

BÖLÜM
1

**EVRENİN MİMARİSİ,
NEDENSELLİK VE
EPİLEPSİ**



EVRENİN MİMARİSİ, NEDENSELLİK VE EPİLEPSİ

Neden sonuç ilişkilerini anlayamamamızın başlıca nedeni, nedenlerin de, sonuçların da çok büyük sayıda olmaları ve karmaşık bir şekilde iç içe geçmeleridir.

BÖLÜM 1

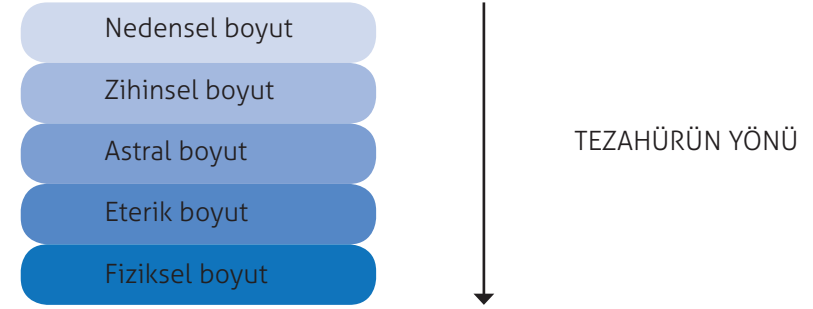
Evrenin işleyişindeki yasaların başında nedensellik ve zihinsellik gelir ki, bu iki yasa birarada ele alınmalıdır. Duyularımızın sınırlılığından, bilincimizin fizik aleme uyarlı olmasından ve unutma perdesinden dolayı çok az şeyin farkındayız, neden sonuç ilişkilerini göremiyoruz, görebildiklerimizi yanlış yorumluyoruz. Bilgimizin ve bilgeliğimizin ne kadar az olduğunun farkında olmak, algılayamadığımız "arka plan"ın varlığını kabul etmek ve evrensel yasaları öğrenmek, bize yeni kapılar açar.

Nedensiz hiçbir şeyin olmadığı ve "tesadüf" diye bir şeyin bulunmadığı, her şeyin planlı şekilde veya planlanmış olmasa dahi belli yasalar dolayısıyla gerçekleştiği, birçoğumuz tarafından sezgisel olarak bilinir ve hissedilir. Neden sonuç ilişkilerini anlayamamamızın başlıca nedeni, nedenlerin de, sonuçların da çok büyük sayıda olmaları ve karmaşık bir şekilde iç içe geçmeleridir. Hiçbir şey "A'nın nedeni B'dir" önermesindeki kadar sade, açık ve net bir şekilde olmaz. Hiçbir zaman A'nın tek nedeni B değildir. B'nin de tek sonucu A değildir. A'nın yüzlerce nedeni olabilir. Nedenlerin bir kısmı bu yaşamımızda, kalanları eski ya-



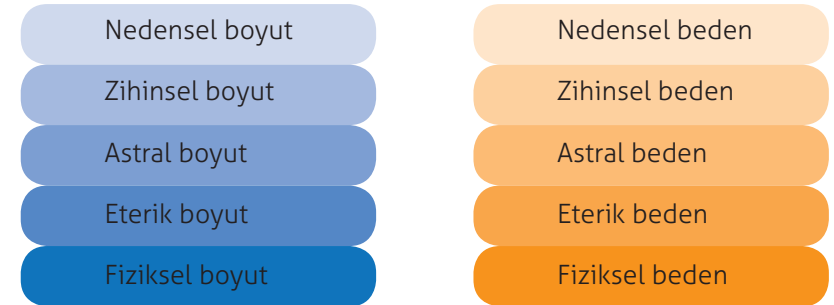
şamlarımızda ortaya çıkmış olabilir. Çünkü karmik birikim yaşamdan yaşama taşınır. Nedenler başkaları tarafından veya ortaklaşa yaratılmış, kamuya mâl olmuş da olabilir. Algılayamadığımız nedenlerin bir kısmı ezoterik bilgi ve tekniklerle çözümlenebilir, ancak hepsi değil. Çünkü frekansımız bütün bilgileri kaldırarak düzeyde değildir.

Evren ve dolayısıyla mikroevren olan insan da belirli titreşim düzeylerindeki katmanlardan oluşmaktadır. Bir insanın varlığı cildinde başlayıp bitmez. Bir evin varlığı da duvarlarında veya bahçe parmaklıklarında başlayıp bitmez. O evin varlığına yol açan mimarî proje, mimarın zihninde başlar. Bütün işler ve projeler birilerinin zihninde başlar. Zihnin de öncesinde, birilerine bunu düşündürecek bir "nedenler birikimi"nin olması gerekir. Dolayısıyla ilk aşama "nedenlerin birikmesi" aşamasıdır. Bu aşamada hiç kimsenin, hattâ projeyi akıl edecek olan kişinin dahi bilgisi, haberi yoktur. Kimsenin haberdar olmaması, oluşum sürecinin henüz başlamadığını göstermez. Nedenler dağınık şekilde, farklı zaman ve mekânlarda, farklı insanlar tarafından yaratılır. "Neden yaratma", düşünce, söz ve eylemlerle olur. Birbirinden haberdar dahi olmayan neden yaratıcılarının düşünce, söz ve eylemleri ile nedensel boyutta bazı tohumlar atılır. Bu tohumların yeterince birikip güçlenmesi tezahür yolunu açar ve bir aşamadan sonra tohumun içeriği birilerinin zihninde proje olarak belirmeye başlar. İnsan bunu ilhamla veya rüya yoluyla da algılayabilir, bir ihtiyaç görmesi dolayısıyla mantık ve muhakeme yoluyla da karar verebilir. Konu "şöyle birşey yapılsa iyi olur" şeklinde konuşulmaya başlanır. Bu aşama, zihinsel boyuttaki tezahürdür. Konuya gönül veren kişiler, zihinsel projeyi astral boyuta taşırlar. Duygu katıldığı zaman düşünce çok güçlenir ve gerçekleşme süreci hızlanır. Bunu uygulama aşaması izler. Dolayısıyla evrenin titreşimsel katmanlarını seyrek olandan yoğun olana doğru şu şekilde sıralayabiliriz:



Tezahür, ekilen tohumların büyümesi ve enerjinin yoğunlaşarak aşağıya inmesidir. Fiziksel boyutta ortaya çıkan fenomenlere biz "sonuç" deriz. Bu boyutların her birinin içinde alt aşamalar da bulunmaktadır, ancak burada çok ayrıntıya girmeyeceğiz.

Aynı boyutlar insanda da vardır. Bunlar "süptil bedenler" olarak tanımlanır. Fiziksel beden bir bilgisayarın donanımına, süptil bedenler ise yazılımına benzer.



Aslında insanın daha süptil, başka bedenleri de vardır (evrendeki karşılığı kozmik boyutlardır), ancak henüz aktive olmamıştır. Günümüzde aktive olma yolundadır.

Fiziksel, eterik ve astral bedenlerimiz, dünyadaki rolümüzü oynamak için aldığımız kişiliği oluşturur. Nedensel bedenimiz ve aktive olma yolunda olan daha süptil boyutlarımız, Yüksek Benliğimizin araçlarıdır. Kısaca, ruhumuzdur. Zihin ise Yüksek Benliğimiz ile dünyevî kişiliğimiz arasındaki bağı kuran unsurdur.

Fiziksel beden, duyularımızla algılayabildiğimiz canlı ve cansız tüm varlıklarda bulunur. Cansız varlıklarda süptil bedenlerin hiçbirisi bulunmaz. Mineraller-



de eterik beden çok düşük bir düzeyde bulunur, diğer bedenler ise bulunmaz. Bireysel ruhu bulunmayan minerallerin Grup Ruhuna bağlıdır. Aynı şekilde, bitki ve hayvan türleri de birer Grup Ruhuna bağlıdır. Bitkilerde eterik beden, minerale göre daha yüksek düzeyde bulunur, ancak astral ve zihinsel bedenler bulunmaz. Hayvanlarda ise fiziksel, eterik ve astral beden bulunur, sadece zihinsel beden bulunmaz. Zihinsel beden bulunabilmesi için, Grup Ruhundan bireysel ruha, egoya geçişin gerçekleşmiş olması gerekir. İnsanda bu unsurların hepsi vardır.

Eterik beden ve diğer süptil bedenler, fiziksel bedene bir "gümüş kordon" ile bağlıdır. Gümüş kordon, ana rahmine düşmeden önce oluşur ve ancak ölümle kopar.

Eterik beden, hayatıyeti sağlayan ve elektrik içeren unsurdur. Yaşam enerjisini alıp veren, canlıyı canlı kılan, inşa eden, büyümeyi sağlayan odur. Bu beden, fiziksel beden bir kopyasıdır. Fiziksel bedende bulunan tüm organlar eterik bedende de vardır ve her eterik organla fiziksel eşiti arasında bağlantı vardır. Organların yanı sıra bu bedende "meridyen" adı verilen enerji kanalları ve "çakra" dediğimiz enerji merkezleri bulunur. Bir çakra, bedenin belli bir bölgesinin enerjetik yönetim merkezidir. Fiziksel bedende çakra bulunmaz. Süptil bedenlerin hepsinde bulunur ve her katmandaki çakra sistemi diğer katmanlardaki çakra sistemiyle bağlantılıdır. Bedenimizde nedensel boyuttan fiziksel boyuta kadar inen tezahür süreci, bu çakra sistemi aracılığıyla gerçekleşir.

Eterik beden, süptil bedenler içinde en gelişmiş ve organize olmuş bedendir. Onda ve fiziksel bedende bulunan organlar, diğer süptil bedenlerde bulunmaz.

Astral beden, duygularımızı, alışkanlıklarımızı, bağımlılıklarımızı barındırır. Olumsuz duygular astral bedende tortu ve kirlilik yaratır. Zihinsel beden, düşüncelerimizi ve egomuzu barındırır. Nedensel beden ise geçmişte yarattığımız nedenleri, ektiğimiz tohumları barındırır. Tezahür süreci, ektiğimizi biçmemizi sağlar. Bazen, ektiğimizin tam tersini biçiyormuşuz gibi algılarız. Çünkü neden ile sonuç arasında zaman girmiştir. O süre zarfında başka şeyler olmuştur. En son gerçekleşen fenomen, bizim aldığımız sonuca ilişkin bir nedenmiş gibi görünür ve yanıltıcı olur. Araya giren farklı fenomenlere bakarak yanılmaktan korunmanın yolu, evrensel yasaları bilmek ve bu yasaların hiç şaşmayacağına inanmaktır.

tır. Ektiğimizi kısa zamanda biçemeyebiliriz, çünkü yeterli neden birikimi henüz gerçekleşmemiş olabilir.

Sağlık ve hastalıklar da bu yasalara göre ortaya çıkar. İlk önce hastalığın nedenleri yaratılır ve birikir. Bu aşamada hastalık mevcuttur, ancak ne hastalığı şeklinde ortaya çıkacağı netleşmemiştir ve henüz farkına varılmamıştır. Ayurveda'da buna "birikme aşaması" (sancaya) denir. Bir sonraki aşama zihinsel boyuttaki tezahürdür. Bir sonraki aşama zihinsel boyuttaki tezahürdür. Ayurveda'daki adı "çoğalma"dır (prakopa). Hâlâ farkına varılmadığı için hastalığı durduracak bir şey yapılmaz ve tezahür ilerler. Astral boyuttaki tezahüre Ayurveda'da "yayılma" (prasara) denir. Yaratılmış nedenlerin bedenin hangi sistemini hasara uğratacağı artık bellidir, ancak hasta bunun farkında değildir. Sorun bölgeselleşir (sthana samsraya). Bundan sonra, eterik boyutu yansıtabilen, titreşim tıbbında kullanılan görüntüleme cihazlarıyla algılanabilir hale gelir. Hastalık eterik boyutta iken hasta bunu hissedebilir, ancak çok net algılayamaz. Son aşamada hastalık fiziksel boyutta tezahür eder. Ayurveda'da buna "belli olma" (vyakti) ve "olgunlaşma" (bheda) aşamaları denmektedir.¹ Hasta ve çevresindekiler hastalığı ancak bu aşamalarda net olarak algılar ve tedavi için harekete geçer. Bu aşamalar, harekete geçmek için oldukça geçtir.

Hastalık süptil boyutlarda iken algılanır ve anlaşılırsa çok daha kolay durdurulur ve fiziksel boyuta kadar inmez. Ağır ilaç ve ameliyatlara da ihtiyaç olmaz. Durugörü ile süptil bedenler algılanabilmekte ve sorunları tespit edilebilmektedir. Bunun için durugörü yeteneğini ortaya çıkarmış kişilerden yardım alınabilir. Bu konuda en çarpıcı örnek, nörolog Şefika Karagülle ile durugörür Dora Kunz'un ortak çalışmalarıdır. Hastanın tıbbî geçmişini bilmeyen Dora Kunz gördüğü aurayı tarif etmekte, Şefika Karagülle de bu tariflerin tıbbî raporlara ne kadar uyduğunu hayretle görmektedir. Karagülle 1950'lerde ileride bahsedilecek olan Prof.Dr.W.Penfield'e asistanlık yapmıştır. Ayrıca psişik yetenekleri kullanmadan da anlaşılacak birçok ipucu vardır. Bu ipuçlarını anlayıp değerlendirebilmek ancak ezoterik bilgi ile mümkün olur.

¹ Tezahürün bu aşamaları, dünyanın yaratılışını anlatan kutsal metinlere de yansımıştır. "Tanrı dünyayı altı günde yarattı" denir. Çünkü sırasıyla şu altı aşamadan geçirerek yaratmıştır olmalıdır: Düşünce, ışık, birinci eterik madde, ikinci eterik madde, üçüncü eterik madde ve fizik madde. İlk aşamada Tanrı sadece "düşünüyordu". Sonra "Işık olsun" dedi. Eterik madde ise "Hayat olsun" aşamasıdır.



Her katmanda farklı tedavi yöntemleri etkili olur. Zihinsel bedeni iyileştirmek için kullanılacak yöntemlerle fiziksel bedeni iyileştirmek için kullanılacak yöntemler aynı olamaz. Bu nedenle hastalığın hangi katmanda olduğunu anlamak ve o katmana hitap eden yöntemin ne olduğunu bilmek çok önemlidir.

Tezahür ince, süptil katmanlardan daha yoğun katmanlara, yani yukarıdan aşağıya doğru gerçekleştiğinden, aşağıdan yukarıya doğru yapılacak hareketler boşa gider. Tedavi çabaları tezahür ile aynı yönde olmak durumundadır. Bu, şu anlama gelir: Daha "alt" bir katmana ait tedavi yöntemi, daha "üst" bir katmanda kesinlikle etkili olmaz. Bir titreşim katmanında etkili olabilmek için, o katmana uygun titreşim ve incelikte yöntemler kullanmak zorunludur. Daha ince, daha yüksek titreşimli yöntemler de etkili olur.

Süptil bedenleri tanımayan ve kabul etmeyen Batı Tıbbının yöntemleri, fiziksel titreşim düzeyine odaklıdır. Doktorlar sezgilerine kulak verdiklerinde süptil düzeylere müdahale edebilmekte ve başarılı olabilmektedirler. Ancak aldıkları eğitime uygun hareket etmediklerinin farkındadırlar ve bundan kaçınmaya çalışırlar. Resmî bilime yüzde yüz uyduğumuz zaman süptil katmanlara müdahale etme imkânı kaybolur. Fiziksel bedene yönelik ilaçlar, eterik bedendeki bir hastalığın belirtilerini ortadan kaldırabilir, ancak kökten çözüm sağlayamaz. Bir süre sonra hastalık tekrar nükseder veya başka bir görünüme bürünür.

Akupunktur, yoga egzersizleri, nefes teknikleri ve homeopati, eterik beden üzerinde etkilidir.² Taşlarla tedavi ve çiçek esansları zihinsel beden üzerinde etkilidir. Nedensel bedende ise ruhsal şifa, kozal terapi, telkin, hipnoz, regresyon terapisi³ ve meditasyon etkili olur. Görüldüğü gibi, katman incelidikçe yöntem de incelmekte ve yumuşamaktadır. Tedavi yöntemlerinin en incesi olan meditasyon, tüm katmanlar üzerinde etkili olur. Ancak etkisi daha alt katmanlara daha uzun sürede yansır.

Fiziksel boyut, fiziksel olmayan süreçler tarafından kontrol edilir. Her katman, altındaki katmanları kontrol eder ve üstündeki katmanlar tarafından kont-

rol edilir.

Franklyn Sills, hastalığın ve sağlığın aşamalarını elementler döngüsü ile tarif etmektedir:⁴ "Eter evresi bir denge ve açık enerji akışı durumu olarak düşünülebilir. Enerji atılım yapar ve form halinde yoğunlaşır, tezahür eder, sonra da kaynağına geri döner. Hava evresinde bağlılık süreci ve egonun hareketi, enerjileri sabit düşünce, duygu ve fiziksel form örüntüleri halinde kristalleştirir. Bu, fiziksel dengesizliğin ortaya çıkması için bir basamak oluşturur. Bu dengesizlik alanı nedeniyle rahatsızlık meydana gelir ve hastalık süreçleri ortaya çıkabilir. Ateş evresinde, gerçekten şiddetli bir hastalık ortaya çıkar. Vücut kendini arındırmaya çalışır. Beden kendini dengelemeye çalıştığı için, ateş, titreme ve ağrı görülecektir. Bedenin canlılığı çok düşükse ya da hastalık ilaçlarla bastırılıyorsa, bu belirtiler etkinliklerini gizli olarak sürdürmeye başlarlar. Bu dengesizlik daha sonra belirtilerin bir temel oluşturan bir eğilim haline geldiği su tipi evreye girecektir. Sistemde, vücudun kendini arındırmasına yetecek derecede canlılık yoktur, ancak işler tamamen altüst olmaz. Zihin-beden sistemi, enerjileri gidecek daha çok tıkanıdığı için daha büyük bir rahatsızlığa doğru hareket eder. Toprak evresinde bu süreç durgunluk ve doku ölümüyle sonuçlanır. Bu, dengeden rahatsızlığa doğru hareketi betimlemektedir.

Sağlığın kurulması sürecinde, tekrar sağlığa doğru bir harekete başlıyoruz. Sürecin kronik su tipi evresine dikkat çekiyor ve dokuların arınması, sağlığın kurulması, beslenme programları ve egzersiz yoluyla enerjileri harekete geçiriyoruz. Beden çalışması enerjilerin akmasına ve dengeye girmesine olanak tanımaya başlar. Ateş evresinde beden çalışması ve egzersizler iyileşme sürecinin mümkün olacağı bir noktaya kadar canlılığı artırır. Bu, rahatsızlık süreçlerinden, canlılığın artırıldığı ve enerjilerin serbest bırakıldığı daha büyük bir düzene doğru bir harekettir. Burada bir iyileşme meydana gelebilir, çünkü enerji artık vücudun kendini arındırması ve iyileştirmesi için hazır bulunmaktadır. Rahatsızlığın şiddetli dönemlerindeki belirtilerden bazıları, iyileşme sürecinin bir parçası olarak değerlendirilebilir. Daha sonra, süreçle ilgili içgörülerin oluştuğu, derslerin öğrenildiği, düşünce ve tutum süreçlerinin daha sağlıklı, daha pozitif

² Ancak bunlar keskin çizgilerle ayrılmış değildir. Nedensel bedeni de etkileyecek homeopatik devalar veya cevher iksirleri de bulunabilir.

³ Hipnoz ile geçmiş yaşamların araştırılması anlamına gelen regresyon terapisi epilepsi hastalarına uygulanmaz.

⁴ Fiziksel beden toprak, eterik beden su, astral beden ateş, zihinsel beden hava, nedensel beden eter olarak kabul edilir.



örüntülere kaydığı bir hava tipi evreye geçeriz. Yeniden etere geliriz, burada büyük bir boşluk hissi oluşabilir ve daha dengeli bir duruma doğru tekrar hareket ederiz.”⁵

“Toprak katılık ve dayanıklılık hissidir ve fonksiyonu ayakta tutmak, desteklemektir. Su kohezyon ve akıcılığı açısından hissedilebilir ve fonksiyonu bağlamak ya da sarmaktır. Ateş ya da onun eksikliği ısıdaki değişimleri getirir ve fonksiyonu da olgunlaştırmak ya da erginleştirmektir. Hava genleşme ya da daralma olarak anlaşılabilir ve hareket fonksiyonu vardır.”⁶

“Sağlık, yalnızca bir ağrının ya da belirtinin olmaması hali değildir, iç var oluşumuzun uyumu ve daha yüksek bir bilincin gerçekleştirilmesi ile ilgilidir.”⁷

İNSANLAR NEDEN HASTA OLUR?

İnsanlar karmik telâfilerini gerçekleştirmek, arınmak ve derslerini alarak tekâmül etmek için hasta olurlar.

“Hastalıklarımız daha çok bizlerdeki enerjetik dengenin uygun bir tarzda olmamasından kaynaklanmaktadır. Çeşitli enerjiler vardır; bunların bir kısmı beden kaynaklı, bir kısmı beden ile ruh arasındaki ara planlar veya çeşitli isimlerle andığımız ara bedenler kaynaklıdır. Ve bir kısmı da, doğrudan doğruya spatyom yani ruhsal dünya kaynaklıdır. Kısacası, tesirler fizik dünyadan, ruhsal dünyadan ve ikisinin arasında bulunan ara dünyadan kaynaklanırlar. Bizler bu alemlerden gelen tesirlere doğru dürüst uyum sağlayamadığımız, bu tesirleri karşılıklı olarak mecedemediğimiz, dengeleyemediğimiz için hastalanırız.”⁸

“Uzun süreli olan, tekrarlanan hastalıkların, ağır şoklar yaratan rahatsızlıkların büyük bir kısmı; elbette ilk bakışta mikroplara, kazalara, travmalara bağlıymış gibi gözükebilirler. Çünkü evrende bir vesile yani determinizma içerisinde sebep olmadan sonuç ortaya çıkmaz. Evet, hastalıklarımızın ve büyük salgınlara arka planındaki sebeplerinin başında gelen özellik, negatif karmalardır.

Negatif enerji varlığın önce astralinde yer tutar. Varlığımız, beden ve ruh ilişkisinden doğan bir şuur alanıdır; hem maddeye ait, hem de ruha ait birtakım etki alanları vardır. Bu etki alanlarının hepsi, bir üçüncü mediator (aracı) sistem içerisinde birbiriyle kaynaşmıştır; bu sisteme kendi terminolojimizde perispri veya perispiritual etki alanı diyoruz. Perispiritual alanın, fizik bedenle bağlantı kurduğu ve daha çok duyguların, heyecanların, kinlerin, nefretlerin yer tuttuğu bölge; negatif enerji ismini verdiğimiz dönüşüm yerinin ta kendisidir. Bunu fark edebilmek, anlayabilmek o kadar kolay bir iş değildir.”⁹

“Karmik telâfi öyle açık açık “şu fiil filanca eski yanlış hareketin karşılığıdır” biçiminde bire bir işlemez. Yeni plan, birikmiş karmik hayatı yaşamak için düzenlenmiş olan bir tatbikattır. Bakarsınız, o karmik hayat bütün ömür boyunca sürer. Bazen iç içe geçmeler söz konusudur; daha büyük karmik telâfiler, daha küçük karmik telâfileri de içine alarak komple bir gidişat meydana getirebilirler.”¹⁰

Aynı zamanda hastalıklar düşünce yapılarımızdan kaynaklanır. Farkında dahi olmadığımız ve sürekli olarak paylaşıp beslediğimiz ortak/kollektif birçok inanç ve düşünme tarzı vardır ki, mütemadiyen hastalık yaratırlar. Bazı toplumlarda bazı hastalıklar daha sık görülür ve bu o toplumun kollektif bilinçaltından kaynaklanır.

Hastalıklara ve ölüme kendi inanç ve düşüncelerimizle güç veriz. Hastalığa inanırız ve böylece o var olur. İlaçların bizi iyileştireceğine inanırız ve bu sayede iyileştirirler. Zihin ile beden arasında bir fark bulunmadığının başlıca kanıtı plasebodur. Plasebo, yani gerçekte herhangi bir ilaç maddesi içermeyen sahte ilaç, beden kimyasını değiştirebilmektedir.¹¹ Plasebo veren doktor, hastayı inançla tedavi etmektedir.

Zihin ile beden birliği pek çok Uzakdoğu öğretisinde ortaya konmaktadır. Zihinsellik evrensel bir ilke, bir yasadır. Evren büyük bir Zihin’dir. Buna isteyen Tanrı der, isteyen başka bir ad verir. Uygarlığımız da doğal olarak zihinseldir. “Herşeyin ideolojik olduğunu” söyleyen görüşler, zihinsellik ilkesini bir ucun-

5 Franklyn SILLS, *Sağlık İçin Enerji Çalışmaları*, Ege Meta Yayınları, İzmir, 2003, s.132-133.

6 Wes NISKER, *Buda’nın Doğası*, Dharma Yayınları, İstanbul, 2004, s.65.

7 Franklyn SILLS, *agy*, s.135.

8 Ergün ARIKDAL, *Yarınlar İçin Pozitif Yaşam, Ruh ve Madde Yayınları*, İstanbul, 2001, s.117.

9 Ergün ARIKDAL, *agy*, s.123-124.

10 Ergün ARIKDAL, *agy*, s. 131.

11 Norman COUSINS, *Hasta Gözüyle Hastalık*, Dharma Yayınları, İstanbul, 2003, s. 53.



dan yakalamış olan görüşlerdir.

Şifacı Amy Wallace ile Bill Henkin, insanların en çok şu iki zamanda hastalandığını tespit etmişlerdir:

1. “Büyük bir değişimin eşiğinde ya da ortasında olduklarında,
2. İşler kendileri için olağanüstü iyi gittiğinde”.¹²

Ayurveda’ya göre hastalıkların nedenleri üç grupta toplanmaktadır:¹³

1. Zihin ve bedenın yanlış kullanımı (bastırma, aşırı uyarı, aşırı cinsel faaliyet, uygunsuz davranışlar, saygısızlık, kızgınlık, kibir, zararlı şeylerden zevk alma, güç kullanma, nefret, yalan, açgözlülük gibi.)
2. Duyu organlarının duyu nesneleriyle sağlıklı birleşimi (çok parlak nesnelere uzun süre bakma, gürültü, kırıncı sözler işitme, zehirli gazlar, leş kokuları, bir tadın çok fazla alınması, çok edici şeylere maruz kalma gibi.)
3. Zamanın ve mevsimin etkileri (doğal döngülere saygısızlık, gündüz uykusu, gece aşırı faaliyet, âdet görürken cinsel faaliyet gibi.)

Taocu öğretiler, sağlık ve hastalığı Yin-Yang dengesi ile ilişkilendirirler. Bu konu daha sonra ele alınacaktır. Ayurveda’daki üç Guna da bunun başka bir ifadesidir.

Budist öğretiler ise hastalıkların nedenlerini şu şekilde gruplandırır:

1. Bedenin hastalıkları (bunlar da, nedeni bedenin içinde olan ve nedeni bedenin dışında olan hastalıklar olarak ikiye ayrılır)
 - Dört elementin uyumsuzluğu,
 - Uygunsuz yeme içme,
 - Zayıf duruş veya düzensiz meditasyon,
 - Kötü ruhların saldırısı.

2. Zihnin hastalıkları: Şeytanların faaliyeti.

3. Karmik hastalıklar: Karmanın etkileri.

“Kötü ruhların saldırısı”, dışsal etkilerin bedene saldırısı olarak ele alınabilir. Bakteriler, virüsler, stres, bu anlamda “kötü ruhlar” olarak kabul edilebilir. Şeytanlar ise Budist mitolojide, negatif içsel işlevlerin kişileştirilmesidir: Kötü eğilimlerimiz, kötü huy ve düşüncelerimiz. Güçlü ve pozitif bir yaşam sürdürmeye engel olan her türlü zihinsel faktör. Özellikle üç olumsuz faktör vurgulanmaktadır: Açgözlülük, kızgınlık ve aptallık. Açgözlülük insanı doymak bilmez ve şükran duymaz hale getirir ve güçsüzleştirir. Kızgınlık, sevgiye ve uyumlu ilişkilere engel olur, çatışmaya ve savaşa sürükler. Aptallık ise insanın kendi Buda doğasından bihaber olması, neden-sonuç ilişkilerini görememesi ve çok kısa vadeli düşünmesidir. Bunlara “üç zehir” adı verilmiştir.

Yaşama karşı tutumumuzu düzelttiğimizde üç zehir üç olumlu özelliğe dönüşür: Açgözlülük şefkate (herkes için daha iyi bir yaşam istemek), kızgınlık cesarete (herkes için adaleti istemek), aptallık ise bilgeliğe (yaşamı daha iyi anlamak) dönüşür.

Karmik hastalıklar ise kökleri kişinin eski yaşamlarına uzanan hastalıklardır. Bedensel veya zihinsel olabilirler. Geleneksel yöntemlerle tedavi edilmeleri çok zordur. Negatif karmayı dönüştürmeye gayret etmek ve bu hedefe yönelik spiritüel uygulamalar yapmak gerekir ki, hastalık ortadan kalkabilsin.

Buda demiştir ki: “Eğer geçmişteki nedenleri anlamak istiyorsanız, bugün ortaya çıkan sonuçlara bakın. Gelecekte ne gibi sonuçların ortaya çıkacağını anlamak istiyorsanız, bugün var olan nedenlere bakın.”

Budizm bütün sorunların çözümünü kişinin bakış açısını ve tutumunu değiştirmesinde görür.

Uzakdoğu bilgelerinin şu uyarısı da çok önemlidir: “Bir insanın hastalığını, hastalığın nedenini bilmeden tedavi etmeye kalkarsanız, onu sadece daha fazla hasta edersiniz.”

Bir kişiye belirli hastalıklara yatkınlık kazandıran enerjisel eğilimlere “miyasma” denmektedir. Miyasmalar kalıtsal olabilmektedir. İçerdikleri mekaniz-

¹² Amy WALLACE & Bill HENKIN, *Ruhsal Şifacı Olmak, Ruh ve Madde Yayınları, İstanbul, 1995, s. 144-145.*

¹³ Dr. Scott GERSON, *Ayurveda – Kadim Hint Tedavi Sanatı, Alfa Basım Yayın, İstanbul, 1999.*



malar, fiziksel boyutta değil, süptil boyutlardadır. Miyasmanın mutlaka hastalık haline gelmesi gerekmez. Bunlar, karmanın kristalize şablonlarıdır ve eterik, astral, zihinsel bedenlerde saklanırlar.¹⁴ "Miyasmaların, gezegensel, kalıtsal ve edinsel olmak üzere üç çeşidi vardır. Gezegensel miyasmalar gezegenin kolektif bilincinde ve eterlerde depolanırlar. Fiziksel bedene sızabilirler, fakat burada depolanmazlar. Kalıtsal miyasmalar bireylerin hücrel hafızalarında depolanırlar. Edinsel miyasmalar şiddetli ve bulaşıcı hastalıklar veya petro-kimyasal zehirlilik ile belirli bir yaşam süresi içinde edinilir."¹⁵ "Miyasmalar insanlığın tinsel evrim ve aydınlanmaya doğru savaşımını ketleyen anahtar sorunları veya öğrenme deneyimlerini temsil eder."¹⁶ "Çakralar, ruhun geçmiş yaşamlarındaki gelişimiyle ilgili gizli enerjileri emer ve fiziksel bedenin öğrenilmemiş tinsel derslerinin fiziksel hastalığa dönüştürülmesine yardımcı olur. Bu hastalıklar kişiliğin mevcut yaşamda aşması gereken sorun ve engelleri koyar."¹⁷

Bütün hastalıklar kişiye bir mesaj verir. Mesajı alan ve dersini öğrenenler hastalığı yener, mesajı anlamamakta ısrar edenler ise, iyileşseler dahi bir süre sonra tekrar hastalanır ve bir kısırdöngü içinde kalır. Farklı hastalıkların farklı mesajları vardır. Ayrıca aynı hastalığın iki farklı kişiye mesajı da farklı olabilmektedir. Yaşamın bizi neye zorladığına dikkatle bakmak ve mesajı almaya açık olmak gerekir. Canımız ne kadar çok yanımsa, mesajı almaya o kadar açık hale geliriz.

"Belki de hastalığın, kişinin şu ana kadarki yaşam tarzıyla belirli bir ilişkisi olabilir. Hastalığı yenmeye çalışırken, yaşam tarzı ve yönünü etkileyen fiziksel durumun ötesine ulaşan sorunlar ortaya çıkabilir. Bazen bir zayıflığı aşmaya çabalarken, beklenmedik güçler ve yeni olasılıklar gelişir. Bu beklenmedik gelişmelerin, hastalığın taşımakta olduğu mesajın önemli bir kısmını oluşturduğu görülebilir. Bazen kişinin rahatsızlığının yaşamın sürekli bir parçasına dönüşmesinin tek nedeni, hiçbir şifa yolunun bulunamamasıdır. Fiziksel durumu ortadan kaldıramayınca, kişi yaşamın doğal yaratıcılığını kullanarak, onunla yaşama yo-

lunu bulmak zorunda kalabilir. Bazen gerçekten de fiziksel durumla olan ilişki o kadar güçlenir ki başlangıçta akla gelemeyecek yeni koşullara ve anlamlara yol açar. Sonra beklenmedik bir şekilde, büyük olasılıkla iyileşmediği için, hastalık yaşamda yapıcı bir unsur olur."¹⁸ Hastalık, ne olursa olsun ortadan kaldırılması, kurtulunması gereken birşey değildir. İnsana yeni kapılar açabilir ve bir gelişim yolu olabilir. Yaşanmaya değer deneyimlere vesile olabilir.

"Hastalık bize bir şeyin yanlış gittiğini ve daha ciddi sonuçlar doğurmadan düzeltilmesi gerektiğini anlatan gizli bir uyarı işaretidir."¹⁹ "Bu, hayatta karşılaşılan tüm handikapların geçmiş yaşam bakiyeleri olması demek değildir. Birçoğu böyle olabilir ama bir kısmı, ruh tarafından, doğru yararlanıldığında pozitif gelişim etkileri olabilen bir deneyim olarak seçilmiş olabilir."²⁰

Ayrıca dikkat edilmesi gereken bir konu da, hastalıktan ne elde ettiğimizdir. İyi veya kötü ne gibi sonuçlar geldi? Hastalık bizim "işimize" geliyor mu? Bir yarar sağlıyor mu? Hastalıktan besleniyor muyuz? Hastalıktan kurtulmayı gerçekten istiyor muyuz, yoksa hasta olmaktan gizli bir memnuniyet mi duyuyoruz? Hastalık sayesinde birilerinin dikkatini çekmek, birilerinin sevgi, ilgi ve anlayışına mazhar olmak sadece bir yan ürün mü, yoksa esas amacımız mı? Bu soruların gerçek cevabı gündelik bilincimizde değil, bilinçaltımızda bulunur.

NİÇİN EPİLEPSİ ?

İngiltere'de yapılan iki çalışma, epilepsi hastalığının nedenlerinin oransal dağılımını şu şekilde göstermişlerdir:²¹

14 Dr. Richard GERBER, *Gizli Enerji Terapileri*, Dharma Yayınları, İstanbul, 2008, s. 242.

15 Dr. Richard GERBER, *agy*, s. 242-243.

16 Dr. Richard GERBER, *agy*, s. 420.

17 Dr. Richard GERBER, *agy*, s. 368.

18 Dora KUNZ (der.), *Ruhsal Şifa*, Ege Meta Yayınları, İzmir, 2004, s. 241.

19 Dr. Richard GERBER, *agy*, s. 436.

20 Dr. Richard GERBER, *agy*, s. 446.

21 Anthony HOPKINS, Simon SHORVON, Gregory CASCINO, *Epilepsy*, Chapman&Hall Medical, Londra-İngiltere, 1995, s. 72.

Neden	Birinci çalışma	İkinci çalışma
Doğumla ilgili nedenler	% 8	-
Travma	% 5,5	% 3
Vasküler nedenler	% 10,9	% 15
Tümör	% 4,1	% 6
Enfeksiyon	% 2,5	% 2
Dejeneratif rahatsızlıklar	% 3,5	% 6
Alkol	sayılmamıştır	% 7
Diğer nedenler	-	-
Kriptojenik/İdyopatik	% 65,5	% 61

Son sırada bulunan "kriptojenik" ve "idyopatik" ifadeleri, hastalığın nedeninin bilinmediğini belirtmektedir. Görüldüğü gibi, en yüksek oranlar son satırdır. Buna benzer oranlar her ülkede yapılan değişik araştırmaların sonucunda mevcuttur ve epilepsi büyük bir oranda "nedeni bilinmeyen" bir hastalıktır.

Aslında yukarıdaki tablonun diğer satırlarında yer alan ve bilindiği varsayılan nedenler de esas neden değil, birer vesiledir. Kökteki, derindeki neden, fi-

ziksel araştırmayla bulgulanamaz. Çünkü süptil bedenlerde yer alır. Nedeni zaten çoktan yaratılmış birşeyin tezahürüne hizmet eden fiziksel bir vesile bazen olur, bazen de olmaz. Bu ilkeler yalnız epilepsi değil, her hastalık için geçerlidir. Ancak epilepsi, "idyopatikliği" ile daha fazla dikkat çeken bir hastalıktır. Batı Tıbbının böyle görmesi kaçınılmaz bir sonuçtur, çünkü epilepsi hastalığı fiziksel bedene değil, eterik bedene ilişkindir. Eterik bedenin varlığını kabul etmeyenler için epilepsi sonsuza kadar "idyopatik" olarak kalacaktır.

Neyin gerçek, neyin gerçekdışı olduğunu söylemeye kimse yetkili değildir. Çünkü herkes kendi realitesi ile sınırlıdır ve bütün realitelere hakim bir insan yoktur.

"Nedeni bilinmiyor" gibi görünen şeyler, mevcut paradigma kapsamında açıklanamayan şeylerdir. Paradigma veya "dünya görüşü", düşüncelerin arşivlenme sistemidir. Yeni bir bilgi mevcut bilgi kategorilerinden hangisine uyuyorsa oraya yerleştirilir. Hiçbirine uymuyorsa, yani paradigmayı doğrulamıyorsa, çöpe atılır. Çöpe atılan bilgilerin her biri bir kayıptır ve sayıları giderek kabarıp. "Paradigma ile doğa arasındaki uyumda belli zorluklar daima söz konusudur ve bunların çoğu genellikle önceden kestirilemeyen süreçler sayesinde zamanla düzeltilir. Farkına vardığı her aykırılığı incelemeye kalkan bilim adamı asıl önemli işlerini bitirmeye vakit bulamaz. Dolayısıyla bir aykırılığın ne zaman toplu dikkate değer hale geldiğini sormamız gerekir ve bu sorunun da herhalde tam anlamıyla genel bir yanıtı yoktur."²²

Thomas S. KUHN, paradigma ile doğa arasındaki uyumsuzluğun ve zamanla biriken aykırılıkların yarattığı bunalımın etkileri konusunda şöyle yazmıştır: "Birincisi, bütün bunalımlar paradigmanın belirsizleşmesi ve bunun ardından olağan bilim kurallarının gevşemesi ile başlar. İkinci olarak da, bütün bunalımlar sayacağımız üç şekilden biriyle son bulur. Bazan olağan bilim, bunalım yaratan sorunu çözümlemek için gerekli esnekliği göstermeyi başarır. Başka tür koşullarda ise, bunalımı çıkaran sorun son derece köktenci yeni yaklaşımlara bile direnç göstermekte devam eder. O zaman bilim adamları ilgi dallarının o anki durumunda hiçbir çözüm bulunamayacağı sonucuna varabilirler. Böylelikle sorun adeta "dosyalanarak" daha gelişmiş araçlara sahip olacak ileriki kuşaklar için

22 Thomas S. KUHN, *Bilimsel Devrimlerin Yapısı, Alan Yayıncılık, İstanbul, 2003, s. 145.*



bir kenara bırakılır. Yahut, üçüncü bir şık olarak, bunalım yeni bir paradigma adayının ortaya çıkması ve bunun kabulüne ilişkin son bir mücadele ile sona erer.”²³ “Bunalımdaki paradigmadan ayrılarak yeni bir olağan bilim geleneğini üretecek olan bir başka paradigmaya geçiş, birikime dayalı bir süreç olmaktan çok uzaktır, yani önceki paradigmanın geliştirilmesi ile yapılacak bir iş değildir. Tersine, bilim dalının farklı temellerden başlayarak yeniden kurulması söz konusudur. Bu yeniden kuruluş bilim dalının en önemli kuramsal genellemeleri ile birlikte paradigma yöntemleri ve uygulamalarının da bir çoğunu değiştirir.”²⁴

Bugün de, bir paradigma değişimi sancısının devam ettiği bir dönem içerisindeyiz. Bilimin indirgemeci yaklaşımı çok işe yaramış ve büyük ilerlemeler sağlamıştır. Ancak daha ileri bilgileri elde edebilmek için indirgemecilikten farklı yaklaşımları da kullanmaya başlamak zorundayız. Herşeyi parçalarına ayırarak açıklamak, sadece fiziksel boyutun var olduğunu kabul ettiğinizde, sonlu bir süreçtir. Halbuki bilimin ve bilginin sonu yoktur.

Epilepsinin hayvanlarda da görülebilmesi ve zihnin insana özgü olması, bunun zihinsel bir hastalık olmadığını açıkça kanıtlamaktadır. Zihinsel hastalıklar zihinsel bedenden kaynaklanır. Epilepsi en çok eterik bedenle, ikinci derecede de astral bedenle ilişkilidir. Fakat hangi bedene ilişkin bir hastalık olursa olsun, hepsinin nedeni nedensel boyutta saklıdır ve tezahür her zaman o boyuttan başlar. Yukarıda bahsedilmiş olan altı aşamadan geçerek fiziksel boyutta tezahür eder. Ara aşamalarda durdurulup engellenebilir. Eğer zihinsel veya astral katmanda durdurmuşsanız, epilepsi yine vardır, duygusal ataklara neden olabilir, ancak hiçbir nöroloji doktorunu epilepsili olduğunuza inandıramazsınız. Sadece psikiyatristler o aşamadaki epilepsiyi teşhis edebilir, o da çok deneyimli iseler. Eterik boyuta kadar inmişse, hastalık nöroloji tarafından teşhis edilebilir. Fiziksel boyuta kadar inmişse, çevrenizdeki herkes tarafından teşhis edilebilir.

Epilepsinin karmik nedenlerinden bazıları şunlardır:

- Eski bir yaşamınızda bir inisiyasyon sürecini yarım bırakmış olmak (bu konu başka bir bölümde ayrıntılı olarak ele alınmaktadır)

- Eski bir yaşamınızda herhangi bir maddenin bağımlısı olmuş olmak
- Eski bir yaşamınızda kafanıza kurşun sıkarak intihar etmiş olmak²⁵
- Eski bir yaşamınızda başınıza aldığınız şiddetli bir darbe sonucunda ölmüş olmak²⁶

Bu yaşamınızla ilgili olabilecek bazı nedenler ise şunlardır:

- Herşeyi toplayan, emici bir taç çakra
- Anne babanızla veya başka yakınlarınızla yaptığınız sözleşmeler
- Yaşama ve dünyaya bağlı olmamak
- Hastalıktan beslenmek (her hastalık için geçerlidir)
- Şamanik çağrı (ileride ayrıntılı olarak bahsedilecektir)
- Yin ile Yang'ın dengesizliği, biriken yüksek Yin enerjisi
- Yüksek düzeyde yaşam enerjisine sahip olma, bununla ne yapacağını bilememe, sinir sistemine aşırı yük binmesi ve deşarj olamama
- Potansiyelini açığa çıkaramamak
- Şoklar
- Yoğun bir suçluluk duygusu, mükemmeliyetçilik, kendini sevmemek

Yaşamınızda zincirleme reaksiyonların ve zincirleme bahanelerin bulunması, beyninizde de zincirleme reaksiyonlar yoluyla deşarjların olması ile ilişkilidir. Zincirleme bahaneler şu tür kalıplarla görülebilir: “Niye A oldu?” “Çünkü B oldu.” “B niçin oldu?” “Çünkü C oldu” vs... Veya “Şunu niye yapmadın?” “Çünkü X oldu.” “Niçin X oldu?” “Çünkü Y oldu”, vs.... Sonsuza kadar gidebilecek bu tekerlemeler, zihnin boşa giden bir gayreti ve bünyenin boşa harcanan bir enerjisi.

Silver Birch’e “Saranın sebebi, kontrolü ve tedavisi hakkında bilgi verebilir misiniz?” dendiğinde şu cevabı vermiştir: “Sara; zihin, ruh ve beden arasındaki

²³ Thomas S. KUHN, *agy*, s. 148.

²⁴ Thomas S. KUHN, *agy*, s. 148.

²⁵ Papus, *Reenkarnasyon, Ruh ve Madde Yayınları, İstanbul, 1999, s. 93.*

²⁶ Murry HOPE, *Aslan Halkı, Meta Yayınları, İstanbul, 2009, s. 77.*



uyumsuzluktan olur. Uyumsuzluk olduğunda şu veya bu hastalığınız olur. Tedavi, o keşmekeşten tekrar uyumu kurmakla gerçekleşir. Bu, yetenekli şifacılar tarafından yapılabilir. Ruh gücü onların kanalından akar, saralının ruhuna tesir eder ve tabii, şifa verici ilâhî gücün yeniden akımını sağlar. Bu temin edildiğinde sara geçer.”²⁷ Yani Silver Birch epilepsi için ruhsal şifa yöntemlerini tavsiye etmektedir. Psişik ve durugörür olan, ezoterik eğitimler veren ve internette sitesi bulunan Irene Terra Schmieder de, bu hastalık için özellikle psişik ameliyatı tavsiye etmektedir. Psişik ameliyat, fizik bedene hiçbir zarar vermeden eterik beden üzerinde çalışmak demektir.

Silver Birch gibi öte âlemden tebliğ veren diğer bir kişi de, dünyadaki yaşamında Avusturyalı bir nöropsikiyatrist olan ve 1965 yılında ölen Karl Nowotny’dır. Epilepsi konusunda şunları söylemiştir: “Epilepsi, beynin, düzenli solunumu yönlendiren, aktive eden ve bunun sonucu olarak düzenli kan dolaşımını da kontrol eden bölgesinin dejenerasyonu ile ortaya çıkan ciddi bir dolaşım rahatsızlığıdır.”²⁸

Merkezî sinir sistemi yerine dolaşımdan bahsetmesi şaşırtıcı görünmektedir. Ancak ilginç olan şu ki, kâhin Edgar Cayce de kendisine danışan epilepsi hastaları için okuma yaptığında merkezî sinir sistemiyle ilgisi olmayan birçok şey söylemiştir. Özellikle sindirim ve boşaltım sistemleriyle ilgili tavsiyelerde bulunmuştur. Bu süreçleri kolaylaştırmak için zeytinyağı içilmesini dahi önermiştir. Lenf bezlerinden, kemiklerden ve başka organlardan bahsetmiştir. Ayurveda da bağırsakların boşaltılamamasının çok tehlikeli olduğunu vurgular: “Dışkılar, üst sindirim yollarının hassas dokularına ciddi zararlar verebilecek ve mide, kalp, solunum sistemi, boğaz, baş ve beyinde pek çok hastalığa neden olabilecek son derece zehirli kimyasallar içerirler. Şizofreninin pek çok çeşidi ve epilepsi de dahildir bu hastalıklara.”²⁹ Boşaltımla ilgili sorunların sabah erken kalkmadıkça çözülemeyeceğini de vurgulamaktadır.³⁰ Bu veriler, epilepsinin bir “beyin hastalığı” olduğu konusunda kuşku yaratmaktadır. Ayrıca epilepsinin osteopati ile

de tedavi edilebildiği bilinmektedir.

Rahmetli fizik tedavi uzmanı ve ezoterik yazar Dr. Gültekin Caymaz, “Felç ve Sara Hastalıklarında Sebeb Beyinde Midir?” başlıklı makalesinde, bundan şüpheli olduğunu anlatmış ve şöyle yazmıştır: “Bizim 1968 yılından beri yaptığımız tedavilerle iyileşen saralı ve felçli bazı hastalarımız oldu. Bunları doktorlara ve basına gösterdik. Doktorların şiddetli tepkisi ile karşılaştık. Biz deneysel olarak 1968’den beri birçok hastada gösterdik ki, sara hastalığı olan kimselerin belkemiğini tedavi ederek hastalığı iyileştirmek mümkündür.”³¹

Felçlileri de belkemiğini tedavi etme yoluyla iyileştirdiklerini anlattıktan sonra şöyle devam etmektedir: “Belkemiğindeki zedelenmeler, kaymalar ve komşu kaslardaki spazmlar, belkemiği içinde bulunan omuriliğin kan dolaşımını ve elektrik düzenini bozar. Bu ise omurilikle beraber merkez sinir sistemini meydana getiren beynin elektriksel düzenini bozar ve onun normal çalışmasını engeller. Böylece beynin elektriksel durumunu gösteren EEG’de anormal dalgalar görülür. Anormal dalgalar beynin hasta olduğunu değil, beyne gelen elektrik akımının düzensiz olduğunu gösterir.”³² “Saralı olan veya felçli olup konuşmayan 5 hastada bu düşüncelere göre yapılan tedavilerle tam bir şifa sağlandı. Bunlardan iki tanesi 8 Aralık 1972 Cuma günü Atatürk Sanatoryumu doktorlarına gösterildi (1. ve 2. hasta). 3. ve 4. hastalar 15.12.72’de gösterildi. 5. hasta ise doktorlara 13 Haziran 1968 tarihinde gösterilmişti.

Bütün bu hastaların iyileşmesini sağlayan tedaviler sadece bele ve belkemiğine yapılmıştır. Mevcut sara hali, felç ve konuşamama hali beyne bağlıdır diye Batı Tıbbına göre iddia edildiği halde, hastalar beyne hiçbir tedavi yapılmaksızın iyileşmişlerdir. Çünkü akupunktur bilimine göre beynin çalışması tamamen belkemiğine ve çevreye bağlıdır. Çevreden beyne elektrik uyarılarının gelmesi önlenirse, beyin normal şekilde çalışmaz. Bunu ispat eden birçok deney Batıda da yapılmış ise de, Batılı hekimlerin çoğu henüz bu durumun farkında değildirler ve gerçekte Batı Tıbbı ile Doğu Tıbbı arasında artık bir zıtlık kalmış değildir.”

33

27 Silver BIRCH, *Öte Alemden Gelen Hikmet (1. Cilt)*, Sihap Yayınları, İzmir, 1982, s. 138.

28 Dr. Karl NOWOTNY, *Bir Doktorun Ruhsal Dünyadan Mesajları-II, Ruh ve Madde Yayınları*, İstanbul, 1997, s. 45.

29 Harish JOHARI, *Dhanwantari, Okyanus Yayınları*, İstanbul, 2000, s. 221.

30 Harish JOHARI, *agy*, s. 222.

31 Dr. Gültekin CAYMAZ, “Felç ve Sara Hastalıklarında Sebeb Beyinde Midir?”, *Bilim ve Teknik Dergisi*, sayı 64, Mart 1973, s. 13-14.

32 Dr. Gültekin CAYMAZ, *agm*, s. 14.

33 Dr. Gültekin CAYMAZ, *agm*, s. 14.



Epilepside sorunun beyinden ziyade sistemin genel dengesinde olduğu, bugün tıp dünyasında büyük ölçüde anlaşılmış bulunmaktadır. Süptil bedenler açısından düşünüldüğünde de, kaynakların pek çoğuna göre epilepsi altıncı ve yedinci çakralarla ilişkili bir hastalıktır. Ancak üst çakralar alt çakralarla dengelenmektedir ve epilepsi ile ilişkisi bulunmayan bir çakra yoktur. Beyindeki epilepsi odakları ile çakraların ilişkisine daha sonra değinilecektir.

Karl Nowotny, epilepsinin her zaman kalıtım yoluyla geçtiğini, ayrıca bir kuşaktan diğerine geçerken daha da şiddetlendiğini ısrarlı bir şekilde vurgulamaktadır.³⁴ Her zaman değilse de birçok zaman epilepsi kalıtımla geçmektedir. Ancak kalıtım "genlerin kurbanı olmak" anlamına gelmez. Yaşam planına ve derslerine belirli bir hastalığı dahil eden varlık, o hastalığın genlerine sahip bir aile seçerek gelir. Kalıtım planlı birşeydir. Yaşam planı yapıldığında, varlığın daha süptil planlarda daha geniş olan hareket serbestisi, titreşim düzeyi düş-tükçe daralır. Planına uyabilmesi için böyle gerekmektedir. Bunun nedeni, üst planların alt planları belirliyor olmasıdır.

Epilepsinin bu özelliği, aynı zamanda, ileriki bir bölümde sunulan, şaman hastalığına ilişkin tezlerimizi de doğrular niteliktedir. Çünkü şamanlık da, her zaman değilse bile, büyük çoğunlukla kalıtımla geçer.

Genlerin epilepsi için belirleyici olabilmesi gibi, epilepsinin de genleri etkileyebildiği görülmüştür. Elektroşok ve kimyasal nöbet tetikleyicileri, fare deneyinde, genlerde değişiklik yapmıştır.³⁵ Bu, genetik olmayan bir epilepsinin de genetik hale gelebileceğini ifade eder. Aynı zamanda, şamanlığın da o kişinin ailesine kalıtsal olarak yerleşebileceğini gösterir. Epilepside kalıtımla geçen şey, nöbet eşiği olmaktadır.

Taocu felsefenin sağlığı ve hastalıklara yaklaşımını anlatan Michel Odoul, merkezî sinir sistemi hastalıkları konusunda şunları yazmıştır: "Sertlik, aşırı çalışma, duygularla değil de, olayları düşünce yoluyla yaşamaya ve çözümlemeye olan eğilim, dengesizlikler, hastalıklar ya da merkezî sinir sistemi gerilimleriyle ortaya çıkacaktır. Ama, aynı zamanda çok daha ağır bir şekilde, epilepsi, "otoma-

tik süreç" denilen anlarıyla, otonom sistem yararına bu merkezî sinir sistemindeki bir bağlantı kopukluğunu temsil eder."³⁶

Hipokrat, epilepsiyi konu alan "Kutsal Hastalık" başlıklı mektubunda, bu hastalığın sebebi olarak "balgamı" göstermektedir. Ancak "balgam" kelimesi burada bizim gündelik dilde kullandığımız anlamda kullanılmamaktadır. Kastedilen, Ayurveda'da "doşa" adı verilen unsurlardan biridir. (hılt-çoğulu: ahlat) Bunlar titreşim düzeyi ve yaradılış sırası bakımından eril ve dişil ilkelerden sonra, fakat dört (veya beş) elementten önce gelen bazı unsurlardır. Elementleri içlerinde barındırırlar. Maddeleşmemiş, süptil ve enerjetik ilkelerdir.³⁷ Madde bu ilkelere tabidir. Hipokrat ve diğer eski Yunan düşünürleri bu öğretiyi Mısır'dan almışlardır. Aynı öğreti İbn-i Sina'da, Sufi Tıbbında ve Hint Tıbbı olan Ayurveda'da da vardır.

Doşalar, sıcak, soğuk, kuru ve ıslak olma özelliklerine göre ayrılmaktadırlar. Ayurveda'da üç, Sûfi ve eski Yunan tıbbında ise dört doşa (ahlat) vardır:

³⁴ Dr. Karl NOWOTNY, *agy*, s. 46.

³⁵ Anthony HOPKINS, Simon SHORVON, Gregory CASCINO, *agy*, s. 50.

³⁶ Michel ODOUL, *Bana Nerenin Ağrdığını Söyle Sana Nedenini Söyleyeyim*, Dharma Yayınları, İstanbul, 2006, s. 187-188.

³⁷ Aynı şekilde, "kan" kelimesi "damarlarımızdan akan kan" anlamına, "safra" kelimesi de "safra kesemizin ürettiği salgı" anlamına gelmemektedir. Bu maddeler kendi adlarıyla anılan süptil ilkelerle ilişkili olmakla birlikte, ilkenin süptil boyutlardaki işleyiş ve yansımalarını unutturmamalıdır.

Ayurveda	Eski Yunan Tıbbı ve Sufî Tıbbı	Özellikler
Kapha	Balgam	Soğuk ve ıslaktır. Su ve toprak elementlerini içerir.
Pitta	Sarı safra	Sıcak ve kurudur. Ancak Ayurveda'ya göre ateş ve su elementlerini içerdiğinden, kuruluk özelliği tartışmalı hale gelmektedir.
Vata	Kara safra	Soğuk ve kurudur. Melankoli ile ilişkilidir. Eski Yunan'a göre toprak, Ayurveda'ya göre ise hava ve eter elementlerini içerir. En fazla hastalık yaratan doşadır.
	Kan	Sıcak ve ıslaktır. Ayurveda'da bu doşa bulunmamakta olup, özellikleri diğer doşalara paylaştırılmış gibidir.

Yaşamın dönemleri de iki sistemde birbiriyle uyumlu olmayan bir dağılıma sahiptir.

Eski Yunan Tıbbı ve Sufî Tıbbı	Ayurveda
Çocukluk ve ergenlik: Kan	Çocukluk: Kapha
Genç yetişkinlik: Sarı safra	Ergenlik ve genç yetişkinlik: Pitta
Orta yaş: Kara safra	Yaşlılık: Vata
Yaşlılık: Balgam	

Saatler ve mevsimler açısından dağılımı:

Eski Yunan Tıbbı ve Sufî Tıbbı	Ayurveda
Sabahın erken saatleri: Kan Öğle: Sarı safra Günbatımı: Kara safra Geceyarısı: Balgam	Sabah: Kapha Öğle: Pitta İkinci: Vata Akşam: Kapha Geceyarısı: Pitta Sabaha karşı: Vata
İlkbahar: Kan Yaz: Sarı safra Sonbahar: Kara safra Kış: Balgam	Kış sonu ve ilkbahar: Kapha Yaz ve sonbahar başı: Pitta Sonbahar sonu ve kış: Vata

Kapha ve Balgam'ın soğuk ve ıslak özelliklerinden, su içermesinden, açıkça anlamaktayız ki, bu doşa Yin bir doşadır. Tüm doşalar içinde en Yin'idir. Yani Hipokrat, epilepsinin Yin fazlalığından kaynaklandığını belirtmekte, sadece bunu kendi döneminin ve öğretisinin jargonuyla yaptığı için bu dönemin okuyucuları için anlaşılır olmamaktadır.



Yin fazlalığı konusuna ileride değinileceğinden, konuya epilepsinin olası bilinçaltı zihinsel nedenleri ile devam edeceğiz.

Erhard Freitag, epilepsinin olası nedenleri olarak şunları yazmaktadır: "Eğitimle dayatılmış hayatı reddediş hali insanın hem kendisine hem hayata doğrulttuğu bir silahtır. Bazı vakalarda epilepsi bastırılmış saldırganlığın infilak ederek ortaya çıkan bir tepkimesi olarak da görülebilir. Devamlı izlenme duygusu duyguların dışavurulmasını ve onlardan kurtulmayı zorlaştırır. Dışa dönük bir yaşamdan kaçmak da epileptik tepkilere yol açabilir."³⁸

Yazarın buna karşı önerdiği olumlama ve telkinler ise şöyledir: "Hayat ebedî bir sevinçtir. Benden sonrakileri de kendimi sevdiğim gibi seviyorum. Ben hayata olumlu bakıyorum. Bedenim bu olumlama dışı vuruyor. İçim tam anlamıyla sağlık dolu. Sağlıklı fikirlere sahibim. Kendimi bırakıyorum. Uyum tüm varlığımı dolduruyor."³⁹

Louise L. Hay'ın epilepsiye olası zihinsel neden olarak gösterdiği şeyler de hemen hemen aynıdır: "Eziyet çekme. Hayatı reddediş. Büyük mücadele duygusu. Kendine yönelik şiddet."⁴⁰ Önerdiği olumlama: "Hayatı sonsuz ve haz dolu olarak görmeyi seçiyorum. Ben de sonsuz, haz dolu ve huzurluyum."⁴¹

Bunlar veya bulacağınız diğer olumlama çokça tekrarlanmalıdır.

Nil Gün de epilepsinin nedeni olarak "Kendine ceza vermek, kendine yönelik şiddet, hayatı reddediş" yazmış ve "Kendimi affediyorum" olumlamasını önermiştir.⁴²

Debbie Shapiro, epilepsi konusunda şunları yazmaktadır: "Epilepsi, doğası gereği, devrelere aşırı stres yüklenmesi sonucu ortaya çıkan içsel bir çöküşün, patlamanın sembolüdür. Adeta duygularımız bizi ele geçirir. İçsel dünyamızla dışımızdaki dünya arasındaki ciddi çatışmanın göstergesidir.

İster gerçek, ister hayali olsun; içsel korkularımızı, kaygılarımızı dile getiremediğimiz sürece içimizdeki basınç birikerek ağır bir yük oluşturmaya başlar. Bilincin bir süreliğine yitmesi, içsel algılarımızla somut gerçeklik arasındaki uyumsuzluğun işaretidir. Bu ayrılık kendimizle kutsal güçler arasında da yaşanıyor olabilir.

Kişinin kendinden geçtiği mistik âyinlerde epilepsi nöbetleri daha sık görülür. Bu âyinler sırasında deneyimlenen kendinden geçiş insan beyninin algılayabileceğinden çok daha öte birşey olduğu için sistem çöker."⁴³

Liebermeister ise, multipl skleroz, epilepsi ve panik atak gibi hastalıkların sebebi olarak "bastırılmış katil enerjisi"ni göstermektedir.⁴⁴

Epilepsi o kadar "teatral" ve dramatik bir hastalıktır ki, bu hastalıktan, belki hastanın kendisinden çok, tanık olanlar etkilenmekte ve kendini kötü hissetmektedir. Bu nedenle "Rahatsız olan kim ise, ders onun dersidir" ilkesinden yola çıkarak, bazı durumlarda bu hastalığın hastanın kendisi için değil, aile bireyleri ve yakınları, özellikle de mükemmeliyetçi karakterdeki yakınlar için verilen bir epröv (sınav, deneme) olabileceğini de kabul etmek gerekir. Yabancı bir ülkede yaşayan bir tanıdığımızın 12 yaşındaki kızı epilepsi hastası idi. Anne çok üzülüyordu. Ona Uzakdoğu kökenli bir meditasyon tekniği tavsiye edildi. Bunu yapmaya başladığında kızının nöbetleri daha da sıklaştı ve şiddetlendi. Bunun üzerine anne meditasyonu bırakarak, bunu kendisine tavsiye edene danıştı. Görüşme sırasında şu ortaya çıkarıldı: Anne kızını olduğu gibi kabul edemiyordu. Mükemmeliyetçiydi ve epilepsi hastalığı O'nun gözünde kabul edilemeyecek bir kusurdu. Bunu anlayan muhatabı dedi ki: "Bu hastalık kızının hastalığı değil, senin hastalığın. Kızının sağlığı düzelsin diye meditasyon yapma. Git, onu olduğu gibi kabul edebilmek için meditasyon yap." Anne bu şekilde meditasyon yapmaya başladı ve kızının epilepsisi tamamen kayboldu.

Parapsikolog ve şifacı olan Japon yazar Dr. Hiroshi Motoyama'nın karşılaştığı ve kitabında anlattığı bir epilepsi hastasının durumu da, karmanın etkileri bakımından çok aydınlatıcıdır:

38 Erhard F. FREITAG, *Bilinmeyenden Yardım*, Omega Yayınları, İstanbul, 2004, s. 226-227.

39 Erhard F. FREITAG, *agy*, s. 227.

40 Louise L. HAY, *Düşünce Gücüyle Tedavi*, Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul, 2006, s.176.

41 Louise L. HAY, *agy*, s. 176.

42 Nil GÜN, *Sağlık Olsun, Kuraldışı Yayıncılık*, İstanbul, 2008, s. 91.

43 Debbie SHAPIRO, *Bedeninizi Dinleyin*, Yakamoz, İstanbul, 2006, s. 259.

44 Svagito R. LIEBERMEISTER, *Sevginin Kökleri*, MİA Yayınları, İstanbul, 2007, s. 106.



"Meditasyona başladığımda, İkinci Dünya Savaşında savaşıyan bir asker gördüm. Güney Pasifik'teki bir adada tank kumandanıydı ve bir Amerikan ordusu koluna rast geldi. Üzerine bazuka ateşi yağdı ve araçtan kendini dışarı atıp kılıcının kabzasını kavradığı sırada bir mermi midesine isabet etti ve onu öldürdü. Önümde oturan adama karnını göstermesini rica ettim; önceki yaşamındaki mermi yarasının bir doğum lekesi olarak mevcut olup olmadığını merak ediyordum. Karnını bana gösterdiğinde, sol tarafta, çapı yaklaşık 2,5 cm olan, siyah mavi renkte bir doğum lekesi olduğunu gördüm. Sonra ona görmüş olduğum şeyi anlattım. Oldukça şaşırmıştı, çünkü meğerse, tarif ettiğim şekilde öldürülmüş ve Güney Pasifik'te tank kumandanı olan bir amcası varmış. Amcasını hiç tanımamıştı, kendisi doğmadan beş yıl önce ölmüştü. Ancak tüm yaşamı boyunca ailesi ona, ölmüş olan amcasına görünüşte, kişilikte ve huyda ne kadar çok benzediğini söyleyip durmuştu.

Sonra psişik yolla, bu amcanın hakikaten de yeğen olarak tekrar doğduğunu teyit ettim. Amca kahraman gibi bir şahsiyetti. Dövüş sanatlarında ileri derecede eğitimliydi ve yaşamını ülkesi için seve seve feda etmişti. Öldüğü için hiçbir pişmanlık duymamıştı. Ne var ki, düşmanı yenmek arzusuyla, ölümünden sonra astral boyutta savaşmaya devam etmişti. Bu dünyaya tekrar doğduktan sonra bile, astral boyuttaki bu savaşçı ben'e derinden bağlılığını korumuştur. Aslında, astral bilinci o kadar güçlüydü ki, günlük uyanık hal bilincini etki altına alıp hükmedecek güce dahi sahipti. Adamın deneyimlediği sara nöbetlerinin nedeni buymuş.⁴⁵

Motoyama olayı şu şekilde yorumlamıştır: "Önceki tank kumandanının karnındaki doğum lekesinin, hem astral, hem nedensel boyutta saklanmış olan tohumların karmik sonucu olduğunu düşünüyorum. Mermi tarafından vurulduğu anda ilk önce bir yanma hissi, sonrasında ise korkunç bir acı duydu. Zihninin acıya verdiği duygusal bağlanma tepkisi astral boyuttaki bir şakrada bir tohum, bir iz olarak kaldı."⁴⁶ Yazar, tohumların yalnızca nedensel bedende değil, astral bedende de saklanabileceğini belirtmektedir.

45 Dr. Hiroshi MOTOYAMA, *Karma ve Tekrardoğuş, Ruh ve Madde Yayınları, İstanbul, 2005, s. 130-131.*

46 Dr. Hiroshi MOTOYAMA, *agy, s. 131.*

SÜPTİL BEDENLERİN AKTİVE OLMASI

Yeni doğmuş bir bebeğin fiziksel bedeni de, süptil bedenleri de aciz durumdadır. Eterik beden güçlerini kullanamaz. Bu yüzden yedi yaşına kadar makrokozmetik eterik beden, bebeğin eterik bedeni için bir rahim görevi görür. Yani fiziksel beden doğduğunda süptil bedenler henüz "doğmamıştır"; en yoğun süptil beden olan eterik beden yedi yaşında doğacaktır.⁴⁷

Her beden kendisinden düşük frekanslı bedenleri kontrol eder. Zihinsel bedeni ancak nedensel beden kontrol edebilir. Astral bedeni ancak zihinsel beden kontrol edebilir. Eterik bedeni ancak astral beden kontrol edebilir. Fiziksel bedeni de ancak eterik beden kontrol edebilir. Ancak süptil bedenlerin hepsinin makrokozmetik ana rahminde olduğu ilk yedi yılda, fiziksel bedeni kontrol edecek bir beden yoktur. Bu nedenle 0-7 yaş arasında çocuğun fiziksel bedeni kontrol edilemez. Yani fiziksel bedenin işlevleri olan hareket ve boşaltım işlevleri kontrol dışıdır. Yeni doğan bebek tuvaletini tutamaz. Yalnız tuvalet ihtiyacı değil, tüm deşarj süreçleri kontrol dışıdır.⁴⁸ İşte, bebeklerin ve küçük çocukların hava- le geçirmesinin ana nedeni budur.

Yedi yaşında eterik beden doğar ve fiziksel bedeni kontrol altına alır. Böylece fiziksel bedenin işlevleri kontrollü hale gelir. 7-14 yaş arasında fiziksel bedenin işlevleri frenlenebilir, ancak eterik bedenin işlevleri frenlenemez. Çünkü eterik bedeni kontrol edecek olan astral beden henüz ana rahmindedir. (Makrokozmetik Astral Beden'dedir.) Çocuk henüz astral ve zihinsel bedenlerinin "sahibi" olmamıştır. Be nedenle eterik bedenin ana işlevi olan büyüme, 7-14 yaş arasında kontrolsüz bir şekilde gerçekleşir. Astral bedeni geliştirmenin yolu süt içmek olduğundan, 14 yaşına kadar süt içilmesi gerekir.

Ondört yaşında astral beden doğar ve eterik bedeni kontrol altına alır. Böylece büyüme frenlenir ve biriken enerji, astral bedenin işlevi olan cinselliğe ve duygulara yönlendirilir. 14-21 yaş arasında bu dürtüler kontrol dışıdır, çünkü zihinsel beden henüz Makrokozmetik Zihinsel Beden'in ana rahmindedir. Yirmi-bir yaşında zihinsel bedenin doğmasıyla astral beden ve işlevleri kontrol altına

47 Max HEINDEL, *Gül-Haç Evren Kavramı, Hermes Yayınları, İstanbul, 2009, s. 225-226.*

48 Max HEINDEL, *agy, 226.*



alınır.⁴⁹ İnsanın yirmibir yaşında reşit olmasının nedeni budur. Ancak insanın "kendini bulma yaşı" yirmisekizdir. Bu sayıların yedişer yedişer yükselmesi Schumann Rezonansı ile bağlantılıdır ki, titreşimlerle ilgili bölümümüzde açıklanacaktır.

ÇAKRALAR

Fiziksel beden dışındaki tüm bedenlerde bulunan yedi çakra hakkında genel bir bilgi sunuyoruz.

Birinci Çakra

Hayatiyeti ve hayatta kalmayı ifade eden temel çakramızdır. Kuyruk sokumunda yer alır. Kundalini enerjisi burada uyumakta ve ilk olarak burada uyanmaktadır. Yaşam gücünün, dünyaya bağlılığın, dünyaya uyumlanmanın, topraklanmanın ve maddiyatın merkezidir. Sanskritçe adı Muladhara, Tasavvufteki adı ise Nefs-i Emmare'dir. Birinci bilinç seviyesini ve fiziksel bedeni temsil eder. Altıncı ve yedinci çakralarla dengelenir. Epilepside "sorunun kaynağı" sayılan bu iki çakranın dengeleyicisi olduğu için, kök çakranın epilepsi hastası için özel bir önemi vardır. Bu çakrası iyi çalışan bir insan dünyayı ve bedenini sever, yaşamını güvende hisseder ve bastığı zemine güvenir. Her bedenin kök çakrası farklıdır. Eterik bedenin kökü ikinci çakra, astral bedenin kökü üçüncü çakra, zihinsel bedenin kökü dördüncü çakradır.

Boşaltım organları ve genel olarak boşaltım sistemi, böbreküstü bezlerinin adrenalin dışındaki salgıları, bacaklar, ayaklar ve bedenin sert yerleri (diş, tırnak, kemik gibi) bu çakra tarafından yönetilir. Kök çakranın sağlığı için yeterince hareket etmek, spor yapmak ve yürümek şarttır.

Gereksiz şeylerden kurtulmayı, geçmişi geçmişte bırakmayı, yaşama güvenmeyi, kabullenmeyi, alışkanlıkları, kökü simgeler. Kabullenme sorunu yaşayanların kök çakraya bağlı organlarında sorunlar ortaya çıkabilir. Kök çakrası sorunlu olanlara bu dünyadaki herşey çok zor gelir.

Kök çakranın rengi kırmızı, sesi Lam, notası Do, duyusu koklama, elementi topraktır. Yogası Hatha Yoga ile Kundalini Yoga'dır. Dünyanın kök çakrasının top-

rak olduğu kabul edilir.

Kırmızı renkli yiyecekler yemek, toprağa basmak, yatmak veya dokunmak, toprakla bağlantılı işler yapmak, kök çakra için faydalıdır.

İkinci Çakra

Bu çakra yaratıcılığın ve cinselliğin merkezidir. Karnın biraz aşağısında, hafif soldadır. Cinsel organları, cinsel salgı bezlerini, üreme sistemini, dalağı, lenf sıvılarını, idrar yollarını yönetir. Sanskritçe adı Swadisthana, Tasavvufteki adı Nefs-i Levvame'dir. İkinci bilinç seviyesini ve eterik bedeni temsil eder. Aynı zamanda Dişil İlke ile ilişkilidir. (Bu konu daha sonra ele alınacaktır.) Bu nedenle kitabın konusu bakımından özel bir önemi vardır.

Duygusalılığı, cinsel kimliğimizle ilişkimizi, yaratıcı ve üretici faaliyetleri ifade eder. Sanat faaliyetleri bu kapsama girmektedir. Elementi su, notası Re, sesi Vam, rengi turuncu, duyusu tatma, yogası ise Tantra Yoga'dır. Beşinci çakra ile dengelenir.

Bu çakranın sağlığı, cinsiyetimizden memnun ve cinsel kimliğimizi tamamiyla benimsemiş olmakla, hayal gücümüzü ve yaratıcılığımızı kullanabilmekle yakından ilişkilidir. Korkular, bağımlılıklar, suçluluk duyguları, duygusal yenilenme ve dönüşüm, duygusal tatmin, yaşamdan zevk alma ve esneklik, bu merkezle ilişkilidir.

Dünyanın ikinci çakrasının denizler ve diğer sular olduğu kabul edilir. Suyu girmek, çok su içmek, suya bakmak, turuncu renkli yiyecekler yemek, turuncu renge bakmak, oyun oynamak, güzel hayaller kurmak, sanatsal faaliyetler ve ayışığına bakmak, bu çakra için faydalıdır.

Üçüncü Çakra

Kişilik ve egonun merkezidir. Göğüs kafesinin hemen altında, orta noktada yer alır. Mide, karaciğer, böbrekler, pankreas, belkemiği, ensülin ve adrenalin salgıları bu çakraya bağlıdır. Genel olarak sindirim sistemini yönetir. Manevî anlamda birşeyleri sindirememek, bu çakraya bağlı organlarda sorun yaşanmasına neden olabilir. Sanskritçe adı Manipura, tasavvufteki adı Nefs-i Mülhime'dir. Üçüncü bilinç seviyesini ve astral bedeni temsil eder. Kişisel güç, güç ve kariyer-

49 Max HEINDEL, agy, s. 252.



le ilgili arzular, özgüven, zihinsel tatmin, gurur, irade, kararlılık, stres ve öfke bu merkezle bağlantılıdır.

Güneş sinirağının merkezî öneminden ve gümüş kordonun yeri olmasından dolayı bu çakra, sinir sistemi ve epilepsi açısından büyük bir önem taşır. Birçok hasta nöbet öncesi veya sırasında bu çakrasında garip şeyler hisseder. Bulantı ve kusma yaşayabilir.

Üçüncü çakranın rengi güneş sarısıdır. Notası Mi, sesi Ram, elementi ateştir. Zaten sindirim de ateş elementi ile gerçekleştirilmektedir. Duyusu görme, yoga-sı Karma Yoga'dır. Toplumla ilişkileri, toplumsal rolümüzü ve eylemi ifade eden bu çakra, dördüncü çakra ile dengelenir. Dünyanın üçüncü çakrasının volkanlar ve çöller olduğu kabul edilir.

Güneş ışığı, sarı renge bakmak, sarı renkli yiyecekler yemek, sıcaklık, ateşe bakmak, mum alevine bakarak meditasyon yapmak ve diyafram nefesi bu çakra için faydalıdır.

Dördüncü Çakra

Kalp çakrası da denen dördüncü merkez, göğsün ortasında yer alır. Sevgi merkezidir. Sanskritçe adı Anahata, Tasavvuftaki adı Nefs-i Mütmainne'dir. Dördüncü bilinç seviyesini ve zihinsel bedeni temsil eder. Bağışıklık, dolaşım ve solunum sistemlerini yönetir. Üç alt çakra (alt üçgen) ile üç üst çakra (üst üçgen) arasında geçiş ve bağlantı noktası ve ana merkez olması dolayısıyla çok önemlidir.

Kalp, akciğerler, kan, timüs bezi, cilt, kollar, eller ve sırtın üst kısmı bu çakraya bağlıdır. Sevmek, sevmek, karşılıksız verebilmek, sevgiye açık olmak, uyum, bağışlama ve şükran duygusu bu çakrayla ilişkilidir. Sevgiye açık olmayan, sevgilerini göstermekten kaçınan ve şükran duyamayan kişiler bu çakranın yönettiği organlarında sorun yaşayabilirler.

Kalp çakrasının yeşil ve pembe olmak üzere iki rengi vardır. Sesi Yam, notası Fa, temel duygusu sevgi, gölge duygusu nefret ve kin, elementi hava, duyusu dokunma, yogası Bhakti Yoga'dır. Üçüncü çakra ile dengelenir. Dünyanın kalp çakrasının bitki örtüsü olduğu kabul edilir. Yeşilliklerde gezmek ve nefes ça-

lışması yapmak, yeşillikleri seyretmek ve yeşil yiyecekler yemek, bu çakra için faydalıdır.

Beşinci Çakra

Boğaz çakrası, üst üçgenin ilk çakrasıdır. "Sırlar Kapısı" da denen bu merkez, iletişim, kendini ifade, dürüstlük, arınma ve rezonans işlevlerini yerine getirir. Kişinin ruhsal amacını fiziksel âlemde somutlaştırmasıyla ilişkilidir. Ruhsallık bu çakrada başlar. İkinci çakra ile dengelenen bu çakra, Eril İlke'yi temsil eder. Bu çakranın rengi olan maviden daha sonra bahsedilecektir.

Sanskritçe adı Vishudda, Tasavvuftaki adı ise Nefs-i Raziye'dir.⁵⁰ Beşinci bilinç seviyesini ve nedensel bedeni temsil eder. Kulaklar, burun, ağız, boğaz, tiroid bezi, ses telleri, köprücük kemiği ve kısmen omuzlar bu çakraya bağlıdır. Ses, söz, müzik, iletişim, konuşma ve dinleme işlevleri bu çakrayla ilişkilidir. Bu çakranın sağlıklı olması için, dinlemeyi bilmek, insanlarla ve toplumla uyum içine girebilmek, gerçekleri duymaya katlanabilmek, kendimizi ve başkalarını kandırmaktan kaçınmak, gerçekleri açıkça ve cesurca ifade etmek, tatlı dilli ve kibar olmak gerekir. İkinci çakrayla bağlantısı sebebiyle, beşinci çakranın yaratıcılık ve mizahla da ilişkisi vardır. Sesi Ham veya Hay, notası Sol, elementi eter, duyusu işitme, yogası Mantra Yoga'dır. Katılık, sertlik, acı ve iğneli konuşma, yalan, gerçekleri inkâr, dinlemeyi bilmeme, boş konuşma, gerçekleri duymaya katlanamama gibi tutumlar, bu çakraya bağlı organlarda soruna neden olabilir.

Dünyanın beşinci çakrasının gökyüzü olduğu kabul edilir. Gökyüzüne ve mavi renge bakmak, açık iletişim, dürüstlük, şarkı söylemek ve zikir yapmak bu çakra için faydalıdır.

Altıncı Çakra

Altıncı çakra, bilgelik ve sezgi merkezidir. "Üçüncü Göz" veya "Gönül Gözü" de denir. Kaşların arasında yer alır. Ruhsallık, inanç, telepati ve durugörü yetenekleri, şifa gücü, bilgi ve daha sonra bahsedilecek olan Yin-Yang dengesi bu çakrayla ilişkilidir. Gözleri, sinüsleri, beynin şakak ve alın loblarını, hipofizi, beyinciği ve merkezî sinir sistemini yönetir. Sanskritçe adı Ajna, Tasavvuftaki adı

50 Bazan Nefs-i Radiyye de denir.



Nefs-i Marziyye'dir.⁵¹ Altıncı bilinç seviyesini temsil eder. Bu çakranın iyi çalışması için, öğrenmeye ve değişmeye istekli olmak, sezgilere güvenmek ve kulak vermek, vicdanın sesine uymak, maneviyat ile ilgilenmek, adil olmak ve her konuda dengeyi ve ölçüyü korumak gerekir.

Notası La, sesi Om, renkleri çivit mavisi, lacivert ve eflatun, yogası Jnana Yoga ve Yantra Yoga'dır. Elementi ve duyusu bulunmamaktadır. Onların yerini bu çakrada telepatik enerji, durugörü ve düşünme eylemi almıştır. Dünyanın da altıncı çakrası bulunmayıp, bunun karşılığı kozmik boyutlardır. Kök çakra ile dengelenir.

Dinî, ruhsal ve dengeleyici müzikler dinlemek, ılıkılık, orta yolu bulmak, inzi-vaya çekilmek, ibadet etmek, meditasyon, gece yıldızlara bakmak, kutsal metinler okumak ve mandalalara bakmak, bu çakra için faydalıdır.

Yedinci Çakra

Başın tepesinde yer alan bu çakraya "tepe çakra" veya "taç çakra" denir. Bir adı da Brahma Kapısı'dır. Birçok dinde başın örtülmesi, Brahma Kapısı'nı negatif enerjilerden korumak içindir. Önemli bir neden de, güneş ışığını doğru kullanmayı bilmiyor oluşumuzdur.⁵² Taç çakra, beyin korteksini, epifiz bezini ve uykuyu yönetir. Sanskritçe adı Sahasrara, Tasavvufteki adı ise Nefs-i Safiyye'dir. Yedinci (kozmetik) bilinç seviyesini ve "En'el-Hakk" mertebesini, Kâmil İnsan olmayı temsil eder.

Saflık, ruhsallık, sınırsızlık ve sonsuzluk duyguları, birlik ve bütünlük bilinciyle ilişkilidir. Bu çakranın uyandırılıp tam kapasiteyle çalıştırılabilmesi için diğer tüm çakraların uyanmış ve tam kapasiteyle çalışır halde olması gerekir.

Fiziksel bir elementi bulunmamaktadır. Onun yerini kozmik enerji almıştır. Notası Si, sesi "Mmm", renkleri koyu mor ve beyazdır. Taç çakranın sağlığı için, Allah'a teslim olmayı ve yaşamla birlikte akmayı bilmek önem taşır.

Günnük kokusu, mor renkli yiyecekler, mor ve beyazın kullanımı, meditasyon, ibadet, doğada yalnızlık ve sessizlik içinde vakit geçirme, dua, bu çakra için

faydalıdır. Kök çakra ile dengelenir.⁵³ Altıncı ve yedinci çakraların ikisi de, beynin çeşitli bölümlerini yönetiyor olması dolayısıyla, epilepsi ile ilişkilidir.

Yedi çakra bulunmakla birlikte, ortalama bir insanda bunların sadece beşi faaliyettedir. Bu, altıncı ve yedinci çakralara denk gelen süptil bedenlerimizin henüz aktive olmamış olmasıyla ilişkili bir durumdur. Bu da, üçüncü gözün açılması için alt çakraların birinden feragat etmek gerektiği anlamına gelmektedir. Çünkü üçüncü gözün açılması için, biri tepe çakrası olmak üzere, diyaframın üzerinde en az üç çakranın faal olması gerekmektedir.⁵⁴ Anılan süptil bedenler bugün aktive olma yolunda olduğundan, bu durum yavaş yavaş değişmektedir.

51 Bazan Nefs-i Mardiyeye de denir.

52 Taisha ABELAR, *Büyük Geçişleri, Dharma Yayınları, İstanbul, 1999, s.165.*

53 Bazı kaynaklara göre kök çakra ile altıncı çakra birbiriyle dengelenir, yedinci çakra ise herhangi bir çakra ile dengelenmez, tamamıyla ayırdır.

54 Dr. Douglas BAKER, *Üçüncü Göz, Ruh ve Madde Yayınları, İstanbul, 1988, s. 82-83.*

UFKUMUZU GENİŞLETELİM

Holografik Evren, Michael Talbot, Ruh ve Madde Yayınları
Düşünce Gücüyle Tedavi, Louise Hay, Altın Kitaplar Yayınevi
Kendini Tanıma Rehberi, Michael, Akaşa Yayınları
Gül-Haç Evren Kavramı, Max Heindel, Hermes Yayınları
Çakra El Kitabı, S. Sharamon&B.J. Baginski, Arıtan Yayınları
Düşüncenin İyileştirici Gücü, Dr. Gerald Epstein, Ege Meta Yayınları
Ben Enerjiyim, Chislaine D. Martel, Arion Yayınevi

ÇOCUKLAR İÇİN DERİNLİK MENÜSÜ

Eşek Eşekken, Vartan İhmalyan
Şeytan Uçurtması, Vartan İhmalyan
Güneşe Vurgun Çocuk, Vartan İhmalyan
Bir Şeftali Bin Şeftali, Samed Behrengi
Erik Çekirdeği, Lev Tolstoy
Kuğular, Lev Tolstoy
Okul Anıları, Giovanni Mosca
Nemik ile Onbaşı, Aydın Özakin
Danko'nun Yüreği, Maksim Gorki
Jack, Alphonse Daudet
Jane Eyre, Charlotte Bronte
Karabulut, Bedirhan Çınar