunduğu düzey daha önce hayal edebileceğim her şeyin ötesindeydi. Çarpıcı elbiseler giymiş ve muazzam bir güç yayan dişi ve erkek insana benzer (antropomorfik) ihtişamlı figürler gördüm. Bu sahne bana tanrıların nektar ve ölümsüzlük iksiri içtikleri Eski Yunanlıların Olimpos Dağı tanrılarını anımsattı. Ancak deneyim, bu imgeyle daha önce ilintilendirdiğim her şeyi değiştirdi.
>
> Bu insanüstü varlıklar sosyal ilişkilere benzer şeylerle uğraşıyorlardı. Orada olanların gündelik yaşantımızla sıkı sıkıya bağlantılı olduğunu ve maddi dünyadaki olayları belirlediğini hissettim. Bu bağlantıyı anlatmak için kullanılabilecek oldukça etkileyici bir ayrıntıyı ve kapsanan boyutları hatırlıyorum. Bir an bu tanrısal varlıklardan birinin parmağında, elmas taşlı çarpıcı bir yüzük gördüm. Fasetalarının birinden gelen yansıma kör

edici bir ışık gibi çarptı ve bunun dünyamıza bir atom bombası patlaması gibi yansıdığını fark ettim.

Daha sonra bu deneyimle bağlantılı olarak bir süre önce gördüğüm bir filmi anımsadım. Sanırım adı Altın Post'tu ve İason ile Argonotlar'ın maceralarını anlatıyordu.

Bu filmdeki olaylar iki düzeyde gelişti. Bunlardan biri Olimpos tanrılarının gerçekliğini, ilişkilerini, alışverişlerini, çatışmalarını, savaşlarını ve işbirliklerini tasvir ediyordu. Tanrıların her birinin kozmosta kendi etki alanı vardı. Hikâyenin kahramanları bazı tanrıların gözdesiyken diğerlerinin öfkesine hedefti. Tanrıların duyguları dünya planında doğa elementlerinin hareketleri, ani şans değişimleri ya da anlamlı insan karşılaşmaları olarak beliriyordu.

Bu deneyimin ve bu deneyimle ilgili içgörülerin ışığında "ilkel kültürlerin" kozmolojilerini hurafe ve mistik hezeyan diye geçiştiren bilimci kibirle ilgili olarak kendimi üzgün hissettim. Bunun, olağandışı şuur hallerine dair toplumumuzdaki deneyimsizliği yansıttığını fark ettim.

Bu hallerdeki gözlemleri bir kez ciddi bilimsel araştırmaya tabi tutsak maddeci dünya görüşümüzün yenilenmesi gerekeceği açıktı. "İlkel" kültürlerin dediği gibi "tanrılar" ye "şeytanlar" terimini kullanmayabilir ve bu terimleri "arşetip figürler" gibi daha saygın terimlerle değiştirebilirdik. Ancak arşetip boyuta bir kez aşina olduğumuzda onun varlığını ve nesnelerin evrensel planındaki önemini inkar edemeyeceğiz.

Yukarıdaki deneyim semavi arşetip planlara dair bir vizyonu tanımlar. Bazı insanlar çeşitli karanlık varlıkların yaşadığı yerlere gitmiştir. Buraları farklı kültürlerdeki cehennem ya da alt dünyaların mitolojik tanımlarından biliyoruz. Kırk yaşında bir öğretmen olan Arnold'un yazdığı bir hikâyeden alınan aşağıdaki pasaj böyle bir deneyime örnektir.

Bir sonraki adım beni yeraltı tünellerine ve dünyanın tüm büyük metropollerinin –New York, Paris, Londra, Tokyo– kanalizasyon sistemleri gibi görünen yere götürdü. Bu şehirlerin altyapısını, altyapının olmazsa olmaz yönlerini ve parçalarını iyiden iyiye

tanımaya başladım. Birçok insanın gözünden kaçan ve genellikle de sevilmeyen bir dünyanın olduğunu fark ettim hayretle. Girdiğim dünyanın artık gündelik yaşantınıza ait olmadığını anlayıncaya kadar karanlık bir labirent sistemine gittikçe daha da battım.

Dünyanın en dibi gibi gelse de aslında garip arşetip yaratıkların yaşadığı mitolojik bir gerçeklikti. Kozmosun varlığı ve uygun olarak işlemesi için gerekli olan altyapıyı görüyordum. Şehirlerin altındaki dünyalar gibi saklı ve görünmezdi. Fantastik şekillerdeki devasa ve canavarımsı varlıklarla doluydu. Tektonik kaymalar, depremler ve volkanik patlamaları andıran devasa enerjilerle yüklüydüler.

Yaşamlarını karanlıkta sürdüren ve sabırla evrenin motorunu döndürmek gibi takdir edilmeyen bir işi yapan bu çirkin yaratıklara karşı minnet hisleriyle dolmaktan kendimi alamadım. Ziyaretimi hoş karşıladılar ve dile getirmediğim komplimanlarıma büyük bir sevinçle karşılık verdiler. Korkulup reddedilmeye alışık oldukları görülüyordu. Sevgi ve kabullenilmeye neredeyse bir çocuk gibi açtılar.

Bu deneyimlerin gösterdiği gibi gündelik yaşamımızdaki olgular dünyasının bir parçası olmayan çeşitli boyutlar vardır. Bu boyutlar farklı tipte ve düzeyde deneysel gerçeklikleri –modern elektronik dünyasından bir benzetme kullanacak olursak– farklı "kozmik kanalları" temsil eder. Genellikle tüm harikaları ve ayrıntılarıyla maddi dünyayı kabul eder ve başka gerçeklikler olasılığını reddederiz. Ancak düşünecek olursak evrenin bütün gizemi –herhangi bir şeyin var olabilmesi ve deneyimlenebilecek herhangi bir dünya olasılığı– öylesine çarpıcı ve akılları baştan alıcıdır ki bunların doğası ve içeriği sorusu önemsiz kalır.

Daha geniş bir açıdan bakıldığında Pasifik Okyanusu'nda güzel bir gün batımı, Büyük Kanyon ya da Manhattan'ın şehir manzarası Şiva'nın cenneti ya da Mısırlıların alt dünyası kadar mucizevidir. Şuur teknolojisini kullanabilen ve deneyim yaratabilen yüce bir ilkenin varlığını kabul edersek birçok farklı özellikte gerçeklikler yaratabileceği gerçeği önemli bir sorun

oluşturmaz. Bu, var olan teknolojiyi kullanarak gündelik yaşam hikâyeleri yerine mitolojik temaları işleyen filmler ya da programlar yapan film ya da TV ekibinin çalışmasına benzetilebilir.

EVRENİN GİZEMLİ OYUNU

Hindu filozoflar kozmik sürece *lila* ya da tanrısal oyun dediği için gerçeğin doğası hakkındaki holotropik içgörüleri sihir gösterisinin modern teknolojik şekli olan film benzetmesiyle tasvir etmek uygun görünüyor. Film yapımcılarının arzusu maddi gerçekliğin benzerini, inandırıcı bir versiyonunu yaratmaktır. Bu amaca ulaşmak için gerekli, olası tüm araçları kullanırlar. İzleyenler için perdede izledikleri sahnelerin maddi dünyadaki gerçek olayları temsil ettiğini düşünmek genellikle çok kolaydır. Bazen filmin izleyenler üzerindeki etkisi öylesine güçlü olur ki sanki gerçekmiş gibi tepki verirler. İzledikleri şeyin farklı frekanslardaki elektromanyetik dalgaların tek bir ışık alanındaki oyunundan başka bir şey olmadığını bilmelerine karşın yine de böyle olur.

Holotropik hallerde aynı şeyin gündelik gerçeklik deneyimimiz için de geçerli olduğunu hayretle keşfedebiliriz. Katı nesneler dünyası gibi görünen şey aslında boş olan titreşimlerin bir oyunudur. Doğal olarak bizim dünya deneyimimiz bir filmden daha dolu ve zengindir, çünkü dokunma, koklama ve tatma nitelikleri gibi bugünkü film teknolojisinin veremeyeceği boyutları içerir. Aldous Huxley ünlü bilimkurgu romanı *Cesur Yeni Dünya*'da gelecekteki bir eğlence türünden bahseder. Bu eğlencede kısıtlamalar aşılmıştır, çünkü izleyenlerin deneyimleri görsel ve işitsel gerçekliklerle sınırlı değildir ve diğer duyu niteliklerini de kapsar. Sanal gerçeklik alanındaki araştırmacılar elektronik olarak yaratılmış görsel ve işitsel dünyaları dokunma boyutunu ekleyerek zenginleştirecek özel tasarımlı eldivenlerle deneylere başlamıştır bile.

Maddi dünyanın kozmik yaratıcı ilkenin hareketli bir oyunu gibi algılandığı "her yerde var olan (içkin) tanrısallık" deneyimini daha önce anlattım. Bu deneyim ayrılık dünyasının altın-

da yatan bölünmemiş birliği de ortaya koyar. Gündelik yaşamda karşılaştıklarımızın ayrı bireyler ve katı nesneler olmadığını, tek bir enerji alanının ayrılmaz parçaları olduğunu gösterir. Bu, deneyimi olmayan realiste ne kadar saçma gelse de modern fizikçilerin bulgularıyla tam bir uyum içerisindedir. Onlar katı madde olarak algıladıklarımızın aslında boşluk olduğunu vurgularlar. Bu nedenle yirminci yüzyıl bilimi, Hindu bilgelerin katı maddi nesneler olarak algıladığımız dünyanın bir illüzyon (*maya*) olduğunu söyledikleri görüşlerini destekler.

Şimdi film ile maddi gerçekliğin yaratılması benzetmesini bir adım ileri götürelim. Filmi seyrederek içinde bulunduğumuz süreci tam olarak anlayamayız, çünkü olup bitene dair bazı önemli yanıtlar perdede bulunamaz. Filmlerde gördüklerimizin bağımsız bir varlığı ve kendi başına bir anlamı yoktur. Film çok kompleks süreçlerin bir ürünüdür ve filmi oluşturan temel aşamaları filmi seyrederken görmeyiz. Şahit olduğumuz olayları gerçekten anlamak için filmi basitçe seyretmek yerine onu yaratan sürecin derinlemesine bir sistemli analizini yapmalıyız.

İlkin dikkatimizi perdeden çekip dönmeli ve algıladığımız gerçekliklerden sorumlu cihazı keşfetmeliyiz. Cihazın esas parçasının perdeye görüntüler yansıtan güçlü bir ışık kaynağı olduğunu keşfederiz. Daha yakından incelediğimizde, perdede seyrettiğimiz şekil ve renkleri belirleyen hareketli selüloit bandı da görürüz. Bu durum Platon'un *Devlet* adlı diyaloğunda maddi dünyanın yanılsamalı doğasını anlatmak için kullandığı mağara benzetmesine oldukça yakındır.

Platon diyaloğunda insanın durumunu yeraltındaki bir mağaraya kapanmış kişilere benzetir. Yere öylesine prangalanmışlardır ki yalnızca önlerini görebilirler. Bu mahkûmların arkasında parlak bir ateş ve kuklacıların üzerinde insan ve hayvan kuklaları ile çeşitli aletleri oynattıkları bir duvar vardır. Mahkûmlar duvardaki gölgeleri (bütün içinde algılayabildikleri tek şey budur) izlemeye dalmıştır. Gösteriden etkilendikleri için olayın asıl doğasından tamamıyla bihaberdirler.

Eflâtun'un mecazında alışıldık maddi dünyadaki nesneler ateşle duvara yansıtılan nesnelere benzetilirken gerçeğin asıl doğası gözden uzaktır. Eflâtun'a göre mağaradaki mahkûmlar arkadan yankılanan sesleri de gölgelerin yarattığına inanır. Film örneğimizde görüntülerin kaynağıyla özdeşleşebiliyor ve benzer şekilde seslerin kaynağı olan teybi de keşfedebiliyoruz.

Keşfimize devam ettiğimizde yansıma sürecinin yakından incelenmesi, pürüzsüz ve sürekli olarak algıladığımız hareketlerin hızla hareket eden kesintili görüntülerden oluştuğunu açığa çıkaracaktır. Bu yine, gerçeğin doğası hakkında olağandışı şuur hallerinden edindiğimiz içgörülere benzer. Çeşitli holotropik deneyimler yaşayan insanlardan buna benzer şeyleri tekrar tekrar duydum. Benzer içgörüler gelenekleşmiş ruhsal kaynaklarda bulunabilir. Örneğin Tibet Budizmine göre gerçeklik sürekli değildir. Dünya her an yaratılıp yok olarak varlıktan çıkar ve ona geri döner. Benzer şekilde bizler de doğumdan ölüme kadar sürekli bir varoluşa sahip değiliz; her an ölür ve yeniden doğarız. Aynı kavramın modern bilimsel temellere dayalı şekli Alfred North Whitehead'in (1992) felsefesinde görülür.

Film deneyiminin derinlemesine incelemesinde bir sonraki adım bizi film salonunun tamamıyla dışına çıkarır. Filmin insan zihnindeki bir düşünce olarak başladığını keşfederiz. Film yapmak için gerekli tüm süreçlerin film metnindeki hikâyeyi somutlaştırmak ve hikâyeyi inandırıcı canlı bir deneyime dönüştürmek arzusuyla harekete geçtiğini görürüz. Filmde canlandırılan gerçeğin bağımsız bir varlığı yoktur. Eğer filmi bu çerçevenin dışına çıkarırsak film tam olarak anlaşılmaz. Bir filmin oluşmasındaki asıl neden belirli bir deneyimi yaratma arzusudur. Holotropik hallerdeki içgörülere göre aynı şey maddi dünya deneyimimiz için de geçerlidir.

Bir çocuk ya da modern teknolojiyi tanımayan endüstri öncesi kültürden gelen bir yerli, iyi bir filmi gerçekle karıştırabilir. Gelecekte holofonik sesli holografik filmler, holografik televizyon ve özellikle de ileri "sanal gerçeklik" teknolojisi, ayrımı daha da zorlaştıracaktır. Ancak şu anda bile evrenin yüce bir zekâ

tarafından yaratılan "sanal bir gerçeklik" olabileceği düşüncesi yüz hatta elli yıl öncesindeki kadar gerçekdışı görünmüyor.

5
KOZMİK KAYNAKLA YENİDEN BİRLEŞME YOLLARI

Geri dönüyorum ... ait olduğum Bütün'e ... geri dönmek ne güzel ... Evet artık ne olduğumu, başlangıçtan beri ve sonsuza dek ne olacağımı biliyorum ... geri dönmeyi arzulayan, yaratma, yapılandırma, verme, büyüme ve aldığından fazlasını bırakmak için yaşayan ve her şeyden öte Bütün'e sevgi armağanları vermeyi arzulayan Bütün'ün sabırsız parçası ... her şeyin birliği ve parçanın ayrılığı çelişkisi... Bütün'ü biliyorum ... Ben Bütün'üm ... bir parça bile olsam Bütün'üm.

—Robert Monroe, *Nihai Yolculuk*

Kaynağından kopan her şey
Kaynağıyla birleşmeyi arzular.

—Mevlana

ŞUURUN ENVOLÜSYONU ve EVOLÜSYONU

Bir önceki bölümde açıklandığı gibi yaratılış süreci Saf Mutlak Şuur'dan zengin arşetip panteonlarına ve madde dünyasını oluşturan sayısız bireysel birimlere kadar birçok farklı gerçeklik düzeyinde oldukça zengin bir varoluş yelpazesiyle sonuçlanır. Bu ardışık bölünme süreci ile birlikte artan ayrım ve yabancılaşma kozmik döngünün yalnızca bir yarısını oluşturur. Holotropik hallerdeki içgörüler, bu sürecin bir başka yönünü, şuurdaki aksi yönde hareketi yansıtan olayları açığa çıkarır (çokluk ve ayrılığın olduğu dünyalardan sınırların giderek kalkışına ve daha geniş bütünlüklerde erimeye doğru).

Kısa olması için kozmik sürecin yaratılışı temsil eden iniş kısmına (şuurun envolüsyonu) *hilotropik* ya da madde dünyasına yönlenmiş (Yunanca *hyle* = madde ve *trepein* = bir şeye doğru hareket etmek) diyorum. Benzer şekilde kozmik sürecin saf birlik haline dönüşü gerçekleştiren yükseliş kısmına (şuurun evolüsyonu) *holotropik* ya da bütünlüğe doğru ilerleyen diyorum. Daha önce de belirttiğim gibi holotropik kelimesi Yunanca bütünlük anlamına gelen *holos* ve bir şeye doğru yönlenmiş anlamına gelen *trepein* kelimelerinden türetilmiştir.

Bu içgörüler çeşitli spiritüel ve felsefi sistemlerde tanımlanan iki kozmik hareketin tanımına uyar. Batı'da Yeni Platonculuğun kurucusu olan Plotinus hilotropik sürece Dışa Akış, holotropik harekete de İçe Akış der. Yeni Platonculara göre tüm hiyerarşik çeşitliliğiyle evren, yüce Bir'den gelen tanrısal bir emanasyonla yaratılmıştır. İnsan potansiyel olarak en üst entelektüel ve ruhsal gerçekliklere ulaşma yetisine sahiptir ve Dünya Ruhu'nun şuuruna yükselebilir. Plotinus'un fikirleri tüm Yeni Eflâtuncu okullarla beraber Hıristiyan mistikler ve Alman idealist filozoflarının ana teması olmuştur. Bu İçe ve Dışa Akışla ilgili düşüncelerin kapsamlı çağdaş bir sentezi Ken Wilber'ın (1995) çalışmasında bulunabilir.

Doğuda benzer kavramlar en güzel ifadelerini Hintli mistik ve filozof Sri Aurobindo'nun yazılarında bulmuştur. Aurobindo'ya göre Brahman *envolüsyon* diye adlandırılan bir süreçle madde dünyası olarak tezahür eder ve daha sonra *evolüsyon* sürecinde gizli gücünü adım adım açığa çıkarır. Envolüsyon bir kendi kendini sınırlama ve yoğunluğu artırma sürecidir. Bu süreçte evrensel Şuur Kudreti kendini tabakalar halinde örter ve varoluş planlarını yaratır. En kaba haliyle şuursuz maddi dünya olarak belirir. Her planda üst planlara ait şuur gücünün tümü bulunur, böylece orijinal ve evrensel Şuur Kudreti'nin tüm potansiyeli Şuursuz olanda bile gizlidir.

Evolüsyon bunun tersi olan süreçtir; Şuur Kudreti görünürdeki kozmik Şuursuzluk'tan çıkarak gizil güçlerini tezahür etti-

rir. Ancak Aurobindo'ya göre evolüsyon, envolüsyonun tam tersi bir geri dönüş değildir. Evolüsyon tüm yaratılışın plan plan giderek incelip yücelerek, sonunda tezahür etmemiş Bir'e dönüşü değildir. Evolüsyon, şuurun daha yüksek güçlerinin maddi evrendeki tedricî tezahürüdür; bu tezahür tanrısal Şuur Kudreti'ni kendi yaratılışındaki daha büyük tezahürlere götürür.

Holotropik hallerdeki içgörülere göre evrensel süreç ayrı bir birey olmak için sonsuz sayıda fırsat sunmakla kalmaz, sınırların çözülmesi ve kaynağa dönüş deneyimini sağlayan erime için de eş değer zenginlikte olanaklar sunar. Birleştirici deneyimler bireysel şuur birimlerinin yabancılıklarını aşarak ayrılık yanılsamasından kurtulmalarını sağlar. Daha önce mutlak sınırlar gibi görünen şeylerin aşılması ve bunu izleyen erime süreci gittikçe genişleyen deneyimsel birimler yaratır. Bu sürecin son noktasında tüm sınırlar çözülür ve Mutlak Şuur'la yeniden birleşilir. Birçok formda ve birçok farklı düzeyde gerçekleşen erime dizileri kozmik dansın döngüsünü tamamlar.

BİRLEŞTİRİCİ DENEYİMLERİN ÇEŞİTLİLİĞİ

Birleştirici deneyimler varoluşun her düzeyinde gözlemlenebilirse de insani düzeyde özellikle zengin ve komplekstir. Bunlar, en doğrudan ve sistematik biçimde transpersonel deneyimler olarak ele alınabilir. Maalesef Batı psikiyatrisi mistik deneyimlerle psikozu ayırt etmez ve her tür mistik deneyimi zihinsel rahatsızlık olarak görür. Profesyonel kariyerimde, diğer insanlarla, doğayla, evrenle ve Tanrı'yla birlik deneyimini yaşayıp patolojik teşhisler koyulan, yatıştırıcı ilaçlar verilen ve hatta şok tedavisi uygulanan birçok insanla karşılaştım.

Hümanistik ve transpersonel psikolojinin kurulmasında önemli bir rol oynayan Amerikalı psikolog Abraham Maslow (1964) kendiliğinden birlik halleri ya da kendi deyimiyle "doruk deneyimler" yaşayan yüzlerce insanla görüştü. Mistik deneyimlerin patoloji belirtisi olmadığını ve psikiyatri kitaplarında bulunamayacağını gösterdi. Bu deneyimler genellikle cid-

di duygusal sorunu olmayan ve genel geçer psikolojik kriterlere göre "normal" sayılabilecek insanlarda görülür. Hatta bu deneyimler, destekleyici bir çevrede gerçekleşir ve iyi özümsenebilirse; yaratıcılık ve "kendini gerçekleştirme" gibi yararlı sonuçlar da getirebilir.

Birleştirici deneyimleri en sık harekete geçiren şeyler sıradışı estetik güzelliğe sahip doğal ya da insani yaratımlardır. Bu, bazıları için yıldızlarla dolu devasa gökyüzüyken diğerleri için dev dağların ihtişamı ya da çölün hayranlık uyandırıcı dinginliğidir. Büyük Kanyon, dev şelaleler ya da ünlü mağara dikitleri gibi doğa harikalarını ziyaret eden insanlar bu harikaların ihtişamıyla kendinden geçip mistik bir vecd yaşayabilirler. Yüzeyindeki güç ve derinlerindeki asil sessizlikle okyanus da diğer bir doruk deneyim kaynağıdır. Benzer şekilde güzel bir gün batımı, Kutup Işıkları'nın (*Aurora Borealis*) büyülü manzarası ya da tam bir güneş tutulması derin bir birlik şuuru yaratabilir. Ancak mistik farkındalığa ilham vermesi için böylesine büyük olaylara gerek yoktur. Uygun koşullarda, ağını ören bir örümcek ya da bir çiçeğin üzerinde uçarak nektar emen bir sinekkuşu (*trochilus*) gibi "sıradan" bir şey bile olabilir.

Güzel sanat eserlerinin de benzer etkisi olabilir. Besteciler, müzisyenler ya da dinleyiciler sıklıkla sınırlardan kurtulup müzikle bir olurlar. Müziği yalnızca dinlediklerini değil gerçekten müzik olduklarını hissedebilirler. Büyük dansçılar sahnedeyken sıklıkla kendileriyle dans arasında ayrımın olmadığı hallere ulaşırlar. Avrupa'daki Gotik katedraller, camiler, Tac Mahal ya da Hindu ve Budist tapınakları muazzam güzellikleriyle binlerce insanda mistik haller yaratmıştır. Tüm çağların ve kültürlerin büyük heykeltraşları, ressamları ve sanat eserleri duyarlı insanlarda benzeri bir etki yaratabilir.

Birleştirici deneyimlere sıklıkla kaynak olan gündelik yaşamın diğer bir alanını da vurgulamak gerekir, çünkü çoğumuz bu alanı mistik farkındalıkla ilişkilendirmeyiz. Birçok ünlü atlet doruk performansları sırasında mistik vecd halini anımsatan bir hal yaşadı-

ğını söyler. Çeşitli atletik faaliyetlerdeki mükemmel performansların özel fiziki yapı, psikolojik azim, sıkı disiplin ve çalışmanın bir ürünü olduğunu düşünürüz. Dünyanın en ünlü atletlerinden birinin anlattığına göre atletler açısından durum oldukça farklıdır. Sıradışı başarılarını genellikle kendilerini mucizevi ve doğa ötesi kapasitelere ulaştıran özel şuur hallerine atfederler (Murphy and White 1978). Bu hallerin önemli bir özelliği bireysel sınırların ortadan kalktığı hissi ve çevrenin çeşitli yönleriyle birleşmedir.

Spor faaliyetleriyle canlanan mistik vecd halleri, insani olarak olası görünmeyen sınırları aşmamızı sağlar. Birlik haliyle ilgili olan böylesine sıradışı bir performansın hayret verici bir örneğini bizzat gördüm. Bu olay, California Big Sur'daki Esalen Enstitüsü'nde Budizm ve Batı Psikolojisi üzerine düzenlediğimiz bir aylık seminer sırasında gerçekleşti. Konuk eğitmen olarak davet ettiğimiz Koreli bir kılıç ustası programın bir parçası olarak özel bir gösteri yapmayı teklif etti. Öğrencilerinden birine çimlere yatmasını söyledi ve çıplak göbeğine bir peçeteyle karpuz yerleştirdi. 5 metre kadar geri çekildi ve birkaç dakika kadar sessizce meditasyon yaptı. Başına siyah kalın kadifeden bir çanta geçirildi, elinde de iri ve son derece keskin bir kılıç tutuyordu.

Bir anda çevredeki tüm köpekler havlamaya başladı ve kılıç ustası vahşi bir savaşçı çığlığıyla köpeklere katıldı. Yanlamasına takla atarak sessizce çimlerde yatan öğrencisine doğru ilerledi ve kılıcını güçlü bir şekilde sallayarak karpuzu ikiye böldü. Peçetede kılıçtan hafif bir iz vardı, ancak öğrencide herhangi bir sıyrık yoktu. Hayrete düşen izleyiciler böylesine zor bir şeyi nasıl başardığını sordular. Herkes çevreyi bir şekilde gözleri kapatılmadan önceki haliyle hatırladığını ve zihninde canlandırdığını düşündü. Gülümseyerek şöyle yanıtladı: "Hayır, meditasyon yaparsınız ve her şey bir olana kadar beklersiniz –kılıç ustası, kılıç, çimler, karpuz ve öğrenci– ve sorun kalmaz!"

Mistik birlik deneyimleri dünya edebiyatında çok güzel dile getirilmiştir. Örneğin Eugene O'Neill, *Uzun Günün Geceye Yolculuğu* adlı eserinde okyanusla yaşadığı mistik vecd halini anlatır:

Geminin arkasını görecek şekilde cıvadraya uzandım. Altımda köpüren dalgalar ve her yelkeni ay ışığıyla aydınlanan beyaz gemi direkleri. Bu güzellik ve ritim karşısında sarhoş oldum ve bir an kendimi kaybettim; aslında hayatımı kaybettim diyebilirim. Kurtuldum! Denizde eridim, beyaz yelkenler ve uçuşan köpükler oldum, güzellik ve ritim oldum, ayışığı ve gemi oldum ve de yıldızlarla dolu gökyüzü! Geçmiş ya da gelecek olmadan huzur, birlik ve doğal bir neşeyle kendi yaşamımdan daha büyük bir şeye ya da İnsanlığın yaşamına, Yaşamın kendisine katıldım! Tanrıya da diyebilirsiniz isterseniz.

Ve hayatımda birkaç kere daha uzaklarda yüzerken ya da kumsalda yalnız başıma uzanırken aynı şeyi yaşadım. Güneş, sıcak kum, kayaya yapışmış dalgalarda salınan yeşil yosun oldum. Bir azizin aydınlanma deneyimi gibi. Nesnelerin önündeki perdenin görünmeyen bir el tarafından kaldırılması gibi. Bir an için görürsünüz ve sırrı gördüğünüzde sır olursunuz. Bir an için her şey anlam kazanır.

ÖLÜM, SEKS ve DOĞUMUN BİRLEŞTİRİCİ POTANSİYELİ

Birleştirici deneyimler her ne kadar genellikle duygusal olarak olumlu durumlarda yaşansa da birey için oldukça istenmeyen, tehlikeli ve kritik durumlarda da gerçekleşebilirler. Bu durumda ego şuuru çözülüp aşkınlaşmak yerine sarsılır. Bu durum akut ya da kronik stres durumunda, yoğun duygusal ve fiziksel acı sırasında ya da bedenin bütünlüğü ya da hayatı ciddi şekilde tehlikeye girdiğinde gerçekleşir. Ciddi bir kriz nedeniyle intiharın eşiğine gelen bunalımlı insanlar aniden ruhsal bir açılım yaşayıp acılarını aşabilirler. Diğer birçok insan kaza, yaralanma, ölümcül bir hastalık ya da ameliyat anında yaşadığı ölüme yakın bir deneyim sırasında mistik gerçeklikleri keşfeder.

Bedenli varlıklar olarak bireysel varoluşumuzu sonlandıran ölüm, transpersonel alanlara geçiş için oldukça mantıklı bir bağlantıdır. Ölüme götüren, ölümle ilgili olan ve ölümü takip eden olaylar genellikle ruhsal açılıma neden olur. Ölümcül bir hasta-

lık geçirmek ya da ölmekte olan insanlarla, özellikle de yakın arkadaşlar ve akrabalarla bire bir ilişki içinde olmak, kişinin ölüm ve fanilikle ilgili kendi düşüncelerini harekete geçirir ve mistik uyanışa neden olabilir. Tibet Vajrayana Budizmi keşişlerinin eğitimi ölmekte olan insanlarla oldukça uzun bir zaman geçirmeyi gerektirir. Belli Hindu Tantrik gelenekler, mezarlıklarda, ceset yakma yerlerinde ve cesetlerle yakın temas halinde meditasyonu içerir.

Ortaçağda Hıristiyan keşişlerden meditasyonları sırasında kendi ölümlerini hayal etmeleri ve toprağa dönüşünceye kadar bedenlerinin geçirdiği tüm ayrışma safhalarını imgelemeleri istenirdi. "Ölümü anımsa!", "Topraktan gelip toprağa karışmak!", "Ölüm kesindir, zamanı ise belirsiz!", "Zaferini işte böyle kazanır dünya!" sözleri bu uygulamalara rehberlik ederdi. Bazı modern Batılılar bunu ölümle hastalık derecesinde ilgilenmek olarak görecektir, ama durum pek de böyle değildir. Ölümle karşılaşma deneyimleri mistik halleri tetikleyebilir. Ölümü ve faniliğimizi derin seviyede kabul edersek aşkın ve ölümsüz olan yanımızı da keşfederiz.

Ölüm hakkındaki çeşitli kadim kitaplar biyolojik ölüm sırasında gerçekleşen güçlü ruhsal deneyimlerin ayrıntılı tanımlarını verir (Grof 1994). Ölüm ve ölüm anını inceleyen tanatoloji alanındaki modern araştırmalar bu tanımların önemli yönlerini onaylamıştır (Ring 1982, 1985). Ölüme yakın deneyim yaşayan insanların yaklaşık üçte biri hayatın film şeridi gibi geçmesi, bir tünelden geçiş, arşetipik varlıklarla karşılaşmalar, aşkın gerçekliklerle bağlantı ve tanrısal ışık görüntülerini de kapsayan güçlü vizyon halleri deneyimlemiştir. Birçok vakada "doğrulanabilir" beden dışı deneyimler yaşanabilir. Bu durumda kişinin bedensiz şuuru uzak ya da yakın çeşitli yerlerde olup biteni doğru olarak algılayabilir. Böyle durumlardan kurtulanlar tipik olarak ruhsal bir açılım ve kişisel dönüşüm yaşarlar ve yaşam değerleri kökten bir değişime uğrar. Kenneth Ring'in (1995) devam etmekte olan hayret uyandırıcı araştırma projesi, doğuştan kör

olan insanları incelemektedir. Ring bu araştırmayla körlerin beden dışı hallerde çevrelerini gözlemleyebildiğini onaylamaya çalışmaktadır.

Birleştirici deneyimler hakkında konuşurken önemli bir kategoriyi unutmamak gerekir. Bu, insani üreme fonksiyonlarıyla ilgili durumlardır. Erkek ve kadın birçok insan sevişirken yoğun mistik haller yaşadığını söylemektedir. Bazı durumlarda yoğun bir cinsel deneyim kadim Hint yoga metinlerinde Kundalini ya da Yılan Gücü'nün uyanması olarak tanımlanan deneyime neden olabilir. Yogilere göre Kundalini, doğası gereği dişil olan evrenin yaratıcı enerjisidir. Bir guru, meditasyon uygulaması ya da diğer birtakım etkilerle harekete geçirilmemişse, insanın süptil bedeninin kuyruksokumu kısmında uyur halde durur. Ruhsal enerji ve cinsel dürtü arasındaki bu yakın ilişki Kundalini yoga ve Tantrik uygulamalarda önemli bir rol oynar.

Kadınlar için annelikle ilgili durumlar birleştirici deneyimler için diğer önemli bir kaynak olabilir. Hamile kalma, çocuğu taşıma ve doğurma ile kadınlar kozmik yaratılış sürecine doğrudan katılır. Uygun koşullarda bu durumların kutsal doğası belirginleşir ve şuurlu olarak yaşanır. Hamilelik, doğum ve emzirme sırasında fetus ya da bebekle ve hatta tüm dünyayla mistik bir bağ hissetmek alışılmadık bir şey değildir. Mistisizm ile doğum/seks/ölüm üçlemesi arasındaki ilişkiye kitabın ileriki kısımlarında döneceğiz.

Birleştirici halleri harekete geçiren diğer önemli şeyler güçlü zihin değiştirici tekniklerdir. Bunlar birlik hallerini kolaylaştırıp hızlandırabilir. Holotropik deneyimler insanlığın ruhsal ve ritüel yaşamında önemli bir rol oynamıştır ve bu hallerin yaşanması için yüzyıllar boyunca hayli çaba gösterilmiştir. Kitabın giriş kısmında kadim, aborijinel ve modern "kutsal teknikler" ile bunların kullanıldıkları çerçeveleri –şamanizmden geçiş ritlerine, ölüm ve doğum ayinlerinden çeşitli ruhsal uygulamalara ve modern deneysel terapilerden laboratuvarda yapılan şuur araştırmalarına kadar– kısaca özetledim.

İÇKİN ve AŞKIN TANRISALLIK

Holotropik hallerde, ister kendiliğinden oluşsun ister eski ve modern zihin değiştirici tekniklerle sağlansın, bedenli varoluşun kişisel sınırlılıklarını çeşitli şekillerde aşmak olasıdır. Bu deneyimler diğer insanlar, halklar, hayvanlar, bitkiler ve hatta doğanın ve evrenin inorganik elementleriyle özdeşleşme fırsatını verir. Bu süreçte zaman bir engel gibi görünmez; geçmiş ve gelecekteki olaylar şu anda oluyormuş gibi deneyimlenir.

Bu tür deneyimler, maddi dünyadaki tüm sınırların yanıltıcı olduğuna ve bildiğimiz şekliyle evrenin, uzay ve zaman yönüyle şuurdaki birleşik bir olaylar ağı olduğuna dair oldukça ikna edici bir içgörü sağlar. Evrenin sıradan maddi bir gerçeklik değil zeki kozmik enerjinin ya da Evrensel Zihin'in bir yaratılışı olduğu oldukça açıklık kazanır. Bu deneyimler "İçkin tanrısallığı", *deus sive natura*'yı ya da fenomenal âlem içerisinde o âlem biçiminde tezahür eden Tanrıyı açığa çıkarır. Ayrıca hepimizin tüm yaratılış ağıyla ve her parçasıyla aslında bir olduğumuzu da açığa çıkarır.

Bu tür transpersonel deneyimler gündelik maddi gerçekliğin doğası hakkındaki görüşümüzü çarpıcı bir şekilde değiştirirken bazı öyle deneyimler vardır ki, bunlar normal duyularımızla algılayamayacağımız varoluş boyutlarının varlığını bildirir. Bu kategoride bedensiz varlıklar, çeşitli tanrılar, mitolojik âlemler, insanüstü varlıklar ve tanrısal yaratıcı ilkenin kendisi bulunur. Burada söz konusu olan "aşkın tanrısallıktır" çünkü bu koşullarda karşılaştığımız gerçeklikler ve varlıklar gündelik yaşamımızın bir parçası değildir; farklı bir plana ve varoluş düzenine aittirler.

Bu tür deneyimler kozmik yaratılışın maddi dünyamızla sınırlı olmadığını, birçok farklı düzeyde ve boyutta tezahür ettiğini gösterir. Benzer şekilde birleştirici deneyim olasılıkları maddi gerçeklikle sınırlı değildir; başka planlara da uzanır. Bu nedenle arşetip planlardaki varlıklarla karşılaşmakla kalmaz onlarla özdeşleşebilir, onlar olabiliriz. Ve deneysel iç araştırmamızın en uç

noktasında yaratıcı ilkenin kendisiyle karşılaşabilir, onunla temel özdeşliğimizi fark edebiliriz.

Tanrısallığın her yerde mevcut oluşu ile ilgili deneyimler, gündelik yaşamın kutsallığını ve deneyimsiz bir gözlemci için ayrı nesnelerden oluşmuş gibi görünen madde dünyasının altında yatan birliği açığa çıkarır. Bu deneyimler maddi dünyadaki tüm sınırların yanıltıcı olduğunu göstererek hepimizin aslında tüm uzay-zaman alanıyla ve nihai olarak da kozmik yaratıcı enerjinin kendisiyle bir olduğumuzu açıklığa kavuşturur. Kıyaslama yapacak olursak aşkın tanrısallık deneyimleri gündelik yaşantımızın alışıldık dünyasını anlamak ve algılamak için yeni yollar göstermekle kalmaz. Normalde görünmeyen ya da "duyular ötesi" olan varlık boyutlarının, özellikle de C. G. Jung'un (1965) arşetipler dediği ilksel kozmik formların varlığını açığa çıkarır.

Daha önce de gördüğümüz gibi arşetipler dünyası normalde algılanmasa da gündelik maddi gerçeklikten tamamıyla ayrı değildir. Maddi gerçeklikle sıkı sıkıya bağlantılıdır ve maddi dünyanın yaratılmasında önemli bir rol oynar. Bu açıdan bakıldığında gündelik yaşam deneyimimizi şekillendiren ve bilgilendiren bir üst düzen boyutudur. Arşetipsel plan madde dünyasıyla saf Kozmik Şuur arasında bulunan bir köprüyü temsil eder. Bu nedenle aşkın tanrısallık deneyimi bir diğer "kozmik kanal" deneyiminden farklıdır. Maddi gerçekliğin yaratılış sürecine dair içgörüler kazandırır; Prag'daki bir hastamın dediği gibi "kozmik mutfağa bir bakış" atmamızı sağlar.

Kozmik oyun, geçici olarak evrensel metindeki rolümüzün dışına çıkıp gündelik gerçekliğin yanıltıcı doğasını fark etmemiz ve kaynakla yeniden birleşme olasılığını keşfetmemiz için bize pek çok fırsatlar sunar. Holotropik haller böyle birleştirici deneyimler için genel görüşe mensup psikiyatristlerin fikirlerine tamamıyla ters bir anlayış getirir. *Bu deneyimler beyindeki patolojik bir kusur nedeniyle maddi dünyanın yanlış algılanmasından kaynaklanmaz; tam tersine gerçekliğin asıl doğası hakkında derin içgörüler*

sunarlar. Yaratılış sürecinde Evrensel Zihnin saf şuuru ile insanın maddi dünya deneyimi arasındaki ara safhaların varlığını ortaya koyar. Bireysel sınırların aşılıp kişinin benlik duygusunun holotropik yönde genişlemesini sağladıkları için ruhsal uyanıştaki dönüm noktalarıdırlar.

UZAY ve ZAMAN BİLMECESİ

Hilotropik ve holotropik deneyimlerin ayrıntılı bir dokusu olarak kozmik süreç tartışmamızı kapatmadan önce kozmik yaratılışın önemli bir yönünü, uzay ve zamanla olan ilişkisini tartışmalıyız. Yaratıcı süreci saf birlikten çokluğa bir hareket olarak tanımlarsak koşullanmalarımız bize bu sürecin belli bir yerde başlayıp doğrusal zaman içerisinde geliştiğini düşündürecektir. Ancak bu sürecin önemli safhaları bildiğimiz şekliyle uzay ve zamanın ötesinde gerçekleşir. Daha önce gördüğümüz gibi kozmik yaratıcı ilke tüm ayrımları ve zıtlıkları aşar; buna uzay ve zaman da dahildir.

Gündelik yaşantımızda karşılaştığımız her şeyin ayrı ve kesin uzay ve zaman koordinatları vardır, Doğrusal zaman ve üç boyutlu uzay deneyimimiz oldukça inandırıcı ve ikna edicidir. Bu nedenle uzay ve zamanın bu özelliklerinin zorunlu ve mutlak olduğuna inanırız. Holotropik deneyimlerde bu iki boyutu –uzay ve zaman– algılayış ve anlayış biçimimizin birçok önemli alternatifi olduğunu hayretle keşfederiz. Vizyon hallerinde yalnızca "şimdi"yi deneyimlemekle kalmaz, geçmişi ve hatta geleceği bile deneyimleyebiliriz. Olayların sırası döngüsel görünebilir, spiral yörüngeleri izleyebilir ve geriye gidebilir. Zaman durabilir ya da tamamıyla aşılabilir. Kozmik yaratılışın gerçekleştiği düzeylerde geçmiş, şimdi ve gelecek birbirini izlemektense bir arada bulunur ve bu nedenle yaratılış sürecinin tüm safhaları aynı anda gerçekleşir.

Holotropik hallerde uzay kavramı ve deneyimi de aynı derecede özneldir. Çeşitli hiyerarşik düzenlemelerde farklı mekânlar oyunsu bir edayla yaratılabilir ve bunların hiçbiri bir diğerinden

daha nesnel, gerçek ve gerekli gibi görünmez. Mikrokozmostan makrokozmosa geçiş doğrusal bir şekilde gerçekleşmek zorunda değildir. Büyük ve küçük rasgele ve tahmin edilemez bir şekilde özgürce yer değiştirebilir. Tek bir hücre tüm bir galaksi gibi ve tüm bir galaksi de tek bir hücre gibi deneyimlenebilir. Bu iki boyut aynı insanın deneyim alanında birlikte bulunabilir. Sonuç olarak gündelik şuur durumumuzdaki sınırlılık sınırsızlık çatışmasının kafa karıştırıcı çelişkisi aşılır ve ortadan kalkar.

Holotropik hallerde uzay ve zaman deneyiminin karmaşıklığını anlatabilmek için içsel araştırmalarımın kırk yılı boyunca deneyimlediğim en olağanüstü macerayı anlatacağım. Bu olay 1967'de Amerika'ya gelişimden kısa bir süre sonra Maryland Psikiyatrik Araştırma Merkezi'nde katıldığım yüksek doz psikodelik seansında gerçekleşti:

> Seansın ikinci yarısında bir yerlerde kendimi çok farklı bir zihinsel durumda buldum. Varoluşun gizemine karşı duyulan saygıyla birlikte huzur, mutluluk ve sadelik hislerinin bir karışımıydı bu. Deneyimlediğim şeyin eskiden Hıristiyanların yaşamış olabileceği şeye benzediğini hissettim. Mucizelerin olası, kabul edilebilir ve hatta gerçek olduğu bir dünyaydı. Uzay ve zaman sorununu düşünüyordum ve şimdiye kadar doğrusal zaman ile üç boyutlu uzayın mutlak ve gerekli gerçeklik boyutları olduğunu nasıl düşünebildiğime anlam veremedim.
>
> Ruhun gerçekliğinde sınırların olmadığı ve uzay-zamanın psişenin öznel yapılaşması olduğu oldukça belirginlik kazandı. Bir anda uzay ve zamanın sınırlamalarıyla kısıtlanmak zorunda olmadığımı ve uzay-zaman sürekliliğinde oldukça özgür bir şekilde seyahat edebileceğimi fark ettim. Bu duygu öylesine inandırıcı ve baştan çıkarıcıydı ki bir deneyle bunu test etmek istedim. Anne ve babamın binlerce kilometre ötede bulunan Prag'daki apartmanına gidip gidemeyeceğimi denemeye karar verdim.
>
> Yönü belirleyip mesafeyi düşündükten sonra hedefime doğru uzayda uçtuğumu imgeledim. Uzayda çok hızlı hareket ettiğimi deneyimledim, ancak hayal kırıklığıyla bir yere gitme-

diğimi fark ettim. Deneyin neden işe yaramadığını anlayamadım, çünkü o anda böyle bir yolculuğun olası olduğu duygusu oldukça inandırıcıydı. Bir anda eski uzay ye zaman kavramlarının etkisi altında olduğumu fark ettim. Yön ve mesafe olarak düşünmeye devam etmiş ve konuya böyle yaklaşmıştım. Doğru yaklaşımın seansın gerçekleştiği yerle hedefin özdeş olduğunu kendime inandırmak olacağını düşündüm. Kendime şöyle dedim: "Burası Baltimore değil, burası Prag. Şimdi tam burada, anne ve babamın Prag'daki apartmanındayım." Konuya böyle yaklaşınca olağandışı ve garip duygular deneyimledim. Kendimi elektrik devreleri, tüpler, kablolar, dirençler ve kondansatörlerle dolu tıkış tıkış garip bir yerde buldum. Kısa bir şaşkınlıktan sonra şuurumun ebeveynlerimin apartmanındaki odanın köşesinde bulunan televizyonun içine hapsolduğunu anladım. İşitmek için hoparlörleri, görmek için de televizyon tüpünü kullanmaya çalışıyordum. Bir süre sonra bu deneyimin uzay, zaman ve maddeyle ilgili daha önceki inançlarımın etkisi altında olduğum gerçeğiyle eğlendiği için güldüm.

Uzak mekânların yalnızca televizyonla deneyimlenebileceğini düşünüyor ve kabul ediyordum. Böyle bir aktarım da tabii ki elektromanyetik dalgaların hızıyla sınırlıydı. Şuurumun ışık hızı da dahil olmak üzere tüm sınırları aşabileceğini fark edip buna içten bir şekilde inandığımda deneyim hızla değişti. Televizyonun içi dışına çıktı ve kendimi anne babamın Prag'daki apartmanında yürürken buldum.

Bu anda herhangi bir ilaç etkisi hissetmedim ve deneyim hayatımdaki diğer her şey kadar gerçekti. Anne babamın yatak odasının kapısı yarıya kadar açıktı. İçeriye baktım, yatakta bedenlerini gördüm ve nefes alışlarını duydum. Pencereye yürüdüm ve caddenin köşesindeki saate baktım. Deneyin gerçekleştiği Baltimore'la altı saatlik bir fark gösteriyordu. Bu rakamın iki yer arasındaki zaman farkını göstermesine karşın bunu ikna edici bir kanıt olarak görmedim. Zaman farkı bilgisine sahip olduğum için bu deneyimi zihnim yaratmış olabilirdi.

Deneyim üzerinde düşünmek için odalardan birinin köşesindeki kanepeye uzandım. Bu, ABD'ye gelmeden önceki son psikodelik seansımı geçirdiğim kanepeydi. Bir bursla ABD'ye git-

mek için istediğim izin ilk başta Çek otoritelerince geri çevrilmişti. Prag'daki son seansım başvuruma yanıt beklerken gerçekleşmişti.

Aniden oldukça endişelendim. Garip ve esrarengiz bir düşünce oldukça güçlü ve ikna edici bir biçimde zihnimde belirdi: Belki de Çekoslovakya'yı hiç terk etmemiştim ve şimdi Prag'daki psikodelik seansından geri dönüyordum. Belki de başvuruma olumlu yanıt, ABD'ye yolculuğum, Baltimore'daki gruba katılış ve oradaki psikodelik seans, güçlü arzularımın neden olduğu bir vizyon yolculuğuydu. Kısır bir uzay-zaman döngüsünde, çıkışı olmayan bir çemberde takılı kalmıştım. Gerçek tarihi ve coğrafi koordinatlarımı belirleyemiyordum.

Uzunca bir süre her ikisi de aynı derecede inandırıcı olan iki gerçek arasında kaldım. Baltimore'daki seanstan Prag'a bir astral yolculuk mu yapıyordum yoksa ABD'ye bir yolculuk deneyimlediğim Prag'daki seanstan mı dönüyordum, bilmiyordum. Rüyasında bir kelebek olduğunu gören ve bir süre insan olduğunu gören bir kelebek olup olmadığına karar veremeyen Çinli filozof Chuang-tzu'yu düşündüm.

ANLAMLI RASTLANTILAR ve EŞZAMANLILIK

Bu çerçevede holotropik hallerin uzay ve zaman anlayışımıza oldukça önemli etkileri olan diğer bir önemli yönünü tartışmak istiyorum. Transpersonel deneyimler genellikle doğrusal nedensellikle açıklanamayacak anlamlı rastlantılarla bağlantılıdır. Maddeci bilimin tanımladığı bir evrende tüm olaylar neden sonuç yasasına uymalıdır. Nedensel olarak açıklanamayan rastlantılar olayın karmaşık oluşuna ve etkili olan tüm faktörlerin bilgisine sahip olmayışımıza yorulur. Bu "bilinmeyen veriler" nedeniyle sonuç ayrıntılı olarak değil de yalnızca istatistiki olarak tahmin edilebilir. Ancak gündelik yaşantımızdaki bazı rastlantılar istatistiki olarak öylesine olasılık dışıdır ki böyle bir yorumun geçerliliğini sorgulamamıza neden olur.

Bir arkadaşım geçenlerde ailesinde yaşanan kayda değer bir rastlantıyı benimle paylaştı. Eşi ve eşinin başka bir şehirde yaşayan kız kardeşi aynı gece yatak odalarındaki bir yarasa

nedeniyle uyandı. Her ikisi de yaşamlarında ilk kez gerçekleşen bu olaya aynı şekilde tepki verdi. Gece yarısı olsa bile hemen babalarını arayıp uyandırdılar ve bu garip olayı anlattılar. Çoğumuzun bildiği gibi istatistiki olasılıkların dışına çıkan olayları tahmin edilenden çok daha sık yaşarız. Yıllar içinde birçok olağandışı rastlantıyı bizzat kendi yaşamımda gördüm. Bunlardan biri önemli sonuçları nedeniyle konumuzla ilgilidir ve anlatmaya değer. 1968'de Sovyet ordusu Çekoslovakya'yı istila ettiğinde Baltimore'daki Johns Hopkins Üniversitesi'nde burslu olarak bulunuyordum. İstiladan sonra Çek otoriteleri hemen dönmemi istedi, ancak bu çağrıya uymadım ve Birleşik Devletler'de kalmaya karar verdim. Sonuç olarak vatanımı yaklaşık yirmi yıl göremedim. Bu süre zarfında Çekoslovakya'daki arkadaşlarım ve meslektaşlarımla açık bir görüşme yapamadım. Bu onlar için siyasi açıdan tehlikeli olurdu, çünkü Birleşik Devletler'deki ikametim yasadışı sayılıyordu. Doğu Avrupa'nın kurtuluşundan sonra başkanı olduğum Uluslararası Transpersonel Birliği (ITA) bir sonraki toplantısını Çekoslovakya'da düzenlemeye karar verdi ve ben de bu toplantı için yer bulmak üzere Prag'a gittim.

Prag havaalanına vardıktan sonra annemin apartmanına gitmek üzere bir taksi tuttum. Annemle ikimiz biraz vakit geçirip hasret giderdikten sonra o bazı düzenlemeler yapmak için bir komşuya gitti ve ben evde yalnız kaldım. Bir sandalyeye oturdum ve bir fincan çay alarak yapmam gerekenler hakkında düşündüm. Uzun süren yokluğum nedeniyle tüm bağlantılarım kopmuştu. Biraz yabancı kalmıştım ve nereden başlayacağımı bilemiyordum. On dakika kadar bu konuyu düşündüm, ancak pek bir ilerleme kaydedemedim. Kapı zilinin ani çalışıyla düşünce selim bir anda durdu. Gelen kişi eski günlerde yakın arkadaşım olan genç psikiyatrist Thomas'tı. Birleşik Devletler'e gitmeden önce psikodelik seanslarımızda birbirimize eşlik ederek olağandışı şuur halleri araştırmalarımızı paylaşmıştık. Bir arkadaşından Prag'a geleceğimi duymuş ve beni karşılamaya gelmişti.

Thomas tam evden çıkarken telefonu çalmış, yapay zekâ konusunda önemli bir araştırmacı ve aynı zamanda Başbakan Vaclav Havel'in kardeşi Ivan Havel aramıştı. Thomas'la aynı okula gitmişlerdi ve o zamandan beri yakın arkadaşlardı. Daha sonra Ivan Havel'in de Komünist dönemde yeni paradigmayı ve transpersonel psikolojiyi araştırmak üzere gizli toplantılar yapan bir grup ilerici bilimadamının lideri olduğu ortaya çıktı.

Bu grup, muhalif bilimadamı ve arkadaşım olan Vasily Nalimov'un bir konferasında çalışmalarımı duymuş. Ivan Havel, Thomas'la arkadaş olduğumuzu biliyormuş ve gruplarıyla bağlantı kurmam için Thomas'ı aramış. Bu olağandışı rastlantı dizisi nedeniyle ITA konferansı için ideal desteği –konuyla son derece ilgili bir grup nitelikli profesyonel ve oldukça ruhsal eğilimli bir devlet adamı olan bir devlet başkanı– bulmam yalnızca on dakikamı aldı. Konferans Vaclav Havel'in himayelerinde 1993'te düzenlendi ve oldukça başarılı geçti.

Belki de en ünlü rastlantı vakası Mösyö Deschamps ve özel bir erikli pudingle ilgili komik hikâyedir. Bu hikâyeyi Fransız astronom Flammarion anlatmış ve Jung tarafından aktarılmıştır. Deschamps'a küçük bir çocukken Mösyö de Fontgibu tarafından bu özel pudingten bir parça verilir. Daha sonraki on yıl boyunca Paris'e gidene kadar bu güzel lezzeti tatma fırsatını bulamaz. Paris'teki bir restoranın menüsünde aynı pudingi görür ve garsondan ister. Ancak kalan son pudingin o anda aynı restoranda bulunan Mösyö de Fontgibu tarafından ısmarlandığı ortaya çıkar. Uzun süre sonra Mösyö Deschamps bu pudingin spesiyal olarak sunulduğu bir partiye davet edilir. Pudingi yerken eksik olan tek şeyin Mösyö Fontgibu olduğunu düşünür. O anda kapı açılır ve yaşlı bir adam endişeli bir şekilde içeri girer. Bu mösyö Fontgibu'dur. Partiye yanlışlıkla girer, çünkü yanlış adres verilmiştir.

Böyle olağandışı rastlantıları maddeci bilimin geliştirdiği evren anlayışıyla uzlaştırmak zordur. Bu olayların daha derin bir anlamı olduğunu ve kozmik zekânın oyunsu yaratımları olduğunu düşünmek daha doğru olacaktır. Rastlantılar, içinde bir

nüktedanlık da bulunduruyorsa –ki genellikle böyledir– bu tanım özellikle inandırıcıdır. Buna bir örnek olarak, Ay'a ilk adım atan ünlü Amerikalı astronot Neil Armstrong'un yaşamından gerçek bir hikâyeyi vermek istiyorum. Böyle bir şeyin şans eseri gerçekleşmesindeki astronomik olanaksızlıkla birlikte hikâyenin içerdiği sevimli nüktedanlık bu rastlantıyı tüm zamanların en özgün "rastlantısı" yapmakta.

Neil Armstrong ay modülünden inerken ayağı Ay'ın yüzeyine basmadan hemen önce şu ünlü sözleri söyledi: "Bir insan için küçük, insanlık için büyük bir adım." Ay'ın yüzeyinden ay-modülüne geri çıkarken ise şu çok az bilinen sözleri mırıldandı: "İyi şanslar Bay Gorski." Dünya'ya döndükten sonra meraklı gazeteciler bu sözlerin ne anlama geldiğini sordular, ancak Armstrong açıklama yapmadı. Bazıları bunun Sovyet bir kozmonota söylendiğini düşündü, ancak bu isimde biri yoktu. Gazetecilerin sonuçsuz çabalarının ardından konu tamamıyla unutuldu.

Geçen yıl Florida'daki bir partide biri konuyu tekrar açtı. Neil Armstrong bu kez sözlerin ne anlama geldiğini açıkladı, çünkü Bay Gorski ve eşi ölmüştü. Neil çocukken Gorskiler onların yan komşusuydu. Neil bir gün arkadaşlarıyla arka bahçede top oynuyordu. Bir an top Gorskilerin bahçesine kaçıp evin yatak odasının açık olan penceresinin altına düştü ve Neil topu almak için görevlendirildi. Gorskiler ateşli bir tartışmanın ortasındaydı. Neil topu alırken Bayan Gorski'nin bağrışını duydu: "Oral seks mi? Oral seks mi istiyorsun? Oral seksi yandaki çocuk Ay'da yürüdüğünde görürsün!"

Bu tür rastlantılar başlı başına oldukça ilginç olsa da C. G. Jung'un çalışması bu açıklanması zor olguya oldukça ilginç bir boyut daha kattı. Yukarıda anlatılan durumlar madde dünyasındaki arka arkaya gelmesi çok zor olan olaylar dizisini içermektedir. Jung sayısız hayret verici rastlantı olayını gözlemledi ve tanımladı. Bu rastlantılarda, normal gerçeklikteki çeşitli olaylar ile rüya ya da vizyon gibi psişik deneyimler arasında anlamlı bir bağlantı vardı. Jung bu tür rastlantılar için eşzamanlılık terimini kullandı.

Jung, *EŞZAMANLILIK: Nedensel Olmayan Bağlantı İlkesi* (1960) adlı çalışmasında eşzamanlılığı "Psişik bir halin, dışarıdaki bir ya da daha fazla olayla aynı anda belirmesi olarak tanımladı. Bu olayların yaşanılan anlık sübjektif hal ile anlamlı bağlantıları vardır." Bu tür durumlar psişemizin madde dünyası gibi görünen şeyle oyunsu bir ilişkiye girebildiğini gösterir. Bunun olabileceği gerçeği öznel ve nesnel gerçeklik arasındaki sınırları bulanıklaştırır.

Jung'un kendi yaşamında gerçekleşen birçok eşzamanlılık olayından bir tanesi oldukça ünlüdür. Bu, bir terapi seansı sırasında gerçekleşmiştir. Hasta tedaviye ve transpersonel gerçeklik düşüncesine direnç göstermektedir. Bu özel olay gerçekleşinceye kadar pek bir gelişme kaydedilemez. Hasta rüyasında kendisine bir bok böceği verildiğini görür. Bu rüyanın analizi sırasında pencereye bir şey çarpar. Jung ne olduğunu görmeye gider ve pencerenin kenarından içeri girmeye çalışan bir böcek bulur. Bu, o bölgede nadir rastlanan ve Mısır şans böceğine en çok benzeyen türdür. Jung'un başına böyle bir şey daha önce hiç gelmemiştir. Pencereyi açar, böceği içeri alır ve hastasına gösterir. Bu şaşırtıcı eşzamanlılık hastasını çok etkilemiş ve terapisinde önemli bir dönüm noktası olmuştur.

EŞZAMANLILIKLAR ve İÇSEL ARAŞTIRMA

Meditasyonlarında, psikodelik seanslarında, deneyimsel psikoterapide ya da kendiliğinden oluşan ruhsal krizlerde holotropik haller yaşayan insanların yaşamlarında eşzamanlılık olaylarına sık rastlanır. Transpersonel ve perinatal deneyimler genellikle olağandışı rastlantılarla bağlantılıdır. Örneğin içsel araştırmamız sırasında ego ölümü deneyimine yaklaşıyorsak yaşamımızda tehlikeli durumlar ve kazalar yoğunlaşabilir. Burada yalnızca kendimizin bir şekilde yol açtığı olaylardan değil başka insanların ve bağımsız dış faktörlerin de neden olduğu olaylardan bahsediyorum. Ego ölümüyle yüzleşip içsel sürecimizde yeniden doğumu deneyimlediğimizde bu durumlar geldikleri gibi

sihirli bir şekilde giderler. Sanki fiziksel hasar ve yıkımın yerine içsel psikolojik ölüm fırsatı verilmiştir.

Benzer şekilde bir hayvan ruhsal rehberi içeren güçlü bir şamanik deneyim yaşadığımızda bu hayvan olasılık dışı bir sıklıkla yaşamlarımızda belirmeye başlar. Altı günlük eğitim programlarımızın birinde katılımcı bir psikolog holotropik nefes çalışması seansında güçlü bir şamanik deneyim yaşadı. Bu deneyimde bir baykuş, erk hayvanı ya da ruhsal rehber olarak önemli bir rol oynuyordu. Aynı gün ormanda yaptığı bir gezintiden üzerinde baykuş tüyleriyle döndü. Program bittikten sonra eve dönerken yolun kenarında yaralı iri bir kuş gördü. Arabayı durdurdu ve kuşa yaklaştı; bu, kanadı kırılmış iri bir baykuştu. Baykuş hiçbir direnç göstermeden kendisini alıp arabaya götürmesine izin verdi. Uçup da doğal çevresine dönebilecek duruma gelinceye kadar kuşa baktı.

Animus, Anima, Yaşlı Bilge Adam ya da Korkunç Anne'nin arşetip imgeleriyle içsel olarak karşılaştığımızda bu figürlerin ideal örnekleri gündelik yaşamımızda fiziksel haliyle belirir. Ayrıca birçok insan, psişenin transpersonel gerçekliklerinden esinlendikleri projelere başladığında çarpıcı eşzamanlılıklar gerçekleşmiş ve işleri oldukça kolaylaşmıştır. Daha önce anlattığım Prag'daki ITA konferansıyla ilgili deneyimim bu kategoriye girer.

Holotropik hallerle ilgili çalışmaları içeren sistemli içsel yolculuğa başladığımızda er ya da geç olağandışı ve anlamlı eşzamanlılıklarla karşılaşacağımız kesindir. Bazen tek tük rastlantılar deneyimlerken bazen de bir rastlantılar zinciriyle karşılaşabiliriz. İçeriğine göre bu rastlantılar destekleyici olabileceği gibi üzücü ve korkutucu da olabilir. Rastlantılar her iki durumda da eğer ikna ediciyse ve birbiri ardına geliyorsa gündelik yaşamda ciddi sorunlar yaratabilir.

Geleneksel psikiyatri gerçek eşzamanlılıkla dünyanın psikotik yanlış yorumu arasında ayrım yapmaz. Maddeci dünya görüşü determinist olduğu ve "anlamlı rastlantı" olasılığını ka-

bul etmediği için hastanın hikâyesindeki herhangi bir olağandışı eşzamanlılık iması otomatik olarak ciddi bir zihinsel rahatsızlık sayılan referans sapması olarak yorumlanacaktır. Ancak gerçek eşzamanlılıkların varlığı su götürmezdir, çünkü konuyu bilen herkes bu rastlantıların istatistiki olarak olasılık dışı olduğunu kabul etmek zorundadır.

ŞUUR ARAŞTIRMALARI ve MODERN FİZİK

Jung eşzamanlılık olgusunun geleneksel bilim düşüncesiyle uyuşmadığının farkındaydı. Doğanın temel bir yasası sayılan nedensellik inancının kökleri çok derinlere nüfuz etmiştir, bu nedenle bu kalıba uymayan gözlemlerini yayınlamada uzun yıllar kararsız kalmıştı. Kendisi ve diğer araştırmacılar ikna edici yüzlerce eşzamanlılık olayını toparlayıp bunların gerçekliğinden emin oluncaya kadar çalışmasını yayınlamayı erteledi.

Jung bu konuyla uğraşırken kuantum-görelilik fiziğindeki gelişmeler ve beraberinde getirdiği alternatif dünya görüşüyle oldukça ilgilendi. Kuantum fiziğinin kurucularından Wolfgang Pauli ile birçok entelektüel alışverişte bulundu ve bu alandaki devrimci kavramları tanıdı. Jung bu yeni ortaya çıkan gerçeklik çerçevesinde kendi gözlemlerinin çok daha inanılır ve kabul edilir olduğunu biliyordu. Jung'un düşüncelerine ek bir destek de Albert Einstein'dan geldi. Einstein özel bir ziyareti sırasında Jung'u eşzamanlılık fikrini izlemesi için cesaretlendirdi, çünkü bu fikir fizikteki yeni düşünceyle hayli uyuşuyordu (Jung 1973).

Uzay ve zamanın öznel ve belirsiz doğasıyla ilgili yukarıdaki tartışma pek inanılır gibi görünmediği için, hatta transpersonel deneyim yaşamamış birine imkânsız geldiği için, gerçeklik hakkındaki alışıldık anlayışımıza karşı bu yüzyılın başında modern fizikte ortaya çıkan çarpıcı bir alternatifi vurgulamak uygun olacaktır. Holotropik hallerdeki fantastik ve saçma gibi görünen içgörüler modern fiziğin birçok tanınmış temsilcisinin mikro ve makro dünya hakkında yaptığı cüretli spekülasyonlarla kıyaslandığında oldukça sönük kalır. Kuantum fizikçiler, astrofizikçiler

ve kozmologların gerçekliğin doğasıyla ilgili en inanılmaz teorileri, matematik denklemlerle desteklendiğinde ciddiye alınırken benzer kavramlar kaynağını şuur araştırmaları ya da transpersonel psikolojiden alıyorsa eleştirilir, hatta aşağılanır.

Yaygın olarak benimsenen kozmogenetik teoriye göre yaklaşık 15 milyar yıl önce uzay ve zamanın olmadığı bir durum söz konusuydu. Evrenin boyutsuz bir noktadan ya da tekillikten, hayal edilemeyecek büyüklükteki müthiş bir patlamayla doğduğu esnada maddeyle birlikte uzay ve zaman da yaratılmış oldu. Ve tam tersi şekilde bundan milyarlarca yıl sonra evren kendi içine çöktüğünde uzay ve zaman tekrar yok olabilir. Buna benzer bir süreç evrenin bazı bölgelerinde halihazırda yaşanmaktadır. Sönen dev yıldızlar kendi içlerine çökerek fizikçilerin "kara delik" dedikleri şeyi yaratırlar. Kara deliklerin çevresinde belli bir sınırdan sonra fizikçilerin "olay ufku" dedikleri yerde bildiğimiz uzay, zaman ve fizik kanunları ortadan kalkar.

Albert Einstein bu yüzyılın başında muazzam ölçülerdeki kavramsal bir devrimle Newton'un üç boyutlu uzay ve doğrusal zamanını dört boyutlu bir uzay-zaman sürekliliği ile değiştirdi. Einstein'ın evreninde uzay-zamanda seyahat etmek sıradan bir uzay yolculuğu kadar kolaydır. Einstein'ın ünlü denklemine göre zaman, hareket eden sistemin hızı oranında yavaşlar ve sistem ışık hızına ulaştığında durur. Işıktan hızlı hareket eden bir sistemde zaman geriye dönecektir. Californialı fizikçi Richard Feynman zamanda ileri doğru hareket eden bir parçacığın zamanda geriye doğru hareket eden antiparçacığıyla özdeş olduğunu bulmasıyla Nobel Ödülü aldı.

Teorik fizikçiler John Wheeler, Hugh Everett ve Neil Graham "birçok dünya hipotezi" ile tanındılar. Bu teoriye göre evren her an sayısız evrenlere bölünür. California Teknoloji Enstitüsü'nde teorik fizik profesörü olan Kip S. Thorne (1994) en çok satan kitaplar listesine giren eserinde evrenin birçok ışık yılı uzaklıktaki çeşitli bölgelerine hemen ulaşmak ve hatta zamanda geriye gitmek için gelecekte "solucan deliklerinin" kullanılabileceği olası-

lığını ciddi bir şekilde tartıştı. Albert Einstein'ın çalışma arkadaşı olan David Bohm'a (1980) göre bildiğimiz şekliyle dünya, gerçekliğin yalnızca bir yönünü temsil eder; "belirgin" ya da "açığa çıkmış düzenini". Onu yaratan matris "saklı düzendir".

Burası uzay ve zamanı açığa çıkmamış haliyle içinde barındıran normalde gizli bir bölgedir.

Modern fizik dünyasına kısa bir yolculuk yaptık, çünkü bu bilim dalındaki yaratıcı düşünce ve hayal gücü akademik psikiyatrist ve psikologların insan psişesi ve şuuruna karşı dar görüşlü yaklaşımlarıyla oldukça tezat oluşturuyor. Fizikçilerin maddi dünyayı algılamada köklerini derinlere salmış birçok önyargıyı ne derecede aştıklarını görmek oldukça cesaretlendirici. Çağdaş fizikçilerin şaşırtıcı spekülasyonları modern şuur araştırmalarında elde edilen olağandışı ve sarsıcı bulgulara önyargısız yaklaşmamıza yardımcı olacaktır.

KOZMİK DANS

Varoluşu Mutlak Şuur'un fantastik bir deneyim macerası –sonsuz bir kozmik dans, eşsiz bir oyun, tanrısal bir tiyatro– olarak tanımlayan holotropik içgörüleri şimdi özetleyebiliriz. Yaratıcı ilke yaratırken kendi içinden ve kendi içinde sayısız bireysel formlar, ayrık şuur birimleri yaratır. Bunların farklı derecelerde göreceli bağımsızlıkları ve özerklikleri vardır. Her biri kendine özgü bir deneyim, şuurda bir deney olasılığı sunar. Yaratıcı ilke bir kâşifin, bilimadamının ve sanatçının tutkusuyla, sınırsız çeşitliliği ve kombinasyonlarıyla olası tüm deneyimlerle deney yapar.

Bu tanrısal oyunda Mutlak Şuur iç zenginliğini, bolluğunu ve muazzam yaratıcılığını ifade etme olasılığı bulur. Yarattıkları aracılığıyla sayısız bireysel rolü deneyimler, ayrıntılı oyunlara girer, hayal edilebilecek tüm düzeylerde maceraya atılır. Bu tanrısal nitelikli oyunların oyunu galaksi ve güneşlerden, yörüngesinde hareket eden gezegen ve aylara, bitki, hayvan ve insanlardan, nükleer parçacıklar, atomlar ve moleküllere ka-

dar çeşitlilik gösterir. Diğer dramalar gündelik şuur halimizle algılayamadığımız diğer varoluş boyutlarında ve arşetip gerçekliklerde gerçekleşir.

Mutlak Şuur sonsuz yaratılış, muhafaza ve yıkım döngüleriyle monotonluk ve aşkın sıkıntı hislerinden kurtulur. Saf halin geçici yokluğu ve kaybedilişi yeniden keşif ve kavuşma deneyimleriyle yer değiştirir. Acı, ıstırap ve ümitsizlik hislerini mutluluk ve vecd deneyimleri takip eder. Saf şuur geçici bir süre kaybedildikten sonra yeniden kazanıldığında heyecan verici, şaşırtıcı, taze ve yeni olarak deyimlenir. Istırabın varlığı vecd deneyimine yeni bir boyut katar, karanlığın bilgisi ışığın daha fazla takdir edilmesini sağlar ve aydınlanma oranı daha önceki cehaletin derinliğiyle orantılıdır. Evrensel zihin fenomenal âlemlere uzanıp geri döndüğü her yolculukta farklı rollerle zenginleşir. İç potansiyelini daha da fazla gerçekleştirerek öz bilgisini artırır ve derinleştirir.

Kozmik süreci bu şekilde anlayabilmek için Evrensel Zihin'in yaratılışın tüm yönlerini hem gözlemlenen hem de gözlemleyen olarak şuurlu bir şekilde deneyimlediğini düşünmek gerekir. Böylelikle yalnızca insana ait algı, duygu ve düşünceleri değil Darwin'in evrim ağacındaki diğer tüm yaşam formlarının şuur hallerini de keşfeder. Hücresel şuur düzeyinde sperm ırkının heyecanını ve döllenme sırasında spermin yumurtayla birleşmesini deneyimleyebileceği gibi karaciğer hücrelerinin ya da beyindeki nöronların faaliyetini de deneyimleyebilir.

Hayvanlar âlemini aşıp botanik dünyaya genişleyen Mutlak Şuur dev bir sekoya ağacı olabilir, bir sineği yakalayıp sindiren etobur bir bitki olarak kendini deneyimleyebilir ya da yapraklardaki fotosenteze ve tohumların filizlenmesine katılabilir. Atom bağlarından depremlere, atom bombalarının patlamasından kuasar ve pulsarlara kadar inorganik dünyadaki olgular da benzer şekilde ilginç deneyim olasılıkları sunar. Ve en derinlerde psişemiz Mutlak Şuurla bir olduğu için bu deneyim olasılıkları belli koşullar altında hepimize açıktır.

Gerçeği Evrensel Zihin'in bakış açısından gördüğümüzde ruh-madde, atalet-hareket, iyi-kötü, dişi-erkek, güzel-çirkin, acı-sevinç gibi zıtlıkların tümü aşılır. Son aşamada özneyle nesne, gözlemleyenle gözlemlenen, deneyimleyenle deneyimlenen ve yaratanla yaratılan arasında fark yoktur. Kozmik oyundaki tüm rollerin aslında tek bir kahramanı vardır: Mutlak Şuur. Bu, kadim Hint Upanişadlarında geçen varoluşla ilgili en önemli tek gerçektir. Modern zamanlarda bu gerçek Vietnamlı Budist öğretmen Thich Nhat Hahn'ın "Beni Ne Olur Gerçek İsimlerimle An" adlı şiirinde sanatsal bir ifadeyle çok güzel dile getirilmiştir:

Yarın gideceğim deme,
Çünkü bugün bile geliyorum.

Derine bak; her an geliyorum,
Bir ilkbahar dalındaki filiz,
Yeni yuvasında şakımayı öğrenen,
Narin bir kuş,
Bir çiçeğin kalbindeki tırtıl,
Kendini taşta gizleyen bir mücevher olmak için.

Gülmek ve ağlamak,
Korkmak ve ümit etmek için halâ geliyorum.
Kalbimin atışları,
Yaşayan her şeyin doğum ve ölümüdür.

Nehrin üstünde dönüşüm geçiren mayıs sineğiyim,
Ve bahar geldiğinde tam zamanında dönüp
Mayıs sineğini yiyen kuşum.

Temiz göl suyunda mutluca yüzen kurbağayım,
Ve sessizce yaklaşıp kurbağayı yiyen çim yılanıyım.
Bir deri bir kemik kalmış Uganda'daki çocuğum,
Bacaklarım bambu kamışı kadar ince,

Ve Uganda'ya öldürücü silahlar satan
Silah taciriyim.

Bir korsanın tecavüzüne uğradıktan sonra
Kendini denize atan Ve küçük bir tekneye sığınan
On iki yaşındaki kızım,
Ve de kalbinde görme ve sevme yeteneği olmayan
Korsanım.
Oldukça güçlü bir
Politbüro üyesiyim,
Ve çalışma kamplarında yavaş yavaş ölerek halkıma
Kan borcunu ödemek zorunda olan adamım.

Neşem ilkbahar gibidir,
Öylesine ılıktır ki,
Yaşamın her alanında çiçekler açtırır
Acım gözyaşından bir nehir gibidir,
Öylesine taşkındır ki,
Dört okyanusu da doldurur.

Ne olur beni gerçek isimlerimle çağır ki,
Tüm ağlayış ve gülüşlerimi bir anda duyayım.
Acımın ve neşemin bir olduğunu göreyim.

Ne olur beni gerçek isimlerimle çağır ki,
Uyanabileyim ve
Kalbimin kapısı açık kalsın;
Şefkat kapısı.

6

İYİLİK ve KÖTÜLÜK SORUNU

Sonuç olarak:
Yanlış olmadan doğruyu
Düzensizlik olmadan düzeni isteyen
Göğün ve yerin ilkelerini anlamaz.
Şeylerin nasıl bir arada durduğunu bilmez.

—Chuang-tzu, *Büyük ve Küçük*

İÇSEL KEŞİFTE AHLAKİ KONULAR

Holotropik şuur hallerinde farklı şekillerde ve çeşitli düzeylerde sürekli ortaya çıkan en önemli konulardan biri de ahlak sorunudur. İçsel deneyimlerimiz geçmişimizle ilgili konulara odaklandığında, ahlaki sorular genellikle hayatımızı çocukluktan itibaren iyice inceleme ve ahlaki açıdan değerlendirme gereksinimi olarak belirir. Bunlar kimlik ve öz saygıyla ilgili sorularla yakından bağlantılıdır. Hayatımızı tarihsel olarak gözden geçirdiğimizde kişiliğimizin ve davranışlarımızın ahlaki standartlara –kendimizin, ailemizin ya da toplumun– uyup uymadığını anlamak için acil bir istek duyarız. Burada ölçüler genellikle oldukça göreceli ve kişiseldir, çünkü güçlü bireysel, ailevi ve kültürel önyargılar içerirler. Davranışlarımızı bize dışarıdan yüklenen değerlere göre değerlendiririz.

Karakterimizi ve davranışlarımızı gündelik sıradan ölçülerle değil de evrensel yasalara ve kozmik düzene göre değerlendir-

diğimiz başka bir kendini yargılama şekli daha vardır. Bu tür deneyimler çeşitli holotropik hallerde ortaya çıkar, ancak ölüme yakın deneyimlerde hayatın gözden geçirilişi sırasında daha sık yaşanır. ÖYD yaşayan birçok insan bir Işık Varlık'la karşılaştığını ve onun huzurunda yaşamını nasıl acımasızca sorguladığını anlatır. İnsan psişesinin kendini ahlaki bakımdan değerlendirmeye karşı duyduğu bu güçlü eğilim farklı kültürlerin ölüm sonrasına ait mitolojilerindeki tanrısal yargı sahnelerine yansımıştır.

İçsel araştırma sürecimiz derinleştikçe içimizde varolan daha önce hiç fark etmediğimiz oldukça sorunlu duygu ve dürtülerle karşılaşırız. Bu, C. G. Jung'un "Gölge" dediği şuurdışımızın karanlık ve yıkıcı yönüdür. Bu keşif oldukça korkutucu ve rahatsız edici olabilir. Bu karanlık unsurlardan bazıları geçmişimizin acı dolu yönlerine –özellikle de bebeklik ve çocukluktaki travmalara– verdiğimiz tepkilerdir. Güçlü yıkıcı potansiyel, psişenin perinatal düzeyiyle de –şuurdışının doğum travmasıyla ilgili bölümü– bağlantılı gibi görünür. Doğum kanalından geçerken yaşanan acı ve yaşamı tehdit edici deneyimlerle dolu saatler fetusta benzeri şiddette bir tepki yaratır. Bu, hayatımızın geri kalanı boyunca şuurdışımızda saklayacağımız şiddet eğilimleriyle sonuçlanır. Çeşitli içsel araştırma yöntemleriyle bu eğilimlerle yüzleşip onları dönüştürmek için özel bir çaba gösterinceye kadar orada kalırlar.

Bu açıklamaların ışığında R. L. Stevenson'un *Dr. Jekyl ve Mr. Hyde'ın Garip Vakası*, Oscar Wilde'ın *Dorian Gray'in Portresi* ya da Edgar Allan Poe'nun *William Wilson* adlı eserlerindeki tehlikeli kişiliklerin kurgusal karakterler olmadığı, ortalama bir insan kişiliğinin gölge yönü olduğu açığa çıkar. Psişelerini derinlemesine inceleyebilen insanlar, içlerinde Hitler ya da Stalin düzeyinde kötü insanlarınkine eşdeğer bir yıkıcı potansiyel keşfettiklerini söylüyorlar. Böyle sarsıcı içgörülerin ışığında kendi doğamızla ilgili acı ve endişe verici haller deneyimlemek ve bunu kabul etmekte zorlanmak sık rastlanan bir durumdur.

Deneyime dayalı kendini keşfetme süreci transpersonel düzeye eriştiğinde tipik olarak tüm insanlık ve tüm *Homo sapiens* türü hakkında ciddi sorular sorulur. Transpersonel deneyimler genellikle tarihten çarpıcı sahneleri resmeder ve hatta geçmişin kapsamlı ve panoramik biçimde gözden geçirilmesini sağlar. Bu tarihi olaylar zinciri, şiddetin ve doymak bilmez açgözlülüğün insan yaşamında son derece güçlü dürtüler olageldiğine dair kuvvetli deliller sunar. Bu, insanın doğası ve insan ırkındaki iyi ve kötünün oranı hakkındaki soruyu da beraberinde getirir.

İnsanlar özde "çıplak birer hayvan" mıdır ve şiddet insan beyninin donanımsal bir öğesi midir? Psikanalist Erich Fromm'un (1973) "kötü huylu şiddet" dediği –hayvanlar âlemindeki şiddetin tümünü aşan kötülük ve yıkıcılık– insan davranışını nasıl açıklayacağız? Sayısız savaştaki duyarsız ölümleri, Engizisyon'un toplu cinayetlerini, Nazi soykırımını, Stalin'in Gulag takımadalarını ve Yugoslavya ile Ruanda'daki katliamları nasıl değerlendireceğiz? Hayvanlar âleminde bunlara benzer davranışlar bulmak oldukça zor olacaktır.

Şu anki küresel kriz insanlığın günümüzdeki durumuyla ilgili olarak oldukça iç karartıcı ve cesaret kırıcı bir görünüm sergilemektedir. Savaş, ayaklanma, terörizm, işkence ve suç olarak kendini gösteren şiddet tırmanmaktadır ve modern silahların gücü tüm dünyayı yok edebilecek düzeye erişmiştir. Dünyadaki çılgın silahlanma yarışına milyarlarca dolar harcanırken milyonlarca insan sefil ve aç yaşıyor ya da bilinen ve ucuz tedavileri olan hastalıklardan ölüyor. Hepsi insan eliyle meydana getirilmiş kıyamet senaryoları türümüzü ve beraberinde gezegendeki tüm yaşamı yok etmekle tehdit ediyor. Doğal evrimin baş tacı saydığımız –böyle olduğuna inanmak hoşumuza gidiyor– *Homo sapiens* sayesinde insanlıkla birlikte tüm bir yaşam yok ediliyor diyebilir miyiz? Holotropik hallerde bu sorular acı verici bir aciliyet ve yoğunlukla açığa çıkar.

İYİ ve KÖTÜNÜN GÖRECELİĞİ

Ahlaki konulara dair içgörüler ve çeşitli ahlaki sorunların yanıtları derin özkeşif süreci bir şuur düzeyinden diğerine ilerledikçe ve daha önce farkında olmadığımız bilgiler açığa çıktıkça değişim gösterir. Bir dereceye kadar gündelik konulara dair ahlaki yargılarımız üst şuur durumlarından ilham almadan, basit bir bilgi kazanımıyla bile oldukça köklü bir değişime uğrayabilir. Başta yararlı gibi görünen şeyler felâkete dönüşebilir. Söz konusu şeyin daha derin ve tam bir anlayışını kazandıkça bir zamanlar yararlı gibi görünen faaliyetin zararlı olduğunu görebiliriz.

Burada örnek olarak İkinci Dünya Savaşı'ndan sonra keşfedilen DDT adlı böcek ilacını verebiliriz. Başlangıçta DDT böceklerle bulaşan hastalıklara karşı oldukça etkili bir ilaç olarak oldukça yüceltildi. Binlerce ton DDT sarılık ve sıtmayı önlemek amacıyla dünyanın çeşitli yerlerindeki bataklıklara boşaltıldı ve böceklerle taşınan diğer hastalıklarla savaşmak için de geniş çapta kullanıldı. Sınırlı bir bakış açısından bu oldukça yararlı ve övgüye değer bir projeydi. DDT insanlık için öylesine olumlu bir katkı olarak görüldü ki kâşifi Paul Müller'e 1948'de fizyoloji ve tıp dalında Nobel Ödülü'nü getirdi. Ancak bir zamanlar salgın hastalık uzmanlarının hayali olan şey ekolojik bir kâbusa dönüştü.

Bakterilerin DDT'yi ayrıştıramadığı ve baştan beri imal edilen tüm DDT'lerin kalıcı olacağı keşfedildi. Ayrıca yağlara olan benzerliği nedeniyle plankton, iri ve ufak balıklar, kuşlar ve memeliler aracılığıyla besin döngüsüne girerek etkisini artırdı. Kuşlardaki etkisi uygun yumurta kabuğu yapmalarını engelleyecek kadar arttı. DDT'nin bazı bölgelerdeki pelikan, karabatak, doğan, kartal ve şahinlerin yok olmasına neden olduğunu artık biliyoruz. Coğrafi yayılımında Kuzey Kutbu'na kadar ulaştı ve penguenlerin yağ dokusunda saptandı. İnsan meme bezlerinde ve anne sütünde de bulundu. Her ne kadar yıllarca önce satıştan kalktıysa da kadınlardaki meme kanserine olan etkilerinden yeni bahsediliyor.

İyi ve kötünün göreceliği Jean-Paul Sartre'ın *Şeytan ve İyi Tanrı* (Sartre 1960) adlı oyununda sanatsı bir anlatımla dile getirilmiştir. Kahramanımız Goetz dinmek bilmez hırsı nedeniyle birçok suç işleyen ve şeytani faaliyetlerde bulunan kötü ve acımasız bir askeri liderdir. Ordusunun kuşattığı kasabada patlak veren salgın hastalığın dehşetini görünce yüreğini ölüm korkusu sarar ve eğer yaşamını bağışlarsa davranışlarını değiştireceğine dair Tanrı'ya söz verir.

O anda bir rahip mucizevi bir şekilde ortaya çıkar ve gizli bir yer altı geçidinden kaçmasına yardım eder. Goetz sözünü tutar ve iyiliğe adanmış bir yaşam sürmeye başlar. Ancak bu yeni yaşam tarzı daha önceki acımasız ve şeytani fetihlerinden çok daha fazla kötülüğe neden olur. Sevgi mesajının kötü davranışlara neden olabileceği ve hayal edilemeyecek acılara yol açabileceği Hıristiyanlık tarihinde görülmüştür. Oyun, Sartre'ın bu konu üzerindeki yorumudur.

Kültürden kültüre değişen ahlak kurallarındaki farklılıklar ahlak konusunu daha da karmaşıklaştırır. Bazı insan toplulukları insan bedenine saygı duyar ve yüceltir, hatta kutsal sayar. Bazıları ise et ve fizyolojik faaliyetlerle ilgili her şeyin baştan sona saptırıcı ve kötü olduğuna inanır. Bazıları çıplaklığı doğal ve normal karşılarken diğerleri kadınların yüzleri de dahil olmak üzere tüm bedenlerini örtmeleri gerektiğini savunur. Bazı kültürlerde zina ölümle cezalandırılırken eski Eskimo geleneğine göre ev sahibi misafirperverliğini göstermek için evini ziyaret eden tüm erkeklere eşini sunar. Hem kadının hem de erkeğin çok eşli oluşu insanlığın kültür tarihinde kabul görmüş toplumsal olasılıklardır. Yeni Kaledonya'daki bir kabile biri dişi biri erkek olması halinde, ana rahminde ensest ilişkide bulundukları gerekçesiyle ikiz kardeşleri öldürürdü. Kadim Mısır ve Peru'da ise kanun gereği kraliyet ailesinde erkek kız kardeşiyle evlenirdi.

İntihar Japonya'da onur kırıcı bazı durumlarda önerilmekle kalmaz uygulanması bir gereklilik bile sayılırdı. Çin'de diğer bazı bölgelerde hükümdar öldüğünde karısı ve hizmetkârları

da öldürülür ve onunla birlikte gömülürdü. Hint geleneği *sati*'de dul kadının ölen kocasıyla birlikte cenaze ateşine atlaması beklenirdi. Kız çocukların öldürülmesiyle birlikte *sati* on dokuzuncu yüzyılda İngilizler yasaklayıncaya kadar uygulandı. İnsan kurbanı törenleri birçok insan topluluğunda uygulandı ve insan eti yeme Aztek ve Maoriler gibi gelişmiş toplumlarda kabul gören bir uygulamaydı. Kültürlerarası ve transpersonel açıdan çeşitli psikobiyolojik ve toplumsal uygulamaları yöneten gelenek ve kuralların sıkı bir şekilde izlenmesi kozmik şuurun isteyerek yaptığı bir deney olarak görülebilir ki, böylece tüm olası deneyim çeşitlilikleri sistemli olarak yaşanmaktadır.

YARATILIŞIN AYRILMAZ PARÇASI KÖTÜLÜK

Holotropik hallerde ortaya çıkan en zor ahlaki yüzleşmelerden biri de şiddetin doğal düzenin ayrılmaz bir parçası olduğu ve başka bir yaşam formunun canını almadan yaşamanın imkânsız olduğu gerçeğidir. Hollandalı mikrobiyolog ve mikroskopun kâşifi Antonie van Leeuwenhoek bunu bir cümleyle özetler: "Hayat, hayatla yaşar; acımasız ama Tanrı'nın isteği bu." İngiliz şair Alfred Lord Tennyson doğaya "çenesi ve dişleri kanlı" der. Darwin'in görüşleri hakkında yazan biyolog George Williams (1996) "Doğa Ana şeytani yaşlı bir cadıdır" diyerek bunu daha çarpıcı bir şekilde dile getirmiştir. Sadizme adını veren Marquis de Sade kendi davranışını haklı çıkarmak için doğanın bu vahşiliğine göndermeler yapmıştır.

Hayatımızı ne kadar vicdanlı bir şekilde yaşasak da bu ikilemden kaçamayız. Alan Watts (1969) "Mutfaktaki Cinayet" adlı makalesinde et yeme ve vejetaryenliği tartıştı. "Tavşanların havuçlardan daha sesli çığlık atmasını" havucu seçmesi için yeterli bir neden olarak görmüyordu. Joseph Campbell bir vejetaryeni "domatesin bağrışlarını duyacak kadar duyarlı olmayan biri" olarak tarif ederken aynı düşünceyi nüktedan bir şekilde ifade ediyordu. İster hayvan ister bitki olsun hayat ha-

yatla yaşamak zorunda olduğu için Watts birçok yerli kültürde –hem avcı/toplayıcı toplumlarda hem de tarım toplumlarında– bulunan bir yaklaşımı çözüm olarak önerdi. Bu gruplar yedikleri şeyler için ve hem üretici hem tüketici rolde besin zincirine katılımları kabul gördüğü için şükranlarını ifade ettikleri törenler düzenlerlerdi.

İlgili içgörü ve bilgi, şuurun normalde erişilemeyecek düzeylerinden, özellikle de ruhsal boyutlardan geldiğinde ahlaki konular ve kararlar daha da karmaşık bir hal alır. Ruhsal kriterlerin gündelik hayata uygulanması aşırıya kaçar ve gerçekçi tavırlarla uyumlu bir hale getirilmezse insanı faaliyetten alıkoyabilir.

Ünlü Alman doktor, müzisyen, hayırsever ve filozof Albert Schweitzer'ın yaşamından bir kesiti burada örnek olarak vermek istiyorum. Bir gün Lambarene'deki orman hastanesinde ciddi bir zehirlenme geçiren Afrikalı bir yerliyi tedavi ediyordu. Elinde antibiyotik dolu bir şırıngayla beklerken aklına bir insan hayatını kurtarmak için milyonlarca mikro organizmanın yaşamını yok etme hakkını nereden aldığını sormak geldi. Neye dayanarak insan yaşamını diğer tüm türlerden üstün gördüğümüzü sorguluyordu.

Joseph Campbell'a bir keresinde ruhsal dünya görüşüyle gündelik yaşamda gerçekçi kararlar verme gereksinimini –buna hayat kurtarmak için öldürme de dahil– nasıl bağdaştıracağımız soruldu. Campbell örnek olarak bir yılan tarafından ısırılma tehlikesi içinde olan çocuğu verdi. Bu koşullarda olaya müdahale ettiğimizde yılanı öldürmek, evrensel planın ayrılmaz bir parçası ve kozmik düzenin anlamlı bir unsuru olan yılana "Hayır" demek anlamına gelmez. Bu, yılanın yaratılışın bir parçası olarak yaşama hakkını inkâr değildir ve onun varlığına saygı duymadığımızı göstermez. Bu müdahale belirli sınırlar içindeki belirli bir olaya verdiğimiz bir tepkidir, nihai ve kozmik ölçekte bir hareket değildir.

KÖTÜLÜĞÜN TANRISAL KÖKENİ

Arşetipler dünyasının varlığını keşfettiğimizde ve bu dünyanın dinamiklerinin maddi dünyadaki olayları şekillendirmede etkili olduğunu fark ettiğimizde ahlaki ilgilerin odağı kişisel ve kültürel düzeyden transpersonel düzeye kayar. Buradaki önemli konu arşetipik gerçeklikte var olan kutuplaşmadır. Arşetipik varlıklar panteonunun hem yararlı hem de zararlı ilkeleri –endüstri öncesi toplumların terminolojisini kullanacak olursak güler yüzlü ve hiddetli tanrıları– içerdiğini görürüz. Bu açıdan bakıldığında maddi dünyadaki olayların sorumlusu onlardır. Ancak er ya da geç bu varlıkların da bağımsız olmadığı açığa çıkar. Onlar da kendilerini aşan ve yöneten daha üst bir ilkenin yaratılışları ya da tezahürleridirler. Bu noktada ahlaki sorgulama yeni bir hedef bulur ve yaratıcı ilkenin kendisine odaklanır.

Bu doğal olarak tamamıyla yeni bir sorular zincirini akla getirir. Zıtlıkları aşan ve iyi ile kötüden sorumlu olan tek bir yaratıcı kaynak mı var? Yoksa evren biri iyi diğeri kötü iki kozmik gücün –Zerdüştçülük, Manicilik ve Hıristiyanlıkta anlatıldığı gibi– çarpıştığı bir savaş alanı mıdır? Eğer öyleyse bu iki ilkeden hangisi daha güçlüdür ve sonunda galip gelecektir? Eğer Tanrı Hıristiyanlıkta anlatıldığı gibi iyi, adil, her yerde var olan ve her şeye gücü yetense dünyada var olan kötülüğü nasıl açıklayacağız? Milyonlarca çocuk daha günah işleyecek yaşa bile gelmeden nasıl olur da hunharca öldürülür ya da açlık, kanser ve salgın hastalıklardan ölür? Hıristiyan din adamlarının "Tanrı bu kişileri gelecekte günah işleyeceklerini gördüğü için cezalandırdı!" şeklindeki açıklaması pek de ikna edici değildir.

Birçok dinde bulunan karma ve reenkarnasyon kavramları böyle bir şeyin nasıl ve neden olabileceğini açıklamamıza yardımcı olur. Ayrıca yetişkinler arasındaki muazzam eşitsizlikler ve kaderlerindeki farklılıkları da açıklar. Kitabın ilerleyen bölümlerinde de göreceğimiz gibi benzer kavramlar Hıristiyanlığın erken dönemlerinde, özellikle de Gnostisizm'de görülmüştür. Gnostik Hıristiyanlık MS ikinci yüzyılda eklektik Kilise tarafın-

dan suçlandı ve dördüncü yüzyılda da İmparator Konstantin'in desteğiyle gaddarca cezalandırıldı. Aynı ruhun reenkarnasyonuyla ilgili düşünceler MS 553 yılında İstanbul'da düzenlenen özel bir kongreyle Hıristiyanlıkta yasaklandı. Bu hareket Hıristiyanlığı adaletsizlik ve kötülükle dolu bir dünyanın yaratıcısı olan, her şeye gücü yeten, adil ve iyi Yaratıcı sorunuyla kaçınılmaz bir şekilde baş başa bıraktı. Reenkarnasyon inancı varoluşun karanlık yönüyle ilgili mevcut sorulara yanıt verebilir, ancak karmik neden sonuç zincirinin kaynağını açıklamaz.

Holotropik şuur hallerinde kötülüğün doğası ve kaynağı, varoluş nedeni ve yaratılıştaki rolü ile ilgili temel ahlaki sorular kendiliğinden ve büyük bir aciliyetle ortaya çıkar. Varoluştaki tüm acı ve dehşetten sorumlu olan ya da kötülüğe izin verip hoş gören yaratıcı ilkenin ahlaki sorunu gerçekten de ürkütücüdür. Kişinin varoluştaki kendi rolünü ve varoluşu gölgesiyle birlikte olduğu gibi kabul edebilmesi sorunu derinlemesine yapılan felsefi ve ruhsal bir arayışta karşılaşılacak en zor konulardan biridir. Bu nedenle kendi içsel yolculuklarında bu sorunlarla karşılaşmış insanları gözden geçirmek ilginç olacaktır.

Mutlak Şuur ya da Hiçlik'le özdeşleşme deneyimleri iyi ve kötü kutuplaşması da dahil olmak üzere tüm zıtlıkların aşılmasına neden olur. En güzelinden en şeytani yönlerine kadar tüm yaratılışı tezahür etmemiş, saf potansiyel olarak içerir. Ahlaki konular yalnızca, zıtlıkları içeren tezahür âleminde geçerli olduğu için iyi ve kötü sorunu kozmik yaratılış süreciyle derinden bağlantılıdır. Ahlaki değerler ve kurallar da yaratılışın bir parçası olduğu için kendi başlarına mutlak bir varlıklarının olmadığını anlamak tartışmamızın amacı açısından önemlidir. Kadim Hint metni *Katha Upanişad*'da şöyle der:

Tüm dünyanın gözü olan Güneş
Nasıl ki gözlerdeki kusur nedeniyle kararmaz
Tüm her şeyin İç Ruhunu da
Dünyadaki kötülükler kirletemez
Çünkü o kötülüklerin ötesindedir.

EVRENSEL PLANDA KÖTÜLÜĞÜN ROLÜ

Kötülüğün anlaşılması ve felsefi olarak kabulü, onun kozmik süreçte önemli bir rolü olduğu ve hatta gerekli olduğu idrakini de her zaman beraberinde getiriyor gibi görünüyor. Örneğin holotropik hallerde mutlak gerçeklerle ilgili açığa çıkan deneyime dayalı derin içgörüler kötülüğün kozmik oyundaki gerekli bir unsur olduğunu ortaya koyabilir. Kozmik yaratılış *creatio ex nihilo* olduğundan yani hiçlikten yaratıldığından simetrik olmak durumundadır. Varoluşta tezahür eden her şey zıttıyla dengelenmelidir. Bu bakış açısına göre her türlü kutuplaşma, olgular dünyasının yaratılışı için mutlak anlamda gereklidir. Bu gerçek bazı modern fizikçilerin madde ve anti maddeyle ilgili spekülasyonlarıyla da benzerlik gösterir. Buna göre evrenin yaratıldığı ilk anlarda parçacık ve anti parçacıklar eşit miktarda bulunmaktadır.

Daha önce de gördüğümüz gibi yaratılışın "nedenlerinden" biri de yaratıcı ilkenin kendini bilmeye karşı duyduğu "ihtiyaçtır"; böylece "Tanrı Tanrı'yı görebilir" ya da "Göz Göz'ü görebilir." Kendi iç potansiyelini keşfetmek için yaratırken tüm potansiyelinin tamamını ifade etmemesi kendini tam olarak bilememesi anlamına gelir. Ve eğer mutlak şuur en yüce Sanatçı, Bilimadamı ve Kâşifse bazı önemli olasılıkları göz ardı ederek yaratılışın zenginliğinden fedakârlıkta bulunacaktır. Sanatçılar konularını güzel, ahlaklı ve sevindirici olanlarla kısıtlamaz. Yaşamdaki ilginç görüntüleri ya da merak uyandırıcı hikâyeleri kullanırlar.

Yaratılışın karanlık yönü zıtlık oluşturarak aydınlık yönünü güçlendirir ve kozmik oyuna sıradışı bir zenginlik ve derinlik kazandırır. Varoluşun her yerinde ve her düzeyindeki iyi kötü çatışması büyüleyici hikâyeler için bitmek tükenmek bilmez bir ilham kaynağıdır. Büyük Hintli mistik, aziz ve ruhsal öğretmen Sri Ramakrishna'ya bir öğrencisi bir keresinde şöyle sordu: "Swamiji, dünyada neden kötülük var?" Biraz düşündükten sonra Ramakrishna kısaca yanıtladı: "Planı genişletmek için."

Açlık ve hastalıktan ölen milyonlarca çocuk, tarih boyunca yaşanan savaşlar, sayısız kurban ve işkence mağduru ile doğal afetlerin neden olduğu yıkım şeklinde kendini gösteren dünyadaki acının doğası ve boyutları açısından bakıldığında bu yanıt bencilce gelebilir. Ancak zihinsel bir deney farklı bir bakış açısı kazanmamızı sağlayabilir.

Bir an için evrensel plandan kötü ya da şeytani olarak düşünülen her şeyi –yaşamın bir parçası olmaması gerektiğini düşündüğümüz her şeyi– ortadan kaldırdığımızı düşünelim. Bu, başlangıçta ideal bir dünyayı, yeryüzünde cenneti yaratacak gibi görünür. Ancak devam ettiğimizde olayın çok daha karmaşık olduğunu görürüz. Varoluşun karanlık yönüne ait olduğu kesin olan hastalıkların ortadan kaldırılmasıyla başladığımızı ve hastalıkların hiç varolmadığını düşünelim. Kısa zamanda bunun, dünyanın yalnızca kötü bir yönünü seçip ortadan kaldıran bağımsız bir müdahale olmadığını görürüz. Bu müdahale varoluşun değer verdiğimiz birçok olumlu yönünü de derinden etkiler.

Hastalıklarla birlikte tüm tıp tarihini de ortadan kaldırırız: Tıp araştırmaları ve kazandırdığı bilgi, tehlikeli hastalıkların nedenlerinin keşfi ile vitamin, antibiyotik ve hormonlar sayesinde bunların tedavileri. Modern tıbbın mucizeleri de ortadan kalkar: hayat kurtarıcı operasyonlar, organ nakilleri ve genetik mühendisliği vb. Tüm yaşamını tutkulu bir şekilde sağlık sorunlarının çözümüne adamış kahramanlar olan Virchow, Semmelweiss ve Pastör gibi bilimin büyük öncülerini kaybederiz. Doktorlardan hemşirelere ve gönüllülere kadar hastalara bakanların hiçbirinin sevgi ve şefkatine de ihtiyaç kalmaz. Rahibe Teresa'yla birlikte ona Nobel Ödülü verme nedenimizi de kaybederiz. Ve tabii ki renkli törenleri ve bitkisel bilgileri ile şamanları ve yerli şifacıları, Lourdes'deki mucizeleri ve Filipinler'deki psişik ameliyatları!

Yaratılışın oldukça karanlık ve şeytani bir diğer yönü de baskıcı rejimler, totaliter sistemler, soykırım ve savaşlardır. Kozmik karantina çabalarımızı bu alana odakladığımızda insanlık tarihinin önemli bir bölümünü ortadan kaldırırız. Bu süreçte

adalet ile vatanları ve vatandaşlarının özgürlüğü için yaşamlarını feda eden tüm özgürlük savaşçılarının kahramanlıklarını da kaybederiz. Kötü amaçlı imparatorlukların yıkılmasıyla beraber yeni kazanılan özgürlüğün sarhoşluğu da ortadan kalkar. Tüm çağlardaki ve ülkelerdeki sağlam kaleleri ve silah yapımındaki yaratıcılığı belgeleyen müzeleri, savunma tekniklerini ve zengin savaş kıyafetlerini dünyadan silmemiz gerekir. Kozmik oyundan şiddetin çekilmesi sanat dünyasını da derinden etkileyecektir. Kütüphaneler, sanat müzeleri, müzik koleksiyonları ve film arşivlerinde yer alan şiddet ve şiddete karşı savaştan ilhamını almış tüm sanat eserleri çıkarıldığında kapsam oldukça daralacaktır.

Metafizik kötünün yokluğu dine duyulan ihtiyacı da oldukça azaltacaktır, çünkü güçlü bir düşmanı olmaması durumunda Tanrı ulaşılması garanti olan bir ürün olacaktır. İnsanlığın ritleri ve ruhsal yaşamı evrensel plandan kalkacak ve dinden ilham alan tarihi olaylar olmayacaktır. Ayrıca Tanrı ve şeytan arasındaki çatışmadan ilhamını almış en güzel sanat eserlerinden bazılarını da –edebiyat, müzik, resim, heykel ve film alanında– kaybedeceğiz. Gotik katedraller, camiler, sinagoglar ile Hindu ve Budist tapınaklar ve dinden ilhamını almış diğer mimari şaheserler yeryüzünden silinecektir.

Evrensel kötülüğü temizleme sürecine devam ettiğimizde yaratılış muazzam derinliğini ve zenginliğini kaybedecek, renksiz ve sıradan bir dünyayla sonuçlanacaktır. Bir Hollywood filminde böylesi bir gerçeklik konu alınsaydı filmi izlemeye değer bulmazdık ve sinema salonları boş olurdu. Başarılı senaryo yazımı için yaygın olarak kullanılan bir el kitabı bir filmin başarılı olması için gerilim, çatışma ve heyecanın önemli olduğunu vurgular. "Mutlu bir köyde yaşamı" konu alan bir yapımın kesinlikle başarısızlığa uğrayacağına karşı da uyarır.

Filmleri için konu seçme özgürlüğü bulunan film yapımcıları genellikle sonu mutlu olan tatlı ve olaysız filmler seçmezler. Gerilim, tehlike, zorluklar, ciddi duygusal çatışma, seks, şiddet ve

kötülüğü konu ederler. Ve tabii ki film yaratıcılarının kendileri de izleyici kitlelerinin beğeni ve arzularından etkilenirler. Eğer Tanrı insanları kendi suretinde yarattıysa kozmik yaratılışın da dünyadaki sanat ve eğlence faaliyetlerini yöneten aynı ilkeleri izlemesi şaşırtıcı olmaz.

Derin özkeşif sürecinde form ve ayrı olgularla karşılaştığımız her düzeyde yaratılışın ikiye bölündüğünü görürüz. Mutlak Şuur ve Boşluk olgular dünyasının ötesinde yer alır ve tüm zıtlıkları aşar. Ayrı varlıklar olarak İyi ve Kötü, tanrısallığın karanlık ve aydınlık yüzlerinin Boşluk ya da Mutlak Şuur'un saf matrisinden çıktığı zaman olan yaratılışın ilk safhalarında var olur ve tezahür eder. Varoluşun bu iki cephesi her ne kadar birbirine düşman olsa da her ikisi de yaratılıştaki gerekli unsurlardır. Kozmik oyunu oluşturan birçok gerçeklik boyutundaki ve birçok farklı düzeydeki olayları ve sayısız karakterleri kompleks ve ayrıntılı bir alışverişle yaratırlar.

TANRI'NIN İKİ YÜZÜ

Daha önce anlattığım gibi holotropik hallerde birlik durumundaki yaratıcı ilkeyi, ayrıca onun yararlı ve zararlı formunu ayrı varlıklar olarak doğrudan deneyimleyebiliriz. Tanrı'nın yararlı formuyla karşılaştığımızda yaratılışın olumlu yönleriyle uyum içine gireriz. Bu noktada varoluşun karanlık yönünün farkında değilizdir ve tüm kozmik oyunu ışık dolu ve vecde sürükleyici biçimde görürüz. Kötülük geçici ya da evrensel planın tamamıyla dışında gibi görünür.

Bu deneyimin doğasını yaklaşık olarak en iyi tanımlayacak terim Hintlilerin Sat-Chit-Ananda kavramıdır. Bu bileşik Sanskrit kelime üç ayrı kökten oluşur: varoluş ya da varlık anlamına gelen *sat;* farkındalık olarak çevrilebilecek *chit* ve mutluluk anlamına gelen *ananda.* Bu deneyim hakkında söylenebilecek şey şudur: Sınırsız varlığı olan, sınırsız şuura ve bilgeliğe sahip olan ve sınırsız bir mutluluğu deneyimleyen ışık dolu, sınırsız ve boyutsuz bir ilkeyle ya da varoluş haliyle özdeşleşiriz. Ayrıca ken-

di içinden form ve deneyim dünyaları yaratabilecek sınırsız bir kapasiteye sahiptir.

Sat-Chit-Ananda ya da Varlık-Farkındalık-Mutluluk deneyiminin karşıtı da vardır. Bu, tanrısallığın tüm olumsuz potansiyelini barındıran kozmik bir ilkedir. Bu ilke, Sat-Chit-Ananda'nın temel niteliklerinin olumsuz bir yansımasını ya da kutupsal zıddını temsil eder. Burada Goethe'nin Faust'undaki giriş sahnesini düşünebiliriz. Bu sahnede Mefistofeles kendini Faust'a şöyle tanıtır: "Ben inkâr eden ruhum" (Ich bin der Geist der stets verneint). Kötü ya da şeytani olarak düşündüğümüz olgulara baktığımızda bunların üç kategoriye ayrıldığını göreceğiz. Bunların her biri Sat-Chit-Ananda'nın temel niteliklerinden birini inkâr eder.

Olumlu tanrısallığın üç temel niteliğinden ilki *sat* ya da sınırsız varlıktır. Buna karşılık gelen şeytani kategori sınırlılık, varlığın son bulması ve yok oluşla ilgili kavram ve deneyimlerdir. Madde dünyasını yöneten fanilik ve her şeyin sonunda yok olacağının kaçınılmaz gerçeği bu kategoriye girer. Kendimizin ve tüm canlı organizmaların ölümü ile dünya, güneş sistemi ve evrenin nihai yıkımı da burada yer alır. Babasının sarayının dışına çıktığında hastalık, yaşlanma ve ölümü keşfeden Gautama Buda'nın ümitsizliğini düşünebiliriz burada. Bizim geleneğimizde de ortaçağ Hıristiyan din adamları varoluşun bu yönünü hatırlatan birçok özlü söz söylemiştir: "Topraktan geldin toprağa döneceksin", "Ölümü anımsa", "İşte böyle kazanır zaferini dünya", "Ölüm kesin, zamanı belirsiz."

Sat-Chit-Ananda'nın ikinci önemli yönü *chit* ya da sınırsız şuur, zekâ ve bilgeliktir. Buna karşılık gelen şeytani kategoriler ise dar şuurluluk ve bilgisizliğin çeşitli düzeyleri ve şekilleridir. Bilgisizlik, yetersiz bilgi ve yanlış anlamanın yol açtığı zararlı sonuçlardan başlayıp özü inkâr ve üst metafizik düzeyde varoluşun doğası hakkında cehalete (avidya) kadar uzanan geniş bir yelpazedeki olguları içerir. Bu tür bir cehalet Buda ve diğer bazı önemli ruhsal öğretmenler tarafından ıstırabın en önemli nedenlerinden biri olarak tanımlanmıştır. Bu cehalet perdesini kaldıra-

rak kişiyi ıstıraptan kurtuluşa götürecek bilgi Doğu'da *prajnaparamita* ya da aşkın bilgi olarak anılır.

Kötü ya da şeytani olarak nitelendirilen üçüncü kategori, Sat-Chit-Ananda'nın diğer bir niteliği olan sınırsız mutluluk ya da *ananda* unsurunun inkârıyla ilgili öğeleri barındırır. Buradaki deneyimler ve nedenleri karanlık yönü en doğrudan, belirgin ve açık bir şekilde yansıtır, çünkü varoluşun vecdi deneyimine engel olurlar. Fiziksel acı, endişe, utanç, yetersizlik hisleri, bunalım ve suçluluk gibi tanrısal hazza doğrudan zıt olan olumsuz duyguların ve rahatsız edici fiziksel hislerin tümünü kapsarlar.

Sat-Chit-Ananda'nın olumsuz yansıması olan şeytani tanrısal ilke saf soyut haliyle ya da az çok somut tezahürüyle deneyimlenebilir. Bazı insanlar onu Kozmik Gölge olarak tanımlar. Şuur, zekâ ve yıkıcı potansiyelle dolu olan bu Kozmik Gölge kaos, acı ve yıkım için hayal edilemeyecek derecede kararlıdır. Diğer insanlar onu devasa boyutlardaki insan benzeri (antropomorfik) bir figür olarak deneyimler. Bu figür her yeri kaplayan evrensel kötülük ya da Tanrının Karanlık yönünü temsil eder. Varoluşun karanlık yönüyle karşılaşma; Satan, Lusifer, Ahriman, Hades, Lilith, Molok, Kali ya da Koatlikue gibi belirli tanrıların daha kültürel formlarını alabilir.

Burada örnek olarak otuz beş yaşında bir psikolog olan Jane'in deneyiminden bir bölüm vereceğim. Jane eğitim seansında varoluşun karanlık yönüyle karşılaşmıştı.

> Hayatımı bu ana kadar varoluşun ürkütücü yönünü görmemi engelleyen pembe gözlükler takarak yaşamıştım. Doğada diğerleri tarafından saldırıya uğrayan ve yok edilen sayısız yaşam formunun imgesini gördüm. En basit organizmalardan en gelişmişlerine kadar tüm bir yaşam zinciri iri ve güçlü olanın ufak ve zayıf olanı yediği acımasız bir oyun olarak göründü aniden. Doğanın bu yönü öylesine sarsıcı ve zorbaydı ki hayvanların güzelliği ya da yaşam gücünün yaratıcı zekâsı gibi diğer yönlerini göremiyordum. Yaşamın şiddet dolu olduğunu gösteren üzücü bir deneyimdi; hayat kendini yok ederek

varlığını sürdürüyordu. Otobur bir canlı bu biyolojik yıkımda daha az göze çarpan ılımlı bir saldırgandı. Marquis de Sade'ın kendi davranışlarını haklı çıkarmak için söylediği "doğa canidir" sözü aniden yeni bir anlam kazandı. Diğer imgelerle birlikte insanlık tarihinde bir yolculuğa çıktım. Bu tarihin şiddet ve açgözlülükle dolu olduğunu açıkça gördüm. Mağara adamlarının ilkel sopalarla yaptıkları sert çarpışmaları ve gittikçe karmaşıklaşan silahlarla gerçekleştirilen toplu katliamları gördüm. Cengiz Han'ın Moğol ordularının Asya'yı istila ederek yakıp yağmalaması görüntülerini, Nazi Almanya'sı, Stalin Rusya'sı ve Güney Afrika ırkçılığının dehşeti izledi. Diğer imgeler de bu gezegendeki tüm yaşamı yok etmekle tehdit eden teknolojik toplumumuzun doymak bilmez açgözlülüğü ve çılgınlığına dair portreler çizdi!

Bu çirkin insanlık portesindeki en anlaşılmaz çelişkilere ve trajikomik olaylara ise dünyadaki yaygın dinler yol açmış gibi görünüyordu. Tanrı'ya aracı olduklarını iddia eden bu kurumlar daha çok kötülüğe sebep olmuşlardı. Kılıç ve mızrakla yayılan İslam'dan Haçlı seferlerine, Engizisyon dehşetinden son dini kaynaklı şiddet olaylarına kadar din çözüm olmaktan çok sorunun bir parçası olmuştu.

Jane seansın bu bölümüne kadar hem doğadaki hem de insan topluluklarındaki karanlık yönlerin bazılarına tanık oldu, ancak açgözlülük ve şiddetin nedenleriyle ilgili herhangi bir içgörü almadı. Daha sonraki bir aşamada dünyadaki tüm kötülüklerin metafizik kaynağı gibi görünen şeyi deneyimledi.

Deneyim birden değişti ve gördüklerimden sorumlu olan varlıkla karşılaştım. Bu, ebedi Şeytan'ın özünün belirmiş imgesiydi. Muazzam bir güç saçan son derece kötü ve öfkeli bir figürdü. Somut bir ölçü veremesem de çok büyüktü; belki de tüm galaksiler kadar. Genel olarak insana benziyordu ve bedenini aşağı yukarı seçebiliyordum, ancak çok belirgin bir formu yoktu.

Bu varlık holografik biçimde hızla değişen dinamik imgelerden oluşuyordu. Bu imgeler çeşitli şeytan formları oluşturu-

yor ve Kötülük Tanrı'sının anatomisindeki uygun bölgelerde bulunuyorlardı. Göbeği açgözlülük, oburluk ve tiksintiye dair yüzlerce imgeyle; üreme bölgesi cinsel sapkınlık, tecavüz ve seksle ilgili cinayet sahneleriyle; kolları ve elleri şiddette kullanılan kılıç, hançer ve ateşli silahlarla doluydu. Hayret ve tarif edilemeyecek bir dehşetle doldum. Satan, Lusifer ve Ahriman isimleri zihnimde belirdi. Ancak bu isimler yaşadıklarımın yanında oldukça komik kalıyordu.

KÖTÜLÜĞÜN AYIRICI GÜCÜ

Kozmik Kötülük'le karşılaşan insanların bazıları onun doğası ve evrensel plandaki rolü hakkında ilginç içgörüler kazandı. Bu ilkenin, varoluşun dokusuna sıkı sıkıya işlenmiş olduğunu ve gittikçe belirginleşen formlarda yaratılışın her düzeyinde bulunduğunu gördüler. Ayrık şuur birimlerinin birbirlerinden ayrı olduklarını düşünmelerine neden olan enerjinin farklı ifadeleri bu ilkenin çeşitli tezahürleridir. Kozmik Kötülük ayrık şuur birimlerini kozmik kaynaklarına –Saf Şuur'a– yabancılaştırır. Böylece bu kaynakla ve de birbirleriyle olan özdeki birliği idrak etmelerini engeller.

Bu açıdan bakıldığında kötülük, daha önce "parçalara ayırma", "kozmik zar" ya da "unutma" olarak bahsettiğim dinamiklerle yakından bağlantılıdır. Tanrısal drama ya da kozmik oyun kişileşmiş kahramanlar ve ayrı varlıklar olmadan hayal edilemeyeceği için şeytan dünyanın yaratılmasında kesinlikle gereklidir. Bu anlayış bazı Hıristiyan mistik metinlerde bulunan düşünceyle uyuşur. Buna göre kovulan melek Şeytan (Lusifer, kelime anlamıyla "Işık-Taşıyan") zıtlıkların temsilindeki tanrısal figür olarak görülür. İnsanlığı madde dünyasında fantastik bir yolculuğa çıkarır. Bu meseleye başka bir açıdan bakıldığında kötülüğün ve ıstırabın asıl nedeni, gerçekliğin yanlış algılanmasıdır, özellikle de duyulara bağımlı varlıkların kendilerini ayrı bireyler olarak görmeleri. Bu içgörü Budist *anatta* ya da *Anatman* doktrininin önemli bir kısmını oluşturur.

Kötülüğün evrendeki ayrım yaratıcı güç olduğu içgörüsü holotropik hallerdeki belirli deneyim modellerini ve dizilerini anlamamızı sağlar. Şeytani arşetip figürler şeklindeki karanlık güçlerle karşılaşmaları ya da şeytani sahneleri birlik ve şuur genişlemesine dair vecd hali deneyimleri izler. Bu deneyimler genellikle şiddetli duygusal ve fiziksel acıyla birlikte gerçekleşir. Psikospiritüel ölüm ve yeniden doğuş süreci bu bağlantıyı en çarpıcı biçimde gözler önüne serer. Bu süreçte acı, dehşet ve kötü tanrılar tarafından yok edilme deneyimlerini ruhsal kaynakla yeniden birleşme duygusu izler. Bu bağlantı, Nara'daki muhteşem Todaiji gibi Japon Budist tapınaklarında açıkça ifade edilmiş gibi görünüyor. Kişi tapınağın içine girip Buda'nın parlak suretini görmeden önce öfkeli muhafızların korkutucu figürlerinin yanından geçmek zorundadır.

ÇOKUN İÇİNDE BİR, BİRİN İÇİNDE ÇOK

Kozmik yaratılışa herhangi bir ahlaki değer uygulama girişiminde önemli bir gerçeği göz önüne almak gerekir. Bu kitapta anlatılan içgörülere göre evrende gördüğümüz tüm sınırlar öznel ve yanıltıcıdır. Tüm kozmos öz yapı itibarıyla tahayyül edilemeyecek boyutları olan tek bir varlıktır: Mutlak Şuur. Thich Nhat Hahn'ın güzel şiirinde daha önce gördüğümüz gibi kozmik oyundaki her rolün aslında tek bir oyuncusu vardır. Nefret, barbarlık, şiddet, acı ve ıstırap gibi kötülük unsurunu içeren tüm durumlarda yaratıcı ilke kendisiyle karmaşık bir oyun oynamaktadır. Saldırgan saldırılanla, diktatör baskı altına alınanla, tecavüz eden tecavüz edilenle ve katil de kurbanıyla birdir. Hasta, bedenini istila edip enfeksiyona yakalanmasına neden olan bakteriler ve de enfeksiyonu engellemeye çalışan doktorla birdir.

Aşağıdaki pasaj felsefe ve din profesörü Christopher Bache'nin seansından alınmıştır. Bache'nin daha önce anlattığım Hiçlik deneyimi yaratıcı ilkeyle özdeki birliğimizin çarpıcı bir şekilde idrakini dile getiren etkileyici bir örnektir.

Seks teması öne çıktı. Seks başlangıçta olumlu haliyle karşılıklı haz alışverişi ve cinsel doyum olarak belirdi, ancak çok geçmeden saldırı, tecavüz, yaralama ve incitme içeren şiddet dolu şekline büründü. Bu acımasız güçlerle karşı karşıyaydım ve arkamda da bir çocuk vardı. Bu çocuğu onlardan korumaya çalışıyordum. Onları durdurup çocuğa ulaşmalarını engellemeye çalıştım. Çocuk üç yaşındaki kızıma dönüşünce korkum arttı. Aynı anda hem kızım hem de dünyadaki tüm çocuklardı.

Onu korumaya çalıştım. Beni aşıp ona ulaşmaya çalışan saldırıyı engellemeye çalıştım, ancak sonunda başaramayacağımı biliyordum. Ben güçleri denetim altında tutmaya çalıştıkça onlar daha da güçlendi. Buradaki "Ben" yalnızca kişisel "Ben" değil binlerce ve binlerce insandı. Bu dehşeti tarif edemem. Korkmuş masum şeyleri hissedebiliyordum. Ancak ek bir şey daha vardı: mistik bir kucaklama belirtisi. Çocuğun üzerinde Primal (İlksel) Dişi, Ana Tanrıça bulunuyordu. Kendisini kucaklamam için çağırıyordu ve içgüdüsel olarak onun kollarındaki tatlılıktan daha tatlı bir şeyin olamayacağını biliyordum.

Cinsel tacize direnirken Tanrıça'nın gizemli kucaklayışına da direniyordum, ancak kurtuluş vaadi ne kadar tatlı da olsa çocuğuma tecavüz edip onu öldürmedim. Ben kararımdan dönmeye başlayıncaya kadar çılgınlık tırmanmaya devam etti. Öldürmeye direnirken şimdi kurbanımla yüz yüzeydim; tutku ve koruma güçleri arasında ikiye bölünmüştüm. Kurbanım aynı anda hem korumasız, masum ve narin kızım hem de kozmik oranlarda cinsel doyuma davet eden Primal Dişiydi.

Şiddet dolu dürtülerin ürkütücü saldırısıyla acı veren uzun süreli bir çarpışmadan sonra Chris yavaş yavaş teslim oldu ve işi oluruna bıraktı. Bu şiddet dolu sahnelerin ardında tek bir varlığın –yaratıcı ilke olarak kendisinin– olduğunu keşfettiğinde bu acı verici olay çözüme ulaştı.

Bu olanlarla ne kadar savaşsam da şiddete engel olamıyordum. Korku ve gözü dönmüş bir açlıkla saldırmaya, tecavüz etmeye ve öldürmeye yelteniyordum, ancak var gücümle olanlara diren-

meyi sürdürdüm. Bu mücadele gittikçe yoğunlaştı ve bir şeyler aniden açıldı; öldürüp tecavüz etmeye çalıştığımın kendim olduğunu fark ettim.

Bu idrak çok boyutluydu ve kafa karıştırıcıydı. Mücadelemin yoğunluğu beni bir kırılma noktasının ötesine götürdü ve aniden hem tecavüzcü cani hem de kurban olduğum gerçeğiyle yüzleştim. Bir olduğumuzu fark ettim. Kurbanımın gözlerine bakarken kendi yüzüme bakıyordum. Hıçkıra hıçkıra ağladım.

Bu, katille kurbanın yer değiştirdiği geçmiş yaşama ait karmik bir rol değişimi değildi. Daha çok, tüm zıtlıkların her şeyi kucaklayan tek bir akışa katıldığı bir kuantum sıçrayışıydı. Şimdi olduğum "Ben" kişisel değildi; tüm herkesi kapsayan bir birlik haliydi bu. Tüm insanlık deneyimini kapsaması açısından kolektifti, ancak oldukça basit ve bölünmemişti. Bir'dim. Hem katil hem de kurbandım. Her şeyi kendime yapıyordum. Tüm tarih boyunca kendime yapmıştım.

İnsanlık tarihindeki tüm acılar benim acım olmuştu. Kurban yoktu. Benim dışımda bir şey yapmıyordu bunu. Deneyimlediğim her şeyden ve şimdiye kadar olan her şeyden ben sorumluydum. Kendi yaratılışımı izliyordum. Bunu ben yaptım. Ben yapıyorum. Tüm bu olanları ben seçtim. Tüm bu korkunç dünyaları yaratmayı ben seçtim.

BOŞLUĞUN FORMLARI ve FORMLARIN BOŞLUĞU

Kötülükle ilgili herhangi bir metafizik tartışmada diğer önemli bir faktörü de göz önüne almamız gerekir. Deneysel, bilimsel ya da felsefi olsun gerçekliğin doğasının iyi bir analizi maddi dünyanın ve içindeki olayların aslında boşluk olduğunu gösterecektir. Çeşitli Budist okulların metinleri tüm maddi nesnelerin boşluğunu ve tüm varlığın birliğini keşfedebileceğimiz meditasyon uygulamaları önerir. Ruhsal uygulamaları izleyerek Budizm öğretisinin özünü –formun boşluk boşluğun da form olduğunu– deneyerek onaylayabiliriz.

Gündelik şuurumuza çelişkili ve hatta saçma gelen bu ifade modern bilimin onayladığı derin bir gerçeği açığa çıkarır. Fizik-

çiler bu yüzyılın başlarında maddeyi atomaltı düzeye kadar inceleyen sistemli araştırmalar yaptılar. Bu araştırmalar sırasında daha önce katı madde olduğunu düşündükleri şeyin gittikçe artan oranlarda boşluk olduğunu keşfettiler. Sonuç olarak katı "madde" gibi görünen her şey tablodan silindi ve soyut olasılık denklemlerine dönüştü.

Budistlerin deneyimle, modern fiziğin de deneyle keşfettiği şey bu yüzyılın en büyük filozoflarından Alfred North Whitehead'in (1967) metafizik önermeleriyle oldukça örtüşür. Whitehead birbirinden ayrı maddi nesnelerin sürekli varlığına "somutluk yanılgısı" diyor. Ona göre evren birbirini izlemeyen sayısız deneyim patlamalarından oluşmuştur. Evreni oluşturan temel element sürekli bir cevher değildir. Ona göre evren, kendi terminolojisinde *fiili durum* dediği deneyim anlarından oluşur. Bu terim atomaltı parçacıklardan insan ruhuna kadar tüm gerçeklik düzeyleri için geçerlidir.

Yukarıdaki tartışmanın da önerdiği gibi gündelik yaşamdaki olayların hiçbiri –bu nedenle ıstırap ve kötülük içeren durumların da hiçbiri– sandığımız ve deneyimlediğimiz şekliyle mutlak gerçeklikler değillerdir. Bunu anlatabilmek için daha önce kullandığım film benzetmesine döneceğim. Bir film ya da televizyon programını izlerken birbirinden bağımsız kahramanlar olarak gördüklerimiz aslında aynı bölünmemiş ışık huzmesinin farklı tezahürleridir. Bu olayı karmaşık bir gerçek yaşam oyunu olarak yorumlayabileceğimiz gibi belirli bir etki yaratmak için dikkatle bir araya getirilen çeşitli elektromanyetik ve akustik dalga frekanslarının dansı olarak da görebiliriz. Bilgisiz biri ya da bir çocuk filmi gerçekle karıştırabilirken, bir filmsever sanal bir gerçeklik izlediğini bilir.

Işık ve ses oyununu gerçek bir hikâye, kahramanları da ayrı varlıklar olarak yorumlamamızın nedeni böyle bir yorumun yol açacağı deneyime olan ilgimizdir. Sinemaya gitmek ve giriş ücretini ödemek için özgür bir seçim yaparız, çünkü filmdeki deneyimleri isteriz. Ve filmi gerçek gibi yorumlarken başka bir dü-

zeyde de filmdeki karakterlerin kurgu olduğunu, kahramanların da filmde oynamayı seçen aktörler olduğunu biliriz. Tartışmamız açısından özellikle önemli olan şey şudur: Filmseverler filmde ölen insanların gerçekten ölmediğini bilir.

Bu kitaptaki içgörülere göre insanın durumu da film izleyicisine benzer. Başka bir gerçeklik düzeyinde enkarne olmayı seçtik, çünkü maddi varoluşun sunduğu deneyimler bizi çekti. Bizler de dahil olmak üzere kozmik oyundaki kahramanların ayrı gibi görünen kimlikleri birer yanılsamadır ve evreni oluşturur gibi görünen madde aslında boşluktan ibarettir. İçinde yaşadığımız dünya algıladığımız gibi değildir. Doğu'nun ruhsal metinleri gündelik dünya deneyimimizi uyanabileceğimiz bir düşe benzetir. Frithjof Schuon (1969) bunu kısa ve öz olarak şöyle dile getirmiştir: "Evren düşlerden örülü bir düştür: Yalnız benlik uyanıktır."

Kozmik oyunda belli bir rol sona erdikten sonra daha kapsamlı ve derin bir kimliğe büründüğümüz ya da geri döndüğümüz için, tıpkı bir film ya da tiyatro oyunundaki gibi kimse öldürülmez ya da ölmez. Bir açıdan bakıldığında ne kahraman ne de oyun vardır ya da aynı anda hem var hem de yoktur. Bu açıdan bakıldığında dünyadaki kötülük nedeniyle Evrensel Zihin'i suçlamak, ekranda işlenen suç ya da cinayetler için film yönetmenini cezalandırmak kadar saçma olacaktır. Elbette yaşayan varlıklarla film kahramanları arasında önemli bir fark vardır. Maddi dünyadaki varlıklar her ne kadar göründükleri gibi olmasalar da rollerine bağlı olan fiziksel ve duygusal ıstırap deneyimleri gerçektir. Bu, film aktörleri için tabii ki geçerli değildir.

Holotropik hallerdeki oldukça ikna edici kişisel deneyimlere dayandığından ve de gerçekliğin doğası hakkındaki bilimsel bulgulara benzediğinden yaratılışa bu gözle bakmak oldukça tedirgin edici olabilir. Böylesi bir bakış açısının hayatımız ve gündelik ilişkilerimiz açısından gerçekçi sonuçlarını düşünmeye başladığımızda sorunlar belirginleşir. Maddi dünyayı "sanal bir gerçeklik" olarak görmek ve insan yaşamını bir filme benzetmek

ilk bakışta hayatı önemsizleştirmek ve insanlığın çektiği acıyı hafife almak gibi görünür. Böyle bir bakış açısı insanlığın çektiği acının ciddiyetini inkâr ediyor ve hiçbir şeyin umursanmadığı bir vurdumduymazlığa yöneltiyor gibi görünebilir. Aynı şekilde kötülüğü yaratılışın ayrılmaz bir parçası olarak kabul etmek ve kötülüğün göreceli olduğuna inanmak, ahlaki kuralları ortadan kaldırmak ve sınırsız bencil hedeflerin peşinden koşmak için bir haklı çıkarma nedeni olarak görülebilir. Ayrıca dünyadaki kötülükle faal bir şekilde savaşma çabalarını da sabote ediyor gibi görünür.

Ancak durum ilk bakışta göründüğünden çok daha komplekstir. Her şeyden önce pratik deneyimler gösteriyor ki tüm formların ötesindeki boşluğun farkında olmak yaratılışa karşı duyulan derin takdir ve sevgi duygularını da beraberinde getirir. Gerçeğin doğası hakkında derin metafizik içgörülere götüren aşkın deneyimler aslında tüm varlıklara saygıyı doğurur ve yaşam sürecine sorumlu bir şekilde katılmayı sağlar. Şefkatimiz maddi nesnelerle sınırlı olmak durumunda değildir. Sevgi şuur birimi olan tüm varlıklara karşı hissedilebilir.

Formlar âleminin temeli olan boşluğun farkındalığı yaşamdaki zor durumlarla baş edebilmemizde oldukça yardımcı olabilir. Hayatı anlamsız hale getirmediği gibi yaşamın güzel ve keyif verici yönlerinin tadını çıkarma yeteneğimizi de engellemez. Yaratılışa karşı duyulan sevgi ve takdir maddi dünyanın onu deneyimlediğimiz şekliyle varolmadığının idrakiyle çelişmez. Güçlü sanat eserlerine karşı yoğun duygusal tepkiler verebiliriz ve bu eserlerdeki karakterlerle özdeşleşebiliriz. Ve sanat eserlerinin aksine yaşamdaki kahramanların tüm deneyimleri gerçektir!

HOLOTROPİK SÜRECİN AHLAKİ DEĞERLERE ve DAVRANIŞLARA ETKİSİ

Derin ve aşkın içgörülerin davranışlarımız üzerindeki ahlaki etkilerini tam olarak değerlendirmeden önce diğer bazı faktörleri gözden geçirmeliyiz. Böylesine yoğun içgörüleri olası kılan de-

neyime dayalı keşifler, şuurdışımızdaki şiddet ve açgözlülüğün geçmişimize ait, perinatal ve transpersonel nedenlerini açığa çıkarır. Açığa çıkan bu materyal üzerinde yapılacak psikolojik çalışma şiddeti önemli ölçüde azaltır ve esnekliği artırır. Ayrıca yaratılışın çeşitli yönleriyle özdeşleştiğimiz geniş bir transpersonel deneyim yelpazesiyle de karşılaşırız. Bu, yaşama saygı ve tüm varlıklara duyulan empati hisleriyle sonuçlanır. Dolayısıyla formların boşluğunu ve ahlaki değerlerin göreliliğini keşfettiğimizde bu, ahlaki olmayan ve antisosyal davranışlara olan eğilimimizi önemli ölçüde azaltır ve bize sevgi ile şefkati öğretir.

Tutucu kural, ilke ve emirler ile cezalandırılma korkusuna değil evrensel düzen hakkındaki bilgi ve anlayışımıza dayalı yeni bir değerler sistemi geliştiririz. Yaratılışın ayrılmaz bir parçası olduğumuzu ve başkalarına zarar verdiğimizde kendimize zarar verdiğimizi fark ederiz. Derin özkeşif, reenkarnasyon ve karma yasasını deneyimsel olarak keşfetmemizi de sağlar. Bu ise, toplumsal hukuk cezalarından kaçsak bile zararlı davranışların ciddi yansımalarının deneyimlenebileceği olasılığının farkındalığını kazandırır.

Eflâtun, biyolojik ölümden sonra hayatın devamı olasılığıyla ilgili inançlarımızın derin ahlaki boyutları olduğunun farkındaydı. *Kanunlar*'da Sokrat'a, davranışlarımızın ölüm sonrası sonuçlarını önemsememenin "kötülüğe lütuf" olacağını söyletir. Ruhsal gelişimin ileri aşamalarında şiddet ve bencillikte azalma, diğer varlıklarla bir olma duygusu ve karma şuuru gündelik yaşamlarımızı yöneten önemli faktörler halini alır.

C. G. Jung'un tüm ahlaki kural ve değerlerin göreliliğini fark ettiğinde yaşadığı krizi bu bağlamda belirtmek ilginç olacaktır. Jung bu noktada davranış seçimlerimizin ve ahlaki kurallara uymanın gerçekten önemli olup olmadığını daha üst bir bakış açısından ciddi bir şekilde sorguladı. Bir süre düşündükten sonra bu soruna tatmin edici kişisel bir yanıt buldu. Mutlak ahlaki değerler olmadığı için her ahlaki karar, içinde bulunduğumuz şuur halini ve sahip olduğumuz bilgi düzeyini yansıtan yaratıcı

bir davranıştır. Bu faktörler değiştiğinde olayı yeniden gözden geçirerek farklı bir şekilde değerlendirebiliriz.

Ancak bu, ilk verdiğimiz kararın yanlış olduğu anlamına gelmez. Önemli olan o şartlar altında elimizden geleni yapmış olmamızdır.

İleri transpersonel deneyimlerde her ne kadar kötülüğün ötesine geçsek de gündelik yaşamda ve diğer deneyim gerçekliklerinde –özellikle de arşetip planda– kötülüğün varlığı oldukça gerçek görünür. Din dünyasında şeytanı genellikle tanrısallığın dışında ve Tanrı'ya yabancı olarak gösteren eğilimlerle karşılaşırız. Holotropik deneyimler hastalarımdan birinin "aşkın gerçekçilik" dediği şeye götürür. Bu, kötülüğün yaratılışın ayrılmaz bir parçası olduğunu ve bireysel varlıkları içeren tüm gerçekliklerde hem aydınlık hem de karanlık yönün bulunacağını kabul eden bir tutumdur. Kötülük kozmik dokunun ayrılmaz bir parçasıdır ve deneyim dünyalarının varlığı için vazgeçilmezdir; bu nedenle yok edilemez. Her ne kadar kötülüğü evrensel plandan söküp atamasak da kendimizi dönüştürebilir ve varlığın karanlık yönüyle baş etmek için farklı yollar geliştirebiliriz.

Deneyime dayalı derin çalışmalarda genel olarak tüm bedenli varoluşa özgü olan belirli oranlardaki fiziksel ve duygusal acı ve rahatsızlıkları deneyimlememiz gerektiğini görürüz. Buda'nın İlk Asil Gerçeği bize yaşamın ıstırap çekmek *(duhkha)* olduğunu hatırlatır ve acı çekmemize neden olan durum ve koşullardan özellikle bahseder: doğum, yaşlılık, hastalık, ölüm, sevmediğimiz şeylerle ilişkiler, sevdiklerimizden ayrılık ve arzularımızın gerçekleşmemesi. Ayrıca hepimiz kaderimizi ve karmik geçmişimizi yansıtan kendimize özgü ıstırapları deneyimleriz.

Her ne kadar ıstıraptan kaçamasak da zamanlaması ve alacağı form üzerinde belirli bir etkimiz olabilir. Holotropik hallerle ilgili çalışmalarımdaki gözlemlerim, şuurlu olarak planlanmış seanslarda yoğun ve odaklanmış bir biçimde varoluşun karanlık yönüyle yüzleştiğimizde, karanlık yönün gündelik yaşantımızdaki çeşitli tezahürlerini önemli ölçüde azaltabildiğimizi gösteri-

yor. Sistemli özkeşif sürecinin ıstırapla ve varoluşun zor yönlerinin deneyimiyle baş etmemize yardımcı olabileceği başka yollar da vardır. Holotropik hallerdeki deneyimlerin yoğunluğuna dayanmayı öğrendikten sonra ıstırap çekme sınırımız yoğun bir değişime uğrar ve gündelik yaşamın zorluk ve sıkıntıları çok daha kolay katlanılır hale gelir.

Beden ego ya da Hinduların dediği gibi isim ve form *(nama-rupa)* olmadığımızı da keşfederiz. Öz keşif sürecimizde kimlik duygumuz da oldukça değişir. Holotropik hallerde devasa evrendeki ufak bir protoplazma zerresinden yaratılışın tümü ve Mutlak Şuur'un kendisine kadar her şeyle özdeşleşebiliriz. Kendimizi baş döndürücü kozmik güçlerin zavallı kurbanları olarak gördüğümüzde yaşamda deneyimlediğimiz acının düzeyi doğal olarak oldukça etkilenecektir. Eğer kendimizi yaşamlarımızın metin yazarları olarak görürsek tadını çıkardığımız mutluluk ve özgürlük de aynı oranda artacaktır.

ŞEYTANİ ARŞETİPLER ve İNSANLIĞIN GELECEĞİ

Bu bölümü kapatmadan önce kötülük, insanlığın geleceği ve gezegenimizdeki hayatın kurtuluşu arasındaki ilişkiyle ilgili olarak holotropik hallerde kazanılan bazı ilginç içgörüleri belirtmek istiyorum. Yeni bir binyıla girerken ciddi ve tehlikeli bir küresel krizle karşı karşıya olduğumuzun acı da olsa hepimiz farkındayız. Geçmişte insanlık tarihinin büyük bir bölümünde davrandığımız gibi hareket edip de kurtulabileceğimizi düşünemeyiz. İnsanların neden olduğu şiddete bir son vermek, toplu imha silahlarını ortadan kaldırmak ve yeryüzünde barışı sağlamak için yollar bulmak zorunlu hale gelmiştir. Aynı derecede önemli olan şey hava, su ve toprağın endüstri tarafından kirletilişine bir son vermek ve ekonomiyi yenilenebilir enerji kaynaklarına göre yeniden yapılandırmaktır. Diğer bir önemli görev de dünyadaki sefalet ve açlığa son vermek ve tedavi edilebilir hastalıklardan mustarip insanlara tedavi sağlamaktır.

Çoğumuz bu konuyla yakından ilgiliyiz ve bunu ortadan kaldırmayı ve daha iyi bir dünya yaratmayı içten bir şekilde arzuluyoruz. Dünyadaki durumun ciddi olduğu açıktır ve bu durumu düzeltecek basit yöntemler düşlemek zordur. Çözüm bulmanın zorluğu genellikle şu anki küresel krizin çok kompleks oluşuna, ekonomik, politik, etnik, askeri, psikolojik ve başka boyutları olan karmaşık bir sorunlar ağını içerdiğine yorulur. Olası çözümler bu farklı alanlardaki sapkın eğilimlerin düzeltilmesi olarak görülür.

Holotropik hallerde bu sorunun endişe verici bir de metafizik boyutunun olduğunu keşfederiz. Dünyamızda olanların yalnızca maddi nedenlere dayanmadığını fark ederiz. Son analizde dünyamızdaki olaylar arşetip planın devinimlerinin doğrudan bir yansımasıdır. Bu plandaki güçler ve varlıklar oldukça kutuplaşmıştır; arşetipik figürlerin panteonu hem faydalı hem de zararlı tanrıları içerir. Arşetip ilkeler –iyi, tarafsız ve kötü– yaratılışın ayrılmaz bir parçasını oluşturur ve kozmik oyunun vazgeçilmez unsurlarıdırlar. Bu nedenle kötülüğü evrensel plandan kaldırmak mümkün değildir. Arşetip panteonunun yarısı öyle kolayca "işten çıkarılamaz".

Bu içgörülerin ışığında dünyadaki durumu geliştirmek ve gündelik ilişkilerimizde olumsuz unsurların etkisini azaltmak istiyorsak, bunlardan sorumlu arşetipsel güçler için daha az yıkıcı ve daha az tehlikeli ifade biçimleri bulmalıyız. Bu arşetipsel güçleri yüceltmemizi sağlayacak ve onlara hayatı tahrip etmek yerine onun niteliğini yükseltecek alternatif çıkış yolları sunacak uygun ortamlar yaratmak zorundayız. Holotropik haller bu faaliyetlerin ve kuramların nasıl olabileceği konusunda ilginç düşünceler sunar.

Potansiyel yıkıcı arşetip güçlerin dünyamızdaki etkisini azaltmada asıl strateji onlara holotropik hallerde güvenli ifade kanalları bulmak olacaktır. Bunların arasında sistemli ruhsal uygulama programları, perinatal ve transpersonel deneyimler sağlayan çeşitli psikoterapi şekilleri ve rehberli psikodelik se-

ansları sunan merkezler bulunmaktadır. Aynı derecede önemli bir şey de tüm kadim ve yerli kültürlerdekine benzer toplumsal olarak kutsal sayılan ayinlere dönmek olacaktır. Geçiş ritlerinin modern türleri çeşitli yıkıcı enerjileri şuurlu olarak deneyimletip bütünletebilir, aksi takdirde bu enerjilerin toplum üzerinde endişe verici etkileri olacaktır. Diğer ilginç alternatifler sanal gerçeklik teknolojisini kullanan dinamik eğlence ve yeni sanat türleri olacaktır.

Bu dönüştürücü teknikler aynı amaca hizmet eden dışa dönük çeşitli faaliyetlerle de tamamlanabilir. Örneğin şu anda ölümcül savaşlarla kendini gösteren güçlü ve potansiyel yıkıcı enerjiler küresel bir uzay programına ya da benzeri teknik projelere kanalize edilebilir. Diğer bir olasılık da spor turnuvalarından modern teknolojiyi içeren yarışlara kadar çeşitli türdeki yarışma faaliyetleri olabilir. Enerjinin bir kısmı, gelişmiş eğlence parkları ve karnavallar ile eski ve ortaçağdaki kraliyet, aristokrasi, aydın sınıf ve genel halkın festivallerine benzeyen törenlere de kanalize edilebilir. Yukarıdaki içgörüler eğer geçerliyse, bu yeni formların geliştirilmesi hayli ilginç bir uğraş olacaktır.

7

DOĞUM, SEKS ve ÖLÜM: KOZMİK BAĞLANTI

Ölüm doğumla yan yanadır ve beşiğimiz mezarda durur.

—Joseph Hall

İnsan yalnızca şehvetini doyurmayı ararsa canavarlaşır; ancak cinsel arzularını fanilik, incelik ve güzellik düşünceleriyle birleştirip hayvani dürtülerini denetim altına alabilirse yükselir.

—Baron Richard von Krafft-Ebing

DOĞUM, SEKS ve ÖLÜM ARASINDAKİ YAKIN BAĞLANTILAR

İnsan yaşamının transpersonel alanla özellikle sıkı ilişkisi olan üç yönünü kozmik kaynakla yeniden birleşme yollarını araştıran bölümde kısaca belirttim: doğum, seks ve ölüm. Gördüğümüz gibi üçü de aşkın olana açılan yollardır ve kozmik birleşme için özgün olanaklar sunarlar. Bu üç alandan biriyle ister özkeşifteki derin deneyim sürecinde sembolik olarak, ister gündelik yaşamdaki olaylarda karşılaşalım bu geçerlidir.

Doğum yapan kadınlar ile yardımcı ya da gözlemci olarak doğuma katılanlar güçlü bir ruhsal açılım yaşayabilirler. Doğum, İnsani niteliklerden uzaklaşmış hastane ortamlarında değil de psikolojik ve ruhsal etkisinin tam olarak deneyimlenebileceği çevrelerde gerçekleştiğinde bu husus özellikle geçerlidir. Benzer şekilde ölüme yaklaştıran deneyimler yaşamak ya da ölmekte

olan insanlarla zaman geçirmek mistik deneyimler için güçlü bir katalizör görevi görebilir. Uyumlu bir eşle sevişmek de oldukça derin manevi bir olay olabilir ve bazen de durmak bilmeyen bir şuur evrimi sürecini başlatabilir. Cinsellik ve ruhsallık arasındaki yakın ilişki Doğudaki Tantra uygulamalarının temelini oluşturur.

Maneviyatla yakın bağlantısının yanı sıra doğum, seks ve ölüm birbirleriyle de oldukça örtüşür. Birçok kadın için destekleyici koşullardaki sade bir doğum, yaşamlarındaki en güçlü cinsel deneyim olabilir. Tersine erkek ya da kadınlardaki güçlü bir orgazm bazen ruhsal bir yeniden doğuşa götürebilir. Orgazm öylesine güçlü olabilir ki nesnel bir ölüm olarak da deneyimlenebilir. Orgazm ve ölüm bağlantısı Fransızca'ya yansımıştır ki "küçük ölüm" ("la petite mort") olarak anılır. Ve ölümün –özellikle de boğulmayla ilgiliyse– güçlü bir cinsel yönü bulunabilir.

Doğum ve ölüm arasında da benzer bir yakın ilişki bulunur. Gebeliğin ileri aşamalarında birçok kadın ölüm ve yıkım temalarını içeren rüyalar görür. Doğum hem anne hem de çocuk için yaşamı tehdit edici bir olaydır. Doğum, riskli ya da yaşam tehdit edici olmasa dahi güçlü ölüm korkularına neden olabilir. Tersi de geçerlidir; ölüme yakın deneyimler doğuma dair bazı unsurlar içerir. Özellikle de bir tünel ya da kanaldan geçip ışığa doğma duygusuna sıkça rastlanır.

Holotropik haller üzerinde çalışırken doğum, seks ve ölüm arasındaki bu deneyime dayalı bağlantıların doğası hakkında daha derin içgörüler elde ederiz. Şuurdışı psişede hayatımızın bu üç önemli alanı birbiriyle öylesine bağlantılı ve iç içedir ki diğer ikisine dokunmadan birini deneyimlemek imkânsızdır. Gündelik yaşantımızda bu üç alanı ayrı olarak düşünüp farklı çerçevelerde tartıştığımız için bu durum şaşırtıcı gelir. Doğum hayatımızın başlangıcını belirler ve bebeklikle ilgilidir. Ölüm ciddi bir hastalık ya da kazayla gelmediği sürece yaşlılık ve hayatımızın son dönemi ile ilgilidir. Cinsellik kelimenin tam anlamıyla fiziksel olgunlaşmayla nitelendirilen hayatın ara devresine aittir.

PERİNATAL SÜREÇTE DOĞUM, SEKS ve ÖLÜM

Derin özkeşif sürecimiz çocukluk ve bebeklik anıları düzeyinden doğuma –psişenin perinatal düzeyine– ulaştığında doğum, seks ve ölüm arasındaki ilişkiye dair bu bakış açısı yoğun değişimlere uğrar. Daha önceden mümkün olamayacağını düşündüğümüz yoğunlukta duygular ve fiziksel hislerle karşılaşmaya başlarız. Bu noktadaki deneyimler doğum ve ölüm temalarının garip bir karışımından oluşur. Ciddi ve yaşamı tehdit edici bir sıkışmayla birlikte özgürleşip kurtulmayı amaçlayan tehlikeli ve kararlı bir çabayı içerir. Perinatal düzeyde bulunan doğum ve ölüm arasındaki bu yakın ilişki doğumun potansiyel olarak yaşam tehdit edici bir olay olduğu gerçeğini ortaya koyar. Bebek ve anne bu süreçte yaşamını yitirebilir. Bebek boğulduğu için morarmış bir şekilde ve hatta ölmüş ve yeniden hayata döndürülme gereksinimiyle doğabilir.

Holotropik deneyimler esnasında biyolojik doğumun çeşitli anları oldukça otantik ve gerçekçi bir şekilde yeniden yaşanabilir ve bu süreç genellikle bir film karesi kadar ayrıntılı olarak yeniden canlanır. Bu, doğumları hakkında entelektüel herhangi bir bilgisi olmayan ve temel doğum bilgisinden yoksun insanlar için bile söz konusudur. Örneğin doğrudan deneyimle ters doğduğumuzu, doğumumuz sırasında forseps kullanıldığını ve boynumuza göbek kordonu dolanmış şekilde doğduğumuzu keşfedebiliriz. Bu korkunç olayla bağlantılı olan endişe, biyolojik şiddet, fiziksel acı ve boğulmayı hissedebilir ve doğumumuzda kullanılan anestezi cinsini dahi doğru bir şekilde anımsayabiliriz. Buna genellikle baş ve bedenin çeşitli duruş ve hareketleri eşlik eder. Bu duruş ve hareketler o doğum şekline özgü hareketlerin doğru bir tekrarıdır. İyi doğum kayıtları tutulmuşsa ya da güvenilir bir tanık mevcutsa tüm bu ayrıntılar doğrulanabilir.

Doğum ve ölümün psişemizde güçlü bir şekilde yeniden canlanması ve aralarındaki yakın bağlantı geleneksel psikolog ve psikiyatristleri şaşırtabilir, ancak oldukça mantıklıdır ve kolayca anlaşılabilir. Doğum ceninin rahimdeki varlığına şiddetli

bir şekilde son verir. Bebek suda yaşayan bir organizma olarak ölür ve hava soluyan, psikolojik ve de anatomik olarak farklı bir yaşam formu olarak doğar. Ve doğum kanalından geçiş zor ve potansiyel olarak yaşamı tehdit edici bir durumdur.

Fakat perinatal dinamiklerin neden cinsel bir yönünün de bulunduğunu anlamak zordur. Doğumun son aşamalarını fetus rolünde yeniden yaşarken çok güçlü cinsel uyarılmalar olur. Aynı şey doğum yapan kadınlar için de geçerlidir; ölüm korkusuyla yoğun cinsel heyecanın bir karışımını deneyimleyebilirler. Bu bağlantı özellikle fetus açısından garip ve kafa karıştırıcı gibi görünür ve biraz açıklamayı gerektirir.

İnsan organizmasında aşırı acıyı –özellikle boğulmayla ilgili olanları– bir çeşit cinsel uyarılmaya dönüştüren bir mekanizma var gibi görünmektedir. Bu bağlantı doğum dışındaki bazı durumlarda da gözlemlenebilir. Kendilerini asmaya kalkan ve son anda kurtarılan insanlar boğulmanın son aşamasında dayanılmaz bir cinsel uyarı hissettiklerini söylerler. Asılarak cezalandırılan erkeklerin uyarıldıkları ve hatta boşaldıkları bilinir. İşkence ve beyin yıkama üzerine yazılan eserler insanlık dışı bir şekilde çektirilen acının cinsel vecd halleri yaşattığını söyler. Bunun daha hafif bir şekli boğulma içeren sadomazoşist uygulamalarda görülür. Düzenli olarak kendine işkence eden flagellant (kendini kırbaçlatanlar) grubunda ve hayal bile edilemeyecek işkencelere maruz kalan din şehitlerinde aşırı fiziksel acı, bir noktada cinsel uyarıma dönüşerek vecd halleri ve transandantal deneyimlerle sonuçlanır.

TEMEL PERİNATAL MATRİSLERİN (TPM) DİNAMİKLERİ ve SEMBOLİZMİ

Buraya kadar doğum deneyiminin duygusal ve fiziksel yönlerine odaklandık. Şuurdışının perinatal düzeyinin deneyim spektrumu çocuk doğumu sırasındaki biyolojik süreçlerden elde edilen unsurlarla sınırlı değildir. Transpersonel gerçekliklerden alınan zengin sembolik imgeleri de içerir. Perinatal düzey psi-

şenin biyografik ve transpersonel düzeyleri arasındaki önemli bir ara aşamadır. Jung'un bahsettiği kolektif şuurdışının tarihi ve arşetip yönlerine açılan bir kapıdır. Bu deneyimlerdeki özel sembolizmin kaynağı kişinin hafızası değil kolektif şuurdışıdır. Bu nedenle bu semboller ırksal, kültürel, eğitimsel ve dini evveliyatınız ne olursa olsun herhangi bir tarih, coğrafya ya da dini geleneğe ait olabilir.

Doğum kanalından geçme sınavıyla karşı karşıya olan bebekle özdeşleşme başka zaman ve kültürlerden insanların, çeşitli hayvanların ve hatta mitolojik figürlerin deneyimlerine neden olur. Sanki doğmaya çabalayan fetusun deneyimiyle bağlantı kurulduğunda diğer insan türlerinin ve benzeri sıkıntılı durumdan geçen ya da geçmiş olan diğer canlı varlıkların şuuruyla içten ve neredeyse mistik bir bağlantı kurulur.

Doğum ve ölümle karşılaşma deneyimi kendiliğinden ruhsal bir açılıma neden olur; psişenin ve varoluşun mistik boyutlarıyla karşılaşılır. Daha önce de belirttiğim gibi bu doğum ve ölümle karşılaşma olgusunun gerçek yaşam olaylarında –doğum yapan kadınlar ya da ölüme yakın deneyimlerdeki gibi– gerçekleşmesi ya da tamamıyla sembolik olması bir şey değiştirmez. Psikodelik ve holotropik seanslardaki ya da kendiliğinden ortaya çıkan psikospiritüel krizlerdeki güçlü perinatal deneyimlerin de etkisi aynıdır.

Biyolojik doğumun üç ayrı aşaması vardır. İlkinde fetus periyodik olarak uterusdaki kasılmalarla sıkıştırılır. Fetus bu durumdan kaçamaz, çünkü serviks sıkı bir şekilde kapalıdır. Düzenli kasılmalar serviksi, doğum kanalından geçişe izin verecek kadar genişleyene dek fetusun başına çeker. Serviks tam olarak açıldığında doğumun ikinci aşaması başlar. Bu aşamada fetusun başı pelvise girer ve doğum kanalındaki ağır ve zorlu ilerleyişi başlar. Ve son olarak üçüncü aşamada fetus doğum kanalından çıkar ve göbek bağı kesildikten sonra anatomik olarak bağımsız bir organizma olur.

Bu üç aşamanın her birinde de bebek belirli ve tipik bazı yoğun duygular ve fiziksel hisler deneyimler. Bu deneyimler, psi-

şede, kişinin daha sonraki yaşamında önemli rol oynayan derin şuurdışı izler bırakır. Bebeklik ve çocukluktaki önemli duygusal deneyimlerle takviye edildiğinde doğum anıları dünyayı algılayışı şekillendirir, gündelik yaşamı derinden etkiler ve çeşitli duygusal ve psikosomatik rahatsızlıkların oluşumuna katkıda bulunur. Bu şuurdışı materyal holotropik hallerde açığa çıkar ve tam olarak deneyimlenebilir. Derin özkeşif sürecinde doğuma geri döndüğümüzde doğumun her aşamasının yeniden yaşanması kendine özgü bir deneyimler modeliyle kendini gösterir. Bu modeller belirli duyguların, fiziksel hislerin ve sembolik imgelerin özel bir bileşkesidir. Bu deneyim modellerine temel perinatal matrisler (TPM) diyorum.

İLK TEMEL PERİNATAL MATRİS (TPM I)

İlk perinatal matris (TPM I) doğum başlamadan önce uterusun içindeki deneyime karşılık gelir. Geri kalan üç matris (TPM II, TPM III, TPM IV) yukarıda anlatılan üç klinik doğum aşamasına karşılık gelir. Perinatal matrisler fetusun doğumun söz konusu aşamasındaki özgün halinin yeniden canlanmasını temsil eden unsurlar içerir. Bunun yanında transpersonel gerçekliklerden alınan benzer deneyim niteliklerine sahip çeşitli doğal, tarihi ve mitolojik sahneleri de içerir. Perinatal dinamikler ve transpersonel gerçeklik arasındaki bağlantıları aşağıda kısaca özetleyeceğim.

Biyolojik doğumun birbirini izleyen aşamalarıyla bu aşamalara bağlantılı sembolik imgeler oldukça belirli ve istikrarlıdır. Bunların neden birlikte ortaya çıktığı geleneksel mantıkla anlaşılamaz. Ancak bu, bu ilişkilerin şans eseri ve rasgele olduğu anlamına gelmez. En iyi şekilde "deneyim mantığı" olarak tanımlanabilecek kendilerine özgü derin bir düzene sahiptirler. Bu şu anlama gelir: Doğumun çeşitli aşamalarına özgü deneyimler ve bunlara eşlik eden sembolik temalar bazı zahiri benzerliklere dayanmazlar; aynı duyguları ve fiziksel hisleri paylaşırlar.

Herhangi bir rahatsızlığın yaşanmadığı embriyonal varoluş (TPM I) haline ait anılar deneyimlenirken uçsuz bucaksız me-

kânların imgeleriyle karşılaşınız. Bazen galaksilerle, uzayla ya da tüm kozmosla özdeşleşirken diğer zamanlarda okyanusta yüzme ya da balık, yunus veya balina gibi su canlıları olma deneyimi yaşarız. Herhangi bir rahatsızlığın yaşanmadığı uterus deneyiminde güvenli, güzel ve iyi bir rahim gibi (Doğa Ana) koşulsuzca besleyen doğa vizyonları görülebilir. Meyve bahçeleri, mısır tarlaları, Andlardaki tarım alanları ya da bozulmamış Polinezya adalarını görebiliriz. Herhangi bir rahatsızlığın yaşanmadığı rahim deneyimi şuurdışının arşetipsel planına girişi sağlar ve farklı kültürlerin mitolojilerinde tanımlanan cennet imgelerine açılabilir.

Uterusa müdahale anılarını ya da "kötü rahim" deneyimlerini yeniden yaşadığımızda karanlık bir korkuya kapılırız ve genellikle zehirlendiğimizi hissederiz. Kirli suları ve zehirli atık imgeleri görebiliriz. Bu, doğum öncesi birçok rahatsızlığın gebe annenin bedenindeki toksik değişimlerden kaynaklandığı gerçeğini yansıtır. Toksik rahim deneyimine kolektif şuurdışının korkunç şeytani figürlerinin vizyonları eşlik edebilir. Perinatal varoluş durumunda daha şiddetli müdahalelerin –tehlikeli bir düşük tehdidi ya da kürtaj girişimi– yeniden yaşanmasına, evrensel bir tehdit hissi ya da kanlı kıyamet vizyonları eşlik edebilir.

İKİNCİ TEMEL PERİNATAL MATRİS (TPM II)

Regresyon deneyimi biyolojik doğumun başlangıcına eriştiğinde devasa bir girdaba kapıldığımızı ya da mitik bir canavar tarafından yutulduğumuzu hissederiz. Tüm dünyanın hatta kozmosun girdaba kapıldığını da hissedebiliriz. Bu, Leviathan, ejderha, dev yılan, tarantula ve ahtapot gibi yutucu ve baş belası arşetipik canavar imgelerini de beraberinde getirebilir. Yaşamın aşırı derecede tehdit edilişi yoğun bir endişe ve paranoya sınırına varan genel bir güvensizliğe götürebilir. Ayrıca alt dünyanın derinliklerine, ölüm planına ya da cehenneme inişi deneyimleyebiliriz. Bu, mitolojist Joseph Campbell'ın çok güzel bir şekilde tanımladığı gibi, kahramanın yolculuğuna dair mitolojilerdeki evrensel motiftir.

Uterusun kasıldığı ancak serviksin henüz açık olmadığı biyolojik doğumun ilk aşamasının sonu (TPM II), bir insanın yaşayabileceği en kötü deneyimlerden biridir. Kendimizi, devasa bir klostrofobik kâbusa hapsolmuş gibi hissederiz, ıstırap verici duygusal ve fiziksel acılar çekeriz ve tam bir ümitsizlik içerisindeyizdir. Yalnızlık, suçluluk, anlamsızlık ve ümitsizliğimiz metafizik boyutlara erişebilir. Doğrusal zamanla bağımız kopar ve bu durumun hiç bitmeyeceğine ve çıkış yolunun olmadığına kanaat getiririz. Başımıza gelen şeyin dinlerde bahsedilen cehennem –kurtuluşu olmayan dayanılmaz duygusal ve fiziksel acı– olduğuna dair zihnimizde hiçbir şüphe kalmaz. Buna arşetipik şeytan imgeleri ve farklı kültürlerden cehennemsi mekânlar da eşlik edebilir.

Uterus kasılmaları arasında bu çıkışı olmayan ıstıraplı durumu yaşarken aynı acıyı çeken insan, hayvan ve hatta mitolojik varlıkları içeren kolektif şuurdışı dizinleriyle bağlantı kurabiliriz. Zindanlardaki mahkûmlarla, toplama kamplarındaki ya da akıl hastanelerindeki insanlarla ve tuzaklara yakalanmış hayvanlarla özdeşleşiriz. Cehennemdeki günahkârların çektikleri tahammül edilemez işkenceleri ya da Hades'in en derin çukurundan dağın tepesine kaya iten Sisifos'u deneyimleyebiliriz. Acımız, Tanrı'ya kendisini neden terk ettiğini soran İsa'nın çektiği ıstıraba dönüşebilir. Ebedi bir lanetlenmeyle karşı karşıyaymışız gibi gelir. Bu karanlık ve ümitsiz hal dini edebiyatta Ruhun Karanlık Gecesi olarak bilinir. Daha geniş bir açıdan bakıldığında tüm ümitsizlik hislerine rağmen bu hal ruhsal açılımın önemli bir aşamasıdır. Eğer tüm derinliğiyle yaşanırsa deneyimleyen kişide oldukça saflaştırıcı ve özgürleştirici bir etkisi olabilir.

ÜÇÜNCÜ TEMEL PERİNATAL MATRİS (TPM III)

Doğumun ikinci aşaması –serviks açıldıktan sonra doğum kanalından geçiş ve başın çıkışı (TPM III)– sıradışı bir zenginlik ve dinamizm içerir. Doğumdaki çarpışan enerjiler ve hidrolik basınçla karşılaştığımızda kolektif şuurdışından gelen büyük sa-

vaşlar ile kanlı şiddet ve işkence imgeleriyle dolarız. Sorunlu ve aşırı derecede yoğun cinsel dürtü ve enerjilerle de bu aşamada karşılaşırız.

Cinsel uyarılmanın doğum deneyiminin önemli bir parçası olduğunu söylemiştim. Bu, cinsellikle ilk karşılaşmamızı oldukça riskli bir çerçeveye oturtur; yaşamımızın tehdit edildiği, acı çektiğimiz ve nefes alamadığımız bir durum. Ayrıca hayati bir endişe ile ilkel biyolojik hiddetin bir karışımını deneyimleriz. Bunlardan ikincisi fetusun bu acı verici ve yaşam tehdit edici deneyime verdiği tepki olması açısından anlaşılabilirdir. Doğumun son aşamalarında çeşitli biyolojik materyallerle de karşılaşabiliriz: kan, mukus, idrar ve hatta dışkı.

Bu sorunlu bağlantılar nedeniyle bu aşamada karşılaştığımız deneyim ve imgeler kaba ve karmaşık haliyle seksi temsil eder. Fiziksel acı, şiddet, hayati endişe ve biyolojik materyal kişiyi; pornografik, sapkın, sadomazoşist, müstehcen ve hatta satanik deneyimlere götürür. Cinsel taciz, sapıklık, tecavüz ve cinsel nedenli cinayetler içeren dramatik sahnelerle sarsılabiliriz.

Bu deneyimler bazen cadı ve satanistlerin bulunduğu ayinlere katılım şekline bürünebilir. Yeniden yaşanan bu doğum aşaması Kara Ayin ve Cadılar Ayini'nden arşetip sahneleri betimleyen aynı duygu ve unsurların garip bir kombinasyonunu içerir. Cinsel uyarım, panik endişe, şiddet, yaşamsal tehdit, acı, kurban ve itici biyolojik materyallerin bir karışımıdır. Bu olağandışı deneyim karışımına kutsal ya da aydınlık bir duygunun eşlik edişi tüm bu açılımların ruhsal bir özgürlüğe yaklaştırdığını gösterir.

Doğum sürecinin bu aşamasına kolektif şuurdışından gelen sayısız imge de eşlik edebilir; kanlı savaş, isyan, katliam ve soykırım sahneleri gibi. Bu aşamada karşılaştığımız şiddet ve seks sahnelerinin tümünde saldırganla kurban rolleri arasında gidip geliriz. Bu, iyi ve kötüyle ilgili bölümde tartıştığımız Jung'un Gölge dediği kişiliğimizin karanlık yönüyle en büyük karşılaşma anıdır. Bu perinatal aşama ilerledikçe ve çözüme yaklaştıkça birçok insan İsa, Haç ve çarmıha gerilme vizyonları görebilir ve hatta İsa'nın

çektiği acıyla özdeşleşebilir. Kolektif bilinçdışının arşetip planı bu aşamaya ölüm ve yeniden doğuşu temsil eden kahramanvari arşetip figürler ve tanrılarla katılır; Mısırlı tanrı Osiris, Grek tanrılar Dionisus ve Persefon ya da Sümerli Tanrıça İnanna.

DÖRDÜNCÜ TEMEL PERİNATAL MATRİS (TPM IV)

Doğum sürecinin üçüncü aşamasının yeniden yaşanması dünyaya doğuş (TPM IV) genellikle ateş motifiyle başlar. Bedenimizin kızgın ateşte yandığını hissedebiliriz, yanan şehir ve orman vizyonları görebiliriz ya da kurbanlarla özdeşleşebiliriz. Bu ateş Araf'ın saflaştırıcı alevleri ya da yuvasında yanarak ölüp küllerin arasından yeniden doğarak çıkan efsanevi Anka kuşu (Phoenix) gibi başka arşetiplere bürünebilir. Saflaştırıcı ateş içimizdeki tüm kötülükleri yok ederek bizi ruhsal yeniden doğuşa hazırlar. Doğum anını yeniden yaşarken bu anı tam bir ölüm ve bunu izleyen bir yeniden doğuş ve kurtuluş olarak deneyimleriz.

Biyolojik doğumu neden ölüm ve yeniden doğum olarak deneyimlediğimizi anlamak için yaşadığımız şeyin çocuk doğumunun basit bir yeniden canlanışından çok daha fazla bir şey olduğunu görmemiz gerekir. Doğum sırasında doğum kanalında bütünüyle sıkışırız ve yaşanan son derece yoğun duyguları ifade edemeyiz. Bu olayın anısı böylelikle psikolojik olarak hazmedilmemiş ve özümsenmemiş olarak kalır. Daha sonraki kimlik duygumuz ve dünyaya karşı tutumumuz doğum sırasında deneyimlediğimiz bu yetersizlik ve zayıflık izleriyle oldukça kirlenir. Başka bir deyişle anatomik olarak doğarız, ancak tehlike ve acil durumun geçtiği gerçeğini duygusal olarak yaşayamayız. "Ölmek" ve yeniden doğuş mücadelesinde yaşanan ıstırap biyolojik doğum sürecinde çekilen acıyı ve yaşamın tehdit edilişini yansıtır. Ancak hemen ardından yeniden doğuşu getiren ego ölümü kim olduğumuz ve dünyanın nasıl olduğuna dair eski kavramlarımızın ölümüdür ki bunlar doğum travmasıyla işlenmiştir.

Bu eski programları şuurlu olarak deneyimleyip psişe ve bedenimizden silerken enerjetik yüklerini ve yaşamlarımızdaki

yıkıcı etkilerini azaltırız. Daha geniş bir açıdan bakıldığında bu süreç aslında oldukça iyileştirici ve dönüştürücüdür. Ve son çözülmeye yaklaştığımızda eski izler sistemimizi terk ederken onlarla birlikte öldüğümüzü çelişkili bir şekilde hissedebiliriz. Bazen kişisel ölümümüzle birlikte bildiğimiz dünyanın da yıkımını deneyimleriz.

Tam bir kurtuluşu deneyimlememize çok az bile kalmış olsa her yeri saran bir endişe ve devasa boyutlarda bir felaketin yaklaştığı hissine kapılırız. Bu yaklaşmakta olan ölüm duygusu oldukça ikna edici ve baştan çıkarıcı olabilir. Tüm bildiklerimiz ve olduklarımızı kaybediyormuşuz duygusu egemendir. Ayrıca öteki tarafta ne olduğu hakkında herhangi bir fikrimiz yoktur, hatta bir şey olup olmadığından da emin değilizdir. Bu korku nedeniyle birçok insan bu sürece ümitsizce direnç gösterir. Sonuç olarak belirsiz bir süre bu sorunlu alanda takılabilirler.

Ruhsal yolculukta en fazla cesaret ve psikolojik desteğe ihtiyaç duyduğumuz aşama ego ölümüdür. Bu önemli dönüm noktasıyla bağlantılı olan metafizik korkuyu aşıp, durumu oluruna bıraktığımızda hayal edilebilecek tüm düzeylerde tamamen ölürüz. Fiziksel yıkım, duygusal felaket, entelektüel ve felsefi yenilgi, ahlaki çöküş ve hatta ruhsal olarak lanetlenme. Bu deneyim sırasında tüm referans noktaları, hayatımızda önemli ve anlamlı olan her şey, acımasızca yıkıma uğruyor gibi görünür.

Tam ölüm ("kozmik dibe vurma") deneyiminin ardından doğaüstü parlaklığa ve güzelliğe sahip ve genellikle kutsal olarak algılanan ışık vizyonlarıyla kendimizden geçeriz. Bu kutsal görünüme güzel gökkuşağı oyunları, şeffaf tavus kuşu şekilleri ve meleksi varlıkların olduğu cennetsi gerçekliklerin vizyonları ya da ışık olarak beliren tanrılar eşlik edebilir. Ayrıca Büyük Ana Tanrıça'nın arşetip figürüyle ya da kültürel tezahürlerinden biriyle derin bir karşılaşma yaşayabiliriz.

Ruhsal ölüm ve yeniden doğum deneyimi "deriyle sarmalanmış ego" kimliğimizin zayıflayıp aşkın alanla yeniden bağ-

lantı kurma yönündeki önemli adımlardan biridir. Kendimizi kurtulmuş, özgürleşmiş ve kutsanmış hissederiz. Ayrıca tanrısal doğamız ve kozmik konumumuz hakkında yeni bir farkındalık kazanır; kendimize, başkalarına, doğaya, Tanrı'ya ve genel olarak tüm varoluşa karşı olumlu duygularla dolarız. İyimserlikle dolarız, fiziksel ve duygusal olarak kendimizi iyi hissederiz.

Şunu vurgulamak gerekir ki böylesi bir iyileşme ve yaşam değiştirici deneyim biyolojik doğumun son aşamaları az çok doğal bir süreç izlemişse gerçekleşir. Eğer doğum çok yorucu ve ağır anestezi altında gerçekleştiyse yeniden doğum deneyimi böyle özgürleştirici ve ışıklı bir niteliğe sahip olmaz. Sarhoşluktan sersem bir halde, mide bulantısı ve bulanık bir şuurla uyanmaya ve toparlanmaya benzer. Bu ek konular üzerinde daha fazla psikolojik çalışma gerekebilir ve olumlu sonuçlar daha az çarpıcıdır.

PERİNATAL SÜREÇ ve KOLEKTİF ŞUURDIŞI

Anlattıklarımdan da göreceğimiz gibi psişenin perinatal düzeyi oldukça önemli bir kavşak noktasıdır. İnsanın biyolojik varoluşunun üç önemli yönünün –doğum, seks ve ölüm– kesişim noktası olmakla kalmaz, aynı zamanda yaşamla ölüm, bireyle türler, psişeyle ruh arasındaki ayrım çizgisidir. Psişenin bu düzeyinin içeriklerinin tam şuurlu deneyimi iyi özümsendiğinde hayal edilemeyecek sonuçlar verebilir ve ruhsal açılım ile derin kişisel dönüşüme götürebilir.

İnsanlar deneyime dayalı içsel araştırmaya genellikle kişisel nedenlerle başlarlar; tedavi amacıyla ya da duygusal ve ruhsal gelişimleri için. Ancak perinatal deneyimlerin bazı yönleri gösteriyor ki burada olan şey, kişinin dar menfaatlerini aşan cinstendir. Yaşanan duyguların ve fiziksel hislerin yoğunluğu ve tarih sürecinde sayısız insanlarla özdeşleşme bu deneyimlere özel bir transpersonel nitelik verir.

Holotropik bir şuur halini içeren güçlü bir seanstan alınan aşağıdaki pasaj perinatal deneyimlerin doğasını, yoğunluğunu

ve insanlığın kolektif şuurdışını ne derece kapsadığını güzel bir şekilde gösterir. (Bache 1997)

> Bu seansın böylesine ıstıraplı olması beni şaşırtmıştı ve hazırlıksız yakalanmıştım. Kişisel değildi ve biyolojik doğumumla da pek ilgisi yoktu. Çektiğim acı öncelikle türlerin doğumuyla ilgiliydi; benimki ikinci sırada geliyordu. Deneyim alanım tüm insanlık ırkını ve tüm insanlık tarihini kapsayacak kadar genişledi ve bu "Ben" tam olarak ifade edemeyeceğim bir dehşetin içine düşmüştü. Öfke dolu bir çılgınlık, kabaran kaleydoskopik bir kaos, acı ve yıkım alanıydı. Sanki dünyanın her köşesinden insanlar toplanmış ve tam anlamıyla çılgına dönmüştü.
>
> İnsanlar bilimkurgu teknolojisiyle desteklenmiş bir vahşilikle birbirlerine saldırıyorlardı. Binlerce insandan oluşan akınlar önümden geçiyor ya da önümde çarpışıyorlardı; bazıları birkaç şekilde öldürüyor, diğerleri öldürülüyor, bazıları endişe içinde, diğerleri tutsak edilmiş, bazıları dehşetle izliyor ve çığlık atıyor, diğerleri ise çılgına dönmüş bir türün yarattığı hayal kırıklığıyla birlikte seyrediyordu. Ve onların deneyimlerinin hepsi "Ben"dim. Ölümlerin ve çılgınlığın oranını anlatmak imkânsız. Sorun neye göre kıyaslayacağımda. Benim vereceğim benzetmeler yalnızca basit kalacaktır.
>
> Bu tür bir acı tüm insanlık tarihini içerir. Türlere özgü ve arşetipseldir. Hayal gücümüzün ötesindeki en vahşi ve korkunç bilimkurgu dünyalarına benzer. İnsanlarla birlikte acı verici galaktik patlamalardaki milyarlarca maddi parçayı da içerir. Tüm sınırların ötesindeki dehşet. İnsan türünün ve evrenin sarsılışıdır. Doğanın ve İnsani duyarsızlığın yol açtığı acı dolu sahneler de geçmektedir. Tüm dünyada açlık çeken binlerce çocuk, şişmiş cesetleri, sistemli ekolojik kirlilik ve vurdumduymazlıkla kendilerini öldüren insanlığa boş bakan gözler. Kadın ve erkekler arasında geçen birçok şiddet olayı –tecavüz, dayak, tehdit, intikam– birbirini izleyen yıkım döngüleri.

Perinatal deneyimlerin olağandışı doğası bazı ilginç ve önemli soruları akla getirir. Derin özkeşif sürecinde neden kişi-

sel sınırlarımızı aşıp da kolektif şuurdışı ve türümüzün tarihiyle bağlantıya geçtiğimiz bir aşamaya ulaşırız? Bunun, ölüm ve doğumun yeniden yaşanmasıyla bu kadar bağlantılı olmasının nedeni nedir? Bu süreç nasıl ve neden cinsellikle bu kadar bağlantılıdır? Bu deneyimlere sıklıkla katılan arşetip unsurların rolü nedir? Ve son olarak, bu sürecin işlevi ve anlamı nedir, ruhsallık ve şuur evrimiyle nasıl bir bağlantısı vardır?

Bu arada Christopher Bache'nin çalışmasına değinmek istiyorum (1996). Bache perinatal düzeyde kolektif acı sorunu ve türün ruhsal uyanışında bireyin rolünü açıklamak için ilginç bir girişimde bulundu. Bache'ye göre perinatal sürecin amacı, bizi aydınlanmamış yaşamın sınırlarından kurtarmak ve asıl doğamızı, yaratıcı ilkeyle özdeki birliğimizi anlamamızı sağlamaktır. Perinatal düzeyin Roma tanrısı Janus gibi iki yüzü vardır. Bakış açımıza göre –beden-ego ya da transpersonel Benlik– görünen yüzü değişecektir.

Kişisel açıdan bakıldığında perinatal düzey bireysel şuurdışının bodrumudur; yani hayatımızı ve beden bütünlüğümüzü ciddi derecede tehlikeye sokan deneyimlerden kalan hazmedilmemiş deneyim parçalarının deposu. Bu açıdan bakıldığında perinatal süreci ve içerdiği şiddeti kişisel varlığımıza bir tehdit olarak algılarız. Transpersonel açıdan bakıldığında beden-ego'yla özdeşleşme, hayatlarımızı doyum vermeyen, yıkıcı bir şekilde yaşamamızdan sorumlu önemli bir bilgisizliğin ve tehlikeli bir yanılsamanın ürünü olarak görülür. Bu gerçek anlaşıldığında perinatal deneyimler –şiddet dolu ve ıstıraplı doğasına rağmen– hatalı kimlik duygumuzun zindanlarını yıkarak ruhumuzu özgürleştirmeyi amaçlayan sevgi dolu atılımlar olarak görülür. Yok edilemeyeceğimizi, aksine gerçek doğamızla yeniden bağlantı kurduğumuz daha üst bir gerçekliğe doğduğumuzu anlarız.

KİŞİSEL DÖNÜŞÜM ve TÜR ŞUURUNUN İYİLEŞMESİ

Bebeklik, çocukluk ve daha sonraki yaşantımızdan gelen hazmedilmemiş duygusal ve fiziksel acı anılarını şuurdışımızdan

temizlemenin mümkün olduğunu deneyime dayalı terapi uygulamalarından biliyoruz. Bu, bu süreçte ortaya çıkan olumlu deneyimleri de izleyerek, hayatımızı güvensiz ve doyumsuz bir şekilde yaşamamıza neden olan geçmiş travmaların olumsuz etkisinden bizi kurtarır. Christopher Bache perinatal deneyimlerin insan türünün travmatik geçmişinin iyileştirilmesinde de önemli bir rolü olabileceğini ileri sürmektedir.

Bache, insanlık tarihinin dokusuna işlemiş şiddet ve doymak bilmez açgözlülük arularının da kolektif şuurdışında insanlığın şu anki durumunu kirleten sıkıntılara neden olabileceğini söylüyor. Şuurumuz beden-egoyu aştığı için iyileşmenin etkisi bireysel sınırların ötesine neden geçmesin? İnsanlık tarihi boyunca sayısız insan neslinin birbirine çektirdiği acıyı deneyimlemek suretiyle kolektif şuurdışını temizleyip daha iyi bir geleceğe katkıda bulunamaz mıyız?

Ruhsal literatür kişisel olarak çekilen acının dünya üzerinde kurtarıcı etkisi olduğunu gösteren büyük örnekler sunar. Hıristiyan geleneğinde Hz. İsa insanlığın günahları için çarmıha gerilerek ölmüştür. Bu, Hz. İsa'yı anlatan mitolojik cehennem Azabı temasında çarpıcı bir şekilde anlatılmıştır; Hz. İsa çarmıh üzerinde –ölümüyle yeniden doğuşu arasında– cehenneme iner ve çektiği ıstırap ve kendini kurban edişiyle günahkârları cehennemin pençesinden kurtarır. Hindu geleneği ileri düzeydeki yogilerin dünyadaki durumu ve insanlığın kolektif sorunlarını oldukça olumlu yönde etkileyebileceklerini kabul eder. Yogiler bunu derin meditasyonda mağaralarını terk etmeden içsel olarak gerçekleştirirler.

Mahayana Budizmi'nde aydınlanmaya ulaşan Bodisatva'ya dair güzel bir arşetip imge vardır. Bodisatva aydınlanmaya ulaşır, ancak nirvanaya girmeyi reddeder ve tüm bedenli varlıklar kurtulaşa erene dek reenkarne olma kararı alır. Bodisatva'nın başkalarına yardım amacıyla bedenli varoluşun ıstırabını üzerine alma kararlılığı aşağıdaki etkileyici yeminde ifade bulur:

Bedenli varlıklar sayısızdır;
Hepsini kurtaracağıma and içerim.
Yanılgılar yok edilemezmiş;
Hepsine son vereceğime and içerim.
Dharmanın kapıları çoktur;
Hepsine gireceğime and içerim.
Budanın yolu yücedir;
Tamamlayacağıma and içerim.

ÖLMEDEN ÖLMEK

Holotropik hallere giren birçok insan psişenin perinatal düzeyini aşkın âlem ve maddi gerçeklik arasında, her iki yönde de işleyen bir geçit olarak tanımlar. Biyolojik doğum sırasında maddi dünyaya doğarak aşkın boyutta gerçekliklere "ölürüz". Fiziksel ölümümüz de ruhsal dünyaya doğum olarak görülebilir.

Ancak ruhsal doğum, bedenin ölümüne bağlı olmak zorunda değildir. Derin özkeşif sürecindeki herhangi bir zamanda, hatta kendiliğinden ortaya çıkan psikospiritüel krizler esnasında bile gerçekleşebilir. Herhangi bir biyolojik yıkımı içermeyen tamamıyla sembolik bir olaydır; "Egonun ölümü" ya da "ölmeden ölmek"tir. On yedinci yüzyıl Alman Augustin keşişlerinden Abraham a Sancta Clara bunu tek bir cümleyle şöyle özetlemiştir: "Ölmeden ölen insan öldüğünde ölmez."

"Ölmeden ölmek" meselesi tüm şamanik tradisyonlarda önemli bir role sahiptir. İnisiyasyonda yaşadıkları krizde ölüp yeniden doğan şamanlar ölüm korkusundan kurtulur ve bu deneyime aşina olurlar. Sonuç olarak bu âlemi daha sonra kendi yöntemleriyle ziyaret edip aynı deneyimi başkalarının da yaşaması için aracı olurlar. Akdeniz bölgesinde ve antik dünyanın diğer bölgelerinde yaygın olan ölüm ve yeniden doğuş ayinlerinde, inisiyeler ölümle derin bir sembolik karşılaşma yaşarlardı. Bu süreçte ölüm korkusunu kaybederek yaşam için tamamıyla yeni değerler ve stratejiler geliştirirlerdi.

Psikospiritüel ölüm ve yeniden doğuş deneyimi ("ikinci doğum," "sudan ve ruhtan doğmak," "bir dvija olmak" birçok dini gelenekte önemli bir rol oynamıştır. Tüm endüstri öncesi toplumlar bu deneyimlere hem kişisel hem de kolektif açıdan hayli önem vermiş ve çeşitli ayinler çerçevesinde bu deneyimleri yaşatmanın güvenli ve etkili yollarını geliştirmişlerdir. Modern psikiyatristler bu deneyimleri patolojik olgular olarak görürler ve çağdaş insanlarda kendiliğinden ortaya çıktığında bunları ayrım yapmaksızın bastırırlar. Bu talihsiz strateji Batı medeniyetinin ruhsal kayba uğramasına hayli katkıda bulunmuştur.

CİNSELLİK: KURTULUŞA GÖTÜREN BİR YOL MU YOKSA RUHSAL YOLDA BİR ENGEL Mİ?

Seks de doğum ve ölüm gibi benzer bir belirsizliğe sahiptir. Koşullara göre derin birleştirici deneyimlere götürebileceği gibi ayrılık ve yabancılaşmayı da artırabilir. Belli bir durumda bu ikisinden hangisinin olacağı koşullara ve söz konusu insanların tutumuna bağlıdır. Cinsel ilişkide bulunan insanlar birbirlerine aşk ve saygı hisleri duymuyorlarsa ve de yalnızca içgüdüsel dürtülerle ya da güç ve egemenlik kurma ihtiyacıyla hareket ediyorlarsa cinsel ilişkide bulunmak ayrılık ve yabancılaşma hislerini artıracaktır. Cinsel birleşme, kişisel olarak olgun, sadece biyolojik bakımdan değil, duygusal olarak da uyumlu ve karşılıklı anlayışa sahip iki insan arasında gerçekleşirse sevişmek derin bir ruhsal deneyimle sonuçlanabilir. Bu koşullar altında kişisel sınırlarını aşarak birbirleriyle bir olma hislerini deneyimleyebilecekleri gibi kozmik kaynakla birleştikleri duygusunu da yaşayabilirler.

Seksin ruhsal potansiyeli Hindistan'daki Tantrik uygulamaların temelini oluşturur. Panchmakara, afrodizyak ve psikodelik içeriği olan güçlü Ayurvedik bitki karışımlarının içildiği ayrıntılı bir Tantra ayinidir. İncelikli ve geleneğe oldukça uygun bir ayin partnerlerin dişil ve eril arşetip ilkelerle özdeşleşmelerini sağlar. Uzun süren ayinsel bir cinsel birleşmeyle *(maithuna)* sona erer.

Katılımcılar özel bir eğitimle biyolojik orgazmı denetim altına alırlar ve uzatılan cinsel uyarı mistik bir deneyimi canlandırır. Bu ayin sürecinde partnerler gündelik kimliklerini aşarlar. Arşetip varlıklardan Şiva ve Şakti'yle tam olarak özdeşleşip kutsal bir evliliği –birbirleriyle ve kozmik kaynakla yaşanan tanrısal bir birleşme– deneyimlerler. Tantrik sembolizmde cinsellik ve üreme işlevlerinin –jenital birleşme, adet kanaması, gebelik ve doğum gibi– çeşitli yönleri yalnızca biyolojik karşılıklarıyla anlaşılmazlar. Bunlar kozmik yaratıcı sürecin daha üst düzeylerine de karşılık gelir.

DOĞUM, SEKS ve ÖLÜMLE İLGİLİ ŞUUR ARAŞTIRMALARINDAN ELDE EDİLEN İÇGÖRÜLERİN PRATİK SONUÇLARI

Bu bölümde anlatılan gözlemlerin önemli pratik sonuçları vardır. Doğum/seks/ölüm üçlemesine karşı tutumumuz ve bunlarla ilgili uygulamalarımız değiştiğinde kişisel yaşantımızın niteliğiyle birlikte insan türü ve gezegenin geleceği de derinden etkilenebilir. Doğum öncesindeki, doğumdaki ve doğum sonrasındaki olayların anıları şuurdışımızda derin izler bırakır ve yaşantımızda köklü bir etki yaratır. Bu nedenle çocukların gebelikten gençliğe dek içinde bulundukları koşulları iyileştirebilmek için elimizden geleni yapmak zorundayız.

Gençlerin cinsel eğitiminde akıldışı ahlaki ve dini çarpıtmalar, gerçekdışı öğütler, kısıtlamalar ve beklentilerden arınmış bilgiler verilerek işe başlanmalıdır. Üreme işlevleri hakkında önyargısız teknik bilgi vermek yeterli olmaz. Tamamıyla biyolojik bir faaliyet olarak görülen ve en kötü haliyle betimlenen seks imgesinin temelde ruhsal bir faaliyet olduğunu yeniden açığa çıkarmamız gerekir. Diğer önemli bir görevse fetusun şuurlu bir varlık olduğu gerçeğine dikkati çekmektir. Bu ise gebe kalmanın sorumluluğunu artıracak ve gebe annenin fiziksel ve duygusal durumunun ne kadar önemli olduğuna dikkatleri çekecektir. Yetişkinlik sonrası eğitim, olası ebeveynlik için ruhsal olgunluğu artırıcı unsurları içerirse oldukça etkili olur.

Doğum annenin perinatal şuurdışını tipik olarak harekete geçirir ki bu, doğum sürecini duygusal ve fizyolojik olarak etkileyebilir. Bu nedenle kadınların hamile kalmadan önce kendi özkeşif çalışmalarını yaparak bu olası rahatsız edici şuurdışı unsurları ortadan kaldırmaları ideal olur. Daha sonra da doğum anına özel bir özen gösterilmelidir. Doğum için iyi bir psikolojik ve teknik hazırlık, çocuk doğumu için doğal koşullar ve doğum sonrası anne ve bebek arasında yeterli fiziksel temas bunların arasında yer alır. Doğum koşullarının gelecekteki olası şiddet ve yıkım eğilimlerine ya da aksine sevecen davranışlara ve sağlıklı insan ilişkilerine ortam hazırladığına inanmamız için iyi nedenlerimiz vardır.

Fransız kadın doğum uzmanı Michel Odent (1995) bu perinatal izlerin duygusal yaşamımızı sevgi ya da nefrete nasıl yönlendirebileceğinin türümüzün tarihi gelişiminden anlaşılabileceğini göstermiştir. Doğum sürecinin iki yönü vardır ve her ikisi de belli hormonları içerir. Annenin gerginlik dolu faaliyetleri adrenalin sistemiyle bağlantılıdır. Adrenalin mekanizmaları türlerin evriminde annenin doğal bir çevrede doğum yaptığı zamanlarda saldırma ve koruma dürtüleri için aracı olmuştur. Dişilerin doğumdan hemen kalkıp saldırganla savaşmalarını ya da kaçmalarını olası kılmaktadır.

Evrim açısından önemli olan doğumla ilgili bir diğer konu anne ve yeni doğan bebek arasındaki bağın oluşmasıdır. Bu süreçte hayvan ve insanlardaki annelik duygularını kabartan oksitosin ve bağlılığı artıran endorfin bulunur. Emzirmede etkisi olan prolaktinin de benzer bir etkisi vardır. Birçok hastahanedeki faal, gürültülü ve karmaşık atmosfer endişe yaratır ve gereksiz yere adrenalin mekanizmasını çalıştırır. Potansiyel olarak tehlikeli bir dünya izlenimi verir. Böyle bir durum ilkel devirlerdeki cangıl ortamı gibi saldırgan tepkileri harekete geçirir. Sessiz, güvenli ve özel bir ortam ise sevgi dolu ilişkileri besler. Doğum uygulamalarındaki köklü gelişimler insan türünün duygusal ve fiziksel refahı üzerinde hayal edilemeyecek olumlu etkiler yaratabilir ve

şu anda gezegendeki yaşamı yok etmekle tehdit eden çılgın davranışları azaltır.

Prenatal (doğum öncesi) ve perinatal geçmişin ruhsal yaşamımızda da önemli etkileri vardır. Daha önce de gördüğümüz gibi enkarnasyon ve doğum bizi asıl doğamız olan Mutlak Şuur'dan koparır. Rahimdeki ve doğumdan sonraki olumlu deneyimler embriyonal ya da çocukluk hayatımız süresince ruhsallığa en yakın olduğumuz anlardır. "İyi rahim" ve "iyi emzirme" transandantal düzeye götüren köprü görevi görür. Uterus içindeki, doğumdaki ve erken postnatal (doğum sonrası) periyottaki olumsuz deneyimler ise ilahi kaynaktan daha fazla uzaklaşmamıza neden olur.

Doğum öncesi ve sonrası deneyimlerimiz genel olarak olumlu olduğu takdirde kozmik kaynakla bağımızı doğal olarak sürdürürüz. Doğadaki ve kozmostaki tanrısallığı sezebiliriz ve tezahür etmiş varlığın tadını çıkarırız. Erken gelişimimiz birbirini izleyen bir dizi travmadan oluşuyorsa tanrısal kaynaktan öylesine kopabiliriz ki maddi dünyadaki varlığımız duygusal ıstıraplarla dolu acı bir sınav halini alır. Bazen çok sert travmalarda şuur bedenden ayrılıp transpersonel gerçekliğe sığınabilir. Bu ise ilerideki zor yaşam koşullarından kaçmak için kullanılan bir savunma mekanizmasıdır. Böylesi bir ruhsal bağlantı bizi aşırı ıstıraptan korumaya yardımcı olabilir, ancak bu mekanizma kişiliğin geri kalanıyla iyi bütünlenmediği için yaşam kalitesini artırmaz.

Ölüme karşı tutumumuzda da kökten değişimler olmalıdır. Ölümün şuurdışımızda güçlü ve önemli bir etkisinin olduğunu görmüştük. En derin tezahürleri transpersonel yapıdadır. Kötü arşetip figürler ve diğer enkarnasyonlardan gelen yaşam tehdit edici karmik kayıtlar şeklindedir. Rahimdeki, doğum sırasındaki ve doğum sonrasındaki yaşam tehdit edici olayların anıları ölüm korkusunu artırır. Birçoğumuz için, yaşamımızın daha sonraki bölümünde deneyimlediğimiz ciddi travmalarla bu korku tamamlanır. Şuurdışımızdaki bu tehdit edici ölüm korkusu

gündelik yaşamımızı etkiler ve hayatımızı birçok açıdan yapaylaştırır. Teknoloji toplumları bu durumu genel olarak inkâr ve reddeder. Bunun ise hem bireysel hem de kolektif düzeyde yıkıcı sonuçları vardır.

İnsanlığın geleceği için bu inkârı bırakmamız, fani ve ölümlü olduğumuzu kabul etmemiz gerekir. Ölüm korkusuyla yüzleşip bu korkuyu tam olarak şuurumuza getirecek ve bu korkuyu aşmamızı sağlayacak kadim ve modern teknikler bulunmaktadır. "Ölmeden ölmenin" transandantal boyutlara kanallar açabileceğini ve sonuçta gerçek kimliğimizin keşfedilmesiyle sonuçlanacak bir yolculuk başlatabileceğini görmüştük. Bu süreçte duygusal ve psikosomatik olarak iyileşebiliriz ve yaşantımız daha tatminkâr ve otantik bir hal alır. Bu derin psikospiritüel dönüşüm şuurumuzu tamamıyla farklı bir düzeye yükseltir ve yaşamlarımızı daha pozitif ve verimli hale getirir.

Bu sürecin varlığını fark etmek ve doğasını anlamak çok önemlidir. Ölüme yakın deneyimlerde ve kendiliğinden oluşan psikospiritüel krizlerde bunu deneyimleyen insanlara destek olmak ve rehberlik etmek önemlidir. Önemli bir diğer adım ise çeşitli kadim ve modern özkeşif metotlarını geniş çapta yaygınlaştırmak ve bu sürece bilerek girmeyi olası kılmak gerekir. Endüstri öncesi ve kadim toplumlarda özellikle bu amaç için tasarlanmış –geçiş ritleri, ölüm ve yeniden doğum ayinleri gibi– belirli prosedürler vardır. Son otuz kırk yılda şuur araştırmaları, transpersonel psikoloji ve tanatoloji (ölüm bilimi) ile yeniden keşfedilen kadim bilgilere şükürler olsun ki artık yaşantımızı ve ölümümüzün niteliğini oldukça geliştirebilme olasılığına sahibiz.

Yaşamlarında ölüm ve doğumla karşılaşma deneyimi yaşayıp transpersonel gerçekliklerle bağlantı kurmuş insanlar fiziksel ölümün hayatlarının sonu olmadığına inanmak için oldukça iyi nedenlere sahipler. Şuurun fiziksel bedenin sınırlarını aştığını ve bedensiz olarak da faaliyet gösterebildiğini kişisel olarak deneyimlediler. Sonuç olarak ölümü son bir yenilgi ve yok olma değil farklı bir varoluş haline geçiş ve şuurdaki hayret verici bir

macera olarak görüyorlar. Başlı başına böyle bir tutum bile ölüm ve ölüme karşı yaklaşımımızı kökten değiştirebilir. Ayrıca derin özkeşifte bulunan insanlar şuurdışının birçok zorlu yönüyle tedricen ilgilenme fırsatına sahipler ki aksi takdirde bunlarla yaşantımızın sonunda uğraşmamız gerekecektir.

Holotropik hallerde edinilen içgörüler hem kendimizin hem de başkalarının yaşamlarının son aşamalarına yaklaşımımızı da önemli derecede etkiler. Varlığımızın asıl boyutunun madde değil şuur olduğunu anladığımızda ne pahasına olursa olsun yaşamı mekanik olarak uzatmaktan ziyade ölmek ve ölüm deneyiminin doğası ve niteliğiyle ilgileneceğiz. Ölen insanlarla yaptığımız çalışmalarda iletişimin niteliğine önem vereceğiz ve anlamlı ruhsal destek sağlayacağız. Modern tıbbın teknolojik ustalığını samimi insan ilgisiyle tamamlayacağız ve bazen de değiştireceğiz.

Tibet'in Ölüler Kitabı *Bardo Thödol'da* anlatılan bilgiler doğruysa ölüme yaklaşımımız ve ölüm deneyimimiz oldukça önemlidir. Uygun olarak hazırlandığımızda ölüm anı ruhsal kurtuluş için eşsiz bir fırsattır. Tibet öğretilerine göre eğer başarılı olamazsak ölüme hazırlanma niteliğimiz ya da böyle bir hazırlığın yoksunluğu bir sonraki enkarnasyonumuzun doğasını belirleyecektir.

8

KARMA ve REENKARNASYON GİZEMİ

Bir zamanlar bir erkek ve bir kız çocuk, bir çalı ve bir kuş ve de tuzlu sulardaki sessiz balık olmuştum.

—Empedokles

Bir Asyalı bana Avrupa'nın tanımını sorsa, ona şöyle yanıt vermek zorunda olduğumu hissederim: İnsanın hiçlikten yaratıldığı gibi müthiş bir yanılgı içerisinde olan ve bu doğumu hayata ilk gelişi sanan insanların yaşadığı bölge.

—Arthur Schopenhauer, *Parerga ve Paralipomena*

KÜLTÜRLERARASI BAKIŞ AÇISINDAN REENKARNASYON

Maddeci Batı bilimine göre hayatımız sperm ve yumurtanın birleşiminden biyolojik ölüme kadarki süreyle sınırlıdır. Bu varsayım sadece bedenlerden ibaret olduğumuz inancının mantıki sonucudur. Beden biyolojik ölüm sırasında işlevini yitirip çözülmeye başladığı için bu anda yok olduğumuz aşikar gibi görünür. Bu bakışaçısı tüm yaygın dinler ile kadim ve endüstri öncesi manevi sistemlerin inançlarıyla ters düşer. Bu dinler ve sistemler ölümü bir varlığın sonu olarak değil, bir geçiş olarak görürler. Birçok Batılı bilimadamı ölümden sonra varlığımızın devam edebileceği olasılığını reddeder hatta aşağılar. Bu düşüncenin, ölüm ve faniliğin acı gerçeğiyle yüzleşemeyen insanların bilgisizliği, hurafesi ve ilkel düşüncesi olduğunu söylerler.

Endüstri öncesi toplumlardaki ölümden sonraki yaşam inancı, ne olduğu belli olmayan bir Öteâlem ile sınırlı değildir. Birçok kültürün mitolojileri öldükten sonra ne olacağına dair belirli tanımlamalar sunar. Ruhun ölüm sonrası yolculuğu için ayrıntılı haritalar sunup bedensiz varlıkları barındıran çeşitli planları –cennetler ve cehennemler– tasvir ederler. Özellikle ilginç olan reenkarnasyon inancıdır. Bu inanca göre bireysel şuur birimleri dünyaya dönmeye devam eder ve bir dizi bedenli varlık deneyimi yaşar. Bazı manevi sistemler reenkarnasyon inancını karma yasasıyla birleştirir. Karma yasasına göre daha önceki yaşamlardan gelen kazanılmış haklar ve borçlar daha sonraki yaşamların niteliğini belirler. Reenkarnasyon inancının çeşitli türleri coğrafya ve tarihe göre geniş bir dağılım gösterir. Aralarında binlerce mil ve yüzyıllar bulunan kültürlerde, genellikle birbirlerinden bağımsız olarak gelişmiştir.

Reenkarnasyon ve karma kavramı birçok Asya dininin – Hinduizm, Budizm, Caynizm, Sihizm, Zerdüştçülük, Tibet Vajrayanası, Japon Şintoizmi ve Çin Taoculuğu– temel taşıdır. Benzer düşünceler Afrika kabileleri, Amerikalı Kızılderililer, Kolomb öncesi kültürler, Polinezya Kahunaları, Brezilya'daki *umbanda* uygulayıcıları, Galyalılar ve Druidler gibi tarihi, coğrafi ve kültürel olarak birbirinden farklı gruplarda görülebilir. Antik Yunan'da Pisagorcular, Orfikler ve Platoncular gibi önemli düşünce okulları bu doktrini onaylamışlardır. Essenîler, Ferisîler, Karaitler ve diğer Yahudi ve yarı-Yahudi gruplarca da benimsenmiştir. Ayrıca ortaçağ Yahudiliğinin kabalacı teolojilerinin de önemli bir bölümünü oluşturur. Yeni Platoncular ve Gnostikler ile modern zamanların Teozofistleri, Antropozofistleri ve bazı ruhçularını da belirtmeliyiz.

"Var olmamız için gerekli olan şey hatırlama değil, unutma gücüdür. Eğer ruhun göçü bilgisi doğruysa, o zaman bu ruhlar bedenlerini değiştirdikleri sırada unutma denizinden geçmiş olmalıdırlar. Yahudi bakış açısına göre bu geçişi Unutma Meleği'nin himayesinde gerçekleştiririz. Ancak Unutma Mele-

ği bazen bir önceki dünyanın kayıtlarını belleğimizden silmeyi unutur; böylece başka bir yaşamdan parça parça anılar anımsarız. Tepelerin üstündeki ve zihnin vadilerindeki parçalı bulutlar gibi gezinirler ve şu anki varoluşumuzun dokumasına katılırlar."

Modern araştırmacılar Sholem Ash'ın bahsettiği unutma perdesinin kısmen kalktığını gösteren oldukça fazla sayıda gözlemi bir araya getirmiştir. Bu araştırmacıların çoğu gündelik yaşamda kendiliğinden oluşan ya da holotropik şuur hallerini içeren çeşitli tedavi seanslarında gerçekleşen canlı geçmiş yaşam deneyimlerini araştırmış ve tanımlamıştır. Başka araştırmacılar ise hipnoz ya da diğer bazı yöntemleri kullanarak insanları psişelerinin belirli bölgelerine ulaştırıp reenkarnasyon hakkında ek bilgi toplamıştır. Bu türden yönlendirmeli geçmiş yaşam araştırmalarının doğruluğunu deneysel olarak kanıtlama amacıyla ilginç çalışmalar da yapılmıştır (Wambach 1979). Ve son olarak Tibet manevi geleneğinde bu alana başka bir bakış açısından değerli içgörüler kazandıran şaşırtıcı veriler bulunmaktadır.

GEÇMİŞ YAŞAMLARINI HATIRLAYAN ÇOCUKLAR

Reenkarnasyon sorunuyla ilgili en ilginç olgu çocuklarda kendiliğinden ortaya çıkan geçmiş yaşam deneyimleridir. Dünyadaki birçok ülkeden veriler, küçük çocukların başka bir bedende, başka bir zaman ve mekânda, başka insanlarla birlikte geçirdikleri yaşamlarını anımsadıklarını belirtir. Bu anılar bu çocukların ve ebeveynlerinin yaşamlarında birçok sorun yaratabilir. Fobiler ve olağandışı huylar ile belirli insan, yer ve durumlara karşı garip tepkiler verme gibi "geçmiş yaşamdan aktarılan" rahatsızlıklar bu sorunlar arasında yer alır. Bu tür vakalarla ilgilenen çocuk psikiyatristlerinin raporları bulunmaktadır. Bu anılar genellikle üç yaş dolaylarında anımsanır ve beş ila sekiz yaşları arasında unutulur.

Charlottesville'deki Virginia Üniversitesi'nde psikoloji profesörü olan Ian Stevenson benzeri üç bin vaka üzerinde titiz bir

araştırma yapmış ve kitaplarında yayımlamıştır (Stevenson 1966, 1984, 1987). Stevenson'un incelediği vakalar reenkarnasyonu kabul eden "ilkel" ve "egzotik" kültürlerle beraber Büyük Britanya ve Birleşik Devletler gibi Batılı ülkeleri de kapsamaktadır. Dikkatli ve tutucu bir araştırmacı olan Stevenson yalnızca birkaç yüz vakayı araştırmasına dahil etmiştir; çünkü vakaların birçoğu araştırması için koyduğu yüksek standartlara uymamaktadır. Yalnızca en iyi bilimsel delillere sahip olan vakaları dahil etmiş, birçok vakayı elemiştir, çünkü bu vakalarda aile, çocuklarının bu durumundan sosyal prestij ve toplumsal ilgi olarak fayda sağlamıştır. Bazı vakaları ise tutarsız tanıklık, hatalı bellek (kriptomnezi), tutarsız karakter ya da hile belirtileri yüzünden dahil etmemiştir.

Stevenson'un araştırmasındaki bulgular kayda değerdir. Yayınladığı tüm vakalarda çocukların bu bilgileri normal yollarla alma olasılıklarını ortadan kaldırdığı halde çocukların hikâyelerini inanılmaz ayrıntılarla doğrulayabilmiştir. Bazı vakalarda çocukları daha önceki yaşamlarından hatırladıkları köy ya da kasabaya götürmüştür. Çocuklar şimdiki yaşamlarında orada hiç bulunmadıkları halde köyün topografisine aşinadırlar ve yaşadıklarını iddia ettikleri evi bulabilmişlerdir. Hatta "aile" üyeleri ile köylüleri anımsamışlar ve isimlerini bilmişlerdir. Reenkarnasyon hipotezini destekleyen olası en güçlü delil doğum sırasında görülen izlerdir. Bu izler hatırlanan yaşamdan gelen yaralanma ve diğer olayları yansıtırlar ve bu, bağımsız araştırmayla doğrulanabilir (Stevenson 1997).

YETİŞKİNLERDE GEÇMİŞ YAŞAM ANILARI

Yetişkinlerde geçmiş yaşam anılarının kendiliğinden ve berrak bir şekilde yeniden canlanması psikospiritüel kriz (ani ruhsal açılım) anlarında sıklıkla gerçekleşir. Ancak gündelik yaşamdaki olağandışı sayılamayacak şuur hallerinde de çeşitli hatırlama durumları görülebilir. Yaygın görüşü benimsemiş psikiyatristler geçmiş yaşam deneyimlerinin farkındadırlar, ancak bunları cid-

di psikopatoloji belirtileri olarak görürler ve bu durumu ortadan kaldırmak için baskılayıcı ilaçlar kullanırlar. Çağdaş psikolojinin önde gelen kişilik teorileri maddeci paradigmaya sıkı sıkıya bağlıdır ve bunun doğal bir sonucu olarak da "bu hayata bir kez gelinir görüşüne" tabidir.

Meditasyon, hipnoz, psikodelik maddeler ve izolasyon tanklarında kalma gibi psişenin derin düzeylerine girişi sağlayan teknikler geçmiş yaşam deneyimlerini ortaya çıkartabilir. Bedensel çalışmalar, rebirthing, yeniden doğma, holotropik nefes çalışması ya da ilksel terapi gibi deneyime dayalı psikoterapi seanslarında da ortaya çıkabilirler. Çok tutucu bir teorik çatısı olan ve reenkarnasyona inanmayan ya da bu kavrama şiddetle karşı çıkan terapistlerle yapılan seanslarda geçmiş yaşam anılarının istenmeden ortaya çıktığına dair birçok olay duydum. Ortaya çıkan geçmiş yaşam anıları, deneyimi yaşayan kişinin felsefi ve dini inanç sisteminden tamamıyla bağımsız olarak ortaya çıkar.

Tam bir geçmiş yaşam deneyiminde kendimizi başka bir tarihte ve başka bir mekânda buluruz. Bu durum duygusal açıdan oldukça yoğun yaşanır. Kişisel benlik hissimiz korunur, ancak bunu başka bir insan ve başka bir zaman ve mekânla ilgili olarak deneyimleriz. Bu deneyimler genellikle bu yaşamda yoğun ilişkilerimiz olan insanları içerir. Bu anıların duygusal niteliği genellikle oldukça olumsuzdur. Bazen fiziksel acı, panik endişe, derin hüzün ya da suçluluk duygularını içerir. Diğer zamanlarda ise tüketici bir nefret, cinayet işletecek derecede kızgınlık ya da çılgınca kıskanma hisleri yer alır. Ancak bazı durumlarda bu diziler büyük bir duygusal doyum ve mutluluk yaşatabilir. Tutkulu aşk ilişkileri, adanmış arkadaşlıklar ya da ruhsal birliktelikleri yansıtırlar.

Geçmiş yaşam deneyimlerinin en belirleyici özelliklerinden biri de karşılaştığımız durumun yeni olmadığı duygusudur. Bunun daha önce başımıza geldiğini, geçmiş yaşamlarımızdan birinde bu diğer insan olduğumuzu berrak bir şekilde hatırlarız.

Kişinin daha önceki enkarnasyonunda gördüğü bir şeyi yeniden yaşaması (déjà vu) ya da deneyimlemesi (déjà vécu) hissi çok temeldir ve daha fazla analiz edilemez. Rüyalarımızı, hayallerimizi ve fantezilerimizi gerçek yaşamdaki olaylardan nasıl ayırabiliyorsak bu da öyledir. Bir hafta önce gerçekleşen bir anısını anlatan birini bu olayın gerçekleşmediği ve bunu kurguladığı konusunda ikna etmek zor olacaktır. Geçmiş yaşam anıları da benzer bir öznel gerçeklik niteliğine sahiptir.

GEÇMİŞ YAŞAM OLGUSUNUN KENDİNE ÖZGÜ NİTELİKLERİ

Geçmiş yaşam deneyimleri şuuru ve insan psişesini inceleyen araştırmacıların ciddi dikkatlerini gerektiren bazı olağandışı özelliklere sahiptir. Bu nitelikler, bütünlüğü içerisinde ele alındığında görülür ki karmik diziler kendine özgü bir olguyu temsil eder ve basit fanteziler ya da patolojik hayal ürünleri değillerdir. Geçmiş yaşam anıları genellikle güvenilir bir şekilde doğrulanabilecek yetişkinlik, çocukluk, bebeklik, doğum ve uterus içi varoluş dönemlerinden gelen anılarla aynı tür süreklilik içinde gerçekleşir. Bazen şu anki yaşamımızdan gelen biyografik anılarla aynı anda gerçekleşir ya da yer değiştirir (Grof 1988, 1992).

Geçmiş yaşam deneyimlerinin bir diğer önemli özelliği de şu anki yaşamımızdaki önemli konular ve çevre koşullarıyla yakından bağlantılı oluşlarıdır. Karmik diziler kendiliğinden ya da derin deneyime dayalı psikoterapi sırasında bütünüyle şuurumuza geldiğinde gündelik yaşantımızda daha önce anlayamadığımız kafa karıştırıcı konular hakkında aydınlatıcı içgörüler kazanabiliriz. Bu, geleneksel psikoterapi yöntemlerinin açıklayamadığı geniş bir yelpazedeki duygusal ve psikosomatik sorunları içerir.

Geçmiş yaşam anılarının hatırlanması deneyimi bu sorunlara sadece yeni bir bakış açısı getirmekle kalmaz; fobiler, psikosomatik ağrılar ya da astım gibi çeşitli ağır semptomların hafiflemesi ya da tamamıyla ortadan kalkmasıyla da sonuçlanabilir.

Diğer insanlarla sorunlu ilişkilerin iyileşmesine de neden olabilir. Bu nedenle geçmiş yaşam deneyimleri psikopatolojinin anlaşılmasına oldukça katkıda bulunabilir ve başarılı bir terapide temel bir rol oynayabilir. Reenkarnasyon kavramını reddettikleri için bu deneyimler üzerinde çalışmayı istemeyen terapistler hastalarını çok etkili bir terapi mekanizmasından mahrum bırakmaktadır.

Karmik olguyu deneyimleyen insanlar deneyimdeki zaman ve kültür hakkında oldukça doğru içgörüler kazanırlar; sosyal yapı, inançlar, ayinler, gelenekler, mimari, giysiler, silahlar ve yaşamın diğer alanları. Çoğu vakada edinilen bilgilerin doğası ve niteliği kişilerin bu bilgileri normal yollarla almış olabilecekleri ihtimalini ortadan kaldıracak türdendir. Geçmiş yaşam deneyimleri genellikle belli tarihi olaylar hakkında bilgi verir.

GEÇMİŞ YAŞAM ANILARININ DOĞRULANMASI

Geçmiş yaşam anılarının doğrulanmasında kullanılan ölçütler bebeklik ya da çocukluk dönemlerinden olayları yeniden yaşadığımızda kullandıklarımızla aynıdır. Hatırlanan anılar hakkında olabildiğince fazla ayrıntı edinmeye çalışırız ve bunları doğrulayacak ya da yalanlayacak bağımsız deliller araırız. Maalesef birçok geçmiş yaşam deneyiminde bu bilgi bağımsız doğrulamaya izin verecek kadar belirgin değildir. Diğer zamanlarda ise bilginin niteliği oldukça yeterlidir, ancak bu sefer de doğrulamayı sağlayacak belirgin ve ayrıntılı tarihi kaynağı yeterli derecede bulmak olanaksızdır.

Yetişkinlerdeki geçmiş yaşam deneyimlerinin çoğu Stevenson'un çocuklarda kendiliğinden ortaya çıkan anılarındaki kadar doğrulama sağlamaz; çocuklar anılarını yetişkinlere göre daha erken bir dönemde hatırlar. Böyle bir engeli normal karşılamak gerekir, çünkü bu yaşamımızdaki anılar bile her zaman objektif olarak kolaylıkla doğrulanamaz. Psikoterapistler telkinsel ya da regresif terapide anımsanan bebeklik ve çocukluk anılarının doğruluğunu değerlendirme girişimlerinde karşılaşılan zor-

lukların farkındalar. Doğal olarak geçmiş yaşam deneyimlerini doğrulamak şu anki yaşamımız hakkındaki materyalle ilgili benzer çabalardan daha zordur. Bu deneyimler belli ayrıntıları içerse de –ki durum her zaman böyle değildir– objektif delil bulmak oldukça zordur. Çünkü söz konusu materyal çok daha eskidir ve genellikle diğer ülkeleri ve kültürleri içerir.

Tüm bu zorluklara karşın tüm gerekli ölçütlerin sağlandığı bazı vakalar bulunmaktadır. Böylesi bağımsız bir araştırmanın sonucu gerçekten olağandışı olabilir. Yıllar içinde çalışmalarımda bazı gözlemler yapabildim. Bu gözlemlerdeki geçmiş yaşam deneyimlerinin içeriği hayret verici ayrıntılarla doğrulanabilir. Bu olgu için doğal bir açıklama bulamadım. Bu deneyimlerin olağandışı kanallardan geldiğine dair içimde hiçbir şüphe yok. Başka araştırmacılardan da benzer vakalar duydum.

Daha önceki kitaplarımda (Grof 1975, 1988) bu türden iki vakayı anlatmıştım. Bunların ilki psikodelik terapi sürecindeki nörotik bir hastayla ilgilidir. Bu kadın birbirini izleyen dört seansta bir on yedinci yüzyıl Çek asilzadesinin yaşamına dair birçok anıyı hatırladı. Bu adam tanınmış diğer yirmi altı aristokratla birlikte Prag'daki Eski Kasaba Meydanı'nda halkın önünde öldürülmüştü. Çek kralını Beyaz Dağ savaşında yenen Hapsburgların halkın önünde gerçekleştirdiği bu infaz Çeklerin moralini bozmayı amaçlıyordu. Bu vakadaki kadının babası kızının haberi olmadan aile soyağacının bağımsız bir araştırmasını yaptı. Araştırma, bu talihsiz adamlardan birinin soyundan geldiklerini onayladı.

İkinci örnekte, bir adam ön çalışmada ve daha sonra Esalen Enstitüsü'nde bir ay süren seminerdeki holotropik nefes çalışması seansları sırasında on altıncı yüzyıldaki İngiltere-İspanya savaşı anılarını yeniden yaşadı. Bu anıların odak noktası İrlanda'nın Batı kıyısında kuşatılan Dunanoir kalesinde İngilizlerce toplu olarak katledilen İspanyol askerleriydi. Bu seanslar sırasında kendini İspanyol askerlere eşlik eden ve onlarla birlikte öldürülen bir rahip olarak deneyimledi. Bir ara elinde üzerine

baş harfler işlenmiş kaplama bir yüzük gördü ve yüzüğün bir resmini çizdi.

Daha sonra yaptığı tarihi araştırmada önceden hakkında hiçbir şey bilmediği bu olayın tamamını doğruladı. Tarihi arşivlerde bulduğu belgelerden bazıları askeri harekat sırasında İspanyol askerlere eşlik eden rahibin ismini veriyordu. Bizi şaşırtan şey ise bu ismin ilk harfleriyle seansı sırasında görüp ayrıntılarıyla çizdiği yüzükteki harflerin aynı oluşuydu.

Geçmiş yaşam deneyimlerinin ilginç özelliklerinden biri de başka insan ve olayları içeren dikkate değer eşzamanlılıklarla bağlantılı olmasıdır. Geçmiş yaşamlarımızdaki kahramanlar genellikle şu anki yaşamımızdaki önemli insanlardır: ebeveynler, çocuklar, eşler, kız ve erkek arkadaşlar ya da büyükler gibi. Yoğun bir geçmiş yaşam deneyimi karmik senaryomuzun önemli bir bölümünü oluşturan insanlara karşı duygu ve davranışlarımızda çarpıcı değişimlere yol açabilir. Bu deneyimler geçmiş yaşam belleğimizde yer alan kahramanların yaşamlarında da belirli değişimler yaratan açıklanamaz gizemli eşzamanlılıklar gösterir. Bu kişiler deneyimi yaşadığımız yerden yüzlerce hatta binlerce mil ötede olabilir ve bu yaşadığımız deneyimden habersiz olabilirler. Buna rağmen bize karşı duygu ve tavırları aynı anda ve bizden bağımsız olarak çarpıcı ve benzer bir değişime uğrayabilir.

KARMİK ÜÇGEN

Bu çarpıcı olguyu anlatmak için kendi yaşamımdan bir örnek vereceğim. Yıllar içinde benzer olayları başka insanlarda da gözlemledim. 1967'deki ABD'ye göçüm kişisel, profesyonel, politik ve kültürel çevremde köklü değişimleri de beraberinde getirdi. Baltimore'a yirmi beş kiloluk bir bavulla geldim. Toplam eşyamın yarısını Prag'daki psikodelik araştırmalarımın belgeleri, diğer yarısını da kişisel eşyalarım oluşturuyordu. Avrupa'daki yaşamımdan geriye kalan yalnızca bunlardı. Benim için tamamıyla yeni bir başlangıçtı bu. Spring Grove'daki ilham verici

çalışma arkadaşlarım, ifade özgürlüğü ve çevremde keşfettiğim tüm güzel şeylerin tadını çıkarsam da tatmin edici bir kişisel hayat kurmada pek başarılı olamamıştım. Sosyal çevremde bulunan uygun yaştaki ve benzeri ilgi alanlarına sahip kadınların tümü evli ya da bir şekilde bağlıydı. Çok can sıkıcı bir durumdu, çünkü bir eşe oldukça fazla gereksinim duyduğum bir evredeydim. Dostlarım ve Spring Grove'daki çalışma arkadaşlarım bu durumla benden daha çok ilgiliydiler ve bir çözüm getirebilmek için oldukça çaba sarf ettiler. Olası partnerleri arayıp çeşitli sosyal toplantılara davet ettiler. Bu, bazı can sıkıcı ve yakışıksız durumlarla sonuçlandı ve meyve vermedi. Durum daha sonra hiç beklenmedik ve köklü bir biçimde birden değişti.

Seymour adlı terapist bir arkadaşın zorlu bir ilişkisi bitmişti ve arkadaşlarım onun eski kız arkadaşı Monica'yı akşam yemeğine davet etti. Monica'yla ilk karşılaşmamda ona karşı güçlü bir çekim hissettim ve derin bir bağlanma hissi duydum. Ona âşık olmam zor değildi. Benim gibi Avrupa kökenli, bekâr, güzel ve zekiydi. Sıradışı çekiciliği, zekâsı ve güzel konuşmasıyla katıldığı her toplantının odak noktası oluyordu. Hemen bu ilişkiye çekildiğimi hissettim. Objektif ve gerçekçi olamıyordum.

Monica'nın benden genç oluşunu bir sorun olarak görmüyordum. Normalde uyarı işaretleri olarak göreceğim aşırı travmatik çocukluğu ve geçmişteki karmaşık ilişkilerini görmezlikten geldim. Bunların ayrıntı olduğunu ve üstesinden gelinebilecek şeyler olduğuna kendimi inandırdım. Bu koşullarda akılcı davranabilseydim C. G. Jung'un anima figürü dediği şeyle karşılaştığımı anlayabilirdim. Monica'yla çıkmaya başladık. Tutkulu ve oldukça fırtınalı bir ilişkimiz oldu.

Monica'nın hal ve davranışları günden güne, hatta saatler içinde değişiklik gösteriyordu. Bana karşı duyduğu yoğun sevgi hisleri yerini uzaklaşma, kaçma ve çekinme hislerine bıraktı. İki olağandışı olayla bu durum daha da karmaşıklaştı. Baltimore'a geldiğimden beri bir zamanlar Monica'nın eski erkek arkadaşı Seymour'un kiraladığı bir stüdyoda oturuyordum. Monica Sey-

mour'u bu stüdyoda ziyaret ediyordu. Şimdi ise aynı apartmana başka bir adamı görmeye geliyordu. Ayrıca Monica'nın kardeşi Wolfgang ilk karşılaştığımız andan itibaren benden nefret etmişti. Monica'yla çok güçlü ve sıradışı bir ilişkileri vardı ve bu ilişki gözle görülür derecede ensest özelliklere sahipti. Wolfgang Monica'yla aramdaki ilişkiye de şiddetle karşı çıkıyor ve bana bir rakip gibi davranıyordu.

İlişkiyi sürdürmekte kararlıydım, ancak yapabildiğim hiçbir şey bu çılgın ilişkiyi etkilemiyordu. Kendimi sürekli olarak bir soğuk, bir sıcak duşa giriyormuşum gibi hissediyordum. Çok can sıkıcıydı, ancak Monica'ya karşı hissettiğim çekilimin garip bir manyetik niteliği vardı. Bu kafa karıştırıcı ve doyumsuz ilişkiyi sonlandıramıyordum.

Bu içine düştüğüm karışık durumla ilgili bazı içgörülere gereksinim duydum. Enstitümüz zihin sağlığı profesyonellerine üç psikodelik seans içeren bir program sunuyordu. Terapötik takımımızın üyeleri bu program için elverişliydi. Monica'yla ilişkimin bir açıklığa kavuşması için aramızdaki sorunlar doruk noktaya ulaştığında bir LSD seansı için başvurdum. Aşağıdaki pasaj bu seanstan alınmıştır. Geçmiş yaşam deneyimleri ve karma yasasıyla ilk karşılaşmamı anlatır:

> Seansın ortasında büyük bir meteora benzeyen ve oldukça kadim bir görünümü olan koyu bir kaya vizyonu gördüm. Gökyüzü açıldı ve muazzam yoğunluktaki bir yıldırım oku kayanın yüzeyine çarpıp yakmak suretiyle gizemli bazı ezoterik semboller çizdi. Kayaya kazınan bu garip hiyeroglifler yanmaya ve kör edici bir ışık yaymaya devam etti. Hiyeroglifleri anlayıp okuyamasam da kutsal olduklarını ve vermek istedikleri mesajı anlayabiliyordum. Şimdiki yaşamımdan önce birçok yaşamım olduğunu ve karma yasasına göre bu yaşamlardaki davranışlardan –hatırlayamasam da– sorumlu olduğumu belirtiyorlardı.
>
> Hatırlamadığım şeylerin sorumluluğunu almayı reddettim, ancak beni teslim olmaya iten yoğun psikolojik baskıya karşı koyamıyordum. Sonunda kaçışı olmayan bir evrensel yasa gibi

görünen bu şeyi kabul etmek zorunda kaldım. Teslim olduğum anda Monica'yı kollarımda buldum; tıpkı geçen hafta onu kollarımda tutuşumu anımsayışım gibi. Devasa boyutlarda arşetipsel bir çukurun içinde havada uçuyor, geniş bir spiralin içinden yavaşça iniyorduk. İçgüdüsel olarak bunun Çağların Uçurumu olduğunu ve zamanda geriye yolculuk yaptığımızı biliyordum.

İniş ebediyen sürdü; sanki hiç bitmeyecekmiş gibiydi. Sonunda çukurun dibine vardık. Monica kollarımdan kayboldu ve kendimi süslü elbiselerle kadim bir Mısır sarayının koridorunda yürürken buldum. Çevremdeki tüm duvarlarda hiyeroglif işlemeli güzel rölyefler bulunuyordu. Baltimore'daki bir reklam panosuna yapıştırılan posterlerdeki mesajları nasıl anlayabiliyorsam bunların anlamını da o kadar iyi anlayabiliyordum. Uzun koridorun öteki ucundan bana yavaşça yaklaşan bir figür gördüm. Aristokrat bir Mısır ailesinin oğlu olduğumu biliyordum ve bana yaklaşan adam o yaşamımdaki kardeşimdi. Figür yaklaştığında Wolfgang olduğunu gördüm. Üç metre kadar önümde durdu ve müthiş bir nefretle yüzüme baktı. Bu enkarnasyonda Wolfgang ve Monica'yla kardeş olduğumuzu fark ettim. İlk çocuk bendim ve bu nedenle Monica'yla evlenerek bu konumun getirdiği diğer birçok ayrıcalıktan faydalanmıştım. Wolfgang kendini yenilmiş hissediyordu ve bana karşı müthiş bir kıskançlık ve yoğun nefret hisleri duyuyordu. Bunun daha sonra kendini çağlar boyunca çeşitli şekillerde tekrarlayan yıkıcı bir karmik modelin başlangıcı olduğunu açıkça gördüm.

Koridorda Wolfgang'la yüz yüze duruyordum ve bana karşı nefretini hissedebiliyordum. Bu acı dolu durumu çözebilmek amacıyla ona telepatik bir mesaj göndermeyi denedim: "Hangi formda olduğumu ve buraya nasıl geldiğimi bilmiyorum. Yirminci yüzyılda şuur değiştirici güçlü bir madde almış bir zaman gezginiyim. Aramızdaki gerginlikten oldukça rahatsızım ve buna bir son vermek için her şeyi yaparım." Kollarımı iyice açtım ve ona şu mesajı gönderdim: "İşte buradayım, sahip olduğum her şey bu! Lütfen bu bağdan bizi kurtarmak için, ikimizi de özgür kılmak için ne yapman gerekiyorsa yap!"

Wolfgang önerim karşısında oldukça heyecanlanmış göründü ve kabul etti. Nefreti güçlü lazer ışınını andıran iki yo-

ğun enerji ışınına dönüştü. Bu ışınlar bedenimi yakarak şiddetli bir acıya neden oldu. Uzun süren acı verici bir işkenceden sonra ışınlar gücünü kaybetti ve sonra da tamamıyla kayboldu. Wolfgang ve koridor kayboldu ve kendimi tekrar kollarımda Monica'yı tutarken buldum. Çağların Uçurumu'nda bu sefer zamanda ileri doğru hareket ettik. Bu arşetipsel çukurun duvarları farklı tarihi dönemlerden sahnelere açılarak Monica, Wolfgang ve beni birçok önceki yaşamlarda gösteriyordu. Tümü de üç işinin arasında geçen zorlu ve yıkıcı, birbirimizi ciddi şekilde incittiğimiz durumları gösteriyordu. Sanki güçlü bir rüzgâr, "karmik bir fırtına" çağlar içinde eserek bu durumlardaki acıyı dağıtarak üçümüzü ölümcül ve acı verici bir bağdan kurtarıyordu.

Bu dizi bitip de tam olarak şu ana döndüğümde anlatılamaz bir mutluluk ve vecd halindeydim. Geri kalan günlerimde hiçbir şey başaramasam bile hayatım üretken ve başarılı olacaktı. Güçlü bir karmik düğümün çözülmesi bir yaşam için yeterli bir başarı gibi görünüyordu.

Deneyimimde Monica'nın varlığı öylesine yoğundu ki bana olanları hissetmiş olması gerektiğini düşündüm. Bir sonraki hafta birbirimizi gördüğümüzde seansa girdiğim öğleden sonra neler deneyimlediğini öğrenmeye karar verdim. Objektifliği korumak için başlangıçta seansımdan bahsetmedim. Ben seansımda Mısır karmik dizinini deneyimlerken onun saat 16:00 ila 16:30 arasında ne yaptığını sordum. "Bunu sorman çok garip" diye yanıtladı, "hayatımın belki de en kötü anlarıydı!"

Sonra bir üstüyle arasında geçen ve daha sonra ofisten kovulmasıyla sonuçlanan sıkıntılı bir olayı anlatmaya başladı. İşini kaybettiğinden emindi, ümitsizliğe kapılmış ve soluğu yakınlardaki bir barda almıştı. Bir an kapı açılmış ve bir adam içeri girmişti. Gelen kişi, benimle tanıştığı sıralarda cinsel beraberlikleri olan Robert'ti. Robert çok zengindi. Ona yeni bir araba ve bir at gibi pek çok şey hediye etmişti. Monica benimle çıkmaya başladıktan sonra da Robert'le olan ilişkisine devam etti. İkimizin arasında seçim yapamamıştı. Robert'in içeri girdiğini görünce

kucaklayıp öpmek istedi onu. Robert soğuk bir karşılamayla yalnızca elini sıktı. Monica Robert'e alımlı bir bayanın eşlik ettiğini fark etti. Şaşkına dönen Robert eşini Monica'yla tanıştırdı. Bu Monica için bir şoktu, çünkü tüm ilişki süresince Robert bekâr gibi davranmıştı.

Bu noktada Monica kendini kaybetti. Barı terk ederek Robert'in hediye etmiş olduğu arabaya koştu. Sağanak yağışta sarhoş bir şekilde her şeye son vermeye kararlı saatte 150 kilometrenin üstünde bir hızla yola çıktı. Çok şey olmuştu ve hiçbir şey umrunda değildi! Karmik düğümün çözümüne ulaştığım anda Monica'nın zihninde imgemin belirdiği ortaya çıktı. Beni ve ilişkimizi düşünmeye başlamıştı. Yaşamında halen güvenebileceği birinin var olduğu düşüncesi onu yatıştırdı. Arabayı yavaşlattı kenara çekti ve cebe park etti. Güvenli bir şekilde kullanabilecek kadar ayıldığında eve döndü ve yattı.

Monica'yla bu konuşmamızın ardından Wolfgang'dan bir telefon aldım. Benimle buluşmak istiyordu. Bu, oldukça beklenmedik ve şaşırtıcı bir gelişmeydi, çünkü bırakın buluşmayı Wolfgang beni daha önce hiç aramamıştı bile. Çok özel ve utandırıcı bir konu hakkında konuşmak istediğini söyledi geldiğinde. Psikoanalizde fahişe-Madonna kompleksi diye bilinen bir sorundu bu. İçinde birçok tek gecelik aşkın da bulunduğu bir dizi rasgele ve yüzeysel cinsel ilişkisi olmuştu yaşamında. Bu ilişkilerin hiçbirinde ereksiyon sorunu yaşamamıştı. Şimdi ise hayatının kadınını bulduğunu hissediyordu ve delicesine aşıktı. Ancak onunla cinsel ilişkiye giremiyordu ve bir dizi hayal kırıklığı yaşamıştı.

Wolfgang ümitsizliğe kapılmıştı ve iktidarsızlığına bir çözüm bulamazsa bu ilişkiyi kaybedeceğinden korkuyordu. Bu konuyu bir yabancıyla konuşmaya çok utandığını söyledi. Konuyu benimle konuşmayı düşünmüş, ancak vazgeçmişti; çünkü bana karşı çok olumsuz şeyler hissediyordu. Ancak sonra bir anda bana karşı tavrı kökten bir değişime uğramıştı. Nefreti sihirli bir şekilde ortadan kalkmış ve beni arayıp yardım istemeye karar

vermişti. Bunun ne zaman olduğunu sorduğumda benim Mısır tecrübemle aynı anda olduğu ortaya çıktı.

Birkaç hafta sonra Mısır hikâyesinin eksik parçasını buldum. Londralı psikoanalist Pauline McCririck'le bir hipnoz seansı yaptım. Aşağıdaki pasaj bu deneyimimden alınmıştır.

> Sıcak güneşin kavurduğu kumlarda uzanıyordum. Belimde bir acı vardı ve tüm bedenim spazm geçiriyordu. Zehirlendiğimi ve öleceğimi biliyordum. Beni zehirleyenler Monica'yla âşığından başkası olamazdı. Mısır yasalarına göre büyük kardeşi olarak benimle evlenmek zorundaydı, ancak o başka bir adamı seviyordu. Aralarında bir ilişki olduğunu anladım ve ilişkilerine müdahale etmek istedim. İhanet edilmek ve zehirlenmek beni çılgına çevirmişti. Çölde tek başıma nefretle dolu bir şekilde öldüm.
>
> Bu olayı yeniden yaşamak diğer ilginç bir içgörüyü getirdi. Mısır'daki bu hayatımda İsis ve Osiris gizemleriyle ilgileniyordum ve sırlarını biliyordum. Zehir ve nefret zihnimi bulandırmıştı ve bu bilgi de dahil olmak üzere her şey kararmıştı. Bu bulanıklık, ölüm anında gizli öğretilerden yararlanmamı olanaksız kıldı. Aynı nedenden ötürü bu kadim bilgiyle olan bağlantım da koptu.
>
> Bir anda şu anki yaşamımın bu öğretileri açığa çıkarmaya adandığını gördüm. Ne zaman doğrudan ya da dolaylı bu bilgiyle ilgili bir şeylere yaklaşsam ne kadar heyecanlandığımı anımsadım. Bu bilginin ışığında ruhsal ölüm ve yeniden doğumla ilgili psikodelik çalışmalarım, kadim gizemlerdeki süreçlerin yeniden keşfi ve formüle edilişi gibi göründü.

Bunu izleyen bir meditasyon sırasında Monica ve Wolfgang'la yaşadığım deneyimlerin önemli anlarını temsil eden imgelerle doldum. Bunların bazıları gerçek yaşamdan, bazıları da seanslarımdandı. Bu gözden geçirme süreci bir patlama noktasına gelene kadar hızlandı. Bir anda büyük bir çözülme ve ferahlama hissettim. Karmik düğümün artık tamamen çözüldüğünü biliyordum. Baltimore'da geçirdiğim geri kalan süre içerisinde Monica'yla dost kaldık. İlişkilerimizdeki gerilim ve karmaşa or-

tadan kalktı ve bu ilişkiyi sürdürmek için herhangi bir zorlama hissetmedik. Bu yaşamda eş olamayacağımızı anladık.

TİBET BUDİZMİNDE REENKARNASYON ve KARMA

Reenkarnasyon bilmecesinin diğer bir ilginç parçası daha vardır. Bu, ölüm ve reenkarnasyon sürecini etkileyebildiğimiz bazı Tibet öğretileri ve uygulamalarıyla ilgili bilgidir. Tibet edebiyatı bazı gelişmiş ruhsal üstatların ölüm zamanlarını ve bir sonraki enkarnasyonlarının yer ve zamanını öngörüp seçebileceklerinden bahseder. Diğerleri ise ölüm ve bir sonraki enkarnasyon arasındaki ara plan olan bardodan geçerken şuurun sürekliliğini koruyabilme yeteneğini geliştirmişlerdir.

Bu raporlara göre bazı gelişmiş Tibet rahipleri bir *tulku* ya da Dalay Lama'nın yeni enkarnasyonu olan çocuğu, rüya ve meditasyonlarda elde edilen ipuçlarıyla ya da dışsal bazı işaretlerle belirleyebilirler. Sonunda çocuk bulunur, manastıra getirilir ve birbirine benzeyen bazı nesneler arasından ölen kişiye ait olanları belirlemesi istenir. Bu uygulamanın bazı yönleri, en azından teorik olarak Batı standartlarına uygun özenli testlere tabi tutulabilir.

REENKARNASYON: GERÇEK Mİ, DÜZMECE Mİ?

Şimdi reenkarnasyon ve karma hakkındaki yaygın "inancın" temellerini oluşturan objektif delilleri özetleyebiliriz. *İnanç* terimini bu alan için kullanmak uygun olmaz. İyi anlaşılırsa teorik bir düşünce sistemi olduğu görülür. Oldukça fazla sayıdaki olağandışı deneyim ve gözlemi açıklamaya çalışan bir kavramlar sistemidir. Kendiliğinden ya da dışarıdan etkenlerle ortaya çıkan holotropik hallerde dünyanın farklı tarihi dönemlerinden ve ülkelerinden insanların yaşamlarından kesitler deneyimlemek yalnızca olası değil oldukça yaygındır. Bu yaşam serilerini deneyimlediğimizde kendimizi bu kişilerle tamamıyla özdeş hissederiz. Ayrıca bir zamanlar bu insanlar olduğumuzu ve onların

hayatlarını yaşadığımızı hissederiz. Bu deneyimler tipik olarak oldukça canlıdır ve tüm duyularımızı kapsar.

İçeriği açısından geçmiş yaşam deneyimleri tüm ırksal ve kültürel sınırları aşarak dünyanın herhangi bir ülkesinde ve insanlık tarihinin ve tarih öncesinin herhangi bir zamanında gerçekleşebilir. Söz konusu ülke, kültür ve zamanlar hakkında ayrıntılı bilgiler verir. Birçok durumda bu bilgi, bu konularla ilgili daha önceki bilgilerimizi ve eğitimsel geçmişimizi hayli aşar. Geçmiş yaşam anıları sıklıkla hayvanları içerebilir. Örneğin bir kaplan tarafından öldürüldüğümüzü ya da bir fil tarafından çiğnendiğimizi deneyimleyebiliriz. Yıllar içerisinde, içinde yalnızca bir kahramanın bulunduğu geçmiş yaşam deneyimlerine tanık oldum. Bu durumlarda deneyimi yaşayan kişi bir çığ ya da ağacın altında kalarak ölmüştü. Geçmiş yaşam deneyimlerinin ve bunlarla ilşkili eşzamanlılıkların tedavi edici potansiyeli bu fenomenlerin diğer kayda değer özellikleridir. Bunlar, reenkarnasyon ve karma "inancını" yargılamadan önce bilmemiz gereken gerçeklerdir.

Geçmiş yaşam deneyimlerinin bu olağandışı özellikleri bağımsız gözlemciler tarafından tekrar tekrar doğrulanmıştır. Ancak tüm bu etkileyici gerçekler aynı şuur birimi ya da aynı kişisel ruh olarak yeniden enkarne olduğumuzun kesin bir "kanıtı" değildir. Bu çıkarım var olan delillerin olası yorumlarından yalnızca biridir. Bu, bilimde karşılaştığımız durumla temelde aynıdır. Gözlemlerden elde edilen belli gerçekler vardır ve bunları açıklayıp uyumlu bir kavramlar sistemine yerleştirecek bir teori ararız.

Modern bilim felsefesinin temel kurallarından biri şudur: Bir teori, açıklamaya çalıştığı gerçeklikle karıştırılmamalıdır. Modern bilim tarihi var olan verilerin birden fazla şekilde yorumlanabileceğini göstermiştir. Diğer tüm araştırma alanlarında olduğu gibi geçmiş yaşam fenomeni araştırmalarında da gözlemlerden elde edilen gerçeklerle bu gerçeklere bir anlam vermeye çalışan teorileri birbirinden ayırmalıyız. Örneğin nesnelerin

düştüğü gözleme dayalı bir gerçektir. Ancak bunun neden olduğunu açıklamaya çalışan teoriler tarih boyunca değişmiştir ve kuşkusuz değişmeye devam edecektir.

Tüm çarpıcı özellikleriyle geçmiş yaşam deneyimlerinin varlığı su götürmez bir gerçektir. Bu gerçek, açık görüşlü ve delilleri kontrol etmeye istekli, ciddi herhangi bir araştırmacı tarafından doğrulanabilir. Egemen psikiyatri ve psikolojinin kavram çatısında bu olguları yeterince iyi açıklayabilecek bir tanımlamanın bulunmadığı da bir gerçektir. Öte yandan var olan delillerin yorumlanması daha da karmaşık ve zor bir konudur. Aynı insanın tekrar eden bir doğum, ölüm ve genedoğum döngüsüne girişiyle ilgili yaygın reenkarnasyon anlayışı mevcut deliller ışığında mantıklı görünmektedir. Ve bu anlayış, var olan tüm verileri reddederek kurumlaşmış düşünce yapısına katı bir şekilde tutunan geleneksel psikolog ve psikiyatristlerin tutumlarından tabii ki çok daha üstündür. Ancak aynı veri değişik şekillerde yorumlanabilir. Doğal olarak bu açıklamaların hiçbiri maddeci paradigmayla uyum içerisinde değildir.

Ancak böylesi alternatiflerden en az ikisi ruhsal yazıtlarda halihazırda mevcuttur. Hindu geleneğinde ayrı bireylerin reenkarnasyonu inancı genedoğum kavramının yaygın ve karmaşık olmayan bir yorumu olarak görülür. Son analizde gerçekten var olan tek bir varlık, Brahman ya da yaratıcı ilke vardır. Varoluşun tüm farklı boyutlarındaki ayrı bireylerin hepsi de bu muazzam varlığın sonsuz metamorfozlarının ürünlerinden başka bir şey değildir. Evrendeki tüm bölünme ve sınırlar yanıltıcı ve sahte olduğu için gerçekte enkarne olan yalnızca Brahman'dır. Varoluşun tanrısal oyunundaki tüm kahramanlar bu Bir'in farklı yönleridir. Bu mutlak bilgiye ulaştığımızda geçmiş yaşam deneyimlerimizi bu yanılsama ya da maya'nın bir diğer yönü olarak görürüz. Bu yaşamları "kendi yaşamlarımız" olarak görmek karmik oyuncuları ayrı bireyler olarak gördüğümüzü gösterir ve bu da her şeyin temeldeki birliği hakkındaki cehaletimizi yansıtır.

Christoper Bache *Yaşam Döngüleri* (Lifecycles, 1990) adlı kitabında Jane Roberts (1973) ve diğer yazarların eserlerinde bulunan ilginç bir reenkarnasyon kavramını tartışıyor. Bu yorumda bireysel şuur birimleri ya da Tanrı değil de ikisinin arasında yer alan Yüce Ruh (Oversoul) vurgulanıyor. Bireysel bir enkarnasyonun deneyimlerini toplayıp bütünleyen şuura ruh dersek Yüce Ruh da birçok enkarnasyonların deneyimlerini toplayıp bütünleyen daha geniş bir şuura verilen addır. Bu görüşe göre aslında enkarne olan bireysel şuur birimi değil Yüce Ruh'tur.

Eğer daha önceki yaşamlarımızın bir uzantısıysak diyor Bache, o zaman bu yaşamlardaki tüm deneyimlerin bir toplamı olmadığımız açıktır. Yüce Ruh'un enkarne olma amacı belli deneyimler yaşamaktır. Belli bir yaşamı deneyimlemek Yüce Ruh'la bağlantının ciddi derecede kopmasını ve ayrı bir kişisel kimliğe bürünmeyi gerektirir. Ölüm anında ayrı birey geride özümsenmemiş zor bir deneyimler mozaiği bırakarak Yüce Ruh'a döner. Bu deneyimler daha sonra diğer enkarne olan varlıkların yaşamlarına aktarılır. Tıpkı kâğıt oyununda bir elin dağıtılması gibi.

Bu modelde farklı zamanlarda enkarne olan bireylerin yaşamları arasında gerçek bir süreklilik yoktur. Diğer yaşamların hazmedilmemiş bölümlerini deneyimleyerek kişisel karmamızla uğraşmaktan ziyade Yüce Ruh'un alanını temizliyoruz. Bireysel ruhla Yüce Ruh arasındaki ilişkiyi anlatmak için Bache sedef kabuklu deniz minaresini örnek veriyor. Kabuktaki her kıvrım ayrı bir birimdir ve yumuşakçanın yaşamındaki belli bir dönemi yansıtır, ayrıca daha geniş bir bütünün parçasıdır.

Geçmiş yaşam olgusuyla ilgili gözlemlerin üç farklı yorumunu tartıştık. Enkarne olan birimler sırasıyla bireysel şuur birimi, Mutlak Şuur ve Yüce Ruh'tu. Ancak gözlemlenen gerçeklerin olası yorumları bunlarla sınırlı değildir. Evrendeki tüm sınırlar sahte olduğu için enkarne olan ilkeyi Yüce Ruh'tan daha geniş bir birim olarak tanımlayabiliriz; örneğin tüm insan türünün ya da yaşam formlarının şuur alanı.

Analizimizi bir adım daha ileriye götürüp enkarne olan şuur birimin seçtiği karmik deneyimlere neden olan etkenleri inceleyebiliriz. Örneğin çalıştığım insanların bazıları seçimde önemli olan bir etken hakkında önemli bir içgörü kazandılar. Bu içgörüye göre karmik modeller ile belli bir enkarnasyonun yeri ve zamanı astrolojik karşılıklarıyla ilişkili olabilir. Bu kavram psikodelik seanslarında, holotropik nefes çalışmalarında ve kendiliğinden ortaya çıkan psikospiritüel krizlerde kazanılan içgörülerle uyum gösterir. Tüm bu durumlarda olağandışı hallerin içeriği ve zamanı gezegensel transitlerle yakından bağlantılıdır.

HOLOTROPİK DENEYİMLER ve İNANÇ SİSTEMİMİZDEKİ ETKİLERİ

Reenkarnasyon konusunda daha kapsamlı bir bakış açısı kazanmak için holotropik halleri içeren sistemli içsel çalışmalar sırasındaki inanç değişimlerini inceleyelim. Reenkarnasyona olan inancımız ya da inançsızlığımız ve de ölümden sonraki varoluş hakkındaki anlayışımız yaşadığımız deneyimlerin doğasını ve düzeyini yansıtır. Batı endüstri medeniyetinin tipik bir üyesi varlığının fiziksel bir beden olduğuna inanır. Bu, bireysel varoluşu rahme düşüşten ölüm anına kadar süren bir ömre sıkıştırır. Daha önce de gördüğümüz gibi bu "bir kere" yaklaşımı tarih boyunca yaşamış birçok insan topluluğunun bakış açışıyla çatışır. Bizim kültürümüzde ise maddeci bilim ve Kilise'nin işbirliğiyle güçlü bir şekilde desteklenir. Reenkarnasyon sorunu bu her iki kurumun ortak olarak onaylamadığı nadir alanlardan biridir.

Meditasyon, deneyime dayalı psikoterapi, psikodelik seansları, ya da "ani ruhsal açılımlarda" yaşadığımız geçmiş yaşamlara ait deneyimler oldukça otantik ve inandırıcı olabilir. Dünya görüşümüzde köklü bir değişim yaratarak reenkarnasyonun bir inanç değil yaşanan bir gerçek olduğunu gösterebilirler. Sonuç olarak içsel keşif sürecimizde de oldukça önemli değişiklikler görülür. Şu anki yaşamımızdaki zorlukların kaynağı olduklarını düşündüğümüz için daha önceden çocukluk, bebeklik ve

doğum travmaları üzerinde çalışmanın en önemli şey olduğunu düşünmüş olabiliriz. Karmik gerçekliğin keşfinden sonra travmatik karmik modellerden kurtulma konusuyla daha fazla ilgilenebiliriz, çünkü bu modeller yalnızca bir yaşamı kirletmekle kalmaz ardışık birçok yaşamı da kirletebilirler.

Bu aşamada genellikle oldukça ayrıntılı ve eşzamanlılıkların eşlik ettiği başka geçmiş yaşam deneyimleri de yaşarız. Bu nedenle varoluşu bu şekilde anlamanın gerçekliği ve otantikliği hakkında ikna edici deliller toplamaya devam ederiz. Kendimizi, Alan Watts'ın dediği gibi, "deriyle sarmalanmış egolar" olarak görmeyi bırakırız. Doğumdan ölüme kadar yaşayan tek bir bireyle özdeşleşmeyi bırakır kim olduğumuz hakkında daha geniş bir anlayış kazanırız.

Yeni kimliğimizle varoluşu birçok yaşamı kapsayan bir varlık oluruz. Bunlardan bazıları geçmiştedir, diğerleri ise gelecekte bizi beklemektedir. Kendimizi bu şekilde görebilmek için ömrümüzün doğumla ölüm arasındaki sürece sıkıştırılmış olduğuna dair önceki inançlarımızı aşmamız gerekir. Aynı zamanda bizi diğer insanlar ve dünyanın geri kalanından ayıran uzamsal sınırların mutlak doğasına inanmayı sürdürmek zorundayız. Kendimizi ve karmik modellerimizi açık uçlu bir yaşamlar zinciri olarak düşünürüz.

İçsel yolculuğumuza devam edersek diğer holotropik deneyimler uzamsal sınırların bile sonuçta yanılsama olduğunu ve aşılabileceğini gösterir. Bu, reenkarnasyon sorunu konusunda tamamıyla yeni bir bakış açısı yaratır. Artık karma kavramını, genelde anlaşıldığı haliyle aştık, çünkü ayrı bireylerin olmadığı bir düzeye eriştik. Karmik ilişkilerin olması için ayrı bireylerin varlığı gerekli bir önkoşuldur. Bu noktada kozmik yaratıcı enerjinin birleşik alanıyla ve Mutlak Şuur'la özdeşleşiriz. Bu açıdan bakıldığında geçmiş yaşam oyunları yanılsamanın, *maya* oyununun, yalnızca bir diğer düzeyidir. Tüm yaşamların aslında bir tek kahramanının olduğu açığa çıkar ve son analizde bunların tümü de boşluktur.

Artık karmaya inanmayız; tabii ki bu, daha önceki gibi bir inanmama durumu değildir. Maddeci bir şüphecinin ve ateistin tavrından tamamıyla farklı bir inanmama durumudur bu. Tamamıyla sıkışmış bir şuur durumunda ne zaman yaşadığımızı ve reenkarnasyon düşüncesini gülünç ve saçma bulduğumuz için reddettiğimizi halâ anımsarız. Ayrıca güçlü ve inandırıcı deneyimlerin bizi reankarnasyonun bir kavram değil de yaşanan bir gerçek olduğu şuur düzeylerine götürdüğünün farkındayızdır. İçsel özkeşif sürecimizde tüm sınırların göreliliğini ve tüm formların temeldeki boşluğunu anlamamızı sağlayan deneyimler yaşadığımızda bu düzeyin bile aşılabileceğini biliriz.

Reenkarnasyonun ne mutlak bir reddi ne de şüphesiz var olduğuna dair inanç kesin olarak kabul edilebilir. Yukarıda bu soruna dair önerilen üç yaklaşım deneyimsel olarak oldukça gerçektir ve her biri de nesnelerin evrensel planı hakkında bir içgörü düzeyini yansıtır. Son analizde yalnızca yaratıcı ilkenin kendisinin varlığı gerçektir. Reenkarnasyonun hem olası görülmediği hem de inkâr edilemez bir gerçeklik olduğu dünyaların her ikisi de deneyimler orkestrasyonunca yaratılan sanal gerçekliklerdir. Bu nedenle kozmik oyun sınırlı gündelik bakış açımızdan uyuşmaz ve zıt görünen metinleri içerebilir. Bu zıtlıklar, Evrensel Zihin'de ve onun tanrısal oyununda herhangi bir sorun çıkarmadan birlikte var olabilirler.

9

KİM OLDUĞUNU BİLME TABUSU

Ruhsal bir deneyim yaşayan insanlar değiliz
İnsan deneyimi yaşayan ruhsal varlıklarız.

—Teilhard de Chardin: *İnsan Fenomeni*

Doğmak bir uyku ve unutuştur:
Bizimle yükselen, yaşamımızın Yıldızı Ruh,
Mekânın ötededir
Ve uzaklardan gelir:
Ne tam bir unutmuşluk Ne tam bir çıplaklık,
Ama şükran bulutları
Evimiz olan Tanrı'dan gelir.
Cennet, çocuklukta yatar!
Hapsin gölgeleri
Büyüyen çocuğun üzerine kapanır.

—William Wordsworth,
"Övgü: Ölümsüzlüğün İmaları"

MÜKEMMEL BİR YANILSAMA

Holotropik hallerde genellikle özdeşleştiğimiz bedenlenmiş egonun sınırlarını aşıp başka insanlar, hayvanlar, bitkiler ve hatta doğanın inorganik parçalarıyla ya da çeşitli mitolojik varlıklarla özdeşleştiğimize dair ikna edici deneyimler yaşarız.

Yaratılışın içerisinde algıladığımız ayrım ve kesintilerin sahte ve yanıltıcı olduğunu keşfederiz. Tüm sınırlar kalkıp da onları aşınca Mutlak Şuur ya da Kozmik Boşluk olarak yaratıcı

kaynağın kendisiyle özdeşleşebiliriz. Böylelikle gerçek kimliğimizin bireysel benlik değil Evrensel Benlik olduğunu keşfederiz.

Eğer en derin düzeyde tanrısalsak ve evrenin yaratıcı ilkesiyle özdeşsek maddi bir dünyadaki fiziksel bedenler olduğumuza dair yoğun inancımıza ne demeli? Gerçek kimliğimizle ilgili bu temel cehaletin, Alan Watts'ın dediği gibi "kim olduğunu bilme tabusu"nun (Watts 1966), bu gizemli unutkanlık perdesinin doğası nedir? Nasıl olur da sınırsız ve zamansız ruhsal bir varlık kendinden ve kendi içinde, kendilerini kaynaktan ve birbirlerinden ayrı varlıklar olarak deneyimleyen canlı varlıklarla dolu katı bir gerçekliğin sanal bir suretini yaratır? Dünya dramasındaki oyuncular nasıl olur da böyle bir illüzyonun objektif varlığına inanacak derecede kandırılabilirler?

Çalıştığım insanlardan duyduğum en iyi açıklama şudur: Kozmik yaratıcı ilke kendini kendi mükemmelliğine hapseder. İlahi oyunun ardındaki yaratıcı dürtü, şuurdaki maceralar için en iyi imkânları sunacak deneyimsel gerçeklikleri varlığa getirmektir. Bu gereksinimin yerine gelmesi için her şey tüm ayrıntılarına kadar ikna edici ve inandırıcı olmalıdır. Burada tiyatro ya da sinema gibi sanat eserlerini örnek olarak verebiliriz. Bu eserler genelde öylesine bir mükemmellikle oynanır ki tanık olduğumuz olayların yanıltıcı olduğunu unutur, gerçekmiş gibi tepki veririz. İyi oyuncular da bazen gerçek kimliklerini unutup geçici olarak canlandırdıkları karakterlerle bir olabilirler.

Çokluk, kutuplaşma, yoğunluk, fiziksellik, değişim ve fanilik gibi Mutlak Şuur'un saf formunda bulunmayan birçok özellik, içinde yaşadığımız dünyada mevcuttur. Bu niteliklerde maddi bir gerçeklik sureti yaratma projesi öylesine artistik ve bilimsel bir mükemmellikle gerçekleştirilir ki Evrensel Zihin'in ayrık birimleri bu sureti tamamıyla inandırıcı bulurlar ve gerçekle karıştırırlar. Sanatçılığının en uç noktası olan ateistte, Tanrı yalnızca yaratılıştaki rolüne değil varlığına dahi karşı çıkan iddialar ortaya atar.

Sıradan maddi bir gerçeklik yanılsamasını yaratmada yardımcı olan en önemli unsurlardan biri de saçmalık ve çirkinliğin varlığıdır. Eğer hepimiz yaşam enerjisini doğrudan güneşten alan parlak eterik varlıklar olsaydık ve her yerin Himalayalar, Büyük Kanyon ya da bozulmamış Pasifik adaları gibi göründüğü bir dünyada yaşasaydık tanrısal bir gerçekliğin parçaları olduğumuz çok âşikar olurdu. Benzer şekilde dünyadaki tüm binalar Elhamra Sarayı, Tac Mahal, Xanadu ya da Chartres'daki katedraller gibi olsaydı ve Mikelanjelo'nun heykelleriyle çevrelenmiş vaziyette Beethoven ya da Bach'ın müziğini dinliyor olsaydık dünyanın tanrısal doğası kolaylıkla fark edilebilirdi.

Tüm salgıları, dışkıları, kokuları, kusurları, hastalıkları ve de itici nitelikleri olan sindirim sistemiyle fiziksel bedenlere sahip olduğumuz gerçeği tanrısal olduğumuz konusunda kuşkular yaratır. Kusma, geğirme, gaz, dışkı ve idrar çıkarma gibi çeşitli fizyolojik fonksiyonlarla birlikte insan bedeninin sonunda çürümesi bu resmi daha da karmaşıklaştırır. Benzer şekilde çekici olmayan manzaralar, çöplükler, kirlenmiş sanayi bölgeleri, müstehcen karalamalarla dolu idrar kokulu tuvaletler, şehirlerdeki kenar mahalleler ile milyonlarca gecekondu, hayatımızın tanrısal bir oyun olduğunu fark etmemizi oldukça zorlaştırır. Kötülüğün varlığı ve hayatın doğasındaki yıkıcılık sıradan bir insan için bu işi neredeyse olanaksız kılar. Eğitimli Batılılar için maddeci bilimin yarattığı dünya görüşü ciddi ek bir engel teşkil eder.

Tanrısallığı çirkinlik değil de güzellikle ilişkilendirmek tabii ki daha kolaydır. Ancak daha geniş bir çerçeveden bakıldığında evrensel planda çirkinliğin de bulunması varlık yelpazesini daha bütün ve zengin kılar ve de yaratılışın tanrısal doğasını maskelemeye yardımcı olur. Çirkinlik mükemmel bir şekilde icra edilebilir ve bunun yapılabilmesi ilginç bir iddiadır. Kozmik Şuur'un karmaşık doğasındaki bazı niteliklerin sanatçılar ve bilimadamlarında görülen, tüm bir olanaklar yelpazesini –çirkinlikler ve iğrençlikler de dahil– keşfetme eğilimine benzediği göz önüne alındığında bu durum pek de şaşırtıcı gelmez.

Resim, edebiyat ve sinemayı da içeren sanat dünyası yalnızca güzel ve yüceltici olan şeyler tek yanlı bir şekilde tercih edilerek suçlanamaz. Benzer şekilde bilimadamları da varoluşun herhangi bir yönünü keşfetmekten utanmazlar ve keşiflerinin sonuçları dünyanın bakış açısına göre iğrenç ya da çirkin olsa da tutkulu arayışlarını izlemekten çekinmezler. Kozmik oyunun kaynağını ve amacını bir kez fark ettiğimizde genelde kabul edilen mükemmellik ve güzellik kriterleri yeniden gözden geçirilmek zorunda kalır. Ruhsal yolculuktaki önemli görevlerden biri de ilahiliği yalnızca olağandışı ve sıradan olanda değil düşük ve çirkin olanda da görmektir.

Albert Einstein genel kritere göre, şempanze gibi primatlar bir yana, insan kardeşlerinden bile oldukça üstün bir dehadır. Ancak kozmik açıdan bakıldığında Einstein ve maymun arasında hiyerarşik bir farklılık yoktur, çünkü her ikisi de kendi türleri düzeyinde mükemmeldir. Shakespeare'in bir oyununda Kral, saray soytarısından üstündür. Ancak bir oyuncu olarak mükemmel bir performans sergilediği sürece Lawrence Olivier'in konumu, oynadığı role göre değişmez. Benzer şekilde Einstein, Albert Einstein'ı kişileştiren Tanrı'dır ve Şempanze de şempanze rolünü mükemmel bir şekilde oynayan Tanrı'dır.

Makul estetik duyuları olan bir insan Michelangelo ya da Vincent van Gogh'un eserlerini beğenir ve düşük seviyeli eserlere fazla çekilim duymaz. Bu, oldukça farklı sonuçları olan insan ürünlerini kıyasladığımızda hayli anlamlı olacaktır. Ancak bu ürünlerin esas yaratıcısı onları meydana getiren kişilerin bedenli kimlikleri değil Mutlak Şuur ve belli bir amaç için onların aracılığıyla çalışan kozmik yaratıcı enerjidir. Ancak yaratılıştaki niyet büyük bir sanat eseri yaratmak değil de kozmik oyuna düşük düzeylilik olgusunu eklemekse bu proje kendi içinde mükemmeldir.

Aynı şey çirkin bir kurbağa için de söylenebilir. Bu yaratık belirli bir amaç için kelebekler, tavuskuşları ve ceylanları yaratabilecek kudretteki aynı kaynak tarafından evrensel plana dahil

edilmiştir. Bu açıdan "kim olduğunu bilme tabusunun" nedeni yaratılıştaki bu mutlak mükemmellik gibi görünmektedir. Maddi evreni simüle eden sanal gerçeklik en ince ayrıntısına kadar işlenir ve sonuç olarak ortaya çıkan şey oldukça inandırıcıdır. Bu oyunların oyunundaki sayısız rollerin kahramanları olarak geçen şuur birimleri bu yanıltıcı büyünün karmaşık ve ayrıntılı ağına takılırlar.

TANRILARIN YARATICI OYUNU

Kozmik oyunun doğası ve dinamikleri ile ilgili içgörüler yalnızca yüce yaratıcı ilke düzeyinde belirmek zorunda değildir. Maryland Psikiyatri Araştırma Merkezi'ndeki profesyoneller için eğitim programımıza katılan rahibe Gail psikodelik seansında kozmogoniyi dört insanüstü tanrısal varlığın müsabaka tarzında yaratıcı bir oyunu olarak tasvir eden bir deneyim yaşadı. Deneyimi zaten olağandışı olmakla beraber özellikle tek bir yaratıcı ilke yerine birkaç tanrısal varlığı içerdiği için bundan bahsedeceğim. Ruhsal varlıkların enkarnasyonu meselesi ve "kim olduğunu bilme tabusu" ile ilgili birçok konuyu oldukça açıklığa kavuşturuyor. İşte seansındaki ilgili pasaj:

> Kendimi, bildiğimiz zaman ve mekânın ötesindeymiş gibi görünen bir boyutta buldum. Bunu düşündüğümde zihnime gelen şey modern fizikçilerin kullandığı hiper uzay kavramıdır. Ancak böyle bir teknik terim deneyimimle ilgili kutsallık ve hayret uyandırıcı parlaklık duygusunu tanımlayamaz. Devasa boyutlardaki insanüstü bir varlık olduğumu fark ettim; olasılıkla tüm sınırları aşan ya da herhangi bir sınır bilinmeden önce var olan bir varlık. Herhangi bir formum yoktu. Son derece zeki ve saf şuura sahip bir varlık olarak Mutlak Uzay'da bulunuyordum. Her ne kadar bir ışık kaynağı olmasa da tam bir karanlıkta olduğumu söyleyemem.
>
> Bu mekânı diğer üç varlıkla paylaşıyordum. Benim gibi tamamıyla soyut ve formsuz olsalar da varlıklarını hissedebiliyor, telepatik bir düzeyde iletişim kurabiliyordum. Çeşitli parlak en-

telektüel oyunlarla birbirimizi eğlendiriyorduk; olağandışı fikirlerin parıltılı fişekleri ileri geri gidip geliyordu. Bu oyunlardaki ayrıntı ve hayal gücü düzeyi insanların bilebileceklerinin çok ötesindeydi. Saf bir eğlenceydi; *sanat için sanat*, çünkü içinde bulunduğumuz durumda bu oyunların hiçbirinin pratik bir önemi yoktu.

Bu çerçevede devasa beyinleriyle okyanusta yüzen ve bizimkilere eş ya da öte zekâya sahip balinalar aklıma geliyor. Doğa kullanılmayan organ ve fonksiyonlar yaratmadığı için memeli deniz hayvanlarının zihinsel faaliyetleri insanlara eşdeğer olmalı. Ancak anatomileri nedeniyle zihinlerinden geçenleri somut olarak ifade edebilmeleri için minimum kapasiteleri var. Bir keresinde balinaların yüzlerce mil ötelere ulaşan ilginç seslerini kullanarak zamanlarının çoğunu birbirlerini eğlendirmekle geçirdiklerini tahmin eden bir bilimadamını okumuştum. Birbirlerine hikâyeler anlatıp sanat ürünleri mi iletiyorlar? Felsefi konuşmalar mı yapıyorlar yoksa karmaşık oyunlar mı oynuyorlar? Yoksa Hintli ya da Tibetli bir yogi gibi mağara ya da odalarındaki derin meditasyonlarında evrenin tüm tarihi ve diğer gerçekliklerle bağlantı mı kuruyorlar?

Gail, deneyiminin genel havasını ve çerçevesini anlatan ve bedensiz varoluşu saf bir ruhsal varlık olarak yansıtan bu girişten sonra, tartışmamızın "kim olduğunu bilme tabusu" ile yakından ilgisi olan bölümüne odaklandı.

Varlıklardan biri şaşırtıcı bir fikirle geldi. Çeşitli ebat ve formlarda birçok farklı yaratığın olduğu bir gerçekliği içeren bir oyun yaratılabileceğini söyledi. Bu yaratıklar yoğun ve katı gibi görünecekler ve farklı şekil, doku ve kıvamdaki nesnelerle dolu bir dünyada yer alacaklardı. Varlıklar vücuda gelecek, evrimleşecek ve birbirleriyle karmaşık ilişki ve maceralara girip sonra da yok olacaklardı. Her biri erkek ve dişiden oluşan farklı niteliklerde yaratık grupları olacak ve bunlar birbirlerini bütünleyip üremeye iştirak edeceklerdi.

Bu gerçeklik, ayrı uzay-zaman koordinatlarıyla sınırlı olacaktı. Zaman, şimdiden geleceğe doğru akacak ve sonraki olaylar daha önceki olayların devamı gibi görünecekti. Her biri birbirinden farklı

geniş tarihi dönemler olacaktı. Bir yerden diğerine gitmek için kişi seyahat etmek zorunda kalacak ve bunu yapmanın birçok farklı yolu olacaktı. Tüm oyunlardaki gibi çeşitli katı kısıtlamalar, kurallar ve kanunlar dünyadaki tüm olayları yönetecekti.

Bu gerçekliğe girmek ve farklı rollere bürünmek kendine özgü tipte güzel bir eğlence sağlayacaktı.

Üç ruhsal varlık etkilenmişlerdi, ancak bu fikre inanamamışlardı ve bu önerilen tasarıyla ilgili ciddi kuşkuları olduğunu dile getirdiler. Kulağa ne kadar heyecanlı gelse de bunun gerçekleşmesi olası görünmüyordu. Nasıl olur da tüm olanakların mevcut olduğu bir âlemde sınırsız bir ruhsal varlık, kafa, gövde ve uzantıları olan garip bir şekildeki katı bir bedene sıkıştırılmaya ve diğer ölü varlıkların sindirimi ile oksijen denilen bir gazın varlığına bağımlı olmaya ikna edilebilirdi? Nasıl olur da sınırlı bir entelektüel kapasiteye sahip olduğuna ve algılama yeteneğinin duyu organları gibi bir şeyin sınırlarıyla kısıtlı olduğuna inandırılabilirdi? Ciddiye alınmak için oldukça fantastikti! Gail aşağıda tanrısal varlıkların sorunu nasıl çözdüklerini anlatıyor?

Ateşli bir entelektüel alışveriş gerçekleşti. Planın kurucusu tüm itirazlara karşılık vererek projenin oldukça uygulanabilir olduğunda diretti. Gerekli olan tek şeyin yeterli karmaşıklıkta ve ilgi uyandırıcı bir metin, inandırıcı deneyimlerin belirli durumlarla tutarlı olarak ilişkilendirilmesi ve tüm oyukların dikkatlice kapatılması olduğuna inanıyordu. Katılımcıyı ayrıntılı bir yanılsama ağına hapsedip onu oyunun gerçekliğine inanmaya kandıracaktı. Tüm olanaklardan gittikçe etkilenmeye başladık ve sonuçta bu olağandışı projenin yaşama geçirilebilir olduğuna karar verdik. Şuurdaki olağandışı maceraların vaadiyle harekete geçirilen enkarnasyon oyununa girmeye karar verdik.

Bu deneyim karma meselesiyle ilgili tüm konuları çözüme ulaştırdı. Özde ruhsal bir varlık olduğuma ve kozmik oyuna katılmanın tek yolunun özgür seçimle olabileceğine inandım. Enkarne olma seçimi geniş sayıdaki kısıtlama, kural ve kanunların

gönüllü olarak kabulünü gerektirir; aynen bir oyun oynamaya karar verdiğimizde olduğu gibi. Bu açıdan bakıldığında hayatımızda gerçekleşen şeyler için başkalarını suçlamak anlamsızlaşır. Daha yüksek bir düzeyde kozmik oyuna katılıp katılmamak için seçme özgürlüğüne sahip olduğumuz gerçeği hayatta gerçekleşen her şeyi yeniden tanımlayan bir meta çerçeve oluşturur.

GERİ DÖNÜŞ YOLCULUĞUNDAKİ DEĞİŞİMLER ve TUZAKLAR

Maddi dünyada yaşayan ayrı bireyler olduğumuz yanılsamasından kendimizi kurtarmanın bu kadar zor oluşunun bir diğer önemli nedeni daha vardır. İlahi kaynakla yeniden birleşme yolları birçok zorluk, risk ve engellerle tıkanır. Ancak ilahi oyun tamamıyla kapalı bir sistem değildir; kahramanlara yaratılışın asıl doğasını –kendi kozmik statüleri de dahil olmak üzere– keşfetme olanağını sunar. Ancak kendini inkârdan aydınlanma ve kaynakla yeniden birleşmeye götüren yollar ciddi sorunları da beraberinde getirir ve yaratılıştaki potansiyel kaçamak yolların çoğu dikkatlice gizlenmiştir. Kozmik plandaki istikrar ve dengeyi korumak için bu kesinlikle gereklidir. Ruhsal yoldaki değişimler ve tuzaklar "kim olduğunu bilme tabusunun" önemli bir bölümünü oluşturur.

Ruhsal açılım için olanak sunan tüm durumlara genellikle kuvvetli karşıt güçler eşlik eder. Kurtuluş ve aydınlanmaya götüren yolu oldukça zor ve tehlikeli yapan engellerin bazıları psişe içindedir. Arşetip güçlerle karşılaşma, ölüm ve delirme korkusu gibi cesaretsiz ve kararsız yolcuları caydırabilecek korkutucu deneyimler bu sınıfa girer. Daha fazla sorun yaratabilecek engeller ise dış dünyadan gelen çeşitli engel ve müdahalelerdir. Ortaçağda kendiliğinden mistik deneyimler yaşayan birçok insan Engizisyon'un işkence, hapis ve yargılamalarına maruz kalıyordu. Çağımızda ise damgalayıcı psikiyatrik etiketler ve sert tedavi yöntemleri, cadı yakma, işkence ve engizisyonun yerini almıştır. Yirminci yüzyılın materyalist bilimciliği ne kadar

yerleşik ve sofistike olsa da tüm ruhsal çabaları aşağılamış ve bu tür deneyimleri hastalık olarak nitelendirmiştir.

Modern toplumda bilimin sahip olduğu otorite ruhsallığın ciddiye alınmasını ve ruhsal keşfi zorlaştırır. Ek olarak yaygın dinlerin dogma ve faaliyetleri gerçek ruhsallığın bulunabileceği tek yerin içimiz, yani psişemiz olduğu gerçeğini perdeler. En kötüsü, organize dinler ilahi olanla bağlantı kurmamıza yardımcı olacak yerde ciddi ruhsal araştırmaları baltalamaktadırlar.

Çeşitli aborijin kültürlerce geliştirilmiş kutsal teknikler (uygulamalar), Batı'da büyülü düşünce ürünleri, vahşilerin (yerlilerin) batıl inançları sayılarak reddedilmiştir. Tantra'da kendini gösteren cinselliğin ruhsal potansiyeli, cinselliğin hayvani bir içgüdü olarak görülüp reddedilmesiyle göz ardı edilmiştir. Transandantal boyuta geniş kapılar açma kapasitesi olan psikodeliklerin keşfini ise, bu maddelerin maneviyat dışı keyif aracı olarak sorumsuzca kullanımı ve "delirirsiniz" ya da "kromozomlarınız zarar görür" şeklinde korkutmalar ve yasal yaptırımlar izlemiştir.

ASTRAL PROJEKSİYONDA BAŞARISIZ BİR DENEY

Bizden bağımsız olarak var olan ve tahmin edilebilir bir maddi dünyada yaşadığımız inancı o kadar derinlere kök salmıştır ki alışık olduğumuz gerçekliğin bir anda çökmesi ve "kendini bilme tabusunun" yıkımı tarif edilemez bir metafizik korkuyla ilişkilendirilebilir. Bu noktayı daha önce anlattığım Baltimore Prag astral projeksiyonu hikâyesini tamamlayarak açıklayacağım (s. 108-110). Bir uzay-zaman girdabında hapsolduğumu hissettiğim anda deneyime müdahale ettim. İki şehirden hangisinde olduğumu gerçekten bilmiyordum. İşte şuurdaki bu olağandışı maceranın geri kalan kısmı:

> Bu yaşadığım şeyin ne kadar gerçek olduğunu daha ikna edici biçimde kanıtlama gereksinimi duydum. Sonunda bir test yapmaya karar verdim: duvardan bir resim alacak ve daha sonra

anne ve babama evlerinde o ara garip bir şey olup olmadığını soracaktım. Resme uzandım ancak çerçeveye dokunmadan önce gittikçe artan yoğunlukta ürkütücü bazı duygularla dolmaya başladım. Bu, çok riskli ve tehlikeli bir hareketti. Aniden şeytani güçlerin ve tehlikeli bir kara büyünün saldırısına uğruyormuşum gibi hissettim. Yapmak üzere olduğum şey tehlikeli bir kumar gibi görünüyordu ve bedeli ruhumdu.

Durdum ve ne olduğunu anlamak için ümitsizce çabalamaya başladım. Dünyanın ünlü kumarhanelerinden görüntüler gözümde canlanmaya başladı; Monte Carlo, Venedik'teki Lido, Las Vegas, Reno. Sarhoş edici hızlarda dönen rulet toplarını, oyun makinelerinin yukarı aşağı inen kollarını ve zar oyununda yeşil çuhanın üzerinde dönen zarları gördüm. Kâğıt döndüren oyuncu masaları, bakara oynayan kumarbaz grupları, piyango panolarının yanıp sönen ışıklarını izleyen kalabalıklar vardı. Devlet adamları, politikacılar, ordu komutanları ve üst düzey bilimadamlarının gizli toplantı sahneleri bunu izledi. Sonunda mesajı aldım ve bencilliğimin henüz üstesinden gelemediğimi ve güç tutkusuna karşı koyamadığımı fark ettim. Uzay ve zamanın sınırlarını aşma olasılığı sarhoş edici ve saptırıcıydı. Eğer uzay ve zamana hükmedebilirsem sınırsız bir para kaynağıyla birlikte paranın alabileceği her şey garantileniyordu. Bu koşullar altında yapmam gereken tek şey en yakın kumarhaneye, borsaya ya da piyango büfesine gitmekti. Uzay ve zamana hâkim olabilirsem benim için hiçbir sır kalmayacaktı. Politik liderlerin zirve toplantılarını dinleyebilecek, çok gizli icatları görebilecektim. Bu ise dünyadaki olayların gidişatını yönlendirmek için hayal edilemeyecek olanaklar sunacaktı.

Deneyimimin içerdiği tehlikeleri anladım. Bencilliğimizin sınırlarını aşmadan ve ruhsal olgunluğa ulaşmadan önce doğaüstü güçlerle oynamanın tehlikeleri konusunda uyarıda bulunan ruhsal kitaplardan bazı pasajları anımsadım. Daha da önemli görünen bir şey daha vardı.

Testin sonucuna ilişkin bir kararsızlık yaşıyordum. Bir yandan kendimi uzay ve zamanın köleliğinden kurtarmak oldukça baştan çıkarıcı bir şeydi. Öte yandan bu testin olumlu bir sonuç vermesi çok ciddi ve önemli sonuçlara yol açacaktı. Uzay ve zamanın sahteliğini açığa çıkaran sıradan bir deney olmadığı açıktı.

Binlerce mil ötedeki fiziksel bir mekânı etkileyebilmenin mümkün olduğu hakkında bir teyit alabilirsem bu deneyimin sonucunda evren görüşüm tamamen yerle bir olacak ve kendimi büyük bir metafizik karmaşa içerisinde bulacaktım. Dünya da, artık bildiğim şekliyle var olmayacaktı. Güvendiğim ve inandığım tüm referans kaynaklarını yitirecektim. Kim olduğumu, nerede olduğumu ve ne zaman var olduğumu bilmeyecektim. Tamamıyla yeni, ürkütücü, yasalarını bilmediğim yabancı bir evrende kaybolacaktım. Bu güçlere ben sahip olabiliyorsam başkaları da olabilecekti. Mahremiyetim ortadan kalkacak, artık kapı ve duvarlar tarafından korunamayacaktım. Bu yeni dünyam, önceden belirlenemeyecek ve hayal edilemeyecek boyutlardaki olası tehlikelerle dolu olacaktı.

Deneyi daha fazla sürdüremedim ve bu deneyimin öznelliği ile gerçekliği sorununu çözümsüz bıraktım. Bu, uzay ve zamanı aşabildiğim fikri üzerinde düşünmemi sağladı. Ayrıca tüm bir olayı güçlü bir psikodeliğin neden olduğu garip bir yanılgı olarak görmem için de açık bir kapı bıraktı. Bildiğim gerçekliğin yıkımının hiç kuşku götürmeyecek şekilde nesnel olarak doğrulanması oldukça ürkütücüydü.

Deneyden vazgeçtiğim anda kendimi Baltimore'daki maddeyi aldığım odada buldum. Birkaç saat içinde deneyimim istikrarlı bir hal aldı ve alışılmış "nesnel gerçekliğe" yoğunlaştı. Böylesine kendine özgü ve fantastik bir deneyi boşa harcadığım için kendimi hiç affetmedim. Ancak bu testte yaşadığım metafizik korkunun anısı, gelecekte benzer bir fırsat verilecek olsa daha cesaretli olup olmayacağım sorusunu akla getiriyor.

YANLIŞ BENLİK DUYGUSUNUN SIRLARI

Holotropik hallerde elde edilen "kim olduğunu bilme tabusuyla" ilgili içgörüleri artık özetleyebiliriz. Mutlak hariç yaratılışın tüm düzeylerinde kozmik oyuna katılmanın şartları vardır. Şuur birimleri gerçek kimliklerini unutarak ayrı bireylere bürünmeli, diğer oyuncuları kendilerinden farklı olarak algılamalı ve buna göre davranmalıdırlar. Yaratıcı süreç, farklı özelliklerde birçok planlar yaratır. Bunların her biri şuurdaki

muhteşem maceralar için özgün olanaklar sunar. Kaba madde dünyasının deneyimi ve bu dünyada yaşayan biyolojik bir organizmayla özdeşleşme, bu evrensel sürecin yalnızca uç bir formudur.

Yaratıcı ilkenin farklı varoluş gerçekliklerini resmetmedeki ustalığı, içerilen rollerin deneyimlerini öylesine inandırıcı bir hale getirir ki, bu gerçekliklerin yanıltıcı doğasını fark etmek oldukça zorlaşır. Ayrıca, ayrılık yanılsamasının üstesinden gelme imkânları ve yeniden birleşmenin deneyimlenmesi büyük zorluklar ve karmaşık engellerle doludur. Gerçekte sabit bir kimliğimiz yoktur. Kendimizi bedenlenmiş benlikle Mutlak Şuur arasındaki süreklilikteki herhangi bir şey olarak deneyimleyebiliriz. Kozmik oyunun çeşitli düzeylerindeki kahramanlar olarak sahip olduğumuz özgür seçimin büyüklüğü ve derecesi, Mutlak Şuur mutlaktan maddi varoluşa düşerken azalır ve ruhsal geri dönüş yolculuğunda artar. Asıl doğamız gereği sınırsız ruhsal varlıklar olduğumuz için kozmik oyuna özgür bir seçimle girer ve mükemmelliğinde hapsoluruz.

10

KOZMİK OYUNU OYNAMAK

Kanatları güzel iki kuş, arkadaş ve yoldaş, aynı ağaca konarlar ve biri tatlı meyveyi yer, diğeri ona saygı duyar ve yemez.

—*Rig Veda*

Ne kadar az biliyoruz ne olduğumuzu!
Ve ne olabileceğimizi!

—George Gordon Lord Byron

TİBET BUDİZMİNDE ÜÇ ZEHİR

Geniş ve kapsamlı yaratılış görüşünü ve holotropik hallerle ilgili çalışmalardan ortaya çıkan insan doğasının yücelmiş imgesini bazı ayrıntılarıyla inceledik. Hikâyemizin sonuna yaklaşırken bu bilginin gündelik yaşamımızdaki uygulanabilir etkilerini incelemek uygun görünüyor. Holotropik halleri kullanarak sistemli içsel araştırma yapmak duygusal ve fiziksel refahımızı nasıl etkiler? Yeni keşifler, öğrendiğimiz şeylerden en fazla faydayı sağlamada yol gösterir mi? Yeni bilgiyi hayatımızı daha doyum verici kılacak şekilde kullanabilir miyiz?

Bütün zamanların ruhsal öğretmenleri maddi amaçları kovalamanın doyum, mutluluk ve iç huzur getirmeyeceği düşüncesinde birleşmiş görünmektedirler. Hızla yükselen küresel kriz, ahlaki çöküntü ve endüstri toplumlarındaki maddi zenginlikle birlikte artan doyumsuzluk, bu kadim gerçeği doğrular. Mistik

literatür, insanlığı saran bu varoluşsal doyumsuzluk için çözümün içe dönmek, yanıtları kendi psişemizde aramak ve derin bir psikospiritüel dönüşümden geçmekte yattığında hemfikir görünüyor.

Başarılı bir şekilde yaşamanın önemli bir önkoşulu, genel bir zekâya sahip olmaktır; öğrenme ve hatırlama yeteneği, düşünme ve akıl yürütme ve maddi çevreye uygun bir şekilde tepki verebilme. Son araştırmalar "duygusal zekânın" –İnsani çevreye uygun bir şekilde tepki verebilmek ve insanlar arası ilişkilerimizi uygun bir biçimde yürütebilmek– önemini vurgulamıştır (Goleman, 1996).

Holotropik hallerdeki gözlemler, daimi felsefenin şu ana temasını doğruluyor: Hayatımızın niteliği sonuç olarak "ruhsal zekâ" denilebilecek şeye dayanır. Bu zekâya sahip kişi hayatını öyle yaşar ki, böylesi bir yaşam, gerçekliğin ve kendimizin derin felsefi ve metafizik anlayışını yansıtır. Bu da doğal olarak bazı soruları akla getirir: Böylesi bir zekâyı kazanmak için gerekli ruhsal dönüşümün doğası nedir? Yaşamamız gereken değişimlerin yönü ve böyle bir gelişimi gerçekleştirecek araçlar nelerdir?

Bu sorunun çok açık bir yanıtı Mahayana Budizmi'nin farklı okullarında bulunabilir. Burada tartışmamızın temeli olarak doğum, ölüm ve reenkarnasyonu anlatan ünlü Tibet perde resmini (*thangka*) alabiliriz. Resim, korkutucu Ölüm Tanrısı'nın kavradığı Yaşam Çemberi'ni anlatır. Farklı lokaları ya da kişinin içine doğabileceği âlemleri temsil eden altı bölüme ayrılmıştır. Tanrıların göksel mekânına bitişikteki kıskanç savaş tanrıları ya da *asuralar* tarafından meydan okunur. Aç ruhların bölgesinde *pretalar* –doymak bilmez açgözlülüğü temsil eden acınacak haldeki yaratıklar– ikamet eder. Büyük göbekleri, doymayan iştahları ve iğne deliği kadar ağızları vardır. Çemberin geri kalan bölümleri insanların dünyasını, vahşi hayvanlar âlemini ve cehennemi anlatır. Çemberin içinde eş merkezli iki daire vardır. Dıştaki daire ruhların yolculuklarında ilerlediği inen ve çıkan yolları gösterir. En içteki dairede üç tane hayvan vardır; domuz, yılan ve horoz.

Çemberin merkezindeki hayvanlar, "üç zehir" ya da güçleri temsil eder. Budist öğretilere göre bu üç zehir ya da güç, doğum ve ölüm döngülerini devam ettirir ve yaşamdaki tüm acıların nedenidir. Domuz, gerçeğin doğası ve kendi doğamızla ilgili cehaleti simgeler. Yılan, kızgınlık ve şiddeti temsil eder. Horoz da bağımlılığa neden olan arzu ve şehveti yani nefsaniyeti anlatır. Hayatımızın niteliği ve varoluşun karşımıza çıkardığı engellerle baş edebilme yeteneği, insanlar âlemini yöneten bu güçleri yenebilme ya da dönüştürebilme yeteneğimize göre değişir. Holotropik şuur hallerini içeren sistemli özkeşif sürecine şimdi bu açıdan bakalım.

PRATİK BİLGİ ve AŞKIN BİLGELİK

Derin özkeşif çalışmalarından kazanabileceğimiz en belirgin fayda kendimiz, başka insanlar, doğa ve evrenle ilgili olağandışı bilgiler kazanmaktır. Unutulmuş ya da bastırılmış bebeklik, çocukluk, doğum ve gebelik dönemleri anılarının kendimizi ve dünyayı algılayışımızı nasıl etkilediğini keşfedebiliriz. Transpersonel deneyimlerde başka insanlar, çeşitli hayvanlar, bitkiler ve inorganik dünyadaki elementlerle özdeşleşebiliriz. Bu tür deneyimler, içinde yaşadığımız dünya hakkındaki özgün içgörülere dair zengin bir kaynak sunar.

Bu süreçte gündelik yaşantımızda faydalı olabilecek oldukça fazla bilgi kazanabiliriz. Ancak Tibet *thangkalarında* simgelenen cehalet, bildiğimiz anlamda bilgisizlik değildir. Maddi dünyanın çeşitli yönleriyle ilgili yetersiz bilgiler kastedilmez burada. Söz konusu cehalet (*avidya*), gerçeğin doğası ve kendi doğamızla ilgili temel bir yanlış anlamadır. Böylesi bir cehaletin tek çaresi aşkın bilgeliktir (*prajnaparamita*). Bu açıdan bakıldığında, içine holotropik halleri alan içsel çalışma, evren hakkındaki bilgimizin artışından daha fazla bir şey sunar. Bu çalışma, ayrıca kitap boyunca gördüğümüz aşkın düzeydeki konularla ilgili içgörüler kazanmanın özgün bir yoludur.

ŞİDDETİN BİYOGRAFİK, PERİNATAL ve TRANSPERSONEL KÖKLERİ

Şimdi ise aynı bakış açısından ikinci "zehire", insanın şiddete olan eğilimine bakalım. İnsandaki şiddetin doğası ve menzili, hayvani köklerimize bakılarak açıklanamaz. İnsanlardaki şiddetinin kaynağını hayvanlarla paylaştığınız bazı faktörlere –temel içgüdülere, "bencil genlerin" genetik stratejilerine ya da sürüngen beyinden gelen sinyallere– dayandırdığımız ve insanları "çıplak maymunlara" benzettiğimizde, insandaki şiddetin doğasını ve derecesini hesaba katmamış oluruz. Hayvanlar aç olduklarında, alanlarını savunurken ya da karşı cins için savaşırken şiddete başvurur. Erich Fromm'un "denetimsiz şiddet" (Fromm, 1973) dediği insanlardaki şiddetin hayvanlar âleminde benzeri yoktur.

Yaygın görüşü benimseyen psikolog ve psikiyatristler, insana özgü şiddeti bebeklik ya da çocuklukta yaşanan engellenmişlikler, tacizler ve sevgisizliğe dayandırırlar. Ancak bu tür açıklamalar, Boston Canavarı ya da Geoffrey Dahmer'in seri cinayetlerindeki gibi bireysel şiddetin uç örneklerini ve özellikle de Nazizm ve Komünizm gibi toplu olguları tanımlamada yetersiz kalır. Bireylerin erken geçmişlerinde yaşadıkları zorluklar, çok sayıda insanı etkileyen kanlı savaşların, ihtilallerin, soykırımların ve toplama kamplarının ardında yatan psikolojik nedenleri anlamada yetersiz kalır. Holotropik haller aracılığıyla özkeşif, böylesi şiddet sorunlarına yeni bir ışık tutar. Psişenin derinlerine indiğimizde insan doğasının bu sorunlu ve tehlikeli yönünün kaynağının akademik psikologların tahmin edemeyeceği kadar derinlerde ve ürkütücü olduğunu keşfederiz.

Bebeklik ve çocukluktaki travma ve hayal kırıklıklarının önemli bir şiddet kaynağı olduğu kesindir. Yine de bu bağlantı, sorunun yalnızca yüzeyine değinir. Derinlemesine ve sistemli içsel çalışma, şiddetin biyolojik doğum travmasındaki önemli köklerini ortaya çıkarır. Doğum sırasında saatler boyunca deneyimlenen hayati tehlike, acı ve boğulma, yoğun endişe ve canlılık

derecesine varan şiddet hislerine neden olur. Bunlar, psişe ve bedenimizde saklanır. Dünyaya karşı duyulan bu temel güvensizlik ve düşmanlık hislerinin depolanması, insan kişiliğinin karanlık yönünün önemli bir kısmını oluşturur. C. G. Jung buna *Gölge* demiştir.

Daha önce de gördüğümüz gibi, holotropik hallerde doğumun hem bireysel hem de kolektif düzeyde yeniden yaşanmasına hayal edilemeyecek şiddet imgeleri eşlik eder. Bunların arasında sakatlanma, cinayet ve tecavüz deneyimleri olduğu kadar, kanlı savaş sahneleri, ihtilaller, ırk ayaklanmaları ve toplama kampları da vardır. Derinlik psikolojisi yöntemlerini sosyopolitik olaylara uygulayan psikotarih alanının öncülerinden Lloyd deMause (1975), politik ve askeri liderlerin konuşmaları ile savaş ve ayaklanma dönemlerinin poster ve karikatürlerini inceledi. Bu malzemede biyolojik doğumla ilişkili olarak bulduğu konuşma, mecaz ve imgelerin olağanüstü zenginliğinden etkilendi.

Her çağdaki askeri lider ve politikacılar kritik bir duruma değinir ya da savaş ilan ederken perinatal dönemin çeşitli yönlerini yansıtan terimleri kullanır. Düşmanı boğmakla, sıkıştırmakla, ciğerlerde kalan son havayı da almakla, kuşatmakla ve yaşayacak yeterli alan bırakmamakla suçlarlar (Hitler'in *Lebensraum*'u). Diğer sık geçen imalar bataklık, karanlık mağaralar, tüneller, içinden çıkılmaz labirentler, içine itilebilinecek karanlık kuyular ile yutulma ve boğulma tehdidi dir.

Liderlerin kurtuluş vaatleri de benzer şekilde perinatal imgeler taşır. Bizi tehlikeli labirentin karanlığından kurtarıp tünelin öte tarafındaki ışığa götürme sözü verirler. Düşman yenildiğinde herkesin yeniden özgürce nefes alacağına yemin ederler. Perinatal deneyimleri tasvir eden resim ve çizimlerle, savaş ve ihtilal zamanlarının poster ve karikatürleri arasındaki büyük benzerliği başka bir eserimde gösterdim (Grof, 1996).

Ancak, şiddetin perinatal kaynaklarını kabul eden açıklamalar bile insandaki şiddetin doğası, kapsamı ve derinliğini

yeterli derecede açıklamaz. Şiddetin en derindeki kökleri, bireysel sınırları aşarak transpersonel alana ulaşır. Holotropik hallerde korkutucu tanrılar, şeytanlar, iblisler ile Apokalips ya da Tanrıların Alacakaranlığı Ragnarok gibi karmaşık mitolojik temalara bürünür. Psişemizin derinlerinde faaliyet gösteren karanlık arşetip güçlere bu kitapta daha önce bazı örnekler verdim. Transpersonel düzeyde şiddete gösterilebilecek diğer kaynaklar, geçmiş yaşam anıları ve hayvani geçmişimizi yansıtan filogenetik matrislerdir.

Holotropik hal çalışmaları, insan doğasına ve insandaki şiddetin kapsamı ve derinliğine ilişkin üzücü ve cesaret kırıcı bir tablo çizer. Ancak, sorunun muazzam olduğunu göstermekle birlikte, tamamıyla yeni bakış açıları ve ümitler de sunar. İnsandaki şiddetle baş etmenin oldukça güçlü ve etkili yolları olduğunu gösterir. Perinatal ve transpersonel düzeylere ulaştıran derin deneysel çalışmalarda geniş çapta şiddet güvenli bir şekilde ifade edilebilir, üzerinde çalışılabilir ve nispeten kısa bir süre içinde dönüştürülebilir. Çalışma, şiddetin doğası ve insan psişesiyle ilişkisine de yeni bir ışık tutar. Bu içgörülere göre şiddet asıl doğamızı yansıtmaz: o daha çok bizi gerçek doğamızdan ayıran bir perdedir.

Temel içgüdüsel güçlerin karanlık perdesini aşabilirsek varlığımızın özde vahşi değil ilahi olduğunu keşfederiz. Bu ilham, daha önce aktardığım Hint Upanişadlarının ünlü sözüyle tam bir uyum içindedir. Kadim metinlerin mesajı açıktır: "Tat tvam asi" (Sen O'sun) "özde ilahi olanla birsin." Kendi deneyimimden gördüğüm kadarıyla holotropik hallerle yapılacak sorumlu bir çalışma, oldukça cesaretlendirici ve uygulanabilir sonuçlar doğurabilir. Derin içsel özkeşif, şiddet ve yıkım eğilimlerinin düzenli olarak azalmasını sağlar. Esneklik ve şefkat de artar. Bunlardan başka yaşama saygı, diğer türlere empati ve ekolojik duyarlılık da gelişir.

DOYMAK BİLMEZ AÇGÖZLÜLÜĞÜN PSİKOSPİRİTÜEL KAYNAKLARI

Tibet Budizmi'nin üçüncü zehrine geldik. Bu, şehvet, hırs ve doymak bilmez açgözlülüğü birleştiren şiddetli bir güçtür. "Denetimsiz şiddetle" birlikte bu nitelikler insanlık tarihinin en karanlık bazı sayfalarından sorumludur. Batılı psikologlar, bu gücün çeşitli yönlerini Sigmund Freud'un açıkladığı libidinal dürtülerle ilişkilendirir. Bu açıdan bakıldığında, doymak bilmez açgözlülük, emzirme döneminden gelen çözümlenmemiş oral sorunlarla açıklanacaktır. Benzer şekilde zihnin parayla aşırı derecede meşgul olması, baskılanmış anal dürtülerle ilişkilendirilecek, cinsel aşırılıklar da fallik bir takıntıyı yansıtacaktır. Güç hırsı, Freud'un kendisiyle yollarını ayıran öğrencisi Alfred Adler'in psikolojisinde ayrıntılarıyla tanımlanmıştır. Adler güç hırsını aşağılık ve yetersizlik hislerinin telafisi olarak görmüştür.

Holotropik hallerde elde edilen içgörüler bu tabloyu zenginleştirir. İnsan doğasının bu yönüyle ilgili olarak psişenin perinatal ve transpersonel düzeylerinden kaynaklanan nedenleri de ortaya çıkarır. Deneysel özkeşif sürecimiz perinatal düzeye ulaştığında o ana kadarki yaşantımızın oldukça suni olduğunu keşfederiz. Hayret ve şaşkınlıkla yaşam stratejimizin bütünüyle yanlış yönlenmiş olduğunu görürüz. Peşinden koştuğumuz çoğu şeyi, doğum anında psişe ve bedenimize yerleşen şuurdışı duygu ve enerjilerin güçlü bir şekilde dikte ettiğini fark ederiz.

Doğum sırasında maruz kaldığımız korkutucu ve oldukça rahatsız edici durumun anısı sistemimize yerleşir. Şuurlu olarak fark edilip sistemli deneysel özkeşif aracılığıyla üzerinde çalışılmadığı sürece yaşantımız boyunca üzerimizde etkisini gösterir. Yaşamda yaptığımız birçok şey ve bunları nasıl yaptığımız, tamamlanmamış doğum geştaltı ve onunla bağlantılı olan ölüm korkusuyla baş etmenin gecikmiş çabaları olarak anlaşılabilir.

Doğumun travmatik anısı psişemizin yüzeyine çıkmaya başladığında bulunduğumuz konumla ilgili doyumsuzluk hislerine neden olur. Gerçekte neden rahatsız olduğumuzu bilmeyiz;

ancak bu, geniş yelpazedeki birçok konuya yansıyabilir. Durumumuzu güzel olmayan fiziksel görünüm ya da yetersiz kaynaklar ve maddi yoksunluğa yorabiliriz. Sosyal konumumuz yüksek olmadığı ya da dünyayı etkileyemediğimiz için doyumsuz olduğumuzu sanırız. Doyumsuzluğumuzun nedeni yetersiz güç, şöhret ve bilgi ya da yetenek ve benzeri nice şey gibi görünür.

İçinde bulunulan çevre ne olursa olsun durum asla doyum vermiyor gibi görünür. Çözümü ise hep gelecekteymiş gibidir. Doğum kanalına sıkışıp çabalayan fetus gibi, içinde bulunduğumuz konumdan daha iyi bir duruma yükselmeyi şiddetle arzularız. Gelecekte gerçekleşecek başarıya duyduğumuz ihtiyaç nedeniyle, içinde bulunduğumuz anı tam anlamıyla yaşayamayız ve kendimizi sürekli daha iyi bir geleceğe hazırlanıyormuş gibi hissederiz.

Fantezi kurarak bu rahatsızlığa tepki veririz. Doyum getirecek ve algılanan eksikleri giderecek bir gelecek imajı yaratırız. Varoluşçular bu mekanizmaya geleceğe "otoprojeksiyon" yapmak derler. Bu stratejinin sürekli uygulanması insanların "monotonluk" ya da "at yarışı" dediği yaşam tarzına, gelecekteki bir mutluluğun hayalini kurmaya ve şu an var olanın tam olarak tadını çıkaramamaya neden olur. Hayata ilişkin bu sapmış, suni ve tatminsizlik verici yaklaşım, ölüm "gerçeği" açıklayana ve hayatın boşa yaşanmış olduğunu gösterene kadar tüm yaşam boyunca izlenebilir.

Doyumsuzluğumuzu örtmek için geleceğe otoprojeksiyon yapmak, arzulanan şeyleri elde edelim etmeyelim, bir "kaybeden stratejisidir." Çünkü ihtiyaçlarımız temelden yanlış anlaşılmış ve algılanmıştır. Bu nedenle beklediğimiz doyumu asla veremez. Planladığımız hedeflere ulaşamadığımızda, devam eden doyumsuzluğumuza neden olarak, öne sürülen düzenleyici ölçülere erişemediğimizi savunuruz. Bu hedeflere ulaştığımızda ise ümit ettiğimiz doyum gelmez, doyumsuzluk hisleri ortadan kalkmaz. Neden sürekli doyumsuz olduğumuzu da teşhis ede-

meyiz. Sonuçları ne olursa olsun doyum getirmeyecek olan yanlış bir varoluş stratejisi izlediğimizi fark etmeyiz. Başarısızlığı genellikle hedefin yeterince arzulanmayışına ya da seçilen hedefin yanlış oluşuna yorarız.

Bu model, çeşitli abartılı hedeflerin mantık dışı ve pervasız bir şekilde izlenmesine yol açar. Bu, dünyadaki birçok sorundan sorumludur ve insanın acı çekmesine neden olur. İzlenen stratejinin yaşam gerçekleriyle bir bağlantısı yoktur ve birçok farklı düzeyde tekrarlanabilir. Gerçek bir doyum getirmediği için, kişinin yoksul ya da Aristotle Onassis ya da Howard Hughes düzeyinde bir milyarder olması bir şey değiştirmez. Halbuki temel hayati ihtiyaçlarımız karşılandıktan sonra yaşam kalitemiz dış koşullardan ziyade şuur durumumuza bağlıdır.

Dışsal hedefleri izleyerek doyum elde etme amacıyla harcanan, yolundan sapmış çabalar çelişkili sonuçlar doğurabilir. Onlarca yıl süren sıkı çalışma ve çaba sonunda yaşamları boyunca hayalini kurdukları hedefe ulaşan ve hedefe ulaştıklarının ertesi günü bunalıma giren insanlarla çalıştım. Joseph Campbell bu durumu şöyle tanımlıyor: "Merdivenin sonuna tırmanmak, ancak yanlış duvara yaslandığını fark etmek." Doğum anısı şuura getirilir, bununla ilişkili olan ölüm korkusuyla yüzleşilir ve psikospiritüel yeniden doğuş yaşanırsa, bu hayal kırıcı stratejiden büyük ölçüde kurtulmak mümkündür. Doğum çabasının (travmasının) izleri yerine doğum öncesi ve doğum sonrası anılarıyla bağlantı kurduğumuzda gelecek başarılarla ilgili mantıkdışı meşguliyetimiz önemli derecede azalır ve yaşanan anda çok daha fazla tatmin buluruz.

Ancak doyumsuzluğumuz ve rahatsızlığımızın nedeni, perinatal düzeyden daha da derinlere iner. Son analizde insan hayatını yöneten doymak bilmez açgözlülük, aşkın bir doğaya sahiptir. Erken rönesansın ünlü İtalyan şairlerinden Dante Alighieri (1989) şöyle der: "Mükemmellik arzusu her hazzı doyumsuz kılan arzudur. Ruhumuzun susuzluğunu giderecek kadar büyük bir neşe ya da haz yoktur bu yaşamda." En genel anlamda doy-

mak bilmez açgözlülüğün en derindeki transpersonel kökleri Ken Wilber'ın Atman projesi ile anlaşılabilir (Wilber, 1980).

Wilber, özümüzün ilahi olduğunu söyleyen daimi felsefenin ana ilkesinin önemli sonuçlarını inceleyip açıklamıştır. Varlığımızın özü Tanrı, Kozmik İsa, Keter, Allah, Buda, Brahman, Tao ve benzeri gibi farklı adlarla anılmıştır. Yaratılış süreci bizi kozmik kaynaktan, ilahi özümüzden ayırıp yabancılaştırsa da bu bağlantının farkındalığı tamamıyla kaybolmaz. İnsan psişesinin her düzeyinde gelişimimizi destekleyen en derin güç, tanrısallığımızın deneyimine geri dönüş için duyulan açlıktır. Ancak bedenli varoluşun kısıtlayıcı koşulları, Tanrı içinde ve Tanrı olarak, tam bir ruhsal kurtuluşa olanak vermez.

Burada örnek olarak Büyük İskender'i verebiliriz. Onun kendine özgü dünyevi başarılarının bir benzerini daha bulmak zordur. Maddi dünyada hiçbir insanın elde edemeyeceği neredeyse tanrısal bir konum kazanmıştır. Bu, ismine eklenen "İlahi" lakabından da anlaşılmaktadır. Hikâye şöyle devam ediyor:

İskender, anavatanı Makedonya ve Hindistan arasındaki geniş toprakları ele geçirdiği eşsiz askeri zaferlerin ardından Hindistan'a ulaşır. Orada olağanüstü güçleri, ya da siddhileri olan bir yogi olduğunu duyar. Bu yogi, diğer yeteneklerinin yanı sıra geleceği görme gücüne de sahiptir. İskender onu ziyaret etmeye karar verir. Yoginin mağarasına geldiğinde bu bilge günlük ruhsal uygulamalarına dalmıştır. İskender sabırsızca meditasyonunu keser ve gerçekten geleceği görme gücüne sahip olup olmadığını sorar. Yogi sessizce kafasını sallar ve meditasyonuna döner. İskender aceleci bir soruyla onu tekrar durdurur: "Hindistan'ı fethimin başarılı olup olmayacağını söyleyebilir misin?" Yogi bir süre meditasyonuna devam edip yavaşça gözlerini açar. İskender'e sevgiyle bakar ve şefkat dolu bir sesle şöyle der: "En sonunda ihtiyacın olan şey yalnızca iki metrelik toprak olacak."

İnsan olarak içinde bulunduğumuz durum bundan daha etkileyici bir örnekle anlatılamazdı herhalde; tanrısallığımızı bulmak için ümitsizce maddi araçların peşinden koşmak. Tanrısal

varlıklar olarak tam potansiyelimize ulaşmanın yolu içsel bir deneyimden geçmektedir. Bu ise ayrı benliklerimizin –"deriyle sarmalanmış ego" kimliklerimizin– öldürülüp aşılmasıyla mümkündür. Yok olma korkusu ve ego hırsı nedeniyle Atman taklitlerinin peşinden koşarız. Bunlar biz yaşamda ilerledikçe değişir ve her zaman belirli bir düzeye aittirler.

Bir fetus ya da yeni doğmuş bir bebek için Atman iyi bir rahim ve iyi bir emzirmede yaşanan mutluluktur. Bir çocuk içinse temel fizyolojik dürtülerin ve güvenlik ihtiyacının doyuma ulaşmasıdır. Yetişkinliğe eriştiğimizde Atman meselesi oldukça karmaşıklaşır. Atman taklitleri artık geniş bir çerçeveyi kapsar. Bunlar yiyecek, seks, şöhret, güç, güzellik ve bilgi gibi birçok şeyi içerir. Bir yandan da gerçekte kozmik yaratılışın bütünü ve yaratıcı ilkenin kendisi olduğumuza dair derin bir hissi de barındırırız. Bu nedenle ne derecede ve ne büyüklükte olursa olsun herhangi bir taklit bizi her zaman doyumsuz bırakacaktır. Doymak bilmez açgözlülüğün çözümü bundan dolayı, düzeyi ve büyüklüğü ne olursa olsun maddi arayışlarda değil, iç dünyada yatar. En derin arzularımızı yalnızca olağandışı bir şuur durumunda kişinin tanrısallığını deneyimlemesi doyuma ulaştırır.

Mevlânâ Celâleddin-i Rûmî bunu oldukça açık bir şekilde şöyle dile getirmiştir: "Ermiş; insanların baba, anne, arkadaşlar, cennet, dünya, saraylar, ilim, çalışma, yiyecek, içecek gibi farklı şeylere duyduğu ümitlerin, arzuların ve sevgilerin gerçekte Tanrı'yı arzulamak olduğunu bilir. Bütün bunlar birer perdedir. İnsan dünyayı terk edip Şah'ı bu perdeler olmadan gördüğünde hepsinin bir perde ve örtü olduğunu, arzuladığı şeyin aslında bu Bir olduğunu görecektir." (Hines, 1996). On yedinci yüzyıl şair ve keşişlerinden Thomas Traherne "mutluluk" dediği yaşam tarzının canlı bir örneğiydi. Yoğun bir mistik deneyim yaşadığında aynı farkındalığa ulaşmıştı. İşte bu olayı anlattığı bir bölüm:

> Sokaklar bendim, tapınak bendim, insanlar bendim. Gökler bendim, Güneş, Ay ve yıldızlar da bendim. Tüm dünya bendim.

Bunları izleyen ve tadını çıkaran da bendim. Ne katı töreler biliyordum, ne de sınır ve ayrımlar; bütün töre ve ayrımlar bendim. Büyük bir ertelemeyle yoldan çıkarıldım ve bu dünyanın kirli yollarına girdim. Şimdi bunları siliyor ve daha önce olduğum gibi küçük bir çocuk oluyorum yeniden. Tanrı'nın krallığına böylece girebilirim.

MİSTİK YOLU PRATİK ADIMLARLA YÜRÜMEK

Evrenin mekanik bir sistem değil, Mutlak Şuur'un sınırsız derecede karmaşık deneyim orkestrasyonlarıyla yarattığı sanal bir gerçeklik olduğunu kabul edersek bunun pratik sonuçları neler olabilir? Varlığımızın kozmik yaratıcı ilkeyle bir olduğunu bilmek, değerler sistemimizi ve yaşam tarzımızı nasıl etkiler? Bu sorular hem her birimiz, hem insanlık, hem de gezegenin geleceği için teorik ve uygulanabilir anlamda büyük öneme sahiptir. Bunları yanıtlamaya çalışırken yine holotropik şuur hallerini deneyimlemiş insanların içgörülerine bakacağız.

Birçok din için hayatın zorluklarıyla baş etmenin yolu, dünyasal planın önemsizliğini görüp aşkın gerçekliklere odaklanmaktır. Bu inançların bazıları dikkati maddi dünyadan çekip başka gerçekliklere yöneltmeyi tavsiye ederler. Çeşitli üst gerçeklikler ve varlıklarla bağlantı kurmak için dua ve adanmayı önerirler. Diğerleri ise meditasyon ve diğer kişisel ruhsal çalışmalarla aşkın gerçekliklere doğrudan girişi önerir ve vurgularlar. Bu eğilimdeki dini sistemler, maddi dünyayı saf ve mükemmel olmayan, acı verici bir alt bölge olarak görürler. Onlara göre dünya bir gözyaşı vadisi gibidir. Bedenli varoluş ise bir gazap ya da ölüm ve tekrardoğuş bataklığıdır.

Bu inançlar ve öğretmenleri, kendilerini bu yola adayanlara Öte'de yer alan daha arzulanır bir âlemi ve tatmin edici bir şuur durumunu vaat ederler. Yaygın inançların daha ilkel formlarında bu şuur durumları, kendi inançlarının gereklerini yerine getirenlere ölümden sonra açılan çeşitli kutsal planlar ya da cennetlere karşılık gelir. Benzeri sistemlerin daha karmaşık olanlarında

cennetler ruhsal yolculuğun basamaklarıdır. Yolculuğun sonu ise kişisel sınırların kalkması ve Tanrı'yla birleşme ya da yaşam ateşini söndürüp boşlukta erimektir (*nirvana*).

Caynacılığa göre bizler öz olarak, biyolojik dünyayla özdeşleştiği için kirlenen saf şuur birimleriyiz *(jiva)*. Cayna uygulamalarının amacı, maddi dünyadaki ilişkilerimizi büyük ölçüde azaltmak, onun kirletici etkisinden kendimizi kurtarmak ve saf durumumuzu yeniden kazanmaktır. Diğer bir örnek de, Theravada ya da Hinayana (Küçük Tekerlek) olarak anılan özgün bir Budizm türüdür. Bu Budizm okulu katı bir manastır geleneğidir. Kişisel aydınlanma ve kurtuluş için gerekli ruhsal disiplini verir. İdeali, gelişimin en üst düzeyinde bulunan aziz ya da *arhat*'tır. Arhat dünyadan izole bir münzevi olarak yaşar. Bunlara benzer bir kişisel kurtuluş (*mokşa*), Hindu Vedanta'sında da bulunur.

Ancak diğer bazı ruhsal gelenekler doğayı ve maddi dünyayı Tanrı'nın bedeni olarak görür. Bu nedenle Caynacılık, Hinduizm ve Budizm'in Tantrik kollarının yaşamı kabul eden ve kutlayan bir yapısı vardır. Benzer şekilde Mahayana (Büyük Tekerlek) Budizmi üç "zehirden" –cehalet, şiddet ve hırs (şehvet)– arındığımızda gündelik yaşamın içinde bile kurtuluşa erebileceğimizi öğretir. *Samsara*'yı –yanılsama dünyası ya da doğum ve ölüm döngüsü– aştığımızda *nirvana*'ya ulaşılır. Çeşitli Mahayana okulları, ruhsal aydınlanmanın önemli bir belirtisinin şefkat olduğunu önemle vurgularlar. İdealleri Bodisatva'dır. Bodisatva yalnızca kendi aydınlanmasıyla değil, diğer varlıkların kurtuluşuyla da ilgilenir.

Holotropik hallerde elde edilen içgörülere dayanarak bu konuya bir göz atalım. Yaşamdan çekilip maddi plandan aşkın gerçekliklere açılmanın ne faydası olabilir? Ya da tersinin, gündelik yaşamı tüm yüreğimizle kucaklamanın bir değeri var mıdır? Birçok ruhsal sistem, ruhsal yolculuğun amacını kişisel sınırların erimesi ve tanrısallıkla yeniden birleşme olarak tanımlar. Ancak içsel araştırmalarında Mutlak Şuur'la özdeşleşen insanlar, varlığın yüce ilkesiyle birleşmenin ruhsal yolcu-

luğun nihai hedefi olarak kabul edilmesinin ciddi problemler içerdiğini fark ederler.

Böyleleri, saf Mutlak Şuur ya da Boşluk'un yalnızca ruhsal yolculuğun sonu olmadığını, aynı zamanda onun yaratılışın da kaynağı ve başlangıcı olduğunu görürler. Tanrı, ayrı olanlara yeniden birleşme olanağını sunan ilke olmakla kalmaz. Aynı zamanda özdeki birliğin bölünmesi ve ayrışmasından da sorumludur. Eğer bu ilke tam ve kendi içinde doyum halinde olsaydı, yaratması için bir neden olmayacak ve başka deneyim âlemleri de var olmayacaktı. Ancak bu gerçeklikler var olduğu için Mutlak Şuur'un yaratma eğilimi temeldeki bir "ihtiyacı" gösterir. Bu nedenle çokluk dünyaları, Tanrı'nın saf halinin önemli bir tamamlayıcısıdır. Kabala terminolojisine göre "insanlar Tanrı'ya, Tanrı da insanlara ihtiyaç duyar."

Kozmik dramanın genel şeması, iki temel gücün dinamik oyununu içerir. Bunlardan biri dışa yönelik *(hilotropik* ya da maddeye yönelik), diğeri de merkeze yöneliktir *(holotropik* ya da bütünlüğe yönelik). Saf Kozmik Şuur, sayısız ayrı varlığı içeren çeşitli dünyaları yaratmak için ilksel bir eğilim duyar. Sanal gerçeklikler yaratma arzusunun olası "nedenlerinin" ya da saiklerinin bazılarını daha önce tartıştık. Bunun tersine, kişileşmiş şuur birimleri ise ayrılık ve yabancılaşmayı acı verici bulur ve kaynağa dönmeye ve onunla birleşmeye karşı yoğun bir ihtiyaç duyar. Bedenli benlikle özdeşleşildiğinde duygusal ve fiziksel ıstırap, zamansal ve uzaysal sınırlar, fanilik ve ölüm gibi sorunlar ortaya çıkar.

Holotropik hallerdeki öz-keşfimiz, ego ölümünün eşiğine geldiğinde bu dinamik çatışmayı yaşayabiliriz. İki şiddetli gücün arasında gider gelir, bölünürüz. Holotropik yanımız beden-ego ile özdeşleşmeye bir son verip erimeyi ve daha büyük bir bütünle birleşmeyi arzular. Hilotropik olan diğer parçamız ise ölümden korkar ve ayrı kimliğini korumak için hayatta kalma dürtüsüyle hareket eder. Çatışma oldukça zorludur ve ruhsal dönüşüm sürecinde ciddi bir engel teşkil eder. Dönüşüm, öte ta-

rafta (eğer bir şey varsa) yerine neyin geçeceğini bilmeden teslim olmayı ve alışılmış kimliğimizi kurban etmeyi gerektirir.

Eğer alternatifi bilinmiyorsa, rahatsız edici bile olsa endişeyle şu anki halimize tutunabiliriz. Ancak, maddi dünyadaki ayrı bedenlenmiş varlıklar olarak varoluşumuzun yapay olduğunu ve en içsel arzularımızı doyuma ulaştıramayacağını derinliklerimizde hissederiz. Sınırlarımızı aşmak ve gerçek kimliğimizi bulmak için güçlü bir çekim duyarız. Sistemli içsel çalışmaya başlamadan önce ego ölümünün sembolik bir deneyim olduğunu, gerçek ölüm ve yok oluşu kastetmediğini entelektüel olarak bilmek yardımcı olacaktır. Ancak ölüm korkusu ve egoyu teslim etmek öylesine sarsıcı ve bağlayıcıdır ki, ego ölümü deneyimini yaşarken bu bilgiye güvenemez ve rahatsız oluruz.

Eğer psişemiz iki kozmik güçle –hilotropik ve holotropik– yönetiliyorsa ve iki güç birbiriyle çatışıyorsa bu durumla baş edebilmenin bir yolu var mıdır? Eğer ne çokluk dünyası, ne de saf birlik tam anlamıyla doyum verici değilse bunların bir alternatifi olabilir mi? Bu çelişkinin bir çözümü var mıdır? Alternatif bir yaşam stratejisi var mıdır? Bu çatışan kozmik eğilimlerin arasında huzurlu bir şekilde yaşayabilir miyiz? Birbirine zıt güçlerle dokunmuş bir evrende huzur bulabilir miyiz?

Bedenli varlığı aşağı ve değersiz diye reddedip ondan kaçmak çözüm olamaz. Madde dünyası da dahil olmak üzere bütün deneysel dünyalar, yaratıcı ilkenin saf halinin önemli, gerekli ve değerli birer tamamlayıcısıdır. Öte yandan doyum ve huzura ulaşma çabalarımız, eğer yalnızca maddi gerçeklikteki nesne ve hedefleri içeriyorsa, başarısızlığa uğrayacak ve muhtemelen geri tepecektir. Bu nedenle doyum verici bir çözüm hem dünyasal hem de aşkın boyutları, hem formlar dünyasını hem de Formsuz'u içermelidir.

Bildiğimiz şekliyle maddi dünya, şuurdaki olağandışı deneyimler için sayısız olanak sunar. Bedenlenmiş varlıklar olarak milyarlarca galaksisiyle gökleri, güneşin nefes kesen doğuş ve batışını, büyüyen ve küçülen Ay'ı ya da hayret uyandırıcı Gü-

neş ve Ay tutulmalarını gözlemleyebiliriz. Bulutların fantastik görüntülerini, gökkuşağının muazzam güzelliğini, Kutup Işıkları'nın titreşen parıltısını izleyebiliriz. Doğa, okyanus, nehir ve göllerden devasa dağlara, sessiz çöllere ve Antarktika'nın soğuk güzelliğine kadar sayısız çeşitlilikte mekânlar yaratmıştır. Hayvan ve bitki âlemlerindeki şaşırtıcı çeşitlilikteki yaşam formlarıyla birlikte bu mekânlar kendine özgü deneyimler için sayısız olanak sunar.

Yalnızca fiziksel formda ve maddi planda âşık olabilir, cinselliğin verdiği vecd halinin tadını çıkarabilir, çocuk sahibi olabilir, Beethoven dinleyebilir ya da Rembrandt'ın resimlerini takdir edebiliriz. Yeryüzünden başka nerede bülbülün şakımasını dinleyebilir, dondurmalı pasta yiyebiliriz? Listeye spor faaliyetlerinin, seyahatin, müzik aleti çalmanın, resim yapmanın ve diğer pek çok şeyin keyfini ekleyebiliriz. Maddi âlem, organik ve inorganik gerçekliklerin, yer yüzeyinin, okyanus derinliklerinin ve kozmik boşluğun uzak bölgelerinin araştırılması için sayısız olanak sunar. Mikro ve makro dünyanın keşfi için var olan olanaklar gerçekten de sınırsızdır. Şu an'ın deneyimlerinden başka kadim medeniyetlerden insanın henüz var olmadığı dünyaya ve Büyük Patlamanın ilk mikro saniyelerinde gerçekleşen olaylara kadar uzanan gizemli geçmişin araştırılması macerası da vardır.

ÖZKEŞİF ve RUHSAL UYGULAMANIN FAYDALARI

Fenomenler dünyasına katılmak ve bu zengin macera yelpazesini deneyimleyebilmek için bedenli benlikle bir dereceye kadar özdeşleşmek ve madde dünyasını kabul etmek gerekir. Ancak beden-ego ile mutlak bir özdeşleşme içine girersek ve tek gerçeklik olarak maddi dünyayı kabul edersek tam bir doyum bulmamız olanaksızlaşır. Değersizlik, fanilik ve ölüm, hayatın olumlu yönünü tamamıyla gölgeleyip tadını kaçırabilir. Buna beden ve maddi dünyanın dayattığı sınırlamalar nedeniyle tanrısal potansiyelimizi bütünüyle keşfetme yolundaki sonuçsuz çabalarımızın yol açtığı engellenmişlik duygusunu da eklemeliyiz.

Sorunun çözümünü bulmak için içe dönmemiz gerekir. Holotropik hallerin tekrar tekrar deneyimlenmesi, "bedenle sarmalanmış ego" olduğumuza dair inancı zayıflatır. Beden-ego ile özdeşleşmeye devam ederiz, ancak bu özdeşleşme daha esnek ve oyunsu bir hal alır. Gerçek kimliğimiz ve kozmik konumumuz da dahil olmak üzere varoluşun transpersonel yönleri hakkında deneysel bilgimiz olursa, gündelik yaşam daha kolay ve doyum verici bir hal alır. İçsel araştırmamız devam ettikçe er ya da geç tüm formların ardındaki temel boşluğu da keşfederiz. Budist öğretilerin söylediği gibi duyular dünyasının sanal doğasını ve boşluğunu bilmek, acıdan kurtulmamızı sağlayabilir. Bu öğretilere göre, yaşamın birbirinden ayrı varlıklardan oluştuğu inancı aslında bir yanılsamadır. Budist metinlerde tüm formların temeldeki boşluğunun farkındalığına ve varlıkların birbirinden ayrı olmayışına *anatta* ya da "ben-sizlik" denir.

Bir psikolog ve Vipassana Budist öğretmen olan Jack Kornfield, Tibetli ruhsal öğretmen Kalu Rinpoche ile olan görüşmesinde *anatta* kavramıyla ilk kez nasıl karşılaştığını anlatıyor. Bu önemli şahısla karşılaşmasından olabildiğince fazla şey öğrenebilmek için iştahlı bir çömez şevkiyle sorar: "Lütfen birkaç cümleyle Budist öğretinin özünü anlatabilir misiniz?" Kalu Rinpoche yanıtlar: "Elbette. Ancak bana inanmazsınız ve ne demek istediğimi anlamanız yıllar alabilir." Jack nazikçe diretir: "Lütfen siz yine de söyleyin. Bilmek istiyorum." Kalu Rinpoche'nin yanıtı kısa ve özdür: "Aslında yoksun."

Transpersonel deneyimlerimizde keşfettiğimiz tanrısal doğamız ve bütün her şeyin temeldeki boşluğunun farkındalığı, gündelik yaşamın karmaşıklığıyla etkin bir şekilde baş etmemize yardımcı olacak çatının temellerini oluşturur. Maddi dünya deneyimini tam olarak yaşayabilir ve bize sunduklarının tamamının –doğanın güzelliği, insan ilişkileri, sevişmek, aile, sanat eserleri, spor, tatlılar ve sayısız diğer şeyler– tadını çıkarabiliriz.

Ancak ne yaparsak yapalım yaşam engeller, zorluklar, acı dolu deneyimler ve kayıplar getirecektir. Her şey sarpa sarıp da-

yanılamayacak duruma geldiğinde içsel yolculuğumuzda keşfettiğimiz, daha geniş olan, kozmik bakış açısına yönelebiliriz. Daha üst gerçekliklerle bağlantı, *anatta*'nın özgürleştirici bilgisi ve tüm formların ötesindeki boşluk, aksi halde katlanılmayacak olana dayanma olanağı verir. Bu aşkın farkındalık sayesinde tüm hayat yelpazesini ya da Zorba'nın dediği gibi "tüm felâketi" tam olarak deneyimleyebiliriz. Holotropik deneyimler aracılığıyla sistemli özkeşif, dünyanın duyularla algılanışını zenginleştirir, inceltir. Aldous Huxley buna William Blake'in bir şiirine atıfta bulunarak "algı kapılarının temizlenmesi" demiştir. Bu temizlik, bedenli varlıkla bağlantılı olan şuur içindeki tüm macera olasılıklarını bütünüyle takdir edip sürecin tadına varmamızı sağlar. Tat almadaki genel artış, mistik haller sırasında ve izleyen saatler ya da günlerde en çarpıcı haliyle yaşanır. Bu da genellikle çok yoğun bir deneyimdir. Tıpkı "damakta kalan tat" gibi. Bu mistik ilhamların yol açtığı haz ve zenginleşen yaşam niteliği her zaman bu kadar yoğun olarak devam etmese de daha hafif bir şekilde uzun süre etkisini sürdürebilir.

Yaşam deneyimi hilotropik şuur halleriyle sınırlı olan ve gerçeğin aşkın, hayret verici boyutlarını deneyimlememiş birisi, derinlere kök salmış ölüm korkusunu yenmekte ve yaşamda daha derin bir anlam bulmakta zorlanacaktır. Bu durumda gündelik davranışların çoğu hata içerisindeki egonun ihtiyaçlarıyla yönlenir ve yaşamın önemli bir kısmı olumsuz ve yapay bir şekilde geçer. Bu nedenle gündelik faaliyetlerin, aşkın gerçekliklere giriş sağlayan sistemli bir ruhsal uygulama yöntemiyle bütünlenmesi gerekir.

Endüstri öncesi toplumlarda aşkın deneyimler, şamanik ayinler, geçiş ritleri ve şifa seremonilerinden kadim ölüm ve doğum ayinlerine, mistik okullara ve büyük dinlerin meditasyon uygulamalarına kadar geniş bir yelpaze içerisinde olmak üzere birçok farklı şekillerde yaşanabiliyordu. Son yirmi-otuz yıl içinde Batı dünyası çeşitli kadim manevi uygulamaların yeniden canlanışına tanık oldu. Ayrıca, modern derinlik psikolojisinin temsilcileri

ruhsal açılımı olası kılan etkili ve yeni yaklaşımlar geliştirdiler. Bu yöntemler ruhsal dönüşüm ve şuur evrimiyle ilgilenen herkese açıktır.

Transpersonel psikolojinin babası C. G. Jung yazılarında kendimizin ve varoluşun hem dünyevi hem de kozmik boyutlarına odaklanan bir yaşam stratejisini anlattı. Dış dünyadaki gündelik faaliyetlerimizi sistemli özkeşifle –psişemizin en derinlerde saklı kalmış köşelerine ulaşan içsel bir araştırma– bütünlememizi önerdi. Dikkatimizi içe vererek Yüksek Benlik'le –varlığımızın daha yüce olan yönüyle– bağlantı kurabilir ve onun rehberliğinden faydalanabiliriz. Bu şekilde çağların bilgeliğini içeren kolektif şuurdışının devasa kaynaklarını kullanabiliriz.

Jung'a göre yaşamlarımızı karşılaştığımız durumların yalnızca dışsal yönleri temelinde yönlendirmemeliyiz. Kararlarımızı maddi dünyanın pragmatik bilgisi ile sistemli özkeşif sırasında kolektif şuurdışından alınan derin bilgeliğin yaratıcı bir sentezine dayandırmalıyız. Büyük İsviçreli psikiyatristin bu önerisi, yıllar içerisinde birlikte çalıştığım birçok insanın holotropik araştırmalarında elde ettiği sonuçlarla genel olarak aynıdır.

Önerilen stratejinin daha tatmin edici, keyifli ve yaratıcı bir yaşam tarzının yolunu açtığını tekrar tekrar gördüm. Gündelik hayatı tam olarak yaşamak ve aynı zamanda da varoluşun görkemli boyutlarının ve tanrısal doğanızın farkında olmak bu şekilde olası hale gelir. Hayatın iki yönünü birleştirme ve bütünleyebilme yetisi, mistik geleneklerin en yüce arzusu olmuştur. Şeyh El-Alevi, Tasavvuf geleneğindeki en yüksek ruhsal gelişim aşamasını şöyle açıklıyor: İçte tanrısal Öz'le sarhoş, dışta ayık olmak.

KİŞİSEL DÖNÜŞÜM ve GEZEGENİN GELECEĞİ

Varoluşa dair bu yaklaşımın olası faydaları bunu uygulayan insanların sınırlı çıkarlarının çok ötesindedir. Yeterince çok insan tarafından uygulandığında insanlık ve geleceğimiz için önemli etkileri olabilir. Son yirmi-otuz yılda insanlığın benzeri görül-

memiş boyutlarda bir krizle yüz yüze olduğu açıkça görülmeye başladı. Çağdaş bilim, hastalıkların çoğuyla baş etme, açlık ve sefaleti ortadan kaldırma, endüstri atıklarının azaltılması ve yıkıcı fosil yakıtların yenilenebilir temiz enerji kaynaklarıyla değiştirilmesi gibi günümüz dünyasının birçok acil sorununu çözebilecek etkin yöntemler geliştirdi.

Ancak, önümüzdeki sorunlar ekonomik ya da teknolojik değildir. Küresel krizin en temeldeki nedenleri insan kişiliğinin iç yüzünde yatar ve türümüzün şuursal evrim düzeyini yansıtır. İnsan psişesindeki ehlileşmemiş güçler nedeniyle akıl almaz kaynaklar saçma silah yarışlarına, güç mücadelesine ve "sınırsız büyüme" yarışına harcanmaktadır. İnsan doğasındaki bu nitelikler, bireyler ve ülkeler arasında uygun bir zenginlik dağılımına engel olmaktadır. Ayrıca ekonomik ve politik menfaatleri bırakıp gezegendeki hayatın devamı için önem teşkil eden ekolojik önceliklere geçişi de engellemektedir.

Diplomatik anlaşmalar, idari ve hukuki tedbirler, ekonomik ve sosyal yaptırımlar, askeri müdahaleler ve benzeri çabalar şu ana kadar çok az bir başarı elde etmiştir. Aslında çözdüklerinden fazla soruna yol açmışlardır. Neden başarısız oldukları sorusunun yanıtı gittikçe açıklık kazanmaktadır. Bu krizi, krize neden olan ideolojiye dayalı stratejilerle çözmek olanaksızdır. Son analizde şimdiki küresel krizin ruhsal bir kriz olduğunu söyleyebiliriz. Bu nedenle insanlıkta köklü bir içsel dönüşüm gerçekleşmeden ve daha yüce bir duygusal olgunluğa ve ruhsal farkındalığa yükselmeden bu krizi çözmeyi hayal etmek güçtür.

İnsanlık tarihindeki şiddet ve açgözlülüğün önemli rolü göz önüne alınırsa, modern insanlığı, bırakın başka türlerle; ırk, renk ve din ya da siyasi görüşü ne olursa olsun kendi hemcinsleriyle bile barış içerisinde yaşayabilecek bireylerden oluşan bir türe dönüştürmek zor görünmektedir. İnsanlığa, derin ahlaki değerler, başkalarının ihtiyaçlarına duyarlılık, sadelik ve ekolojik önceliklerin farkındalığını aşılamak gibi zor bir engelle karşı kar-

şıyayız. Bu iş ilk bakışta ümit vermeyecek kadar gerçekdışı ve ütopik görünebilir.

Ancak durum göründüğü kadar ümitsiz değildir. Daha önce gördüğümüz gibi bu tür derin bir dönüşüm, holotropik halleri içeren sistemli çalışma sürecinde –ister meditasyon, ister güçlü terapi türleri, isterse de sorumluluk içerisinde yapılan rehberli psikodelik terapileri olsun– gerçekleşebilmektedir. Benzer değişiklikler kendiliğinden psikospiritüel krize girip de iyi bir destek sistemi ile duyarlı bir rehberliğin ayrıcalığına sahip olmuş insanlarda da gözlemlenebilir.

Bu nedenle, derin içsel çalışma ile dış dünyada ilhama dayalı eylemleri bütünleyen bir yaşam stratejisi yeterince çok sayıda insan tarafından uygulanırsa küresel krizi çözmede önemli bir rol oynayabilir. İçsel dönüşüm ve ivme kazanmış şuur evrimi, hayatta kalma ve barış içinde yaşama şansımızı önemli ölçüde artırabilir. Bu yolu seçen ya da halihazırda bu yolda yürümekte olan insanların kendi yolculuklarında yararlı bulacağını ümit ettiğim, holotropik çalışmalardan elde edilen içgörüleri toplayıp sistemli bir şekilde anlattım.

KÜRESEL KRİZ İÇİN BİR REÇETE: BİR KIZILDERİLİ TÖRENİNDEN ALINAN DERSLER

Bu bölümü yıllar önce holotropik bir şuur halini paylaştığım bir grup insan arasında gerçekleşen derin bir şifa ve dönüşüm deneyimini anlatarak kapatmak istiyorum. Neredeyse çeyrek asır geçmiş olsa da bu anımı düşündüğüm ya da hakkında konuştuğumda halâ duygulanıyorum ve gözlerim yaşarıyor. Bu olay, bana yüzyıllardır bir nesilden diğerine nefretin aktarıldığı dünyamızda karşı karşıya olduğumuz sorunların önemini gösterdi. Ancak, bu olumsuzluğu aşıp bizi birbirimizden ayıran perdeleri kaldırma olasılığı için ümit ve güven de verdi.

1967'de Amerika Birleşik Devletleri'ne geldikten sonra Maryland Psikiyatri Araştırma Enstitüsü'nde psikodelik terapisinin potansiyelini araştıran devlet destekli bir araştırmaya katıldım. Mer-

kezdeki projelerimizden biri de zihin sağlığı profesyonelleri için bir eğitim programıydı. Bu proje psikiyatrist, psikolog ve sosyal hizmet görevlilerine eğitim amaçlı olarak üç yüksek doz LSD seansı düzenlememize olanak verdi. Bu programdaki deneklerimizden biri de Kansas'daki Topeka Emekli Subay İdare Hastanesi'nde psikiyatrist olan Kenneth Godfrey'di. Godfrey'in üç psikodelik seansının rehberi bendim ve çok yakın arkadaş olduk.

Çekoslovakya'dayken Kızılderili Amerikan Kilisesi hakkında kitaplar okumuştum. Bu, Kızılderili ve Hıristiyan öğelerini birleştiren melez bir dindir ve Meksika'da yetişen ve kutsal saydıkları psikodelik bir kaktüs olan peyoteyi kullanırlar. Bir peyote seremonisine katılmak için büyük bir istek duydum. Böylece psikodeliklerin tedavi amaçlı kullanımını törensel kullanımıyla karşılaştırabilecektim. ABD'ye geldikten sonra böyle bir imkân aradım ancak bulamadım. Daha sonra hem Ken hem de karısının Kızılderili kökenli olduğu ve halklarıyla iyi bağlarının bulunduğu ortaya çıktı. Ken'in üçüncü seansından sonra ayrılırken bir peyote seremonisine katılmamı sağlayıp sağlayamayacağını sordum ve bana deneyeceğini söyledi. Birkaç gün sonra beni telefonla aradı ve iyi arkadaşı olan bir şefin beni ve çalışma arkadaşlarımdan bazılarını Patavatome Kızılderililerinin bir peyote seremonisine katılmaya davet ettiğini söyledi.

İzleyen hafta sonu Baltimore'dan Kansas Topeka'ya uçtuk. Grupta müzik terapistimiz Helen Bonny, kız kardeşi, psikodelik terapisti Houston Clark ve ben vardım. Topeka havaalanında bir araba kiraladık ve Kansas'ın geniş çayırlarının içlerine doğru yola koyulduk. Orada, kuş uçmaz kervan geçmez bir yerde, birkaç Kızılderili çadırının bulunduğu kutsal seremoni mekânı duruyordu. Güneş batıyordu, ayin başlamak üzereydi. Törene katılmadan önce tümü Kızılderili olan katılımcıların onayını almamız, etkileyici bir karşılama komitesini andıran bir jüriden geçmemiz gerekiyordu.

Kızılderililer, Kuzey Amerika'nın beyaz işgalciler tarafından istila ve fethedilişinin trajik tarihini, soykırımı ve kadınlarına

tecavüz edilişini, topraklarından kovuluşlarını, bufaloların acımasızca yok edilişini ve diğer birçok gaddarlığı ateşli bir şekilde dile getirdiler. Birkaç saat süren bu etkileyici konuşmadan sonra ortam sakinleşti ve Kızılderililer bizi tek tek törene kabul ettiler. Orada bulunmamızı istemeyen tek bir kişi vardı. Bu uzun boylu, esmer ve asık suratlı adam orada bulunmamıza şiddetle karşı çıktı. Beyazlara olan nefreti inanılmazdı. İsteksiz de olsa gruba katılmamıza onay vermesi çok uzun zaman aldı. Seremoninin gecikmesinden rahatsız olan kendi halkının yoğun baskısı sonucunda onay vermek zorunda kalmıştı.

Sonuçta ortalık –görünürde de olsa– yatıştı. Büyük bir çadırda toplandık. Ateş yakıldı, kutsal ayin başladı. Peyote dilimlerini yedik ve tokmakla davulu elden ele geçirdik. Kızılderili geleneklerine göre elinde tokmak olan kişi bir şarkı ya da kişisel bir söz söyler, ancak bu zorunlu değildir. Bizi kabul etmekte isteksiz olan adam tam karşıma oturdu. Seremoniye tüm yüreğiyle katılmadığı belliydi. Tokmak ve davul dönüp de ona sıra geldiğinde hiçbir şey söylemeden kızgın bir şekilde bir sonraki kişiye geçiriyordu. Peyotenin etkisiyle çevreyi algılayışım oldukça duyarlı bir hale gelmişti. Bu adam, dünyamın kanayan yarasına dönüştü. Ona bakmak gittikçe acı verir bir hal aldı. Nefreti gözlerinden fışkırıp bütün çadırı dolduruyor gibiydi.

Sabah oldu. Güneş doğmadan biraz önce tokmak ve davulu son kez elden ele geçiriyorduk. Herkes gece hakkındaki deneyim ve izlenimlerini özetleyen birkaç söz söylüyordu. Walter Houston Clark'ın konuşması oldukça uzun ve duygusaldı. Güzel seremonilerini bizimle paylaşan Kızılderili arkadaşlarımızın gösterdikleri dostluktan ötürü şükranlarını dile getirdi. Walter özellikle de onlara yaptığımız her şeye rağmen bizi kabul ettikleri gerçeğini vurguladı. Konuşmasının bir yerinde –tam olarak hangi konuda olduğunu anımsamıyorum– "Anavatanı Çekoslovakya'dan çok uzaklarda, burada bulunan Stan" diyerek benden bahsetti.

Walter Çekoslovakya dediğinde tüm gece boyunca varlığımızı istemeyen adam aniden garip bir şaşkınlık geçirdi. Ayağa

kalktı ve bana doğru koşarak kendini önümde yere attı. Başını dizlerime dayadı ve bedenimi sıkıca tutarak sesli bir şekilde hıçkırarak ağladı. Yirmi dakika sonra sakinleşti, yerine döndü ve konuşabilecek duruma geldi. Seremoniden önceki akşam hepimizi "soluk benizliler" olarak ve bu nedenle de Kızılderililerin düşmanı olarak gördüğünü söyledi. Walter'ın sözlerinden sonra Çekoslovakya kökenli olduğum için bu insanların yaşadığı trajediyle hiçbir ilgim olmadığını fark etti. Bu nedenle de kutsal seremoni boyunca gereksiz yere benden nefret etmişti.

Adamın kalbi kırılmış ve üzülmüştü. Giriş konuşmasından sonra uzun bir sessizlik oldu. Bu sessizlik sırasında yoğun bir iç çatışma yaşadı. Söyleyecek daha fazla şeyleri olduğu belliydi. Sonunda hikâyenin geri kalanını bizimle paylaştı. İkinci Dünya Savaşı sırasında ABD Hava Kuvvetlerine alınmıştı. Savaşın bitimine birkaç gün kala Amerikan kuvvetlerinin Çekoslovakya'nın birası ve otomobil fabrikasıyla tanınan Pilsen şehrine yaptığı gereksiz bir bombardımana bizzat katılmıştı. Bana olan nefreti gereksiz olmakla kalmamış rollerimiz de değişmişti; şimdi saldırgan o, kurban da bendim. Ülkemi işgal etmiş ve halkımı öldürmüştü. Bu, kaldırabileceğinden fazlaydı.

Düşmanca hisler beslemediğim konusunda onu ikna ettikten sonra kayda değer bir şey oldu. Baltimore'dan gelen ve tümü Amerikalı olan diğer dört arkadaşımın yanına gitti. Seremoni öncesinde ve sırasındaki davranışlarından ötürü özür diledi, onları kucakladı ve af diledi. Atalarımızın yaptığı şeylerden ötürü içimizde nefreti barındırırsak dünya için ümit olmayacağını söyledi. Olaydan aldığı ders bu olmuştu. Ayrıca ırk, ulus ve kültür grupları arasında genel bir yargıya varmanın yanlış olduğunu da fark etti. İnsanları ait oldukları gruba göre değil kim olduklarına göre değerlendirmeliydik.

Konuşması Şef Seattle'ın Avrupalı sömürgecilere yazdığı ünlü mektubun devamı gibiydi. Sözlerini şöyle bitirdi: "Sizler düşmanım değilsiniz. Sizler kardeşlerimsiniz. Sizler bana ya da halkıma bir şey yapmadınız. Bunların hepsi uzun bir süre önce

atalarımızın yaşamlarında gerçekleşti. O zamanlar belki de düşman saydığım taraftaydım. Hepimiz Büyük Ruh'un çocuklarıyız. Hepimiz Dünya Ana'ya aitiz. Gezegenimiz büyük bir sorun yaşıyor ve eski kinleri bırakıp birlikte çalışmazsak hepimiz ölürüz."

Bu arada gruptaki insanların çoğu gözyaşına boğulmuştu. Hepimiz insanlık ailesine karşı derin bir bağlılık ve ait oluş hissettik. Güneş yavaşça göğe yükselirken ayinsi bir kahvaltı yaptık. Çadırın ortasında duran ve gece boyunca ayinle kutsanmış yemeği yedik. Sonra uzunca kucaklaştık, isteksiz de olsa ayrılarak eve doğru yola koyulduk. Irklar ve uluslararası sorun çözümü konusunda hafızamıza kazınan bu paha biçilmez ders, hiç kuşkusuz hayatımızın geri kalanında zihinlerimizdeki canlılığını koruyacak. Holotropik bir şuur halinde yaşanan bu sıradışı eşzamanlılık bana, ileride benzeri bir iyileşmenin küresel düzeyde de gerçekleşeceğine dair umut verdi.

11

KUTSAL ve DÜNYEVİ

"Büyük Patlama"dan bakteri hücresinin atomlarının içindeki parçacıklara kadar hiçbir şeyi çok iyi anlamıyoruz. Önümüzdeki yüzyıllarda keşfedeceğimiz büyük bir gizem okyanusu var.

—Lewis Thomas

Değerli olan her şey ölçülemez. Ölçülebilen her şey değerli değildir.

—Albert Einstein

MODERN TOPLUMDA RUHSALLIK ve DİN

Modern teknoloji toplumlarının insanın doğası ve evren hakkındaki anlayışı kadim ve endüstri öncesi toplumlardan oldukça farklıdır. Bu, bir dereceye kadar tarihi gelişimin doğal bir sonucudur ve şaşırmamak gerekir. Yüzyıllar içinde çeşitli disiplinlerden bilimadamları, maddi dünyanın çeşitli yönlerini sistemli olarak keşfetti, geçmişte mümkün olmayan hayli fazla bilgi topladı. Doğa ve evren hakkındaki önceki kavramları tamamladılar, düzelttiler ve değiştirdiler. Ancak iki dünya görüşü arasındaki en çarpıcı farklılık maddi gerçeklikle ilgili verilerin çokluğu ve doğruluğundan kaynaklanmaz. Temeldeki ayrılık varoluşun kutsal ya da ruhsal boyutuyla ilgilidir.

Endüstri öncesi dönemde yaşamış tüm insan toplulukları algıladığımız ve her gün faaliyet gösterdiğimiz maddi dünyanın

tek gerçeklik olmadığı konusunda hemfikirdiler. Onlara göre kozmos –her ne kadar ayrıntılarda farklılık gösterse de– hiyerarşik olarak düzenlenmiş varoluş düzeylerinden oluşan kompleks bir sistemdir. Arthur Lovejoy'un (1964) Büyük Varlık Zinciri dediği bu gerçeklik anlayışında kaba madde dünyası en son halkadır. Endüstri öncesi kozmolojilerde anılan yüksek varlık planlarında tanrılar, şeytanlar, bedensiz varlıklar, atasal ruhlar ve erk hayvanları bulunmaktadır. Kadim ve endüstri öncesi kültürlerin ayinsel ve ruhsal açıdan zengin bir yaşamları vardı. Bu, gizli gerçeklik boyutlarıyla doğrudan bağlantı kurma ve bu gerçekliklerden önemli bilgi, destek ve hatta maddi olayların gidişatına müdahale gibi yardımlar alma biçiminde gerçekleşmekteydi.

Böyle bir dünya görüşünü paylaşan toplumların gündelik faaliyetleri yalnızca beş duyu aracılığıyla elde edilen bilgilere değil, görünmeyen gerçekliklerden alınan girdilere de dayanıyordu. Geleneksel Batı eğitimi alan antropologlar araştırdıkları aborijin kültürlerin "çifte mantık"ları karşısında şaşkınlığa uğramışlardır. Yerli halklar, her ne kadar büyük pratik zekâya, sıradışı yeteneklere sahip olsalar ve hayatta kalmak, yaşamak için mükemmel aletler yapabilseler de avlanma, balık tutma ve barınak yapma gibi pragmatik faaliyetleri garip ve genellikle karmaşık ve ayrıntılı ayinlerle birleştirirler. Bunları yaparken antropologların hayal ürünü ve gerçekdışı saydığı çeşitli varlık ve gerçekliklere başvururlar.

Dünya görüşlerindeki en büyük farklılık ise ölüm konusundadır. Endüstri öncesi toplumların kozmolojileri, felsefeleri ve mitolojileri ile ruhsal ve törensel yaşamları, ölümün mutlak ve geri dönülemez bir son olmadığı, yaşamın ya da varlığın biyolojik ölümden sonra bir şekilde devam ettiği şeklinde açık bir mesaj içerir. Bu kültürlerin eskatolojik mitolojileri, ruhsal bir ilkenin ya da ruhun ölmediğinde ve yolculuğuna başka gerçekliklerdeki bir dizi karmaşık macerayla devam ettiğinde hemfikirler.

Ruh, ölüm sonrası yolculuğunda bazen dünyadakine benzer fantastik mekânlarda seyahat ederken bazen de çeşitli arşetip var-

lıklarla karşılaşır ya da bir dizi olağandışı şuur halinden geçer. Bazı kültürlerde ruh, Öte'de bulunan geçici bir âleme ulaşır. Bu, Hıristiyanlıktaki araf, Tibet Budizminde *lokal*ar ve diğer kültürlerdeki cennet, cehennem ya da güneş alemi gibi ebedi mekânlardır. Birçok kültür, reenkarnasyonla ilgili bir inanç sistemini birbirlerinden bağımsız olarak geliştirmiştir. Bu sistemlerde şuur birimleri dünyadaki başka bir fiziksel yaşama geri dönebilir.

Bütün endüstri öncesi toplumlar ölümün mutlak bir yenilgi ve bir son olmayıp diğer bir varoluş formuna geçiş olduğunda hemfikir gibi görünmektedirler. Ölümle ilgili deneyimler, yaşanılması, üzerinde çalışılması ve haritalarının dikkatle çizilmesi gereken önemli gerçeklik boyutlarına ziyaretler olarak görülür. Ölen insanlar, kendi kültürlerinin ölüm sonrası haritalarına –ister ölümden sonra gidilen mekanların şamanik haritaları, ister *Tibet'in Ölüler Kitabı, Bardo Thödol*'da olduğu gibi Doğu manevi sistemlerinin ayrıntılı tanımları olsun– aşinaydılar.

Bu çerçevede *Bardo Thödol* üzerinde özellikle durmak gerekir. Tibet Budizminin bu önemli metni, Batı endüstri uygarlığının niteliği olan hayatta kalma tutkusu ve ölümün inkârına ilginç bir tezat oluşturur. Bu metin ölüm sürecini, ölüm ve tekrar doğuş döngüsünden kurtulmak için özgün bir fırsat ve eğer kurtuluşa hak kazanmamışsak bir sonraki enkarnasyonumuzu belirleyici bir periyot olarak tanımlar. Bu açıdan bakıldığında *bardo* ya da yaşamlar arasındaki ara aşamalardaki deneyimler bedenli varoluştan daha önemli görülebilir. Bu gerçeğin ışığında, yaşadığımız süre boyunca sistemli çalışmayla kendimizi bu yolculuğa hazırlamamız gerekir.

Gerçekliğin kutsal boyutlarıyla ilgili bu tanımlar ve manevi yaşamın böylesine vurgulanışı, endüstri medeniyetine egemen olan inanç sistemiyle tam bir tezat oluşturur. Bizim dünya görüşümüzü büyük ölçüde şekillendiren şey yalnızca maddenin gerçek olduğu bir evrende yaşadığımız görüşünde direten maddecilik eğilimli bilimdir. Çeşitli bilimsel disiplinlerden teorisyenler evrenin gelişimini maddenin gelişimiyle sınırlayan bir gerçeklik

imajı formüle etmişlerdir. Yaşam, şuur ve zekâ bu gelişimde şans eseri ortaya çıkan, önemsiz yan olgular olarak görülür. Bu olgular pasif ve atıl maddenin milyarlarca yıllık evrimi sonrasında devasa bir evrenin ufak bir bölümünde ortaya çıkmıştır. İnsan ve evrenin böyle önergelere dayalı bir anlayışı ilke olarak herhangi bir ruhsal inançla uyuşmaz. Bu gerçeklik görüşüne inandığımızda ruhsallık asılsız bir yaklaşım olarak görülür.

Bilim ve ruhsallığın görünürdeki bu uyuşmazlığı dikkate değer. Bilim ve endüstri devrimi tarafından zayıflatılana kadar ruhsallık ve din insan yaşamında önemli bir rol oynamıştır. Bilim ve din, insan yaşamının oldukça önemli iki yönüdür. Bilim, içinde yaşadığımız dünya hakkında bilgi edinmenin en güçlü aracıdır. Ruhsallık ise, hayatımıza anlam vermede vazgeçilmez bir kaynaktır. Dini dürtü hiç kuşkusuz insanlık tarihini ve kültürünü en fazla etkileyen güçlerden biri olmuştur. Eğer ayinsel ve ruhsal yaşam tamamıyla asılsız fantezi ve yanlışlar üzerine kurulu olsaydı durum böyle olmazdı. İnsanlık tarihinde böylesi etkili olabilmesi için dinin –her ne kadar çok sorunlu ve saptırılmış şekillerde ifade edilse de– insan doğasının çok temel bir yönünü yansıtıyor olması gerekir.

Eğer maddeci bilimin yarattığı dünya görüşü gerçeğin tam ve doğru bir tanımını yapıyor olsaydı, o zaman tüm insanlık tarihinde insanın psişesini ve varoluşunu doğru bir şekilde anlayan tek grup, maddeci felsefeye inanan teknoloji toplumlarının aydınları olurdu. Dünyanın büyük mistik gelenekleri ve Doğu'nun manevi felsefeleri de dahil olmak üzere diğer tüm bakış açıları ve dünya görüşleri ilkel, gelişmemiş ve sapkın birer düşünce sistemi olarak görülürdü. Bunların arasında insan psişesi ve şuurun asırlar süren derinlemesine keşfinin ürünü olan Vedanta, çeşitli yoga okulları, Taoculuk, Vajrayana, Hinayana ve Mahayana Budizmi, Sufizm, Hıristiyan mistisizmi, Kabala vardır.

Bu kitapta anlatılan düşünceler de daimi felsefenin çeşitli okullarıyla temelde uyuştuğu için aynı kategoriye girecektir. Asılsız, akıl ve bilimdışı sayılarak reddedilebilirler ve temellen-

dirildiği kanıtlar ciddiye alınmayabilir. Bu nedenle bilim ve din arasındaki ilişkiyi açıklığa kavuşturmak ve insan hayatının bu iki önemli yönünün tamamıyla birbirine zıt olup olmadığını bulmak önem arz etmektedir. İkisini bir araya getirmenin bir yolunu bulacak olursak, ikisinin birbirini tamamlayacağı koşulları tanımlamak temel teşkil edecektir.

Din ve bilimin birbirine zıt olduğu inancı her ikisinin de temelde yanlış anlaşıldığını gösterir. Doğru anlaşılırsa gerçek bilim ve otantik din birbirini tamamlayan ve hiçbir şekilde birbiriyle çatışmayan iki önemli yaklaşımdır. Ken Wilber'ın çok güzel bir şekilde dile getirdiği gibi samimi bir din ile gerçek bilim arasında çatışma olamaz. Eğer bir çatışma varsa "sahte bir din" ve/veya "sahte bir bilim" ile uğraşıyoruz demektir (Wilber, 1983).

Bu alandaki birçok çatışma, bilimin doğası ve işlevinin yanlış anlaşılmasından kaynaklanır. Bu da bilimsel düşüncenin yanlış kullanılmasına yol açmıştır. Gereksiz sorunların bir diğer kaynağı da dinin doğası ve işlevinin yanlış anlaşılmasıdır. Tartışmamızın amacı için gerçek bilimi bilimcilikten, ruhsallığı da organize dinden ayırmak gerekir.

BİLİMSEL TEORİ ve BİLİMSEL YÖNTEM

Modern bilim felsefesi, evrenin çeşitli yönlerinin araştırılmasında kullanılacak teorilerin doğasını, işlevini ve kullanım biçimini belirlemiştir. Modern bilim felsefesinin yol açtığı hatalar nedeniyle tanrılaştırılan maddecilik, Batı bilimine ve dolaylı olarak da endüstri medeniyetinin dünya görüşüne egemen olmuştur. Geriye bakıldığında bunun nasıl olduğunu görmek kolaydır. Newton'un fiziksel dünyayı tamamıyla nedensel ve mekanik bir sistem olarak görüşü uygulamada öylesine başarılıydı ki diğer bütün bilimsel disiplinler için bir model teşkil etti. Bilimsellik, mekanistik düşünceyle bir tutulmaya başladı.

Fizikteki teknolojik zaferler maddecilik felsefesini güçlü bir şekilde destekledi. Ancak Newton'un kendisi bile bu felsefeye inanmıyordu. Ona göre evrenin tanrısal bir müdahale olma-

dan –Yaratıcı'nın yüce zekâsı olmadan– yaratılması imkansızdı. Newton'a göre Tanrı, evreni mekanik yasalara göre yönetilen bir sistem olarak yarattı. Evren yaratılmıştı ve bu şekilde araştırılıp anlaşılmalıydı. Newton'un takipçileri evreni nedensel bir süper- makine olarak görmeye devam etti, ancak, zeki bir yaratıcı ilke fikrini gereksiz ve karanlık çağlardan kalma utanç verici bir artık sayarak reddetti. Maddi gerçeklik hakkındaki duyulara dayalı veriler tüm bilim dallarındaki tek kabul edilir bilgi kaynağı halini aldı.

Modern bilim tarihinde Newton mekaniklerine dayalı maddi dünya imajı biyoloji, tıp, psikoloji, psikiyatri ve diğer tüm disiplinlere egemen oldu. Bu strateji, maddecilik felsefesinin temel metafizik çıkarımının yansıması ve mantıki bir sonucudur. Eğer evren temelde maddi bir sistemse ve fizik de maddeyi inceleyen bilimsel bir disiplinse, fizikçiler her şeyin doğası hakkındaki mutlak uzmanlardır ve diğer alanlardaki buluşların fiziğin temel teorileriyle çatışmasına izin verilmemelidir. Böylesi bir mantığın büyük bir kararlılıkla uygulanması, birçok alandaki bulguların baskılanmasına ve yanlış yorumlanmasına yol açmış ve maddeci dünya görüşüyle bağdaştırılamamıştır.

Bu strateji, modern bilim felsefesinin temel ilkelerinin ciddi bir ihlalidir. Bilimsel teoriler yalnızca temellendirildikleri ve kendilerine kaynaklık eden gözlemlere uygulanır. Diğer disiplinlere doğrudan uygulanamazlar. Belli bir alanı açıklayan kavramlar başka bir alanda neyin olası olup olmadığına karar vermede kullanılamaz ve bu bilimsel disiplinde neyin gözlemlenip gözlemlenemeyeceğini söyleyemez. İnsan psişesiyle ilgili teoriler fiziğin maddi dünya hakkında ürettiği teorilere değil, psikolojik süreçlerle ilgili gözlemlere dayanmalıdır. Ancak geçmişteki egemen bilimadamları on yedinci yüzyıl fiziğinin kavram çatısını tamamıyla bu şekilde kullanmıştır.

Fizikçilerin dünya görüşünün uygunsuz bir biçimde diğer alanlara genellenmesi sorunun yalnızca bir bölümüdür. Durumu daha da karmaşıklaştıran bir diğer ciddi ve yaygın hata da bilimadamlarının modası geçmiş teorilere yapışarak bunları diğer alan-

lara genellemekle kalmayıp bu teorileri gerçeğin doğru ve kesin bir tanımı sanmalarıdır. Sonuç olarak kendi teorilerine uymayan herhangi bir veriyi, teorilerini değiştirme nedeni olarak görmektense reddetme eğilimi gösterirler. Haritayı, haritalanan alanın kendisiyle karıştırma modern mantıkta "mantık hatası" diye geçer. Bu konuyu araştırmada oldukça zaman harcamış zeki bir genellemeci ve öncü düşünür olan Gregory Bateson şakayla karışık, bir bilimadamının böyle bir hatayı sürdürmesi durumunda bir gün restoranda yemek yerine menüyü yiyebileceğini söylemişti.

Gerçek bir bilimadamının temel özelliği, maddeci felsefeye sorgulamadan yapışmak ve yaygın görüşü benimseyen bilimadamlarının evren hakkında ürettikleri hikâyelere sarsılmaz bir sadakat göstermek değildir. Gerçek bir bilimadamı, bilimsel araştırma yöntemini bütün gerçeklik alanlarına önyargısız bir özenle uygulama kararlılığı gösterir. Bu da, özel olarak tanımlanmış durumlar hakkında sistemli gözlemler yürütmek, varoluşun herhangi bir alanında böyle bir stratejiyi olası kılan mükerrer deneyler yapmak ve benzer koşullarda çalışan diğer bilimadamlarının sonuçlarıyla bunları kıyaslamak anlamına gelir.

Belli bir teorinin doğruluğunu gösteren en önemli kriter akademik yapılanmaların görüşlerine uyması, mantığımızı rahatlatması ya da inandırıcılığı değil, sistemli ve yapılanmış gözlemlerden elde edilen gerçeklerle uyumlu olmasıdır. Teoriler bilimsel araştırma ve ilerleme için vazgeçilmez araçlardır. Ancak, gerçeğin tam ve doğru bir tanımıyla karıştırılmamalıdırlar. Gerçek bir bilimadamı kendi teorilerini sadece var olan verilerin o an için olası en iyi tanımı olarak görür ve yeni kanıtlarla uzlaşamadığı takdirde her zaman değişime açıktır. Bu açıdan bakıldığında maddeci bilimin dünya görüşü, ilerlemeyi sağlamak yerine gelişime köstek olan bir deli gömleği halini almıştır.

Bilim, ne kadar inandırıcı ya da apaçık görünürse görünsün, belli bir teoriye dayanmaz. Evren görüşü ve evren hakkındaki teoriler insanlık tarihi boyunca defalarca değişmiştir. Bilimin değişmeyen özelliklerinden biri bilgi toplama yöntemi ve teo-

rileri doğrulayıp çürütebilmesidir. Teorik formüller ve hipotezler olmadan bilimsel araştırma yapmak olanaksızdır. Gerçeklik, bütünüyle incelenemeyecek kadar karmaşıktır ve teoriler, gözlemlenebilir olguları, üzerinde çalışma yapılabilecek bir alana indirger. Gerçek bir bilimadamı teorileri kullanır, ancak, teorilerin göreceli doğasının da farkındadır ve yeni kanıtlar ortaya çıktığında da teorilerini düzeltmeye ya da terk etmeye hazırdır. Bilimsel olarak araştırılabilecek hiçbir olguyu –olağandışı şuur halleri ve transpersonel deneyimler gibi tartışmalı ve zor olanlar da dahil– ciddi bir araştırmanın dışında bırakmaz.

Yirminci yüzyılda fizikçiler bile maddi dünya anlayışlarını kökten bir biçimde değiştirmişlerdir. Atomaltı ve astrofizik âlemlerde yapılan devrim niteliğindeki keşifler parçalanamaz madde parçacıklarından oluşan sonsuz derecede karmaşık, tamamıyla nedensel bir sistem olarak görülen evren anlayışını değiştirmiştir. Evrenin keşfi gündelik yaşam dünyasından –ya da "orta boyutlar bölgesinden"– atomaltı parçacıkların mikro dünyasına ya da uzak galaksilerin mega dünyasına uzandıkça fizikçiler mekanik dünya görüşünün sınırlarını keşfetti ve bu sınırları aştı.

Yaklaşık üç yüz yıldır fiziğe egemen olan evren görüşü yeni gözlemler ve deneysel kanıtların bombardımanıyla yıkıldı. Newton'un madde, zaman ve uzay anlayışı şaşırtıcı çelişkilerle dolu kuantum-rölativite fiziğinin harikalar uyandıran garip dünyasıyla yer değiştirdi. "Katı madde" sahneden tamamıyla çekildi. Kesin olarak birbirinden ayrılmış mutlak uzay ve zamanın boyutları Einstein'ın dört-boyutlu uzay-zaman birliğine karıştı. Gözlemcinin şuuru, daha önceden tamamıyla nesnel gibi görünen gerçekliği yaratmada önemli rol oynayan bir unsur olarak kabul edilmek zorunda kaldı.

Benzer dönüşümler diğer birçok disiplinde de gerçekleşti. Bilgi ve sistem teorileri, Rupert Sheldrake'nin morfogenetik alanlar teorisi, David Bohm ve Karl Pribram'ın holografik düşüncesi, Ilya Prigogine'in dağılan yapılar araştırması, kaos teorisi, Ervin Laszlo'nun birleşik interaktif dinamikleri yeni gelişimlere veri-

lebilecek önemli örneklerden sadece birkaçıdır. Bu yeni teoriler, mistik dünya görüşü ve transpersonel psikolojinin bulgularıyla gittikçe artan bir benzerlik ve uyumluluk göstermektedir. Ayrıca maddeci bilimin reddedip aşağıladığı kadim bilgelik için yeni bir açılım sağlarlar.

Katı bilimin dünya görüşüyle transpersonel psikoloji arasındaki uçurumun daralması oldukça heyecan verici ve cesaretlendirici bir gelişmedir. Ancak psikolog, psikiyatrist ve şuur araştırmacılarının kavramsal düşüncelerini sadece yeni fizik teorileriyle sınırlamaları ve yönlerini bu teorilerle bulmaları ciddi bir hata olacaktır. Daha önce de söylediğim gibi her disiplin kendi teorik çatısını kendi inceleme alanından elde ettiği gözlemlere dayandırmalıdır. Belli bir alandaki bilimsel bulguların ve kavramların geçerliğini gösteren şey bunların başka bir alandaki teorilere uyması değil, uygulanan bilimsel yöntemin doğruluğudur.

MADDECİ BİLİMİN DÜNYA GÖRÜŞÜ: GERÇEK ve KURGU

Maddeci bilim genel olarak maddi dünyadaki süreçleri yöneten yasaları bulmada ve bunları denetlemede oldukça başarılı oldu. Dünyanın nasıl meydana geldiği ve şu anki halini nasıl aldığı gibi varoluşa dair bazı temel sorulara yanıt bulmadaki çabaları ise zayıf kalmıştır. Bu konu hakkında uygun bakış açısını elde etmek için "bilimsel bakış açısı" olarak bildiğimiz şeyin birçok cüretkar metafizik teze dayanan bir evren imajı olduğunu fark etmemiz gerekir. Bu savlar genellikle hiç kuşku bırakmayacak şekilde kanıtlanmış gerçekler olarak sunulurlar. Halbuki oldukça zayıf, çelişkili ya da kanıtsızdırlar.

Her ne olursa olsun, maddeci bilimin en temel metafizik sorulara verdiği yanıtlar daimi felsefede yer alan yanıtlara oranla daha mantıklı ya da daha az fantastik değildir. Bu nedenle evrenin kökeniyle ilgili olarak birbiriyle yarışan birçok kozmoloji teorisi vardır. Bunların en popüler olanına göre her şey 15 milyar yıl kadar önce Büyük Patlama'yla başlamıştır. Büyük Patlama'da evrendeki tüm maddeyle beraber uzay ve zaman, boyutsuz bir

noktadan ya da *tekillikten* tezahür etmiştir. Buna rakip olan "sürekli yaratılış" teorisi, başı ve sonu olmayan, ebediyen mevcut bir evren tablosu çizer. Bu evrende madde hiçlikten sürekli olarak yaratılır. Bu alternatiflerden hiçbiri de varoluşa dair bu temel soruya tam anlamıyla akla yatkın, mantıklı ve kolay hayal edilebilir bir yanıt önermez.

Aynı derecede çarpıcı ve sorunlu olan bir diğer şey de maddeci bilimadamlarının biyolojik âlemle ilgili teorileridir. Buna göre, DNA ve DNA'nın kendi kendini üretebilme yeteneğiyle birlikte yaşam olgusu, ilksel okyanusun kimyasal çamurundaki inorganik maddenin rasgele tepkimeleri sonucunda kendiliğinden ortaya çıkar. İlkel tek hücreli organizmalardan gezegenimizdeki hayvan ve bitki yaşamını oluşturan inanılmaz çeşitlilikteki tüm türlere kadarki evrim, genlerdeki rasgele mutasyonlar ve doğal ayıklanmadan kaynaklanır. Maddeci bilimin belki de en fantastik savlarından biri de şuurla ilgili olanıdır. Bu sava göre şuur, merkezi sinir sistemindeki nörofizyolojik süreçlerin bir ürünü olarak evrim sürecinin sonlarında bir yerde belirmiştir.

Yukarıdaki savları modern bilim felsefesine, bilimsel yöntemin sistemli uygulanışına ve mantıklı veri analizine dayalı ayrıntılı bir incelemeye tabi tuttuğumuzda bunların pek de doğru olmadığını ve birçok durumda da gözleme dayalı gerçeklerden yeterli derecede destek almadığını görürüz. Milyarlarca galaksisiyle birlikte evreni oluşturan materyalin boyutsuz bir *tekillikten* kendiliğinden tezahür ettiğini iddia eden teori de pek akla yatkın değildir. Büyük Patlama sırasında tezahür eden materyalin kaynağı nedir? Bu patlamayı oluşturan "sebep" ya da tetikleyici nedir? Bu olayı yöneten yasalar nereden gelir? Bu ve benzeri birçok soru yanıtsız kalır. Maddenin hiçlikten sürekli olarak yaratıldığını iddia eden "ebediyen var olan evren düşüncesi" de bir o kadar şaşırtıcıdır. Aynı şey evrenin kaynağını tanımlayan diğer tüm bilimsel teoriler için de geçerlidir.

Bize söylenildiğine göre evren aslında kendi kendini yaratmıştır. Hidrojen atomundan *Homo sapiens*'e kadarki tüm tarihi

boyunca düzenleyici bir zekâya ihtiyaç duymamış ve doğa yasaları tarafından yönetilen maddi süreçlerle ortaya çıkmıştır. Birçok fizikçinin görmüş olduğu gibi bu çok inanılır bir çıkarım değildir. Bazılarının yaşayan en büyük fizikçi olarak gördüğü Stephen Hawking, "bizimki gibi bir evrenin 'Büyük Patlama' gibi bir şeyden tezahür etmiş olması olasılığı oldukça azdır" der. Princetonlı fizikçi Freeman Dyson bir keresinde şöyle bir yorum yaptı: "Evreni ve onun mimari yapısını inceledikçe evrenin bizim varolacağımızı bir şekilde bildiğine dair bulduğum deliller de artıyor" (Smoot ve Davidson, 1993).

Evrenin varoluşunun ilk birkaç dakikasında gerçekleşen süreçlerle ilgili yapılan araştırmalar sıradışı ve hayret verici bir gerçeği ortaya koydu. İlk koşullar bir şekilde farklı olsaydı, örneğin fiziğin temel sabitlerinden biri biraz değişmiş olsaydı, sonuçta ortaya çıkacak evren yaşamı destekleyecek nitelikte olmazdı. Böyle bir evrende insanlar onun gözlemcisi olarak asla var olamazlardı. Böylesi rastlantılar öylesine çok ve rastlantı olarak kabul edilemeyecek niteliktedir ki "Antropik İlke" denilen şeyin formüle edilmesine ilham vermiştir (Barrow ve Tipler, 1986). Bu ilkeye göre evren, yaşam ya da insan gözlemciler yaratma gibi belirgin bir niyet ya da amaçla yaratılmıştır. Buna göre üstün kozmik zekâ yaratılış sürecine katılmıştır ya da en azından bu şekilde yorumlanabilir.

Darwin teorisinin evrim ve yaşam türlerinin sıradışı çeşitliliğini mekanik olarak işleyen doğa güçleriyle açıklama girişiminin başarısızlığı gittikçe aşikâr olmaktadır. Darwincilik ve yeni Darwinciliğin sorun ve eksikleri Phillip Johnson'un *Darwin Yargılanıyor* (Darwin on Trial, 1993) adlı kitabında özetlenmiştir. İyi yapılanmış bir gerçek olmasına karşın evrimin yüce bir zekânın rehberliği olmadan gerçekleşmesi ya da Richard Dawkins'in anlatımıyla, "kör bir saatçinin işi" (Dawkins, 1986) olması olasılığı çok düşüktür. Evrimde böyle bir anlayışla uyuşmayan birçok gerçek vardır. Yeni-Darwinci evrim teorisinin temel açıklayıcı ilkesi olan genlerdeki tesadüfi mutasyonların, çoğu durumda zararlı

olduğu ve organizmadaki olumlu değişimlerin kaynağı olamayacağı bilinmektedir. Ayrıca yeni türlerin ortaya çıkışı, çok özel bir dizi mutasyonun olasılıkdışı bir kombinasyonunu gerektirecektir. Buna bir örnek de, benzerlerinin yanı sıra tüy, içi boş kemikler ve farklı bir iskelet yapısının aynı anda gelişimini gerektiren, sürüngenlerin kuşa doğru yaptıkları evrimsel geçiştir. Yeni organların oluşumuna yol açan geçiş türleri, birçok durumda evrimsel bir avantaj sağlamayacak (kısmen gelişmiş bir göz gibi), hatta sorun yaratacaktır (tamamlanmamış bir kanat gibi).

Olayları Darwinciler için daha da karmaşıklaştırmak için, doğa, evrimsel açıdan dezavantaj teşkil eden türlerin ortaya çıkışını sıklıkla desteklemiştir. Örneğin erkek tavus kuşlarının güzel kuyrukları, onları saldırganlara karşı daha savunmasız kılar. Darwincilere göre güzel kuyruk, dişileri çekip çiftleşme ve gen aktarımı olasılığını artırarak bu olumsuzluğu telafi eder. Bu, maddeci bakış açısını kurtarmak için ümitsiz bir çabadır. Çünkü bu durumda dişi tavus kuşlarının olağanüstü estetik ve sanatsal duyarlığa sahip olabileceklerini kabul etmek gerekecektir. Phillip Johnson'ın (1993) belirttiği gibi, bu durum, yalnızca kör maddi güçlere inanan Darwin teorisinden ziyade zekâ ürünü tanrısal yaratılış kavramına daha çok uyar: "Bana göre erkek ve dişi tavus kuşu, oyunu seven bir yaratıcının seveceği cinsten yaratıklardır. Doğal ayıklanma gibi 'acımasız ve mekanik bir süreç' böyle bir gelişime asla izin vermezdi."

Paleontolojik bulguların analizi sayesinde de evrimin Darwinci yorumuna karşı önemli itirazlar getirilebilir. Muazzam bir zaman ve enerji harcanmış olmasına rağmen var olan fosil kayıtları türler arasındaki eksik bağlantıları belirleyememiştir. Aslında sadece bir türün bile diğerine nasıl geçtiğini kanıtlayamamaktadır. Jeolojik açıdan önemsiz sayılan 10 milyon yıllık bir dönem içerisinde oldukça farklı beden yapılarından oluşan yeni çok hücreli canlıların aniden belirişinin (biyolojik Büyük Patlama ya da Kambriyen patlama) açıklanabilmesi için doğal ayıklanmadan başka bir mekanizmaya ihtiyaç vardır.

Daha da önemlisi Darwincilik ve yeni-Darwinciliğe getirilen yukandaki tüm itirazlar, yalnızca anatomi ve fizyoloji düzeyine yoğunlaşmıştır. Çeşitli yaşamsal süreçlerin biyokimyasal olarak anlaşılmasıyla ortaya çıkan sorunlarla kıyaslandığında bu tartışmalar değersiz ve önemsiz kalır. Modern bilim, yaşamın sırrının moleküler düzeyde olduğunu göstermiştir. Yakın bir zamana kadar moleküler biyologlar yaşamın moleküler ayrıntılarıyla ilgilenmiyorlardı, çünkü bunlar hakkında çok az şey biliniyordu. Yaşamsal faaliyetlerin temelinde yer alan yapı ve mekanizmalardan sorumlu moleküler düzenlemelerin karmaşıklığı ve ayrıntıları öylesine etkileyicidir ki, Darwin teorisine öldürücü darbeyi vurmuştur. *Darwin'in Kara Kutusu: Evrim Teorisine Biyokimyasal Meydan Okuma* (Darwin's Black Box: The Biochemical Challenge To Evolution, 1996) adlı son kitabında Michael J. Behe Darwin düşüncesinin moleküler yapı ve yaşam dinamiklerini göz önüne almadaki başarısızlığını gözler önüne serdi. Behe'nin iddiası öyle güçlüdür ki anatomi ve fosil kayıtları evrimle ilgisi olmayan konular halini alır.

Tesadüfi kimyasal süreçlerle ortaya çıkan yaşam savının istatistiksel olanaksızlığı astronomiktir. Bu olanaksızlık, DNA'nın yapısının kâşiflerinden Francis Crick ve dünyaca ünlü astrofizikçi Fred Hoyle adlı önemli bilimadamları tarafından açıkça gösterilmiştir. Canlı organizmalardaki oldukça uzmanlaşmış biyokimyasal ve fizyolojik işlevleri olan iki yüz binden fazla protein muazzam bir sorun teşkil eder. Fred Hoyle, bu problemi *panspermia* teorisiyle çözmeye çalışmıştır. Bu teoriye göre, mikroorganizmalar evrene dağılmış ve yıldızlararası bir yolculukla, muhtemelen bir kuyruklu yıldızın kuyruğunda gezegenimize gelmiştir. Hoyle'a göre yaşam, "kozmolojik bir olgu, belki de evrenin en temel özelliğidir".

Francis Crick (1981) daha da ileri gitti. Ona göre mikroorganizmalar yıldızlar arasındaki koşulların yol açacağı hasardan etkilenmesinler diye milyarlarca yıl önce bir yerlerde gelişmiş olan daha ileri bir medeniyet tarafından dünyaya gönderilen bir uzay gemisiyle gelmiş olmalılardı. Gezegenimizdeki yaşam, bu orga-

nizmaların çoğalmasıyla başladı. Hoyle ve Crick'in yaklaşımları yaşamın kökeni gizemini elbette çözmez; sadece konunun zaman ve mekânını değiştirir. Her iki yaklaşım da yaşamın en başta nasıl ortaya çıktığı sorununa değinmez.

Yaşamın tesadüfi olarak ortaya çıkmış olması olasılığını ölçme girişiminde bulunan enformasyon teoricilerinden H. Yockey (1992), yaşamın başlaması için gerekli olan bilginin şans eseri gelişmiş olamayacağına karar vermiştir. Yaşamın madde ve enerji gibi "verilmiş" bir şey olduğunu ileri sürmektedir. Var olan bilimsel kanıtlar göz önüne alındığında gezegenemizdeki yaşamın ve çok sayıdaki türün tesadüfi mekanik güçlerin ürünü olması ihtimali oldukça olanakdışıdır. Yüce kozmik bir zekânın müdahalesi ve katılımı olmadan ortaya çıktıklarını düşünmek zordur.

Bu nokta bizi tartışmamızın en kritik aşamasına getirir: Maddeci bilime göre madde tek gerçektir ve şuur da maddenin ürünüdür. Bu tez genellikle hiç kuşku bırakmayacak şekilde kanıtlanmış bilimsel bir gerçek olarak büyük bir otoriteyle sunulmuştur. Ancak yakın bir incelemeye tabi tutulduğunda bunun ciddi bir bilimsel bulgu değil, öyleymiş gibi sunulan metafizik bir sav olduğu açığa çıkar. Kanıtlanamayan bir iddiadır ve bu nedenle de bilimsel bir hipotez için temel gereklilik olan test edilebilirlik niteliğinden yoksundur.

ŞUUR ve MADDE

Madde ve şuur arasındaki uçurum o kadar derindir ki, şuurun merkezi sinir sistemindeki karmaşık maddi süreçlerin sonucunda bir yan ürün olarak ortaya çıktığını hayal etmek zordur. Anatomi, fizyoloji ve beynin biyokimyası ile şuurlu süreçler arasında derin bağlantılar olduğunu gösteren bol miktarda klinik ve deneysel kanıta sahibiz. Ancak bu bulgulardan hiçbiri şuurun beyin tarafından üretildiğini göstermez. Şuurun maddeden kaynaklanışı belirgin ve aşikâr bir gerçek gibi kabul edilir. Bu kabul, evrende maddenin ilk olduğu inancına dayanır. Bütün bilim tarihi boyunca hiç kimse, şuurun maddi süreçlerle nasıl ortaya

çıkabileceği konusunda inandırıcı bir açıklamada bulunamamış, hatta soruna geçerli bir yaklaşım bile önerememiştir.

Batı biliminin bu konuyla ilgili tavrı ünlü Sufi hikâyesini anımsatır. Adamın biri karanlık bir gecede bir lambanın altında dizlerinin üstünde emeklemektedir. Başka bir adam onu görür ve sorar: "Ne yapıyorsun? Bir şey mi arıyorsun?" Adam kayıp bir anahtar aradığını söyler, diğeri yardım etmeyi önerir. Beraberce bir süre aradıktan sonra yardım eden adamın kafası karışır ve durumu bir açıklığa kavuşturma ihtiyacını duyar. "Ben bir şey görmüyorum! Nerede kaybettin?" diye sorar. Yanıt çok şaşırtıcıdır; anahtar sahibi lambanın aydınlattığı ışığın dışındaki karanlık yere işaret ederek geveler: "Orada!" Yardım eden adam şaşırır ve sorar: "Öyleyse onu neden orada aramıyorsun da burada arıyorsun?" "Çünkü burası aydınlık ve görebiliyorum. Orada bulamam!"

Benzer şekilde, maddeci bilimadamları da şuurun kaynağı sorunundan sistemli olarak uzak durmuşlardır, çünkü bu bilmece onların kavram çatısı çerçevesinde çözülemez. Bazı bilimadamları beyin-şuur sorununun yanıtını bulduğunu ileri sürmüştür, ancak bu iddialar yakın bir incelemeye tabi tutulmamıştır. Bu konudaki örneklerden biri de, James Watson'la birlikte DNA'nın kimyasal yapısını bulan Nobel ödüllü İngiliz fizikçi ve biyokimyacı Francis Crick'in geniş bir okuyucu kitlesine ulaşan *Şaşırtan Varsayım* (The Astonishing Hypothesis, 1994) adlı kitabıdır. Kitabı okuduğumuzda "şaşırtan varsayım'ın" maddeci bilimin en temel metafizik savının bir tekrarı olduğunu görürüz: "Siz, sevinçleriniz, üzüntüleriniz, anılarınız ve arzularınız kişisel kimliğiniz ve özgür iradeniz, aslında büyük bir sinir hücresi topluluğunun ve bu toplulukla ilgili moleküllerin işlevinden başka bir şey değilsiniz."

Sorunun çözümünde Crick önce şuuru görsel bir algılama işlemine indirgeyerek şuur sorununu basitleştirir. Daha sonra görsel algı sürecinin retina ve optik sisteme ait nöronlardaki faaliyetlerle ilgili olduğunu gösteren uzun bir deney listesini gözden geçirerek devam eder. Bu yeni bir şey değildir; bir şeyi gördüğümüzde retinada, optik bölgede ve suboksipital kortekste

kimyasal ve elektrik değişimlerin oluştuğu çoktandır bilinmektedir. Bu süreçlerin daha ayrıntılı olarak araştırılması ve analizi en temeldeki gizemin çözümüne bir katkıda bulunmaz: Serebral korteksteki kimyasal ve elektriksel değişimleri, gözlemlenen nesnenin benzeri bir kopyasının şuurlu bir deneyimine dönüştüren şey nedir?

Maddeci bilimin inanmamızı istediği şudur: Beynin kendisi, bu elektrik ve kimyasal değişimleri, gözlemlenen maddi nesnenin şuurlu öznel algılanışına çevirebilir. Ancak bu işlemi yerine getirebilecek süreç ve mekanizma herhangi bir bilimsel analize tabi tutulamaz. Böyle bir şeyin mümkün olduğunu söylemek kanıtlarla desteklenen bilimsel bir bulgudan ziyade metafizik bir önyargıya dayanan saldırganca ve temelsiz bir çıkarımdır. Crick'in kitabı şuur ve nörofizyolojik süreçler arasındaki ilişkilerle ilgili etkileyici deneysel kanıtlar sunuyor, ancak asıl konuya değinmiyor. Daha önce anlatılan Sufi hikâyesine döndük.

Şuurun beynin ürünü olduğu fikri tamamıyla yersiz sayılmaz. Crick gibi onun taraftarları da kendilerini desteklemesi için birçok nöroloji ve psikiyatri deneyinin sonuçlarını ve nöroloji, nörocerrahi ve psikiyatride elde edilen çok özel klinik gözlemleri örnek veriyor. Derinlere kök salmış bu inanca karşı çıktığımızda, gözlemlerin sonuçlarından kuşkulanıyoruz anlamına mı geliyor? Beyin anatomisi, nörofizyoloji ve şuur arasında kuşkusuz yakın bir bağlantı vardır. Sorun, sunulan kanıtların doğası değil, sonuçların yorumu, savın mantığı ve bu gözlemlerden elde edilen çıkarımlardır.

Bu deneyler, şuurla beyindeki nörofizyolojik ve biyokimyasal süreçlerin yakından bağlantılı olduğunu açıkça gösterse de şuurun doğası ve kökeniyle pek bir ilgileri yoktur. Aslında tam aksini gösteren birçok kanıt vardır. Bu kanıtlara göre şuur bazı koşullarda maddi donanımından bağımsız olarak işlev gösterebilir ve beynin kapasitesinin ötesinde şeyler yapar. Bu en açık şekliyle beden dışı deneyimlerde (BDD) görülür. Bunlar kendiliğinden ya da şamanik trans, psikodelik seanslar, hipnoz, de-

neysel psikoterapi ve özellikle de ölüme yakın deneyimler gibi durumlarda ortaya çıkar.

Tüm bu durumlarda şuur bedenden ayrılıp duyusal niteliğini korurken yakın veya uzak yerlere özgürce hareket eder. Bunlar arasında özellikle ilgi çekici olanı da "doğrulanabilir BDD'ler"dir. Doğrulanabilir BDD'lerde algılanan çevre bağımsız kaynaklarca doğrulanır. Beyin tarafından evrenin daha önce algılanmamış ya da kaydedilmemiş çeşitli yönleriyle ilgili doğru bilgi sağlayan diğer birçok transpersonel olgu vardır.

Şimdi ilgili klinik gözlemler, laboratuvar deneyleri ve geleneksel bilimin sağladığı kanıtların yorumlarına daha yakından bir göz atalım. Beyindeki çeşitli süreçlerin şuurdaki belli değişimlerle yakından bağlantılı olduğuna dair bir kuşku yoktur. Beyin sarsıntısına yol açan bir kafa travması ya da beyne giden oksijeni azaltan karotid arterlerin sıkıştırılması şuur kaybına neden olabilir. Beynin temporal lobundaki bir lezyon ya da tümör genellikle oldukça kendine özgü şuur değişiklikleriyle ilişkilendirilir. Bu değişiklikler, prefrontal loblarında patolojik süreçleri olan insanlarda gözlemlenenlerden oldukça farklılık gösterir. Farklılıklar öylesine belirgindir ki, nörolog değişikliklere bakarak beynin hangi bölümünün patolojik süreçten etkilendiğini bulabilir. Bazen başarılı bir nörocerrahi müdahale sorunu düzeltebilir ve şuur normale döner.

Bu gerçekler genellikle, insan şuurunu beynin yarattığının kanıtı olarak sunulur. Bu gözlemler ilk bakışta etkileyici ve inandırıcı gelebilir. Ancak yakın bir incelemeye tabi tuttuğumuzda etki ve inandırıcılıklarını yitirirler. Aslında tüm bu verilerin tek gösterdiği şey, beyin fonksiyonlarındaki değişimlerin şuurdaki değişimlerle yakından ve belirgin bir şekilde bağlantılı olduğudur. Şuurun doğası ve kaynağı hakkında çok az şey söyler, bu soruları yanıtsız bırakırlar. Aynı veriyi kullanan, ancak farklı sonuçlara ulaşan başka bir yorum düşünmek elbette mümkündür.

Bu, televizyon ve TV programı arasındaki bağlantıyla anlatılabilir. Burada durum daha berraktır, çünkü insan yapısı olan

ve kuşkusuz daha basit bir sistem söz konusudur. TV programının alınması, resmin ve sesin niteliği, televizyonun uygun şekilde işleyişine ve parçalarının bütünlüğüne bağlıdır. Çeşitli parçaların uygun şekilde işlemeyişi programın niteliğinde oldukça farklı ve belirgin değişikliklere neden olur. Bazıları görüntü, renk ya da seste bozukluklara neden olurken diğerleri kanalların birbirine karışmasına yol açar. Teşhis aracı olarak şuurdaki değişiklikleri kullanan nörolog gibi televizyon teknisyeni de bu anormalliklerden televizyonun hangi bölümünün ve hangi parçaların doğru çalışmadığını bulabilir. Sorun belirlendikten sonra bu unsurları tamir etmek ya da değiştirmek problemi çözecektir.

Televizyon teknolojisinin temel ilkelerini bildiğimize göre televizyonun, programa aracılık ettiği ve programı oluşturmadığı ya da ona bir şey ekleyip çıkarmadığı ortadadır. Programın nasıl ortaya çıktığını anlamak için televizyonun tüm transistörlerini, elektrik düzenleyicilerini ve devrelerini inceleyip tüm kabloları analiz eden birine güleriz. Bu nafile çabayı moleküler, atomik ya da atomaltı düzeye taşısak bile, bu yolla bir Mickey Mouse çizgi filminin, bir Uzay Yolu dizisinin ya da bir Hollywood klasiğinin belli bir anda ekranda neden belirdiğini anlayamayız. Televizyonun işleyişiyle program görüntüsünün niteliği arasında yakın bağlantı bulunduğu gerçeği, programın tüm sırrının televizyonda olduğunu göstermez. Ancak, geleneksel maddeci bilimin beyin ve beynin şuurla ilişkisi hakkındaki kıyaslanabilir verilerden çıkardığı sonuç budur.

Batılı maddeci bilim, şuurun beyindeki nörofizyolojik süreçlerin bir ürünü olduğunu gösteren ikna edici bir kanıt bulamamıştır. Şu anki konumunu, şuurun beden ve fiziksel duyulardan bağımsız olarak var olabileceğini belirten birçok gözlemi reddederek, sansürleyerek ve hatta aşağılayarak korumuştur. Bu kanıtlar parapsikoloji, antropoloji, LSD araştırmaları, deneysel psikoterapi, tanatoloji ve kendiliğinden oluşan olağandışı şuur hallerinden gelir. Tüm bu disiplinler, beynin (yaygın bili-

min anladığı şekliyle) yapamayacağı birçok şeyi insan şuurunun yapabildiğini açıkça gösteren etkileyici veriler toplamıştır.

BİLİM ve DİN

Maddeci bilimin modern toplumdaki otoritesi, ateizmi endüstri dünyasındaki en etkili ideoloji haline getirmiştir. Son yıllarda bu durum tersine dönüyor gibi görünse de ciddi bir şekilde dini uygulamalar yapan ve kendini "inanan" olarak görenlerin sayısı bilimsel gelişmeyle birlikte oldukça azalmıştır. Maddeci bilimin endüstri toplumlarına yaptığı büyü nedeniyle inananlar bile Batı biliminin din üzerindeki küçültücü ve değersizleştirici etkisini bertaraf etmekte genellikle zorlanıyorlar. Dini gelenekle büyümüş insanların bilimsel eğitim aldıktan sonra dini reddetmeleri çok yaygındır, çünkü herhangi bir ruhsal eğilimi ilkel ve savunulamaz olarak görmeye başlarlar.

Deneysel yönünü kaybeden organize din, ruhsal kaynağıyla olan bağlantısını yitirmiş ve sonuç olarak yaşantımızda boş, anlamsız ve giderek değersizleşen bir unsur haline gelmiştir. Birçok durumda derin kişisel deneyime dayalı yaşayan ve yaşanılan ruhsallık, dogmatizm, ayincilik ve ahlakçılıkla yer değiştirdi. Yaygın dinlerin en tutucu savunucuları, eğitimli modern zihinlere çocukça ve oldukça akıldışı gelen, dini metinlerin zahiri (egzoterik, yüzeysel) yönüne inanmaları için diretmiştir. Dini otoritelerin modern yaşamın bazı önemli konularına dair takındıkları savunulması çok zor tutumlarla bu durum daha da berbatlaştırıldı. Örneğin kadınları papazlık hakkından yoksun bırakmak demokratik değerleri yaralamış, AIDS ve nüfus artışı gibi tehlikelere rağmen korunma yöntemlerinin yasaklanması oldukça saçma ve akıldışı kalmıştır.

Maddeci bilimin evren, doğa ve insanlar hakkında geliştirdiği tanımları göz önüne aldığımızda bunların dünyadaki büyük dinlerin metinleriyle oldukça zıt olduğunu görürüz. Zahiri anlamlarıyla ele alınıp çeşitli bilimsel disiplinlerin kriterleriyle değerlendirildiklerinde dünyanın yaratılışı, insanlığın kaynağı, bakire doğum, tanrısal kişilerin ölüm ve yeniden doğuşla-

rı, şeytani güçlerce yoldan çıkarılma ve ölülerin yargılanması hikâyeleri, peri masallarında ya da psikiyatri kitaplarında kalır. Ve Kozmik şuur, reenkarnasyon ya da ruhsal aydınlanma gibi kavramları maddeci bilimin temel ilkeleriyle bağdaştırmak oldukça zor olacaktır. Ancak her ikisi de doğru anlaşılırsa din ve bilim arasındaki köprü kurulabilir.

Daha önce de gördüğümüz gibi, bu alandaki birçok karmaşa bilim ve bilimsel teorilerin doğası ve fonksiyonuyla ilgili ciddi yanlış anlaşılmalardan kaynaklanır. Ruhsal gerçekliklerin bilimsel olarak çürütülmesi diye sunulan şeyler aslında bilimden ziyade "bilimci" savlara dayanır. Dinle ilgili bir diğer gereksiz sorun kaynağı da, kutsal metinlerdeki ruhsal sembolizmin ciddi derecede yanlış anlaşılması ve yorumlanmasıdır. Bu yaklaşım, yaygın dinlerdeki köktenci hareketlere özgüdür.

Bilimcilik ve köktencilik karşı karşıya geldiğinde her iki tarafın da fark edemediği şey şudur: Dini metinlerdeki tartışmalı bölümlerin çoğu somut kişilikler, coğrafi bölgeler ve tarihi olaylara atıflar olarak değil, transpersonel deneyimler olarak ele alınmalıdır. Evrenin bilimsel tanımları ile dini metinlerdeki hikâyeler farklı gerçekliklerle ilgilidir. Mitolojist Joseph Campbell'ın benzersiz tarzıyla vurguladığı gibi, "bakire doğum jinekoloğun sorunu değildir, vaat edilen topraklar da gayrimenkul değildir."

Modern astronomların en gelişmiş teleskoplarla çekilen fotoğraflarda Tanrı ya da melek imgeleri bulamamış olmaları bunların olmadığına dair bilimsel bir kanıt sayılmaz. Benzer şekilde dünyanın içinin sıvı demir ve nikelden oluşması, alt dünya ya da cehennemin varlığını ortadan kaldırmaz. Ruhsal sembolizm, holotropik şuur hallerinde deneyimlediğimiz olay ve gerçekleri doğru bir şekilde anlatır ve gündelik yaşamımızın maddi dünyasındaki olaylara karşılık gelmez. Aldous Huxley "Cennet ve Cehennem" adlı mükemmel makalesinde bunu oldukça iyi bir şekilde açıklamıştır (Huxley, 1959). İşte bu nedenle ruhsallık meselesine bilimsel olarak yaklaşabilecek tek alan, olağandışı şuur hallerini sistemli ve önyargısız bir şekilde incelemeye odaklanan şuur araştırmalarıdır.

Birçok bilimadamı çağdaş bilimin kavram çatısını, bilimden ziyade kökten dinciliği anımsatan bir şekilde kullanmaktadır. Bu kavram çatısının gerçeğin kesin bir tanımını yaptığı yanılgısına düşerler ve temel varsayımlarına karşı gelen tüm gözlemleri sansürlemek ve baskılamak için bu kavram çatısını otoriter bir şekilde kullanırlar. Maddeci bilimin dünya görüşü organize dinlerin teolojileriyle uyuşmaz ve bilimin toplumumuzda sahip olduğu otorite kendi konumunu korumak için kullanılır. Kültürümüzdeki birçok insan din ve ruhsallık arasındaki farkın ayırdında olmadıkları için bu tür "bilimin" yıkıcı etkisi yalnızca dinsel değil her türden ruhsal aktivitelere uzanır. Bu çatışmadaki temel konuları bir açıklığa kavuşturmak istiyorsak yalnızca bilim ve bilimcilik değil, din ve ruhsallık arasındaki farkı da belirginleştirmeliyiz.

RUHSALLIK ve DİN

Ruhsallık ile dinin ayırt edilememesi belki de bilim ve din arasındaki ilişkinin yanlış anlaşılmasına yol açan en önemli nedenlerden biridir. Ruhsallık, gerçekliğin olağandışı boyutlarının doğrudan deneyimine dayanır ve özel bir yere ya da İlahilikle iletişimi sağlayacak resmi olarak atanmış bir kişiye ihtiyaç duymaz. Bireyle kozmos arasında özel bir ilişkiyi içerir ve bu, özünde kişisel ve özel bir ilişkidir. Mistiklerin inançları deneyime dayalıdır. Kilise ya da tapınaklara ihtiyaç duymazlar; kendi ilahilikleri de dahil olmak üzere gerçekliğin kutsal boyutlarını deneyimledikleri çevre, kendi bedenleri ve doğadır. İhtiyaç duydukları yardımı ve desteği resmi papazlardan değil, kendileriyle aynı arayışta olan insan gruplarından veya içsel yolculukta kendilerinden daha ileride bulunan öğretmenlerden alırlar.

Tüm büyük dinlerin beşiğinde, kurucularının, peygamberlerin, azizlerin ve hatta sıradan izdeşlerin vizyon deneyimleri yatar. Tüm büyük kutsal metinler –Vedalar, Upanişadlar, Budist Pali kanonu, Kitab-ı Mukaddes, Kur'an, Mormon Kitabı ve diğer birçoğu– doğrudan kişisel vahiylere dayanır. Din organize hale

geldiğinde ruhsal kaynağıyla bağlantısını tamamıyla kaybeder ve insanın manevi ihtiyaçlarını doyuma ulaştırmak yerine kendi çıkarı için kullanan dünyasal ve maddesel bir kurum halini alır. Güç, kontrol, politika, para, sahiplenme ve diğer dünyasal alanlara odaklanan hiyerarşik bir sistem yaratır.

Organize din tapınak ya da kilise gibi belirlenmiş bir yerde gerçekleşen kurumlaşmış bir grup faaliyetidir. Buradaki sisteme atanan memurlar ruhsal gerçeklikleri kişisel olarak deneyimlememiş olabilirler. Dini hiyerarşi, mensuplarının doğrudan ruhsal deneyim yaşamalarına bizzat engel olur ve baskılar, çünkü bu deneyimler bağımsızlığa götürür ve etkin bir şekilde kontrol edilemez. Durum böyle olunca gerçek ruhsal yaşam, ilgili dinin yalnızca mistik tarikatlarında, mezheplerinde ya da manastırlarında devam eder.

Organize dinlerin dogmaları hiç kuşkusuz bilimle temel bir çatışma içindedir. Bu bilim ister Newtoncu-Kartezyen modeli kullansın, ister yeni oluşan paradigmaya dayalı olsun fark etmez. Ancak, ruhsal deneyimler söz konusu olduğunda durum oldukça farklıdır. Son yirmi beş yılda bu deneyimler üzerinde sistemli bir şekilde çalışılması transpersonel psikoloji denilen özel bir disiplinin odak noktası olmuştur. Ruhsal deneyimler gerçekliğin diğer tüm yönleri gibi bilimsel olarak araştırılabilir; dikkatli ve açık zihinli incelemeye tabi tutulabilirler. Bu olgunun ve materyalist dünya anlayışına getirdiği itirazların önyargısız ve ayrıntılı bir şekilde incelenmesinde bilimdışı bir şey yoktur. Bu aşamadaki can alıcı soru, mistik deneyimlerin doğası ve ontolojik konumuyla ilgili olanıdır. Bu deneyimler, varoluşun temel bazı yönleriyle ilgili derin gerçekleri mi açığa çıkarıyorlar; yoksa hurafe, fantezi ya da zihinsel bir rahatsızlığın ürünleri mi?

Ruhsal deneyimlerin araştırılmasındaki temel engel şudur: Geleneksel psikoloji ve psikiyatriye maddeci felsefe egemendir ve her ikisi de din ve ruhsallığın tam bir anlayışından yoksundur. Dini kesinlikle reddederken, ilkel halk inançları ve köktencilerin kutsal metinleri zahiri olarak yorumlayışları ile gelişmiş

mistik gelenekler ve Doğu felsefeleri arasında bir ayrım yapmazlar. Batının maddeci bilimi, psişenin iç gözlem yoluyla yüzlerce yıl sistemli olarak araştırılmasına dayananlar da dahil olmak üzere, tüm ruhsal kavram ve faaliyetleri ayrım yapmaksızın reddetmiştir. Büyük mistik geleneklerin çoğu ruhsal deneyimler yaşatmak için belli teknikler geliştirmiş, gözlem ve teorik öngörüleri modern bilimi anımsatır bir biçimde birleştirmiştir.

Ayrım yapma yeteneksizliğinin en uç örneği Batı biliminin Tantra'yı reddedişinde görülür. Tantra kapsamlı ve ayrıntılı bir bilimsel dünya görüşü çerçevesinde varoluşa dair sıradışı bir ruhsal vizyon sunar. Tantrik âlimler modern bilimce birçok açıdan onaylanan derin bir evren anlayışı geliştirmişlerdir. Sofistike uzay ve zaman modelleri, Büyük Patlama kavramı ve heliosentrik sistem, gezegenler arası çekim, dünya ve gezegenlerin oval yapısı ve entropi gibi unsurları içerir.

Tantra'nın diğer başarıları arasında ileri matematik ve sıfırla birlikte ondalık sayıların keşfi yer alır. Tantra'nın derin bir psikoloji teorisi ve deneyime dayalı yöntemi de vardır. Bu teori ve yöntem psişik merkezleri (şakralar) ve kanalları (nadiler) içeren süptil bedenin ya da enerji bedeninin haritasına dayanır. Tantra oldukça ince ve soyut ruhsal bir sanat ile kompleks bir ritüel de geliştirmiştir (Mookerjee ve Khanna, 1977).

PSİKİYATRİNİN DİNE BAKIŞ AÇISI

Batılı akademisyenlere göre maddi dünya tek gerçekliktir ve herhangi bir ruhsal inanç eğitimsizlik, ilkel hurafe, büyülü düşünce ya da çocukluğa dönüş olarak nitelendirilir. Ölümden sonra yaşama olan inanç reddedilmekle kalmaz, genellikle aşağılanır da. Maddeci görüşe göre beden, özellikle de beynin ölümü, her türlü şuurlu faaliyetin de sonudur. Ruhun ölümden sonraki yolculuğu, ölümden sonra yaşam ya da reenkarnasyon, ölüm gerçeğini kabul edemeyen insanların hayal ürünü olarak görülür.

Ruhsal gerçekliklerle doğrudan deneyimi olan insanlar kültürümüzde hasta olarak görülür. Yaygın görüşü benimseyen psi-

kiyatristler mistik deneyimlerle psikotik deneyimleri arasında ayrım gözetmez ve her ikisini de psikoz belirtisi olarak görürler. Akademik çevrelerde mistisizm hakkında yapılan en olumlu yorum Psikiyatri Geliştirme Grubu Psikiyatri ve Din Komitesi'nden gelmiştir. 1976'da yayınlanan "Mistisizm: Ruhsal Yolculuk mu, Psişik Bozukluk mu?" başlıklı bu belge mistisizmin normallikle psikotiklik arasında bir olgu olabileceğini belirtir.

Şu anki ortamda ruhsal deneyimlerin sistemli çalışmayı hak ettiği ve ciddi araştırmaya tabi tutulmaları gerektiği önerisi bile geleneksel eğitim almış bilimadamlarına saçma gelir. Bu alana ilgi göstermek zayıflık olarak görülür ve araştırmacının profesyonel itibarını lekeler. Aslında ruhsal boyutun olmadığını gösteren bilimsel bir "kanıt" yoktur. Bu boyutun reddi, Batı biliminin metafizik bir savına dayanır. Bu sav, modası geçmiş bir paradigmanın yanlış bir şekilde uygulanmasından kaynaklanır. Aslında, genel olarak holotropik hallerin özel olarak da transpersonel deneyimlerin araştırılması böyle bir boyutun var olabileceğine dair yeterli veri sunar (Grof, 1985, 1988).

Bütün yaygın dinlerin beşiğinde bu geleneklerin kurucularının güçlü kişisel deneyimleri yatar. Gerçekliğin kutsal boyutlarını gösteren bu deneyimler, bütün dini hareketlerin ilhamı ve yaşam kaynağıydı. Bodi ağacı altında meditasyon yapan Gautama Buda, dünya illüzyonunun efendisi Kama Mara ile kendisini ruhsal yolculuğundan saptırmak isteyen baştan çıkarıcı üç kızı ve korku salıp aydınlanmaya ulaşmasını engellemeye çalışan tehditkâr ordusunun etkileyici bir vizyonunu deneyimler. Bütün bu engelleri başarıyla aşar ve aydınlanmaya ulaşır. Diğer birinde Buda daha önce yaşadığı uzun enkarnasyonlar zincirini görür ve karmik bağlardan kurtuluşuna dair güçlü bir deneyim yaşar.

Göğün yedi katı, Cennet ve Cehennem boyunca Cebrail'in eşlik ettiği Hz. Muhammed'in "miraç yolculuğu", Kuran ve İslam dini için ilham kaynağı olmuştur. Yahudi ve Hıristiyan geleneklerinde Tevrat, Musa'nın yanan çalılarda Yehova ile çarpıcı deneyimini tanımlarken; İncil, İsa'nın çölde kaldığı süre boyun-

ca şeytan tarafından baştan çıkarılışını anlatır. Benzer şekilde Saul'ün Şam yolundaki kör edici İsa vizyonu, Aziz John'un Patmos adasında bulunan mağarasındaki apokaliptik vahyi, Hezekiel'in yanan arabayı görüşü ve diğer birçoğu olağandışı şuur hallerindeki aşkın deneyimlerdir. İncil, Tanrı ve meleklerle doğrudan iletişime dair birçok olaydan behseder. Aziz Anthony'nin baştan çıkarılışı ve Çöl Keşişleriyle diğer azizlerin vizyon deneyimlerinin tanımları Hıristiyanlığın iyi belgelenmiş kısımlarıdır.

Batılı psikiyatristler böylesi vizyon deneyimlerini ciddi zihinsel rahatsızlıklar olarak yorumlarlar. Bu yorumlar uygun tıbbi açıklama ve bunu destekleyen laboratuvar verileri olmadan yapılır. Yaygın psikiyatri literatüründe büyük manevi insanlar için en uygun klinik teşhisin ne olabileceğini tartışan makale ve kitaplar vardır. Aziz John, "kalıtsal bozukluk" ile etiketlendirilmiş, Avilalı Azize Teresa isterik psikotik olarak dışlanmış ve Muhammed'in mistik deneyimleri de sara olarak yorumlanmıştır.

Buda, İsa, Ramakrişna ve Sri Ramana Maharişi gibi diğer birçok dini ve ruhani kişi vizyon deneyimleri ve "sanrıları" nedeniyle psikotik olarak etiketlendirildiler. Benzer şekilde bazı geleneksel eğitim almış antropologlar da, şamanlara koyulacak teşhisin şizofreni mi, ambulant psikoz mu, epilepsi mi, yoksa isteri mi olması gerektiğini tartıştı. Psikosomatik tıbbın kurucularından ünlü psikoanalist Franz Alexander, Budist meditasyonunu psikopatolojik olarak tanımladığı ve "suni katatoni" olarak adlandırdığı bir makale yazdı (Alexander, 1931).

Din ve ruhsallık, uygarlık tarihi boyunca önemli güçler olmuştur. Dinlerin kurucularının vizyon deneyimleri eğer bir beyin rahatsızlığının ürününden başka bir şey değilse yüzyıllar boyunca milyonlarca insanda bıraktıkları derin etki ile ilham verdikleri ihtişamlı mimari, resim, heykel ve edebiyat eserlerini açıklamak zor olur. Ruhsal yaşamın öncü rolü üstlenmediği bir tek kadim ya da endüstri öncesi kültür yoktur. Batı psikiyatri ve psikolojisinin şimdiki yaklaşımı, maddeci dünya görüşünü paylaşan Batı endüstri medeniyetinin eğitimli seçkin tabakası dışın-

da yüzyıllardır yaşamış tüm insan gruplarının yalnız ruhsal değil, kültürel yaşamlarını da hastalık olarak nitelendirmiştir.

Ruhsal deneyimlerle ilgili olarak psikiyatrinin elinde tuttuğu resmi konum toplumda ciddi bir bölünme yaratmaktadır. ABD'de din hoş karşılanır, yasal olarak korunur ve hatta bazı çevrelerce desteklenir. Her otel odasında bir İncil bulunur, politikacılar konuşmalarında Tanrı'dan bahseder ve toplu dua başkanlık töreninin ayrılmaz bir parçasıdır. Ancak maddeci bilimin ışığında dini inançları ciddiye alan insanlar eğitimsiz, hasta ya da olgunlaşmamış olarak görülür.

Ve kültürümüzde birisi büyük dinlere ilham verecek cinsten ruhsal bir deneyim yaşadığında papaz bu kişiyi büyük olasılıkla psikiyatriste gönderir. Yoğun ruhsal deneyimler nedeniyle psikiyatri birimlerine getirilen insanların çoğu hastaneye kaldırılır, ilaçlarla yatıştırılır ve hatta şok tedavisine maruz bırakılarak geri kalan yaşamları boyunca taşıyacakları psikopatolojik teşhis etiketleri alırlar.

HOLOTROPİK ŞUUR HALLERİ ve GERÇEKLİK İMGESİ

Batı bilimi ile kadim ve endüstri öncesi toplumların geliştirdiği evren, doğa, insan ve şuur anlayışı arasındaki farklar, genellikle maddeci bilimin yerli kültürlerin hurafe ve ilkel büyülü düşüncelerine olan üstünlüğü olarak yorumlanır. Durumun dikkatli bir analizi bu farkın Batı biliminin üstünlüğünden değil, endüstri toplumlarının holotropik şuur halleri hakkındaki bilgisizliğinden kaynaklandığını açığa çıkarır.

Tüm endüstri öncesi toplumlar yüceltikleri bu halleri yaşayabilmek için etkili ve güvenilir yollar geliştirmeye oldukça fazla zaman ve enerji harcamışlardır. Bu hallerin derin bir bilgisine sahiptirler. Sistemli olarak bu halleri ortaya çıkarmışlar ve ruhsal yaşamlarının temel aracı olarak kullanmışlardır. Bu kültürlerin dünya görüşleri yalnızca gündelik şuur halinde yapılan deneyim ve gözlemleri değil, derin vizyon hallerinde yapılanları da yansıtmıştır. Modern şuur araştırmaları ve transpersonel psikoloji bu deneyimlerin çoğunun normalde gizli olan gerçeklik bo-

yutlarına ait gerçek bir deneyim olduğunu ve patolojik bozukluk sayılarak dışlanamayacağını gösterdi.

Vizyon hallerinde başka gerçekliklerin ya da gündelik yaşamımıza dair yeni bakış açılarının deneyimi öyle inandırıcıdır ki, yaşayan insanların bu deneyimleri kendi dünya görüşlerine uygulamaktan başka şansları kalmaz. Teknoloji toplumlarını ve endüstri öncesi kültürleri ideolojik olarak birbirinden bu kadar çok ayıran şey, işte bu olağandışı şuur halleridir. Aşkın gerçekliklerin derin bir deneyimini yaşayıp da Batı maddeci biliminin görüşüne inanmaya devam eden bir tek insana bile rastlamadım. Bu gelişim, ilgili kişilerin zekâ, eğitim ve profesyonel itibarlarından bağımsız olarak gerçekleşir.

HOLOTROPİK ŞUUR HALLERİ ve İNSANLIK TARİHİ

Bu kitapta holotropik şuur hallerini, bu hallerin doğası ve içeriği ile dünya görüşü, değerler hiyerarşisi ve yaşam stratejisi üzerindeki derin etkisini inceledik. Holotropik deneyim araştırmalarından öğrendiklerimiz, insanlığın ruhsal tarihine tamamıyla yeni bir ışık tutmaktadır. Ruhsallığın, insan psişe ve varoluşunun önemli bir boyutu olduğunu göstererek doğrudan deneyime dayalı gerçek dini, maddeci bilimin yolladığı sürgünden kurtarmaktadır.

Batı endüstri medeniyeti dışında insanlık tarihinin tüm kültürleri holotropik şuur hallerine büyük değer vermiştir. Tanrılarıyla, başka gerçeklik boyutları ve doğa güçleriyle bağlantı kurmak istediklerinde bu hallerden yararlanmışlardır. Ayrıca teşhis ve tedavide, duyular dışı algılamayı geliştirmede ve sanatsal ilham almada da kullanılmıştır. Bu halleri meydana getirmenin etkili ve güvenli yollarını bulmak için oldukça fazla zaman ve enerji harcamışlardır. Kitabın girişinde de söylediğim gibi bu "kutsal metotlar" –törensel ve manevi amaçlar için kadim ve aborijin kültürlerde geliştirilmiş zihin değiştirici teknikler– çeşitli yerli kültürlerin transa sokucu şamanik yöntemlerinden çeşitli mistik gelenekler ve Doğu ruhsal felsefelerinin ayrıntılı uygulamalarına kadar geniş bir yelpazede görülür.

Holotropik hallerin deneyimi insanlık tarihi kadar eskidir. İnsanlığın en eski dini ve şifa sanatı olan şamanizmin de en önemli özelliğidir. Holotropik haller birçok açıdan şamanizmle yakından bağlantılıdır. Birçok şamanın şaman yaşamı, kendiliğinden ortaya çıkan vizyon halleriyle ya da antropologların tipik Batılı bir önyargıyla "şaman hastalığı" dediği psikospiritüel krizlerle başlar. Diğerleri güçlü zihin değiştirici işlemlerle, özellikle de davul, çıngırak, ilahi, dans ya da psikodelik bitkilerle açığa çıkarılan benzer deneyimleri kullanan diğer şamanlarca şamanlığa inisiye olur. İleri düzeydeki şamanlar istedikleri zaman holotropik hallere kontrollü bir şekilde girebilirler. Şamanlar bu halleri tedavi, duyular dışı algılama, başka gerçeklik boyutlarının keşfi ve diğer amaçlar için kullanırlar. Ayrıca topluluğun diğer üyelerine bunları yaşatıp gerekli rehberliği yapabilirler.

Şamanizm oldukça eskidir; belki de otuz-kırk bin yıl kadar. İlk izleri Paleolitik döneme uzanır. Lascaux, Font de Gaume, Les Trois Frères, Altamira ve diğerleri gibi Güney Fransa ve Kuzey İspanya'daki ünlü mağaraların duvarları hayvan imgeleriyle doludur. İmgelerin çoğu bizonlar, vahşi atlar, geyikler, dağ keçileri, mamutlar, kurtlar, gergedanlar ve ren geyikleri gibi Taş Devri'nde gerçekten yaşamış türleri gösterir. Ancak Lascaux'daki "Büyücü Hayvan" benzeri diğer örnekler, büyülü ve dinsel önem taşıyan mit yaratıklarıdır. Bu mağaraların bazılarında insan ve hayvan özelliklerini birleştiren ve eski şamanları tasvir ettiği şüphe götürmeyen garip figürlerin resim ve oymaları vardır.

Bu imgelerin en iyi bilineni çeşitli erkeklik sembollerini birleştiren gizemli "Les Trois Frères Büyücüsü" figürüdür. Bu figür geyiğin boynuzları, baykuşun gözleri, vahşi at ya da kurtun kuyruğu, insan sakalı ve penisi ile aslan pençesine sahiptir. Aynı mağaralar bölgesindeki diğer bir ünlü şaman oyması, güzel hayvanlarla dolu Mutlu Avlanma Mekânı'ndaki "Hayvansı Üstat"tır. Diğer iyi bilinenlerden biri de Lascaux'daki avlanma sahnesidir. Yaralı bir bizon ve ereksiyon halindeki penisiyle yerde yatan bir şaman figürünü gösterir. La Gabillou adıyla tanınan yeraltı ma-

ğarasında arkeologların "dansçı" dediği hareket halindeki şaman figürü bulunur. Kâşifler, mağaralardan birinin çamur zemininde orada yaşayanların dans ettiğini gösteren çember şeklinde ayak izleri bulmuşlardır. Bu danslar trans hallerini yaşamak için birçok aborijin kültüründe halen kullanılanlara benzer.

Şamanizm kadim olmakla kalmaz, evrenseldir de; Kuzey ve Güney Amerika, Avrupa, Afrika, Asya, Avustralya, Mikronezya ve Polinezya'da bulunabilir. İnsanlık tarihindeki birçok kültür şamanik teknikleri yararlı bulmuştur. Bu nedenle holotropik hallerin, antropologların "ilksel zihin" dediği şeyi –insan psişesinin ırk, cinsiyet, kültür ve tarihsel geçmişi aşan temel ve ilksel yönü– harekete geçirdiği söylenir. Şamanik teknik ve prosedürler Batı endüstri medeniyetinin yoğun etkisinde kalmamış kültürlerde bugüne kadar yaşamıştır.

Yerli toplumlarının çoğundaki ruhsal ve törensel yaşam, çeşitli amaçlar için ve farklı durumlarda düzenlenen şifa ayinleri ve diğer kutsal seremoniler çerçevesinde yaşanan holotropik şuur halleriyle aynı anlama gelir. Bunlardan özellikle önemli olanı geçiş ritleridir. Bu ritler ilk kez Danimarkalı antropolog Arnold van Gennep tarafından tanımlanmış ve açıklanmıştır (1960). Ritler, endüstri öncesi kültürlerde sünnet, reşit olma, evlilik, doğum, menopoz ve ölüm gibi önemli biyolojik ve sosyal geçiş zamanlarında yapılmıştır.

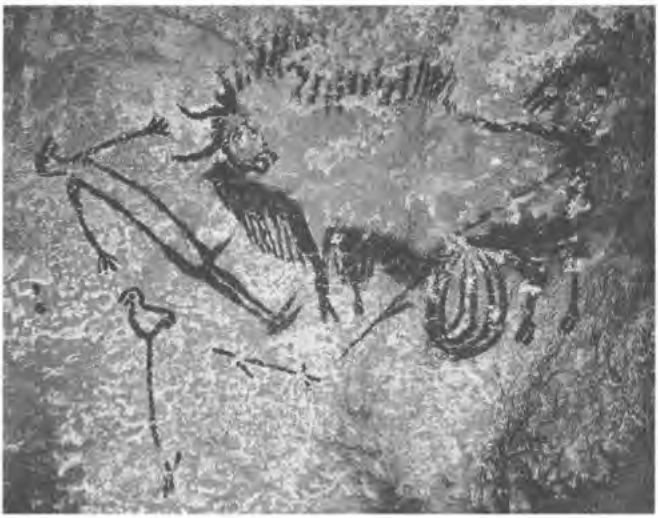
Şamanik işlemler gibi, geçiş ritleri de güçlü zihin değiştirici teknikler kullanır. İnisiyeler psikospiritüel ölüm ve yeniden doğuş teması etrafında dönen yoğun holotropik deneyimler yaşar. Eski rol ölür ve yeni bir role doğulur. Bu nedenle bu seremonilerin en önemlilerinden biri olan reşit olma ritinde ergenlik çağındakilerin psikolojik olarak ölmeleri ve yeniden doğmaları, kız ve erkeklerin ölerek yetişkin erkek ve kadınlar olarak doğmaları anlamına gelir. Benzeri ritlerin önemli bir diğer işlevi de aşkın gerçekliklerin deneyimlenmesini sağlamak, grubun kozmoloji ve mitoloji bilgilerini doğrulamak ve bireyin diğer gerçekliklerle bağlantısını yapılandırmak ya da sürdürmektir.



Figür 5. Les Trois Frères Büyücüsü. Çeşitli erkeklik sembollerinin bir arada bulunduğu bileşik bir figür: geyik boynuzu, baykuş gözü, vahşi at ya da kurt kuyruğu, insan sakalı ve aslan pençeleri.



Figür 6. Hayvansı Üstat.
Yine Les Trois Frères mağarasından; vahşi hayvanlarla çevrili "Mutlu Avlanma Mekânı"nda bulunan yarı hayvan, yarı insan "Hayvansı Üstad"ı gösteren bir oyma figür.



Figür 7. Av Sahnesi (Lascaux). Lascaux mağarasında bulunan av sahnesinde, yaralı bir bizon ve ereksiyon halindeki penisi ve kuş biçimiyle trans halindeki bir şaman görülmektedir. Yanında ise çubuğa tünemiş bir kuş yer almaktadır.



Figür 8. Dansçı. La Gabillou olarak adlandırılan mağarada bulunan hareket halindeki bir şaman figürü.

Holotropik şuur halleri, kadim ölüm ve yeniden doğuş ayinlerinde de önemli bir rol oynamıştır. Bunlar, inisiyelerin güçlü ruhsal dönüşüm yaşadığı kutsal ve gizli işlemlerdir ve şuurdışı ölüm ve dönüşümü sembolize eden tanrılar hakkındaki mitolojik hikâyeler üzerine kuruludur. Bunlar kadim Sümer'de Inanna ve Tammuz; Mısır'da İsis ve Osiris; Yunan'da Attis, Adonis, Bakus ve Persefon'dur. Bunların Amerika'daki karşılıkları ise Aztek Kuetzalkoatl ya da Tüylü Yılan ile Maya Popol Vuh'unun Kahraman İkizleridir. Sümer ve Mısır Tapınak inisiyasyonları, Mitra gizemleri ya da Yunan'daki Koribantik ritler, Bakanalia ve Elözis gizemlerinden de anlaşılacağı gibi, bunlar özellikle Akdeniz bölgesi ve Ortadoğu'da yaygındı.

Elözis gizemlerinde yaşanan deneyimlerin gücü ve etkisinin önemli bir kanıtı da yaklaşık iki bin yıl boyunca düzenli ve kesintisiz olarak uygulanmış olması ve bütün antik dünyadan önemli insanları çekmeye devam etmiş olmalarıdır. Antik dünyada Elözis gizemlerinin kültürel önemi, inisiyeler arasında yer alan dönemin ünlü şahsiyetlerinden anlaşılır. Bu ekolün öğrencileri arasında filozof Eflâtun, Aristo ve Epiktetus, askeri lider Alkibiades, oyun yazarları Euripides ve Sofokles ile şair Pindaros yer almıştır. Elözis gizemlerine katılan ünlü devlet adamı Çiçero, *De Legibus* adlı kitabında gizemlerin antik medeniyet üzerindeki etkileri hakkında yüceltici bir rapor yazmıştır.

Elözis'deki büyük inisiyasyon holü telestrionda üç bin öğrenci bir anda yoğun bir ruhsal dönüşüm yaşamıştır. Ünlü filozof, sanatçı ve devlet adamlarının da içinde bulunduğu böyle yüksek sayıda insanın güçlü holotropik haller yaşaması Yunan kültürünü ve böylece de genel olarak Avrupa kültürünü olağanüstü bir şekilde etkilemiştir. Antik dünyanın bu önemli yönünün tarihçiler tarafından genel olarak bilinmemesi ya da kabul edilmemesi gerçekten hayret vericidir.

Bu gizli ritlerdeki şuur değiştirici işlemlerin içeriği genel olarak bilinmese de *kykeon* adlı kutsal iksir Elözis gizemlerinde önemli bir rol oynamıştır. Bu, LSD'ye benzer ergot alkaloidleri

içeren bir karışımdır (Wasson, Hofmann ve Ruck, 1978). Psikodelik maddeler, Bakanalia ve diğer ritlerde de kullanılmıştır. Elözis'de hangi "kutsal teknik" kullanılırsa kulanılsın, inisiyelerin psişeleri üzerindeki etkisi öylesine yoğundur ki antik dünyanın ilgisi yaklaşık iki bin yıl canlı kalmıştır.

Holotropik haller dünyanın büyük dinlerinde de önemli bir rol oynamıştır. Bütün büyük dinlerin kaynağı ve ilhamı olmuş vizyon deneyimlerinden daha önce de bahsettim. Bu deneyimler her ne kadar kendiliğinden olsa da, bu dinlerin çoğu tarihleri boyunca mistik deneyimleri yaşamak için ayrıntılı işlemler geliştirmişlerdir. Farklı yoga teknikleri, Vipassana, Zen ve Tibet Budizmi'nde kullanılan meditasyonlar ile Taocu gelenekteki ruhsal uygulamalar ve ayrıntılı Tantra ayinleri bunlara örnektir. Ayrıca İslam mistikleri Sufilerin kullandığı ayrıntılı yaklaşımları da bunlara ekleyebiliriz. Kutsal ayinlerinde ya da zikirlerinde; yoğun nefes, ilahi ve transa geçiren dansları düzenli olarak kullanmışlardır.

Yahudi ve Hıristiyan geleneğinde Essenîlerin nefes egzersizlerini ve yarı yarıya boğulmayı içeren vaftiz törenlerini, Hıristiyan İsa duası ve Loyolalı İgnatius'un egzersizleri ile çeşitli Kabalacı ve Hassidik yöntemleri örnek verebiliriz. Doğrudan ruhsal deneyim yaşatmak ya da bu deneyimleri kolaylaştırmak için tasarlanmış yaklaşımlar, büyük dinlerin mistik kollarının ve manastırların özelliğidir.

Psikodelik bitki ve maddelerin törensel kullanımı holotropik şuur halleri yaşatmada özellikle etkili bir teknoloji olmuştur. Bu güçlü araçların bilgisi insanlık tarihi kadar eskidir. Çin tıbbında psikodelik maddelerin izleri üç bin yıl öncesine kadar uzanır. Kadim Pers Avesta'sında *haoma* ve Hindistan'da *soma* olarak bilinen efsanevi tanrısal iksir, birkaç bin yıl önce Hint-İran kabilelerince kullanılmıştı ve Vedik din ve felsefenin en önemli kaynağıydı.

Farklı kenevir çeşitlerinden (*cannabis sattiva, cannabis indica* vs.) hazırlanan preparatlar Doğu ülkeleri, Afrika ve Pasifik bölgesinde çeşitli adlar altında (haşiş, *charas, bhang, ganja, kif*, mari-

huana) eğlence, zevk ve dini törenler için içilmiş ve yenilmiştir. Brahmanlar, bazı Sufi tarikatları, kadim İskitler ve Jamaikalı Rastafaryanlar için kutsal bir değer taşımıştır.

Çeşitli psikodelik maddelerin törensel kullanımı Orta Amerika'da da uzun bir geçmişe sahiptir. Oldukça etkili bazı şuur değiştirici bitkiler İspanyol istilasından önce yaşamış olan Aztekler, Mayalar, Olmekler ve Mazatekler gibi bazı yerli kültürlerde de iyi tanınmaktaydı. Bunların en ünlüleri Meksika'nın *peyote* (*lophophora williamsii*) kaktüsü, kutsal mantar *teonanacatl* (*Psilocybe mexicana*) ile çeşitli gündüz sefası türlerininin (*Ipomoea violacea* ve *Turbina corymbosa*) tohumları *ololiuqui*'dir. Bu maddeler bu güne kadar Huichol, Mazatek, Chichimeca, Cora ve diğer Meksika yerli kabileleri ile Yerli Amerikan Kilisesince dini amaçlarla kullanılmıştır.

Ünlü *yajé* ya da *ayahuasca*, Güney Amerika orman sarmaşığı (*Banisteriopsis caapi*) ve diğer bazı bitki katkılarıyla hazırlanan bir içecektir. Amazon bölgesi de burundan çekilen çeşitli psikodelik maddeleriyle tanınır. Afrika'daki aborijin kabileler iboga çalısının (*Tbernanthe iboga*) kabuğundan hazırlanan karışımları yer ve dumanını çekerler. Ufak dozlarda uyarıcı olarak ve yüksek dozlarda da kadın ve erkeklerin inisiyasyon ayinlerinde kullanılır. Yukarıdaki liste bütün dünyadaki çeşitli insan gruplarının ritüel ve dini yaşamlarında yüzyıllardır kullanılan psikodelik bileşiklerin yalnızca ufak bir kısmıdır.

PSİKİYATRİ TARİHİNDE HOLOTROPİK HALLER

Holotropik şuur halleri derinlik psikolojisi ve psikoterapinin gelişiminde çok önemli bir rol oynamıştır. Bu hareketin erken dönemlerini anlatan birçok kitap, tarihçeyi Avusturyalı doktor ve mistik Franz Anton Mesmer'e kadar götürür. Her ne kadar Mesmer'in kendisi bile hastaları tarafından deneyimlenen bu şuur değişikliklerini "hayvansal manyetizma" olarak adlandırsa da yaptığı ünlü Paris deneyleri klinik hipnozla yapılan yoğun psikoloji çalışmalarının öncüsüdür. Jean-Martin Charcot'nun Paris Salpetrière'de isterik hastalarla yaptığı hipnoz seansla-

rı ile Hippolyte Bernheim ve Ambroise Auguste Liébault'nun Nancy'de yaptığı hipnoz araştırmaları Sigmund Freud'un profesyonel kariyerinde önemli bir rol oynadı.

Freud, Fransa'ya yaptığı araştırma gezisinde Charcot ve Nancy grubunu ziyaret etti ve hipnozu kullanmayı öğrendi. Bu yeteneğini hastalarının şuurdışıyla ilgili yaptığı ilk incelemelerinde kullandı. Ancak, holotropik haller, psikoanaliz tarihinde başka bir açıdan da önemli rol oynamıştır. Freud'un ilk analitik tahminleri arkadaşı Joseph Breuer'le birlikte tedavi ettiği isterik bir hastayla yaptığı çalışmalardan ilham almıştır. Freud'un yazılarında Bayan Anna O., dediği bu hasta, kendiliğinden ortaya çıkan ve psikolojik olarak tekrar tekrar çocukluğuna döndüğü holotropik haller deneyimledi. Bu hallerde ortaya çıkan travmatik anıların yeniden canlanışının gözlemlenebilmesi ve sürecin iyileştirici etkileri Freud'un düşüncesini derinden etkiledi.

Freud çeşitli nedenlerden ötürü stratejisini tamamen değiştirdi. Hipnozu terk etti ve doğrudan deneyimden serbest çağrışıma, asıl travmadan Ödipal fantezilere, şuurdışı materyalin şuurlu olarak yeniden yaşanması ve duygusal anormal reaksiyonlardan aktarım dinamiklerine geçti. Geçmişe baktığımızda bunların talihsiz birer değişim olduğunu görürüz; çünkü daha sonraki elli yıl boyunca Batı psikoterapisini kısıtlayıp yanlış yönlendirmişlerdir (Ross, 1989). Bu gelişmenin sonucu olarak yüzyılımızın ilk yarısında psikoterapi konuşmayla eş anlamlı hale geldi; yüz yüze konuşmalar, divana uzanılarak yapılan serbest çağrışım ve şartlanmadan arındırma çalışmaları.

Psikoanaliz ve diğer sözlü psikoterapi formları yaygınlaşıp tanındıkça şuurdışının doğrudan deneyiminin pabucu dama atıldı. Daha önceleri iyileştirici olduğu ve insan psişesi hakkında değerli bilgiler verebileceği düşünülen holotropik haller, hastalık olarak görülmeye başlandı. O zamandan beridir bu haller kendiliğinden ortaya çıktığında tedavi için uygulanan yaygın yöntem olası bütün yollarla baskılanmaları olmuştur. Profesyonellerin holotropik halleri ve doğrudan duygusal deneyimin değerini yeniden keşfetmeleri uzun yıllar almıştır.

HOLOTROPİK HALLER ve MODERN ŞUUR ARAŞTIRMALARI

Holotropik hallere duyulan profesyonel ilgi 1950'lerde LSD-25'in keşfedilmesinden kısa bir süre sonra, psikodelik terapisiyle başladı. Psikoloji ve psikoterapideki çığır açıcı gelişmelerle birlikte birkaç yıl devam etti. Davranışçılık ve Freudcu psikoanalizde aradığını bulamayan bir grup Amerikalı psikolog ve psikiyatrist kendi alanlarında yeni bir oryantasyona gereksinim duyulduğunu hisseti ve bunu dile getirdi. Abraham Maslow ve Anthony Sutich bu çağrıya yanıt verdi ve hümanistik psikoloji dedikleri yeni bir psikoloji akımı başlattılar. Bu hareket kısa bir sürede oldukça ünlendi.

Hümanistik psikoloji geniş bir yelpazedeki yeni terapilerin gelişimi için gerekli temeli oluşturdu. Geleneksel psikoterapistler temel olarak konuşma ve entelektüel analizi kullanırken bu yeni deneysel terapiler, duyguların doğrudan deneyimi ve ifadesi üzerine yoğunlaştı. Ayrıca işlemlerin ayrılmaz bir parçası olarak çeşitli bedensel çalışmaları da kullandılar. Bunların arasında en tanınanı olan Fritz Perls'in Gestalt terapisi (Perls, 1976) o zamandan beri oldukça tanındı ve özellikle de akademik çevrelerin dışında yaygın bir şekilde kullanıldı.

Yaygın terapi stratejilerindeki bu değişimlere rağmen deneysel terapilerin birçoğu çoğunlukla konuşmaya dayalıydı ve hastanın gündelik şuur halinde kalması gerekiyordu. Ancak yeni yaklaşımların bazıları öylesine güçlüydü ki, hastaların şuur hallerini çarpıcı bir şekilde değiştirebiliyordu. Psikodelik terapisinin yanı sıra yeni Reich tekniklerinin bazıları, primal terapi, rebirthing, holotropik nefes çalışması ve diğer birkaçı bunların arasında yer alır.

Her ne kadar bu yeni deneysel yöntemler yaygın görüşü benimseyen akademi çevrelerince henüz kabul edilmese de gelişimleri ve kullanımları psikoterapi tarihinde yeni bir sayfa açtı. Bu yöntemler insanlığın ritüel, ruhsal ve kültürel geçmişinde önemli bir rol oynayan kadim ve aborijinal ruhsal tekniklerle ya-

kından bağlantılıdır. Eğer gelecekte kabul edilirler ve değerleri anlaşılırsa psikiyatrinin teori ve uygulamasında çığır açabilirler.

Yüzyılımızın ikinci yarısında holotropik haller yaşatan tekniklere yapılan önemli katkılar yalnızca klinik çalışmalardan değil, laboratuvar araştırmalarından da gelmiştir. Biyokimyacılar birçok psikodelik bitkinin aktif alkaloitlerini belirleyip laboratuvarda üretmişlerdir. Bunların en ünlüleri peyoteden elde edilen *meskalin,* Meksika'nın sihirli mantarlarından elde edilen *psilosibin* ve Afrika'nın iboga çalısından elde edilen *ibogaine*'dir. Az bilinen, ancak önemli olanları ise ayahuascadan elde edilen *harmaline,* kenevirden elde edilen *tetra-hydro-cannabinol* (THC) ve Güney Amerika'da enfiye gibi kullanılan psikodeliklerden ve bazı kurbağaların deri salgılarından elde edilen *triptamin türevleridir.*

Kimyasal araştırmalar, halihazırda zengin psikodelik türlerine son derece etkili yarı sentetik LSD-25'i ve özellikle MDA, MDMA (Ekstazi), 2-CB ve diğer amfetamin türevleri gibi geniş bir yelpazeye yayılan birçok sentetik maddeyi ekledi. Böylelikle, bu maddelerin etkileri üzerine sistemli klinik ve laboratuvar araştırmalar yapıldı ve ilgili fizyolojik, biyokimyasal ve psikolojik süreçler araştırılabildi.

Holotropik haller yaşatmanın diğer bir etkili yolu da duyusal uyaranların önemli ölçüde azaltıldığı izolasyon düzenekleridir. Bunun uç bir formunda kişi geniş, tamamıyla karanlık ve sesten izole edilmiş bir su tankına özel olarak yapılmış nefes borulu bir maskeyle girer. Benzer şekilde uyku mahrumiyeti ve hatta rüya mahrumiyeti de şuuru çarpıcı bir şekilde değiştirebilir. Uykuyu bozmadan rüya mahrumiyeti, deneklerin göz hareketleri (REM) rüya gördüklerini belirttiğinde uyandırılmalarıyla sağlanır. Ayrıca bilinçli rüya tekniğini öğrenmeyi sağlayan laboratuvar aletleri de vardır.

Diğer zihin değiştirici bir laboratuvar işlemi de biyofidbektir (biyolojik geribildirim). Bu yöntemde elektronik sinyaller aracılığıyla kişiyi, belli beyin dalgası frekanslarıyla belirlenen deneyim gerçekliklerine yönlendirebilirsiniz. Gittikçe büyüyen

bir pazar, akustik, optik ve kinestetik uyaranları çeşitli şekillerde birleştirerek holotropik şuur halleri yaratan çok çeşitli cihazlar sunmaktadır. Şuur araştırmalarındaki yeni alanlara değinirken ölüme yakın deneyimlere odaklanan bir disiplin olan tanatoloji unutulmamalıdır. Tanatoloji araştırmaları tüm transpersonel alanındaki en önemli gözlemlerin bazılarına kaynaklık etmiştir.

Son yirmi-otuz yılda holotropik şuur hallerine duyulan ilginin sonucunda, çığır açacak nitelikte birçok veri elde edilmiştir. Şuur araştırmalarının farklı alanlarından araştırmacılar maddeci bilimin şuurun doğasıyla ilgili teorilerini sarsan etkileyici kanıtlar toplamıştır. Bu kanıtlar, maddeyi temel olarak varsayan ve şuuru maddenin ürünü olarak gören şu anki bilimin dünya görüşünün gözlemlerden elde edilen kanıtlarla desteklenemeyeceğini göstermiştir.

Aslında transpersonel psikolojiden elde edilen bulgular şuuru beyindeki nörofizyolojik süreçlerin bir yan ürünü olarak gören şu anki bakış açısıyla tamamen çatışır. Ölüme yakın deneyimlerdeki "doğrulanabilir beden dışı deneyimler" maddeci bilimin bu önde gelen efsanesini yıkmaya yetecektir. Bu deneyimler gösteriyor ki, bazı koşullar altında bedensiz şuur, duyular olmaksızın çevreyi doğru bir şekilde algılayabilmektedir.

Aslında şu an en hayret verici şey, akademik çevrelerin maddeci bilimin en temel metafizik savlarını yıkan yeni kanıtların tümünü reddedip baskılamış olmasıdır. Çığır açıcı yeni verilerin kabul edilebilmesi için var olan kavram çatısının sınırlarının fark edilmesi, hümanistik psikolojinin iki kurucusu Abraham Maslow ve Anthony Sutich'i transpersonel psikoloji olarak bilinen yeni bir psikoloji disiplinini başlatmaya itmiştir. Bu alan, holotropik haller de dahil olmak üzere bütün insan deneyimi yelpazesini incelemekte ve bilim ile ruhsallığı birleştirebilmek için ciddi bir girişimde bulunmaktadır.

SONUÇLAR

Bu son bölümü yazmamın amacı bu kitapta anlatılan kozmolojinin bilimsel bulgularla değil, bu bulgulardan hatalı bir şekilde çıkarılan felsefi sonuçlarla çatıştığını belirtmekti. Bu kitapta anlatılan deneyim ve gözlemler bilime değil, maddeci egemenliğe meydan okumaktadır. Maddeci dünya görüşünün, gerçeklerle ve bilimsel verilerle uygun bir şekilde desteklenmeyen kuşkulu bir dizi metafizik sava dayandığını umarım gösterebilmişimdir.

Gerçek bilimin özelliği, bilimsel araştırma yöntemini –geleneksel açıdan ne kadar saçma görünürse görünsün– herhangi bir gerçekliği araştırmada açık bir zihinle ve sınırlamalar olmadan uygulayabilmesidir. Çağdaş şuur araştırmalarının çeşitli alanlarındaki önderler tamamıyla böyle yapmıştır. Geniş bir yelpazedeki holotropik deneyimleri büyük bir cesaretle araştırmış ve bu süreçte hayret verici nitelikte oldukça fazla veri toplamışlardır. Gözlemledikleri olguların birçoğu, uzun süreden beri bilimsel gerçekler olarak kabul edilen derinlere kök salmış inançlara meydan okur.

Şuur araştırmalarında harcadığım kırk yılı aşkın süre bana şunu gösterdi: maddeci bilim destekçilerinin şu anki dünya görüşlerini ayakta tutabilmeleri için yapabilecekleri tek şey, holotropik hallerle ilgili tüm verileri sansür edip saptırmaktır. Bu verilerin kaynağı ne olursa olsun –tarih araştırmaları, karşılaştırmalı din, antropoloji ya da modern şuur araştırmalarının farklı alanları– stratejilerini geçmişte başarıyla uygulamışlardır. Bu, parapsikoloji, psikodelik terapisi ve deneysel psikoterapiler için

de geçerlidir. Tanatoloji ve laboratuvarda yapılan şuur değiştirici çalışmalar da bunlara dahildir.

Bu stratejinin sonsuza dek devam ettirilemeyeceğine ikna oldum. Maddeci egemenliğin temel taşlarını temsil eden esas savlar, şu anda bilimsel verilerle yeterince desteklenmiyor. Ayrıca, şuur araştırmalarından elde edilen kanıtların sayısı gittikçe artıyor. Transpersonel psikolojinin iddialarının maddeci dünya görüşüyle uyuşmadığını söylemek yetmez. Kavramsal itirazları susturabilmek için transpersonel psikoloji ve şuur araştırmalarından elde edilen bulguların uygun bir şekilde açıklanması ve materyalist paradigma çerçevesinde anlatılması gerekecektir.

Yaygın görüşü benimseyen maddeci eleştirmenlerin bunu gerçekleştirmede transpersonel alandaki araştırmacılar kadar başarılı olacaklarını sanmıyorum. Bu araştırmacıların hepsinin geleneksel akademi geçmişleri vardır ve bambaşka bir alternatif sunmadan önce bulgularına geleneksel açıklamalar getirmek için çok çalışmışlardır. Kendi deneyimimden biliyorum ki transpersonel psikolojinin çıkış nedeni, eski paradigmanın elde edilen verileri açıklamadaki yetersizliğinin verdiği acı ve rahatsızlıktır. Transpersonel psikoloji, yerleşmiş geleneklere karşı çıkmak haz veriyor diye ortaya çıkmamıştır.

Bu kitapta anlatılan kozmoloji, herhangi bir bilimsel disiplinin gerçekleri ve gözlemleriyle çatışma içerisinde değildir. Sorgulanan ve itiraz edilen şey, bu gözlemlerden çıkarılan felsefi sonuçlardır. Bu kitaptaki düşünceler maddeci bilimin tanımladığı gerçeklerin hiçbirini değiştirmez. Yalnızca herkesin inandığı gerçekle ilgili olarak herkesi etkileyen aşkın bir çerçeve sunar. Maddeci dünya görüşüne göre evren kendi kendini yaratmış mekanik bir sistemdir ve şuur da maddi süreçlerin sonunda ortaya çıkmış bir yan unsurdur. Transpersonel psikoloji ve şuur araştırmaları evrenin yüce bir zekâ ürünü ve şuurun da varoluşun temel bir unsuru olabileceğini vurgulamaktadır.

Maddenin şuurdan üstün olduğunu ve evrensel planda yaratıcı bir zekânın bulunmadığını gösteren bilimsel bulgular yok-

tur. Şuur araştırmalarından elde edilen içgörüleri maddeci bilimin bulgularına ilave etmek, evrenin şu an için tatmin edici ve inandırıcı bir tanımlama getiremediğimiz birçok önemli yönünün bütüne daha yakın bir anlayışını kazandırır. Bunların arasında evrenin yaratılışı, gezegenimizdeki yaşamın kökeni, türlerin evrimi ve şuurun doğası ve işlevi gibi temel sorular yer alır.

Ayrıca, gerçekliğin bu yeni perspektifi, ayrılmaz bir parçası olarak holotropik deneyimler ve bunlarla ilgili olguları da kapsamaktadır. Bu, maddeci bilimin akılcı ve ikna edici mantıklı açıklamalar getirmede başarısız olduğu büyük ve önemli bir varoluş planıdır. Birbirini izleyen hayal kırıcı girişimlerden sonra deneyim ve gözlemlerimi akademik eğitimim sırasında aldığım kavram çatısı çerçevesinde açıklayabileceğime dair umudumu yitirdim. Transpersonel psikolojiyi eleştirenler, holotropik deneyimlerin olağandışı dünyasını, maddeci görüş çerçevesinde ikna edici, makul ve sağlam bir şekilde açıklamada başarılı olursa bunu kabul edecek ve onları kutlayacak ilk kişi ben olacağım.

KAYNAKLAR

Alexander, F. 1931. "Buddhist Training as Artificial Catatonia." *Psychoanalyt.* Rev. 18: 129

Ash, S. 1967. *The Nazarene.* New York: Carroll and Graf.

Aurobindo, Sri. 1976. *The Synthesis of Yoga.* Pondicherry, India: Sri Aurobindo Ashram, Publication Department.

Aurobindo, Sri. 1977. *The Life Divine.* Pondicherry, India: Sri Aurobindo Ashram, Publication Department.

Bache, C. M. 1980. *Lifecycles:* Reincarnation and the Web of Life. New York: Paragon House.

___. 1996. "Expanding Grof's Concept of the Perinatal."
Journal of Near-Death Studies 15: 115.

___. 1997. *Dark Night, Early Dawn: Death-Rebirth and the Field*
Dynamics (unpublished manuscript).

Barrow, J. D. and Tipler, F. J. 1986. *The Anthropic Cosmological Principle.* Oxford: Clarendon Press.

Behe, M. 1996. *Darwin's Black Box: The Molecular Challenge to Evolution.* New York: The Free Press.

Bohm, D. 1980. *Wholeness and the Implicate Order.* London: Routledge & Kegan Paul.

Bolen, J. S. 1984. *Goddesses in Everywoman. A New Psychology of Women.* San Francisco: Harper & Row.

___. 1989. *Gods in Everyman: A New Psychology of Men's Lives*
and Loves. San Francisco: Harper & Row.

Campbell, J. 1968. *The Hero with a Thousand Faces.* Princeton, NJ: Princeton University Press.

. 1972. *Myths to Live By.* New York: Bantam.

Chittick, W. 1983. *The Sufi Path of Love.* Albany: State University of New York Press.

Cicero: *De Legibus.* Newburyport, MA.: Focus Information Group, Inc.

Crick, F. 1981. *Life Itself, Its Origin, and Nature.* New York: Simon & Schuster.

___. 1994. *The Astonishing Hypothesis: The Scientific Search for the Soul.* New York: Scribner.

Dante, A. 1989. *The Banquet* (C. Ryan, trans.). Saratoga, CA: Amma Libri & Co.

Dawkins, 1986. *The Blind Watchmaker.* Harlow, UK: Longman.
deMause, L. 1975. *"The Independence of Psychohistory." In The New Psychohistory* (L. deMause, ed.). New York: The Psychohistory Press.
Einstein, A. 1962. *Mein Weltbild.* Berlin: Ullstein Verlag.
Fromm, E. 1973. *Anatomy of Human Destructiveness.* New York: Holt, Rinehart & Winson.
Gennep, A. van. 1960. *The Rites of Passage.* Chicago: University of Chicago Press.
Goleman, D. 1995. *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ.* New York: Bantam Books.
Grof, S. 1975. *Realms of the Human Unconscious: Observations from LSD Research.* New York: Viking Press.
___. 1980. *LSD Psychotherapy.* Pomona, CA: Hunter House.
___. 1985. *Beyond the Brain: Birth, Death, and Transcendence in Psychotherapy.* Albany: State University of New York Press.
___. 1988. *The Adventure of Self-Discovery.* Albany: State University of New York Press.
___. 1994. *Books of the Dead: Manuals for Living and Dying.* London: Thames & Hudson.
___. 1996. *"Planetary Survival and Consciousness Evolution: Psychological Roots of Human Violence and Greed." World Futures* 47: 243.
Grof, S. and Bennett, Z. 1992. *The Holotropic Mind: The Three Levels of Human Consciousness and How They Shape Our Lives.* San Francisco: Harper Publications.
Grof, S. and Grof, C. 1980. *Beyond Death: The Gates of Consciousness.* London: Thames & Hudson.
Grof, C. and Grof, S. 1990. *The Stormy Search for the Self.* Los Angeles: J. P. Tarcher.
Hahn, T. N. 1993. "Please Call Me by My True Names." In *Collected Poems.* Berkeley, CA: Parallax Press.
Harman, W. 1984. *Higher Creativity: Liberating the Unconscious for Breakthrough Insights.* Los Angeles: J. P. Tarcher.
Hines, B. 1996. *God's Whisper, Creation's Thunder: Echoes of Ultimate Reality in the New Physics.* Brattleboro, VT: Threshold Books.
Hoyle, F. 1983. *The Intelligent Universe.* London: Michael Joseph.
Huxley, A. 1945. *Perennial Philosophy.* New York and London: Harper and Brothers.
___. 1959. *The Doors of Perception and Heaven and Hell.* Harmondsworth, UK: Penguin Books.
Johnson, P. E. 1993. *Darwin on Trial.* Downer's Grove, IL: InterVarsity Press.
Jung, C. G. 1956. *Symbols of Transformation. Collected Works, vol.* 5, Bollingen Series XX. Princeton, NJ: Princeton University Press.
___. 1959. *The Archetypes and the Collective Unconscious. Collected Works, vol.* 9, 1. Bollingen Series XX. Princeton, NJ: Princeton University Press.
___. 1960. *Synchronicity: An Acausal Connecting Principle.*

Collected Works, vol 8, Bollingen Series XX. Princeton, NJ: Princeton University Press.

___. 1973. Letter to Carl Selig, February 25, 1953. C. G. *Jung's Letters*, vol. 2, Bollingen Series XCV. Princeton, NJ: Princeton University Press.

Koestler, A. 1978. *Janus*. New York: Random House.

Lao-tzu. 1988. Tao Te Ching (Stephen Mitchell trans.). New York: Harper & Row.

Laszlo, E. 1993. *The Creative Cosmos*. Edinburgh: Floris Books. Leibniz, G. W. von. 1951. *Monadology*. In *Leibniz: Selection* (P. P. Wiener, ed.). New York: Scribner.

Lovejoy, A. O. 1964. *The Great Chain of Being: A Study of the History of an Idea*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Maslow, A. 1964. *Religions, Values, and Peak Experiences*. Columbus, OH: Ohio State University Press.

Monroe, R., 1994. *The Ultimate Journey*. New York: Garden City, NY. Doubleday.

Mookerjee, A. and Khanna, M. 1977. *The Tantric Way*. London: Thames & Hudson.

Murphy, M. and White, R. A. 1978. *The Psychic Side of Sports*. Menlo Park, CA: Addison-Wesley.

Odent, M. 1995. *"Prevention of Violence or Genesis of Love? Which Perspective?"* Presentation at the Fourteenth International Transpersonal Conference in Santa Clara, California, June.

O'Neill, E. 1965. *Long Day's Journey into Night*. New Haven, CT: Yale University Press.

Origenes Adamantius (Orien). 1973. *De Principiis* (İlk İlkeler Üzerine). (G. T. Butterworth, transl.). Gloucester, MA: Peter Smith. Pagels, H. 1990. *The Cosmic Code*. New York: Bantam Books. Perls, F. 1976. *The Gestalt Approach and Eye-Witness to Therapy*. New York: Bantam.

Pistis Sophia. 1921. (G. R. S. Mead, trans.). London: John M. Watkins.

Plato. 1961a. *Laws. The Collected Dialogues of Plato*. Bollingen Series LXXI Princeton, NJ: Princeton University Press.

___. 1961b. *The Republic. The Collected Dialogues of Plato*. Bollingen Series LXXI. Princeton, NJ: Princeton University Press.

Plotinus. 1991. *The Enneads*. London: Penguin Books.

Ring, K. 1982. *Life at Death: A Scientific Investigation of the Near- Death Experience*. New York: Quill.

___. 1985. *Heading Toward Omega: In Search of the Meaning of the Near-Death Experience*. New York: Quill.

Ring, K. and Cooper, S. 1996. "Seeing with the Senses of the Soul (Sehen mit den Sinnen der Seele)." *Esotera* 12: 16-21.

Roberts, J. 1973. *The Education of Oversoul-7*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hail.

Ross, C. *Multiple Personality Disorder: Diagnosis, Clinical Features, and Treatment*. New York: John Wiley.

Sartre, J. P. 1960. *The Devil and the Good Lord.* New York: Alfred a. Knopf.
Schuon, F. 1969. *Spiritual Perspectives and Human Facts.* London: Perennial Books.
Smith, H. 1976. *The Forgotten Truth: The Common Vision of the World's Religions.* San Francisco: Harper & Row.
Smoot, G. and Davidson, K. 1993. *Wrinkles in Time.* New York: W. Morrow.
Stevenson, I. 1966. *Twenty Cases Suggestive of Reincarnation.* Charlottesville, VA: University of Virginia Press.
___. 1984. *Unlearned Languages.* Charlottesville, VA: University of Virginia Press.
___.1987. *Children Who Remember Previous Lives.* Charlottesville, VA: University of Virginia Press.
___. 1997. *Reincarnation and Biology: A Contribution to the Etiology of Birthmarks and Birth Defects.* Westport, CT: Praeger.
Tarnas, R. (In press). *Cosmos and Psyche: Intimations of a New World View.* New York: Random House.
Thorne, K. 1994. *Black Holes and Time Warps: Einstein's Outrageous Legacy.* New York: W. W. Norton.
Traherne, T. 1986. *Centuries of Meditation.* Ridgefield, CT: Morehouse Publishers.
Wambach, H. 1979. *Life before Life.* New York: Bantam.
Wasson, R. G., Hofmann, A., and Ruck, C. A. R 1978 *The Road to Eleusis: Unveiling the Secret of the Mysteries.* New York: Harcourt, Brace, Jovanovich.
Watson, B. (trans.). 1968. *Complete Works of Chuang Tzu.* University of Colorado Press.
Watts, A. 1966. *The Taboo against Knowing Who You Are.* New York: Vintage Books.
___. 1969. "Murder in the Kitchen." *Playboy,* December 1969. *Does It Matter: Essays on Man's Relation to Materiality.* New York: Vintage Books, 1968 içinde.
Whitehead, A. N. 1929. *Process and Reality.* New York: Macmillan.
___. 1967. *Science and the Modern World.* New York: Free Press.
Wilber, K. 1980. *The Atman Project: A Transpersonal View of Human Development.* Wheaton, IL: The Theosophical Publishing House.
___. 1983. *A Sociable God: Brief Introduction to a Transcendental Sociology.* New York: McGraw-Hill.
___. 1995. *Sex, Ecology, and Spirituality: The Spirit of Evolution.* Boston: Shambhala Publications.
___. 1996. *A Brief History of Everything.* Boston: Shambhala Publications.
___. 1997. *The Eye of Spirit: An Integral Vision for a World Gone Slightly Mad.* Boston: Shambhala Publications.
Williams, G. C. 1966. *Adaptation and Natural Selection.* Princeton, NJ: Princeton University Press.
Yockey, H. 1992. *Information Theory and Molecular Biology.* Cambridge: Cambridge University Press.

Stanislav Grof, *Kozmik Oyun* adlı bu eserinde, insan doğası ve gerçekliğe dair felsefi, metafizik ve spiritüel görüşlerini tartışmaya açıyor. Grof bir yandan varoluşun niteliğini anlamak için sorulmuş en temel soruları yanıtlamaya çalışırken, diğer yandan zamanın, mekânın ve sebep-sonuç ilişkisinin ötesine geçen sıra dışı şuur hallerini ve kozmik yaratıcı ilkeyi araştırıyor. Grof'a göre İnsan ile Yaratıcı'nın aslında bir bütün olduğunu tüm büyük spiritüel gelenekler keşfetmiş ve sır olarak saklamıştır. Yaratılış, Yaratıcı'nın tasarladığı kozmik bir oyundur. Yaratıcı, oyunun hem yazarı hem de oyuncusudur.

internet satış:
www.saykitap.com 17,50 TL
ISBN 978-605-02-0326-4
9 786050 203264
O M E G A