



BÖLÜM 7

NÖROTEOLOJİ

BÖLÜM 7

NÖROTEOLOJİ

Hastaya düşen, spiritüel olarak ilerlemek, dünya ile ahret âlemi arasında bir bağlantı kanalı haline gelmek, tüm insanlığın farkındalığının ve bilincinin yükselmesine hizmet etmek, kısacası şaman ve Şiva olmaktır.

Ruhsal ve/veya dini deneyimleri nörolojik açıdan inceleyen, ruhsallığın biyolojik temellerini araştıran bilime "spiritüel sinirbilimi" veya "nöroteoloji" adı verilmektedir. "Nöroteoloji" terimi edebiyatta ilk olarak Aldous Huxley'nin "Ada" adlı romanında¹, akademik literatürde ise ilk olarak James Ashbrook'un 1984'te yayımladığı "Neurotheology: The Working Brain and the Work of Theology" başlıklı makalesinde² geçmiştir. Farklı bilinç halleri, esrime, trans, aydınlanma ve diğer paranormal deneyimler, bu bilimin konusudur. Oldukça yeni bir bilim olan nöroteolojinin önde gelen araştırmacı ve yazarlarının Andrew B. Newberg, Vilayanur S. Ramachandran, Michael A. Persinger, Eugen Drewermann ve Patrick McNamara olduğu söylenebilir. Alanın araştırmacı ve yazar sayısı hızla artmaktadır. Bu, din ile bilim arasında bağlantı kurma çabalarının, yeni bilim dalları oluşturacak kadar yoğun ve güçlü olduğunu açıklamaktadır.

¹ Aldous HUXLEY, *Island*, Harper&Row Publishers, New York, 1962, s.112.

² Andrew NEWBERG, *Methodological Principles for Research in Neurotheology: Practical and Philosophical Implications*, *NeuroQuantology*, December 2010, Vol.8, Issue 4, s.531-545.



Tıbbî literatürde epilepsi ile din arasında 1838'de Esquirol, 1860'ta da Morel tarafından bağlantı kurulmuştur.³ Onları Howden⁴, Spratling⁵ ve Turner⁶ izlemiştir. Psikik nöbetler Hughlings Jackson tarafından tespit edilmiş, bu nöbetlerin düşünce ve kişilik üzerindeki değişik etkileri 20. yüzyılda incelenmiştir.

Din Psikolojisinin kurucusunun ise William James olduğu düşünülebilir. James, "The Varieties of Religious Experiences" adlı eseriyle paranormal alana giden kapıyı bilime açmıştır. Yirminci yüzyılın başlarında bu kapıdan pek giren olmamıştır. Özellikle psikanaliz akımı, dini bir nevroz, kendini dine adayanları da "klinik vaka" olarak değerlendirme eğiliminde olmuştur. Materyalist yaklaşımla açıklanamayan bütün deneyimler "patolojik" sayılmış ve "ruh hastalığı" muamelesi görmüştür. Bu yaklaşıma göre peygamberler ve azizler de ruh hastasıdır. Bir saygıdan ve korkudan dolayı "Yok, onlar öyle değil" diyen çelişkiye düşer. "Ben açıklayamıyorsam yoktur" anlayışından "Vardır, sadece ben açıklayamıyorum" anlayışına geçilmelidir. Bilim bu konuda ümit vermektedir.

Newtoncu paradigmanın bakış açısı, geçiciliği ve ölümü inkâr etme temeli üzerine kurulmuştur.⁷ Uygarlığımız herşeyi kalıcılaştırmaya, kalıcı olmayan şeyleri dikkate almamaya eğilimlidir. Ama fizik evrenin doğası geçicilik olduğu için bu yaklaşım fiyaskoyla sonuçlanmaktadır. Değişik sigorta sistemleriyle malımızı ve paramızı, sağlık sigortası ile sağlığımızı ve canımızı, nikâh ile ilişkimizi, faiz ve diğer yatırımlarla paramızın değer kaybetmemesini veya değer kazanmasını, noter ile sözleşmelerimizi ve haklarımızı, sayılamayacak kadar çok yol ve yöntemle mevkimizi, gücümüzü, etkimizi ve egemenliğimizi güvence altına almaya çalışıyoruz.

Bu yaklaşım ölümün, gayb âleminin ve Yin'in inkâr edilmesinden doğmaktadır. Eski kültürlerde ölüm inkâr edilmemiştir. Sanayi öncesinde bu inkâr yavaş yavaş başlamış, sanayi döneminde iyice pekişmiştir. Kimse ölümle ilgilenme-

mekte, bu konuda birşey bilmeyi istememektedir. Cenaze törenlerini, morgları, mezarlıkları kimse sevmemektedir. Ölüm bir tabu olmuştur. Onun hakkında konuşan susturulur. Son dönemde bu tabu yavaş yavaş yıkılmaya ve bir "Tanatoloji" (ölümbilim) alanı ortaya çıkmaya başlamıştır.

Materyalizm, herşeyin fiziksel olarak açıklanabilmesi gerektiğini ve bunun dışında bir "gayb âleminin" bulunmadığını varsayar. Gerçekten de herşey fiziksel olarak açıklanabilir; gayb âleminin fiziksel âleme, fiziksel âlemin de gayb âlemine yansımaları vardır, ancak gayb âleminin reddedilmesi bilimin önünü tıkamaktadır. Materyalist açıdan bakınca bilinç bedeninin ve beynin bir "ürünü" olarak görünür. Kaynağı beyindir. Fakat beynin neresinde olduğu bir türlü bulunamamaktadır. Bilim bilinç konusunda tıkanmıştır. Paradigma değişimine götüren yeni açılımlar olmakta ve giderek serpilmektedir.

Bilincin beyinden kaynaklanmadığını ve beynin bir yerinde "konuşlu" olmadığını ilk anlayanlardan biri Wilder Penfield olmuştur.⁸ Yirminci yüzyılın bu büyük beyin cerrahı, yaşadığı süre içinde "yaşayan en büyük Kanadalı" diye anılmış olup, nöroloji için çok önemli bir isimdir. Otuz yıl boyunca yaklaşık 750 epilepsi hastasını ameliyat etmiştir. Ameliyattan önce lokal anestezi altında, yani hasta bilinçliken, beynin bazı bölgelerini uyarıyor ve hastanın ne hissettiğini soruyordu. Penfield'in hastaları, yapay olarak yaratılan psikik nöbetlerde hissettiklerini şu şekilde rapor etmişlerdir:

1. "Çevresel olayların yorumuna ilişkin duyuşsal illüzyonlar: Civardaki eşyaların boyutlarının ya da konumunun distorsiyonu⁹ (görsel illüzyonlar); ses kaynağının şiddetinde distorsiyon (işitsel illüzyonlar); ve kendisinden ve çevresinden kopma duygusu (uzaklık illüzyonları)¹⁰
2. Korku, hüznün ya da yalnızlık duygusu: Hoşnutluğun, mutluluğun ya da diğer olumlu heyecan hallerinin olmayışı
3. Görsel ve işitsel hallüsinasyonlar: "Dehşet verici ve tehdit edici

3 Kenneth DEWHURST ve A.W.BEARD, *Sudden Religious Conversions in Temporal Lobe Epilepsy*, *Epilepsy&Behavior* 4(2003), s. 78-87.

4 J.C. HOWDEN, *The religious sentiments in epileptics*, *J Ment Sci* 1872/1873; 18: 491-497.

5 W.P. SPRATLING, *Epilepsy and Its Treatment*, Philadelphia, WB Saunders, 1904.

6 W.A.TURNER, *Epilepsy*, London, Macmillan, 1907.

7 Stanislav GROF, *Die Erfahrung von Tod und Sterben*, s. 5. (Makale yazarın kendi web sitesinde yer almaktadır.)

8 Wilder PENFIELD, *The Mystery of the Mind: A Critical Study of Consciousness and the Human Brain*, Princeton University Press, 1975.

9 Bozulma, çarpılma, bükülme.

10 Bunların çoğu Havacılık ve Uzay Hekimliğinde bilinen "dizoryantasyon" çeşitleriyle örtüşmektedir.

mahiyette” insana benzer şekillerin algılanması; garip müzik ya da sesler; ve önceki hayat deneyimlerinin “yeniden canlanması”. Her iki temporal lobun üst ve yan yüzeylerinin uyarılması sırasında karmaşık görsel ve işitsel halüsinasyonlar ortaya çıkmaktadır. Elektriksel uyarım geçmiş deneyimleri ardarda çağırabilmektedir. Beynin içinde sanki bir sinema makinesi kurulmuş gibidir. Görüntüsüyle, sesiyle, düşünceleriyle önceki bir deneyim, ameliyat masasındaki hastanın zihninden geçiyor gibidir. Gerçek deneyim sırasında dikkat etmiş olduğu şeylere aynı şuurulu farkındalıkla bakar; herşey en küçük ayrıntılarına kadar geri gelir. Aynı zamanda, şimdiki anın da farkındadır.¹¹ O anı kaçırmaksızın geçmişine ait bir dönemi yeniden yaşar. Elektrik akımı kesildiğinde anıların yaşanması durur. Ama elektrik akımının tekrar uygulanmasıyla yeniden harekete geçirilebilir.

4. Düşüncenin zorlanması: Hastanın zihnine rastgele bir alay düşünce ve fikir otomatik olarak ve istenilmeden gelir.

Psişik nöbetin bu dört özelliğine ilave olarak, temporal ya da parietal korteksin bazı özel bölgelerinde çok çeşitli başka duyular yaygın olarak belirir: Heschl kıvrımında vızıltı sesi, uncus’ta kokular, insula’da sindirime ait duyular, tam insula’nın yukarısında kortekste tad almalar, insula’nın yukarısındaki “ikinci sensoryum” bölgesinden somatik duyular ve temporal ucun derin kısımlarında baş ve beden duyuları.¹²

Ölüme yakın deneyimler üzerinde araştırma yapan Dr. Melvin MORSE, Penfield’in bıraktığı arşivi ekibiyle birlikte incelemiş ve cerrahın elektrik akımıyla yaptığı bazı uyarıların beden dışı deneyimlere yol açtığını ortaya çıkarmıştır. “Bu anlarda operasyon altındaki hastalar “Şu anda bedenimden ayrıldım” gibi şeyler söyleyerek yaşadıklarını anında anlatabiliyorlardı. “Şimdi ayrıldım” veya “Şu anda yarı yarıya ayrılmış durumdayım” diyerek detaylı bilgiler veriyorlardı. Bu sırada Penfield’in taramakta olduğu bölge, sağ kulağın tam üzerinde,

temporal lobda bulunan Sylvian ayrığı bölgesi idi. Bu bölge uyarıldığı zaman hastalar, Tanrı’yı gördüklerini, ilâhî müziği duyduklarını, ölmüş yakınları ve arkadaşlarıyla karşılaştıklarını ve hattâ bütün yaşamlarının gözleri önünden geçtiğini söylüyorlardı.”¹³

Bedenden ayrılma, tünel deneyimi, öte âlemi ziyaret etme, Yüce Olan’la karşılaşma, hepimizin beynindeki donanımda mevcut olan imkânlardır. Penfield’in elektrikle yaptığı uyarılar gündelik yaşamda “kendi kendine” gerçekleştiği zaman, buna “epilepsi” veya “şaman hastalığı” diyoruz. Şamanik çağrı durumunda bu uyarıların öte âlem varlıklarınca yapılıyor olması kuvvetle muhtemeldir.

“Penfield elektriksel uyarıların ve epileptik boşalmaların etkilenen nöronların normal işlevlerini etkinleştirmekten çok durdurduklarına inanıyordu. Böylece yaşantısal ve yorumsal karşılıklar gerçekten de beynin henüz bilinmeyen ve işlevine normal olarak karşı çıkılan bir bölümü tarafından yaratılıyor olabilirler.”¹⁴ Penfield, bütün büyük kâşifler gibi, doğru iz üzerindeydi. Grigoriy Kalinin’e göre de, “bu tip rahatsızlığı olan hastalarda beynin normalde çalışmayan bölümü işleve girer.”¹⁵ Çok baskın olan “Yang” beyin yarıküremizin bastırıldığı ve işlemesine izin vermediği, stigma altındaki “Yin” bölümden bahsedilmektedir. Söz konusu elektriksel uyarıların ve epileptik boşalmaların, arabaları durduran ve yayaların geçmesine fırsat veren trafik polisine benzediği düşünülebilir. Hepimiz biliyoruz ki, yayalar altgeçitlerden, üstgeçitlerden ve başka garip yerlerden geçmeye mahkûm edilmişlerdir. Zihin dünyamızda denge kurmayı öğrendiğimiz zaman bunun değişeceğini göreceğiz.

1956’da Henri Gastaut, Van Gogh’un temporal lob krizlerinin başlamasıyla bir kişilik değişimine uğradığını ve bu değişimin hayatı boyunca artarak devam ettiğini öne sürmüştür.¹⁶ 1961 yılında Norman Geschwind, Dostoyevski’deki temporal lob epilepsisinin (TLE) yazarın yaşamına ve eserlerine etkisinden söz etmiş, 1970’lerin ortalarında ise, TLE hastalarının duygusal yaşamlarında

¹¹ Buna “şamanik bilinç bölünmesi” denir. Bilincin bir kısmının “burada”, bir kısmının “orada” olabilmesi, şamanlara ve şamanik deneyim geçirenlere mahsustur.

¹² Dr. Michael B. SABOM, Ölüm Anıları – Tıbbî Bir Araştırma, Ruh ve Madde Yayınları, İstanbul, 1992, s. 212-213.

¹³ Dr. Melvin MORSE & Paul PERRY, *İşiğa Bir Adım Kala*, Dharma Yayınları, İstanbul, 2006, s. 125-126.

¹⁴ Raymond E. FANCHER, *Ruhbilimin Öncüleri*, İdea Yayınları, İstanbul, 1990, s. 72.

¹⁵ Renan SEÇKİN, *Kâhin Vanga, Sınırötesi Yayınları*, İstanbul, 2009, s. 156.

¹⁶ Oliver SACKS, *Mars’ta Bir Antropolog, İletişim Yayınları*, İstanbul, 1997, s. 191.



ilginç bir yoğunlaşma (ve aynı zamanda bir daralma) söz konusu olduğunu, bu kişilerin felsefi, dinî ve kozmik konularla giderek daha çok ilgilendiklerini ifade etmiştir.¹⁷ "Birçok hasta, şaşırtıcı biçimde, çok daha üretken olmaya başlamıştı; yaşamöykülerini yazıyorlar, anı defterleri dolduruyorlar, resme yeteneği olanlar saplantılı bir biçimde durmadan tablolar yapıyorlardı. Bu kişilerde genel bir ermişlik, bir "misyon" ve "kader duygusu" hakimdi; az öğrenim görmüş, "entelektüel" olmayan ve bu konularla daha önce ilgilenmeyenlerde bile bu duygu seziliyordu.

Geschwind bu sendromun oluşumuna ve doğasına ilişkin görüşlerini meslektaş Stephen Waxman'la birlikte 1974 ve 1975'te yayınlayınca nöroloji dünyasında büyük bir olay yarattı.¹⁸

Bu kişilik tipine "Waxman-Geschwind sendromu" adı verilmiştir. Hipergrafi (aşırı yazı yazma), cinselliğe ilgisizlik, yoğun ve derin bir zihinsel yaşam, aşırı ahlâkçılık, aşırı dindarlık, felsefi ve mistik konulara büyük ilgi, soyut şeylerle takıntılı derecede meşgul olma, mizah duygusundan yoksunluk, bu sendromun işaretleri olarak tarif edilmiştir.¹⁹ Hipergrafi; aşırı günlük yazma, yaşamöyküsünü yazma, çok mektup yazma, görüşlerini, hayallerini ve projelerini yazma ve roman, öykü, şiir yazmayı içerebilir. Günlüğün zaman boyutu da bulunduğundan, bu eğilim, dördüncü ve beşinci boyutta varolma çabası olarak da anlaşılabilir.

Bu listede yer alan mizah yoksunluğu ile Şamanizm ve genel olarak ruhsallıkta var olan mizahın çelişkisi dikkat çekicidir. Büyük bir olasılıkla, Yin'den diğer yaratmayı ve şaman olmayı başaran bir hastada mizah anlayışı çiçek gibi açacaktır. Bu, potansiyeli ortaya çıkarabilme sorunudur.

Norman Geschwind'in "Epilepsy in the Life and Writings of Dostoievsky" adlı kitabı ve Waxman ile ortak yazdıkları "Hypergraphia in Temporal Lob Epilepsy" başlıklı makale²⁰ önemlidir.

17 Oliver SACKS, *agy*, s. 191.

18 Oliver SACKS, *agy*, s. 191-192.

19 S. WAXMAN & N. GESCHWIND, *The interictal behavior syndrome of temporal lobe epilepsy*, *Arch Gen Psychiatry* 32 (12): 1580-1586, 1975.

20 *Neurology* 24: 629-36, 1974.

1977 yılında da David M. Bear ile Paul Fedio'nun temporal lob epilepsisi ile ilgili makalesi yayımlanmış ve Waxman ile Geschwind'i doğrulamıştır. Bu makalede, mizah yoksunluğu, bağımlılık, takıntı, ince detaylarla çok meşgul olma, felsefi ilgiler ve öfke üzerinde durulmuştur. Prof. Dr. Norman Geschwind, 1979 tarihli bir yazısında, temporal lob epilepsisi hastalarının bu özelliklerinin davranış bozukluğu veya psikoz olarak değerlendirilemeyeceğini vurgulamıştır.²¹

Diğer yandan psikoloji bilimindeki gelişmeleri özetlersek, yirminci yüzyılın ortalarında Abraham H. Maslow Hümanistik Psikoloji akımını başlatmış, bu sayede Transpersonel Psikoloji'nin ortaya çıkması için gerekli zemin sağlanmıştır. Maslow'un bilime en büyük iki katkısı, hasta kişiyi değil, sağlıklı ve kendini gerçekleştirmiş kişiyi esas alması, dolayısıyla dikkatlerin ideal durumun ne olduğuna çevrilmesini sağlaması ve doruk deneyimleri tanımlayıp ayrıntılı olarak tarif etmesidir. Yirminci yüzyılın son otuz yılı ve yirmibirinci yüzyıl, Transpersonel Psikolojinin (Ben Ötesi Psikoloji de denmektedir) yükseliş yıllarıdır. Transpersonel Psikoloji, gündelik bilinç halinin dışında kalan bilinç hallerini "patolojik" saymadan, nötr bir tutumla ele almış ve ezoterizme açık bir yaklaşım sergilemiştir. Bu akımın temsilcilerinden biri olan Stanislav Grof, gözlemlemiş olduğu psikospiritüel kriz çeşitlerini şu şekilde listelemiştir:

1. " Şamanik krizler
2. Kundalini'nin uyanışı
3. Doruk deneyimler
4. Merkeze geri dönme yoluyla psikolojik yenilenme
5. Psişik açılma krizleri
6. Geçmiş yaşam deneyimleri
7. Ruhsal rehberlerle iletişim kurma ve kanallaşma
8. Ölüme yakın deneyimler
9. UFO'larla yakın karşılaşmalar

21 Norman GESCHWIND, *Behavioural Changes in Temporal Lobe Epilepsy*, *Psychological Medicine*, 1979, 9, 217-219

10. Posesyon durumları

11. Alkolizm ve uyuşturucu bağımlılığı.²²

1980'lerde Michael Persinger, hastalarının temporal (şakak) bölgelerini zayıf bir manyetik alanla uyardığında, bu kişilerin "yalnız olmadıklarını" ve "eterik bir varlığın orda bulunduğunu" hissettiklerini saptamıştır. Hastaların bazıları bunu dinî bir his olarak tarif etmiştir. Deneyi sağlıklı kişilerle tekrarladığında da aynı sonucu almıştır.²³

On yıllık bir süre zarfında her iki cinsten toplam 868 üniversite öğrencisinden topladığı veriler sonucunda, bu deneyimi yaşayan %19 oranındaki öğrencinin, mistik fenomenlere inandığını, genelde daha duyarlı ve solak olduğunu saptamıştır.²⁴ Bu belirtiler Yin baskınlığının işaretleridir. Persinger diğer bir makalesinde, dinde aşırı fanatikliğin, Tanrı adına başkalarını öldürme gibi aşırılıkların daha çok sağ ellilerde görüldüğünü ifade etmiştir.²⁵ Çünkü "ötekini ortadan kaldırma" veya "bertaraf etme", Yang bir eğilimdir.

Görünmeyen, başka bir varlığın orda olduğunu hissetme durumunu Persinger gibi, Edelman da saptamıştır.²⁶ Buna "ziyaret edilme deneyimleri" (visitation experiences) adı verilmektedir. Ziyaret ettiği hissedilen varlık Tanrı, başka bir yüce yahut sevilen varlık ve ölmüş akrabalar olabildiği gibi, istenmeyen, olumsuz, korkulan bir varlık da olabilmektedir.²⁷ Aynı makalede yer alan ve bahsetmeye değer bir vaka, tam anlamıyla bir dişil şamanik yol çağrısıdır. Psikiyatriste götürülen bir kadın, bir varlığın onu ziyaret ettiğini, bu varlığın onun cinsel organını uyardığını, seçilmiş olduğunu ve sol omzunda bir bebek silüetini

hissetmektedir. Ruhların seçtikleri kişilerle cinsel ilişkiye girme yoluyla da çağrı ve inisiyasyon gerçekleştirebildikleri, şamanik metinlerde sıklıkla rastlanan bir motiftir. Doğum yapma, simgesel ve inisiyatif bir faaliyettir.

Yazar, paranormal deneyimlerin çoğunun REM²⁸ uykusu esnasında gerçekleştiğini belirtmektedir. Bunun nedeni, astral seyahatin en yoğun ve derin şekilde REM uykusu esnasında gerçekleşiyor olmasıdır. Diğer uyku devrelerinde değil, sadece REM uykusunda beden felç olmuşçasına katılabilir ve diğer degajman belirtileri görülür. REM uykusuna duyulan özel ihtiyacın ve bebeklerin uykularının önemli bir oranını REM'de geçirmelerinin nedeni de budur. Bebeklerin astral seyahat ihtiyacı yetişkinlerden daha fazladır. Derin ve rüyasız uyku fiziksel bedeni onarmak ve yenilemek, REM uykusu ise astral seyahat gerçekleştirmek ve ruhsal rehberlik almak içindir. Bu konulara daha sonra değinilecektir.

Persinger'in meslektaşlarından biri olan Peggy Ann Wright, şamanik denilen deneyimler ile artmış şakak lobu faaliyetleri arasındaki bağlantı üzerinde çalışmıştır.²⁹ "Bunlar, yaşayanların ve ölülerin ruhlarıyla iletişime geçebilmek ve geriye şifa veren tavsiyeler getirebilmek adına deneyimin uzak alemlerine yapılan ruhsal yolculuklardır."³⁰

Temporal Lob Epilepsisi hastalarının, ateist dahi olsalar dinî vizyonlar görebildikleri, sonraki yıllarda anlaşılmıştır.

Epilepsili yazar Margiad Evans'tan yapılan birkaç alıntıyı burada aktarmak yerinde olacaktır.

"... Fiziksel olarak bir yerden girip tüm vücudu etkileyen bir esinti veya rüzgâr gibiydi. Şu ünlü şeytan etkilemesi olayı da saralıları nöbet geçirirken seyredenler tarafından değil de bu nöbeti geçirenlerin kendileri tarafından çıkarıldı mutlaka. Çünkü şiddetli nöbetler sırasında insan sanki bedenine korkunç, yabancı bir gücün girdiğini ve bu gücün bir kez içine girdikten sonra çıkmaya çalıştığını

22 Stanislav GROF, *Geleceğin Psikolojisi*, Ege Meta Yayınları, İzmir, 2002, s. 208-209.

23 Michael A. PERSINGER & Katherine MAKAREC, "Temporal Lobe Epileptic Signs and Correlative Behaviors Displayed by Normal Populations", *Journal of General Psychology*, Vol. 114(2), Apr 1987, 179-195.

24 Michael A. PERSINGER, *Preadolescent Religious Experience Enhances Temporal Lobe Signs in Normal Young Adults*, *Perceptual and Motor Skills*, April 1991, 72(2): 453-4.

25 Michael A. PERSINGER, *Paranormal and Religious Beliefs May Be Mediated Differentially by Subcortical and Cortical Phenomenological Process of the Temporal (Limbic) Lobes*, *Perceptual and Motor Skills*, Vol.76(1), February 1993, 247-251.

26 G M EDELMAN, *The Remembered Present: A Biological Theory of Consciousness*, New York, Basic Books, 1989.

27 Michael A. PERSINGER, *The Neuropsychiatry of Paranormal Experiences*, *Journal of Neuropsychiatry Clin Neurosci* 13: 515-524, November 2001.

28 *Rapid Eye Movements- Hızlı Göz Hareketleri. Rüya görülen ve beyin dalgalarının daha aktif olduğu, hafif uyku biçimi. Uykunun bir evresi.*

29 Danah ZOHAR & Dr. Ian MARSHALL, *Ruhsal Zekâmızla Bağlantı Kurmak-SQ*, Meta Basım Yayım San. ve Tic.Ltd.Şti., İstanbul, 2004, s.122.

30 Danah ZOHAR & Dr. Ian MARSHALL, *agy*, s. 122.



hisseder. Biraz doğuma benzer ama o kadar akıllıca değildir.”³¹

“Konuşma gücüm dudaklarımdan silinip alınıyor, hareket gücüm de çalınıyordu. İnsanların “Ne oldu?” diye sorduklarını duyduğum halde cevap veremiyorsunuz. Gözler bir eşyaya, bir nesneye takılıyor, sanki bir çağrıya kulak vermiş gibi kaskatı kesiliyorsunuz. Yardım edenlere arkanızı dönersiniz, odanın içindeki o korkunç şeyi, vücudunuzu görmek istemezsiniz.

Beni en çok dehşete düşüren şey, bir an için benliğimin gülerek o vücudu terk etmek istemesidir. İnanmayacaksınız ama bu gerçekten komik bir durumdur; hiç dehşete kapılanların aptalca bir gülme krizine tutulduklarını duydunuz mı? Kendimden geçmeden önce, son hatırladığım şey o gülüştür. Bir an sonra hiçliğe düşerim. Bu anlamsız ve korkunç neşe silinmeyen, unutulmayan ama korkutucu bir iz bırakır.”³²

Epilepsi nöbetlerinden sonra nedeni bilinmeyen gülme krizlerine sıklıkla rastlanır.

Önemli bir nokta da, hastanın nöbet sırasında sadece ve sadece sembolik tarzda düşünebiliyor olmasıdır. O anda bir sandalyeye bakıyor bile olsa, sandalyenin neyi sembolize ettiğini düşünecektir. Sembolizma ise Yin düşünce biçimidir. Çünkü hasta o esnada Yin alana girmiş bulunmaktadır: Enfüs’e, tünele, Ku’ya, ahret âlemine.

90’larda Vilayanur S. Ramachandran, temporal lob nöbetleri ile dinî deneyimler arasında bağlantı kuran yeni bulgular elde etmiştir. Şöyle yazmaktadır: “Eğer dinî inançlar sadece arzulu bir düşünme ile ölümsüzlük özleminin birleşik sonucu ise, temporal lob nöbeti geçiren hastaların yoğun dinî esrime deneyimlerini ve Tanrı’nın onlarla doğrudan konuştuğuna dair iddialarını nasıl açıklarsınız? Birçok hastam bana “herşeyi aydınlatan tanrısal bir ışık”tan veya “gündelik hayata fazla gömülmüş sıradan zihinlerin erişiminin ötesinde, güzellik ve büyüklüğünü onların anlayamayacağı nihai gerçek”ten bahsetti. Tabii ki, bir şizofreni hastası gibi hallüsinasyon yaşıyor olabilirler, ancak bu tür hallüsinasyonlar niçin sadece temporal lobda ortaya çıkıyor? Bu hastalar niçin domuzlar veya

eşekler görmüyor?”³³

“Tanrı biz “normal” insanlara sadece bazı özel anlarda daha derin bir gerçeği algılama imkânını bahşetmiştir (benim için bu, çok etkileyici bir müzik dinlerken veya teleskoptan Jüpiter’in uydusuna bakarken olabilir), fakat bu hastalar, her nöbet geçirdiklerinde Tanrı ile doğrudan karşılaşma imtiyazına sahipler. Bu deneyimin “gerçek” mi, “patolojik” mi olduğunu söylemeye kim yetkilidir?”³⁴ “Nöbetler –veya ziyaretler- genelde sadece birkaç saniye sürmektedir. Ancak bu kısa fırtınalar bazen hastanın kişiliğini daimi olarak değiştirebilmektedir. Öyle ki, bu kişi nöbet geçirmediği zamanlarda da başkalarından farklıdır.”³⁵ “Bu hastaların bazıları bana mistik sembollerle dolu yüzlerce sayfalık yazılar verdiler. Bu kişilerin bazıları iletişimde sıkıntılı, tartışmaya eğilimli, aşırı ahlâkçı ve benmerkezci (aslında meslektaşlarımda bu özellikler daha fazla var); felsefi ve teolojik konularla da takıntılı denecek kadar fazla meşguller.”³⁶

Bu konuda en çok dikkatini çeken hastası Paul’ü anlatmıştır. Paul ile yaptığı konuşmaları buraya aktarıyoruz.

Sekiz yaşından başlayarak nöbet geçirdiğini ifade eden Paul, ilk nöbetinde parlak bir ışık gördüğünü ve birden herşeyin onun için çok duru ve açık hale geldiğini söylemiştir. “Bu bütün kuşkuları silip süpürdü” demiştir.³⁷

Ramachandran “Biraz daha spesifik olabilir misin?” deyince şu cevabı almıştır: “Bu pek kolay değil, doktor. Bu, küçük bir çocuğa seksin zevkini anlatmaya çalışmaya benziyor.” Ramachandran bunu anlamış ve ona seksin zevki konusunda ne düşündüğünü sormuştur. Paul “Beni ilgilendirmiyor. Benim için pek bir anlam ifade etmiyor. Gördüğüm tanrısal ışığın yanında pek solgun kalıyor” demiş, ancak az sonra Ramachandran’ın iki kız öğrencisi geldiğinde onlarla flört etmiştir. Ramachandran, “Libido kaybı ve seks ritüelleriyle çok meşgul olma gibi çelişkili bir birleşim, temporal lob epilepsisinde sıklıkla görülebilmektedir” di-

³¹ Bert KAPLAN, *Akıl Hastalarının İç Dünyası*, Öteki Yayınevi, Ankara, 1994, s. 303.

³² Bert KAPLAN, *agy*, s. 304.

³³ V.S.RAMACHANDRAN & Sandra BLAKESLEE, *Phantoms in the Brain*, Quill, 1999, ABD, s.176-177.

³⁴ V.S.RAMACHANDRAN & Sandra BLAKESLEE, *agy*, s. 179.

³⁵ V.S.RAMACHANDRAN & Sandra BLAKESLEE, *agy*, s. 179-180.

³⁶ V.S.RAMACHANDRAN & Sandra BLAKESLEE, *agy*, s. 180.

³⁷ V.S.RAMACHANDRAN & Sandra BLAKESLEE, *agy*, s. 180.



yor.³⁸

Ertesi gün Paul ona kendi el yazılarını getirmiştir. Bu yazılar felsefe, mistisizm, din, Teslis'in doğası, Davud'un Yıldızı gibi konularla, resimlerle, garip mistik sembollerle ve haritalarla doludur. Dahası, Paul, her nöbetinde bir kitaptan birkaç satır veya paragraf algıladığını, sonra bunları not edip biraraya getirdiğini söylemiştir. Parçaların hepsi aynı kitaptan değildir. Paul o kitabı kaybetmiş olduğu için orijinaliyle karşılaştırma yapamamıştır.³⁹

Ramachandran O'na Tanrı'ya inanıp inanmadığını sorduğunda, "Başka ne var ki?" diye cevap vermiştir.⁴⁰

Ramachandran, temporal lob epilepsisi olan hastalarda şöyle bir mesaj veren bir tavır ve tutum saptamıştır: "Ben seçilmiş olanım. Tanrı'nın işini siz daha eksik varlıklara iletmek, benim görevim ve ayrıcalığımdır."⁴¹

Temporal lob sadece epilepsi hastalarında değil, bütün insanlarda bulunduğundan, burada bir "Tanrı modülünün" saklı olup olmadığı konusu herkesi ilgilendirmektedir.

Ramachandran iki doktor arkadaşına bu konudan bahsetmiş, onlar da Paul ile benzer özelliklere sahip olan birer hastalarını seçmişlerdir. Bu hastalara bir deneye katılmak isteyip istemedikleri sorulmuş, istekli olmaları üzerine ikisi, rahat koltuklara oturtularak, ellerine elektrotlar bağlanmıştır. Tepkileri Galvanic Skin Response (GSR) cihazından izlenmiştir. Karşılarındaki bilgisayar ekranında sırayla değişik görüntüler gösterilmiştir. Değişik kelimeler, resimler, çeşitli nesnelerin fotoğrafları, aile resimleri, yabancı yüzler, cinsel çağrışımlar yapan ve pornografik resim ve kelimeler, şiddet ve vahşet görüntüleri, dinî resimler ve kelimeler.

Ramachandran "Siz veya ben bu deneye katılsaydık, şiddet ve cinsellikle il-

gili görüntülerde daha yüksek bir GSR tepkisi verirdik" diye yazmıştır.⁴² Bütün resim-şekil-söz kategorilerine eşit şekilde tepki veren iki hastanın grafiği, sadece dinî söz ve ikonlar gösterilirken ciddi şekilde yükselmiştir. Cinsel içerikli söz ve resimlerden dahi etkilenmemişlerdir.⁴³

Ramachandran şunu ilave etmiştir: "Her temporal lob epilepsisi hastasının dindar olmayacağını vurgulamak istiyorum. Temporal korteks ile amigdala arasında birçok paralel nöron bağlantısı var. Hangileriyle ilgilendiklerine bağlı olarak, bazı hastalar kişiliklerini farklı yönere sevk edebilir, yazmayla, resim yapmayla, felsefeyle veya nadiren seksle takıntılı şekilde meşgul olabilir. Bu durumda GSR tepkileri dinî ikonlarda değil, başka görüntülerde yükselir."⁴⁴

Bu kişilerin yoğun sanat ve yazma faaliyeti, Yin'den değer yaratma yönünde bir çaba olarak değerlendirilebilir, ancak kontrolsüzdür ve farkındalıklı şekilde yapılmamaktadır.

Bu kişilerin yoğun sanat ve yazma faaliyeti, Yin'den değer yaratma yönünde bir çaba olarak değerlendirilebilir, ancak kontrolsüzdür ve farkındalıklı şekilde yapılmamaktadır.

Temporal lob epilepsisiyle ilişkili bulunan Capgras' sendromunda, temporal korteksin duyu alanları ile amigdala arasında bir "hiper-bağlantı" olmaktadır. Bu kadar kuvvetli bir bağlantı ve tekrar eden nöbetler, hastanın belli bir nöron bağlantısının temsil ettiği şeye aşırı önem vermesine ve herşey onun etrafında dönüyormuş gibi algılamasına yol açmaktadır.⁴⁵ Kendini birşeye adanmanın nörofizyolojik karşılığı bu olabilir.

Paul'ün yaşadığı şeyin şamanik çağrı olduğuna şüphe yoktur. Oliver Sacks, "Temporal lob epilepsisi geçiren birçok kişide görülen bu ruh hali, bazılarının yaşamını zenginleştirse de, çoğunlukla yıkıcı etkileri oluyordu" demiştir.⁴⁶ Şamanik çağrının farkına varılmadığı ve gereği yapılmadığı takdirde yıkıcı etki

38 V.S.RAMACHANDRAN & Sandra BLAKESLEE, agy, s. 181.

39 V.S.RAMACHANDRAN & Sandra BLAKESLEE, agy, s. 181.

40 V.S.RAMACHANDRAN & Sandra BLAKESLEE, agy, s. 182.

41 V.S.RAMACHANDRAN & Sandra BLAKESLEE, agy, s. 184.

42 V.S.RAMACHANDRAN & Sandra BLAKESLEE, agy, s. 186.

43 V.S.RAMACHANDRAN & Sandra BLAKESLEE, agy, s. 186.

44 V.S.RAMACHANDRAN & Sandra BLAKESLEE, agy, s. 186-187.

45 V.S.RAMACHANDRAN & Sandra BLAKESLEE, agy, s. 248.

46 Oliver SACKS, Mars'ta Bir Antropolog, İletişim Yayınları, İstanbul, 1997, s.195.



kaçınılmazdır. Bunun gereğini yapıp yaşamımızı zenginleştirmekten başka çaremiz yoktur.

Bu konuda önem taşıyan bir başka çalışma da, Saver ile Rabin'in 1997 yılında yayımladığı makaledir. Yazarlar önce Hardy ve arkadaşlarının⁴⁷ yaptığı bir dinî deneyim kategorizasyonunu aktarmışlardır:

1. "Kişinin yaşamında garip bir şekilde meydana gelen ve onu ikna eden olaylar"⁴⁸
2. Tanrının varlığına dair bir farkındalık
3. Duaya cevap aldığına dair bir farkındalık
4. Adı Tanrı olmayan bir varlık tarafından gözetildiği, bakıldığı veya yol gösterildiği hissi
5. Ölmüş birinin huzurunda olduğunu hissetme
6. Doğada kutsal bir varlık olduğuna dair bir farkındalık
7. Kötü bir varlığın bulunduğua dair bir farkındalık
8. Herşeyin "bir" olduğunu olağandışı bir şekilde deneyimleme ve hissetme."⁴⁹

"Depersonalisation", "derealization" ve "yabancılaşma" terimleriyle ifade edilen "ben aslında ben değilim" hissi ve algıladıklarının gerçek olmadığı hissi, aslında o insanın birkaç saniyeliliğine bu Maya dünyasının dışına çıktığını gösterir. Hissettikleri doğrudur. Dünya bir tiyatro sahnesidir, herşey bir oyundur, fiziksel bedenlerimiz tiyatro kostümleridir, kişiliklerimiz ruhsal özümüzü ifade etmemektedir ve dünyamız bir yanılsamalar dünyasıdır. Bunun farkına varmadan yaşayanlara "normal", farkına varıp bunu ifade edenlere "hasta" denmektedir.

⁴⁷ Hay D: "The biology of God": What is the current status of Hardy's hypothesis?, *International Journal for the Psychology of Religion* 1994; 4: 1-23 ve Hardy A: *The Spiritual Nature of Man*, Oxford, Clarendon Press, 1979.

⁴⁸ Bu tür olaylar, "eşzamanlılık" kapsamında değerlendirilebilecek anlamlı rastlantılar olabilir. Tasavvufi adı ise "tevfuk"tur. (Denk gelme, uygunluk.)

⁴⁹ Jeffrey L.SAVER&John RABIN, *The Neural Substrates of Religious Experience*, *Journal of Neuropsychiatry*, Volume 9, Number 3, Summer 1997, s.498-510.

"Orada olmadığını hissetme" fenomenleri de, astral boyutta oradan uzaklaşmış olduğunu hissetmekten ibarettir ki, zaten küçük nöbetlerin adı olan "absence" da "orada olmamak" demektir.

Yazarlar, tarihteki birçok önemli kişiliği epilepsi belirtileri açısından incelemişlerdir. Dinler tarafından önem atfedilen birçok mistik ve bazı büyük sanatçılar, bu belirtileri kısmen göstermektedir. Ölüme yakın deneyimleri ve hallüsinasyonları de inceleyen yazarlar, mistik ve psikotik durumları karşılaştıran bir tablo hazırlamışlardır. Psikozlarda kayıtsızlık, korku veya yılgınlık hissedilirken, mistik deneyimlerde sevinç ve kendinden geçme vardır. Psikozlarda inançlar toplumun ve kültürün reddettiği inançlar iken, mistik deneyimlerde, kültürel olarak kabul edilen inançlardır. Psikozda kişi kendini yüceltirken, mistik deneyimlerde başka bir varlığı yüceltmekte ve kendini önemsizleştirmektedir. Birlik, zamansızlık ve mekânsızlık hisleri, algılanan gerçekliğin dışına çıkma gibi deneyimlerin limbik sistemle ilişkili olduğunu ve temporolimbik epileptik deşarjların bunlara yol açabileceğini ifade etmişlerdir.⁵⁰

Andrew Newberg de benzer belirtileri paryetal lobda tespit etmiştir. Dinî deneyimler açısından beynin sol paryetal lobunda yer alan "nedensel (causal) işlemcinin" ve gerçekliği bir bütün olarak algılamayı sağlaması nedeniyle sağ paryetal lobdaki "bütüncü (holistik) işlemcinin" büyük önem taşıdığı anlaşılmıştır.⁵¹

NEDİR BU TEMPORAL LOB?

Wilder Penfield, yirminci yüzyılın ortalarında, hastalarından bazılarının şakak lobunu uyarmasının çok belirgin ve canlı bir şekilde bedenlerini terk etme duygusu meydana getirdiğini bulgulamıştır.⁵²

Dr. Melvin Morse, "Ölüm Sonrası Deneyimler" adlı kitabında, sağ şakak lobu için şu ifadeleri kullanmıştır: "Burası beynin mistik deneyimler tarafından faaliyete geçirilen bölgesidir." "Burası, kompleks dil, kendinin bilincinde olma, uzun

⁵⁰ Jeffrey L.SAVER&John RABIN, *agm*.

⁵¹ Andrew B. NEWBERG & Stephanie K. NEWBERG (bölümün yazarları), *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality*, editörler: Raymond F. PALOUTZIAN ve Crystal L. PARK, Guilford, 2005, New York, s. 200-201.

⁵² Dr. Melvin MORSE, *Ölüm Sonrası Deneyimler*, Ege Meta Yayınları, İzmir, 2000, s.181.



vadeli planlama, gündüz düşleri ve duyguya, bütünle, şuurla olan bağımızdır, kutsalla olan bağımızdır.” “Sağ şakak lobu mistisizm devre anahtarıdır.” Temporal lobun adı, “temple”, yani “tapınak”, “ibadet yeri” kelimesinden gelir. Bu bölgenin Kabala Yaşam Ağacında da YHV’ye (Yahve, Tanrı’nın adı) denk geldiğini Bilgi Kanalları bölümünde görmüştük. Orada sefirotlara çeşitli beyin bölgelerinin adlarını vermiştik. Ancak böyle birşey yapmadığımız zaman dahi aynı bölge Kabala’nın orijinalinde sağ şakak lobunun karşılığıdır. (Resme bakınız.) Sağ temporalin jeomanyetik aktiviteye karşı daha duyarlı olduğu da, önceki bölümlerde belirtilmişti. Bu, kütle çekim kuvvetine karşı duyarlılığı da ifade eder.

Persinger 1993’te meditasyon yapan kişilerde temporal lobların daha faal olduğunu yazmıştır. Ayrıca sanatsal faaliyetler ve ilham da temporal lobla ilişkili bulunmuştur.⁵³

Şakak bölgelerinden birinin fazla vurgulanması o kadar doğru olmayabilir. TLE hastalarında “sorun” iki şakak arasında sıklıkla yer değiştirebilmekte, ancak rahatsızlık daimi olarak kalabilmektedir. Şakakların ikisi de Yin-Yang dengesi veya dengesizliği ile yakından ilişkilidir.

Dr. Melvin MORSE, ölüme yakın deneyimin anatomik konumunun sağ şakak lobu olduğunu, beyin ölürken sağ şakak lobunun bölümlerinin ilk defa layıkıyla çalışmaya başladığını vurgulamaktadır.⁵⁴

Temporal lobları epilepsi hassasiyetine sahip bir insan için (nöbet geçiriyor olsa da, olmasa da), hayatın birincil zevki, Yüce Olan’ın huzurunda huşû duygusu ile titremektir. Bunun dışındaki zevkler gülünç, boş ve anlamsız şeylerdir. Hayattaki herşey bu temel birincil zevki yaşamak için kullanılabilir. Kişi, bir çiçeğe veya akan sulara bakarak Yaratıcı’yı onlarda görebilir ve huşû ile dolabilir. Bu, söz konusu varlıkları bir model olarak kullanmak demektir. Model olarak insanlar da kullanılabilir ve Yaratıcı’yı bir insanda görerek huşû duygusuyla dolmak mümkündür. Ancak model olarak insanı kullanmak çok daha fazla dikkat gerektirir. Çünkü bir insanı ilâhlaştırmak ve eşkoşma yapmak söz konusudur. Eşkoşmamak için;

1. Ne yaptığının farkında olmanız,
2. Karşınızdaki insanın bir ilâh olmadığını, bir fani olduğunu aklınızda tutmanız,
3. Yaratılmış olana olan hayranlığınızı Yaradan’a yönlendirmeyi bilmeniz, bunun egzersizini sık sık yapmanız,
4. Bu insanla duygusal bir bağ kurmaktan kaçınmanız gerekir. Ona duygusal olarak bağlanacak olursanız büyük sorunlar yaşanır.

Temporal lob epilepsisinin “hiper bağlantı”sı, biriken çok yüksek bir enerjiyi sadece bir veya iki konuya kanalize etmek anlamına gelmektedir. Sağlıklı insanlar aynı enerjiyi yaşamın bütün alanlarına dengeli olarak dağıtırlar. Bu kişi kendini daraltır, daralttığı ölçüde derinleşir ve bu tutumuyla kendine “doğal bir tünel” yaratır. Astral yolculukla tünele girme imkânı olmayan, farkındalık düzeyi buna elvermeyen insan, bu yolla tünele girmeye çalışır. Ancak yaptığının ne olduğunu fark etmez. Yoğunlaştığı konu din olabileceği gibi, müzik, resim, başka bir sanat dalı, bir bilim dalı, -özellikle de- dil yetisiyle bağlantısı olan bir alan da olabilir.

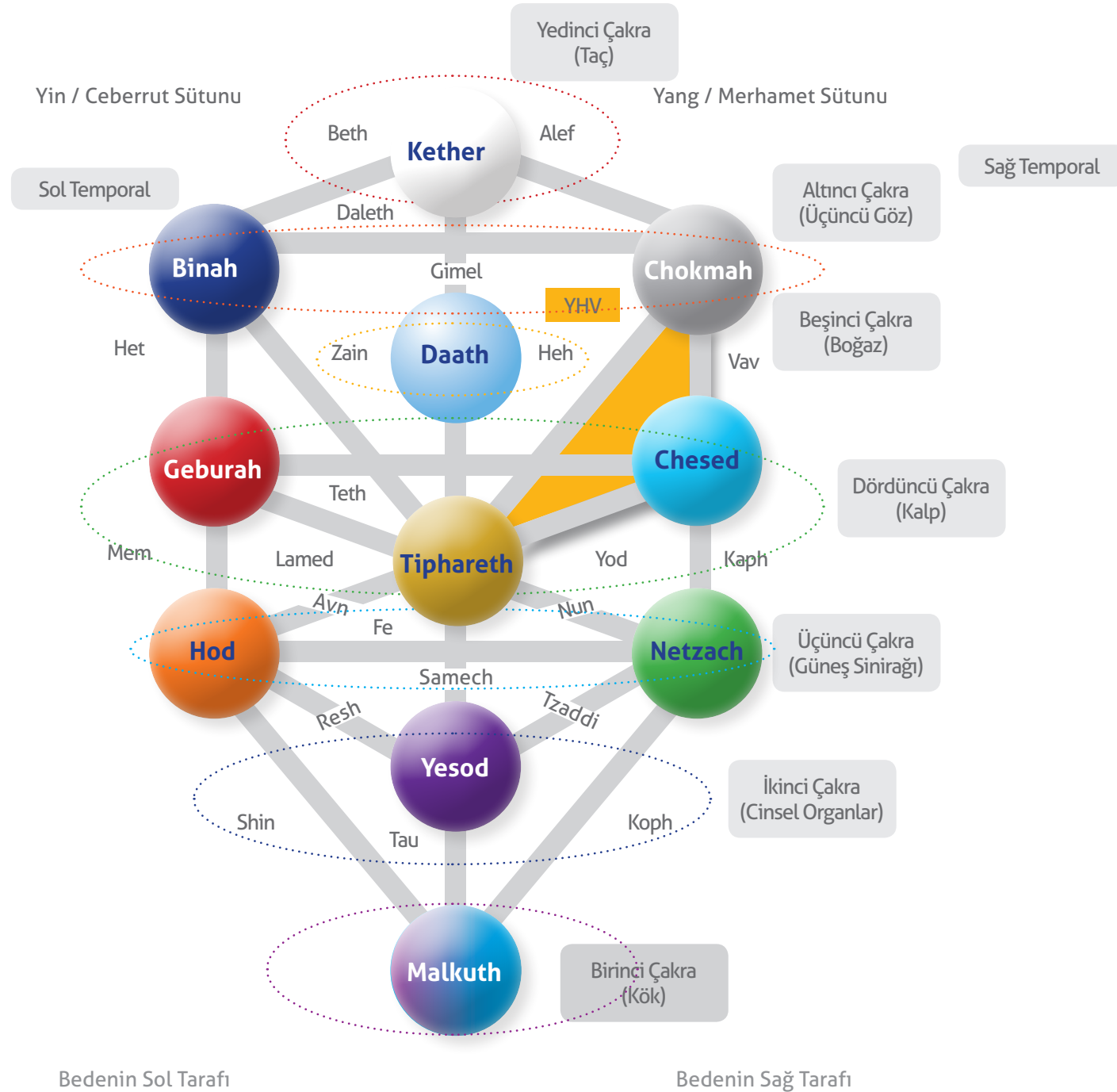
Hipergrafisi olmayan bir insan günlük tuttuğunda, kendisi için önemli olan şeyleri yazar. Hipergrafi yaşayan insan ise zihninden geçen herşeyi hiç eleme yapmadan kâğıda döker. Ayrıca buna o bağlam içinde zihninden geçmesi “gerektiğini” düşündüğü şeyleri de ekler. Böyle bir içsel talebi karşılamak çok zordur. Çok fazla enerji ve zaman tüketir. Bunu yaşayan kişi, yapması gereken şeyleri yazmaktan, o şeyleri yapmaya zaman ve enerji bulamaz. Yazdıklarını da olabildiğince estetize eder, ara sıra döner, okur.

Hipergrafi, şaman âyininin veya bir din adamının vaaz vermesinin yerini tutan bir davranış olabilir. Zihninden geçen herşeyi yazma zorunluluğunu duymak ve bir arşivci gibi davranmak, öte âlemden tebliğ alan birinin kendisine verilen tüm bilgileri aynen aktarmasını çağırıştır. Bu kişi bir şamana dönüştüğünde ve hipergrafinin yerini şaman âyini aldığında, mizah yoksunluğu ve aşırı ciddiyet de, mizah ve neşeye dönüşebilir. Hiper bağlantının işlevi, kişiyi hizmet ve adanma yoluna kanalize etmektir. Buna kanalize olunup birikmiş yüksek enerji hizmetle boşaltıldığında, hiper bağlantının işlevi sona erecektir.

⁵³ Todd R. MURPHY, *The Role of Religious and Mystic Experiences in Human Evolution: A Corollary Hypothesis for NeuroTheology, NeuroQuantology, December 2010, Vol.8, Issue 4, s.495-508.*

⁵⁴ Dr. Melvin MORSE, *agy, s. 221 ve 227.*

Yaşam Ağacı ve Çakralar





Çok yükselmiş Yin unsuru ve epilepsi aynı kişide olduğunda, şu tür ruh halleri görülebilir:

- Tüm enerjisini kanalize ettiği bir iki konu dışındaki tüm konuları anlamsız bulmak
- Başkalarının ilgilenmediği ve hiç dikkat çekmeyen detaylarla, hattâ bazen, kimsenin hoşlanmadığı, iğrenç sayılan şeylerle uğraşmak ve bunu bu detaylarla uğraşmayan insanların yerine de yaptığını, genel bir eksiği telâfi ettiğini varsaymak
- İçi sürekli fokur fokur kaynıyor halde olmak ve bunun ancak az bir kısmını dışarıya yansıtabilmek
- Büyük potansiyelini etrafa hissettirmek, ama açığa çıkaramamak
- Tepkisel, öfkeli ve sabırsız olmak, bu nedenle salim bir kafa ile düşünerek karar vermede eksiklik
- Herşeyi abartılı bir şekilde yaşamak, “ya hep ya hiç” yaklaşımı⁵⁵
- Aşırılığı ve sınırları geçmeyi sevmek
- Üşengeçlik ve yapması gereken işleri erteleme eğilimi
- Çabuk yorulmak
- Kendine ve başkalarına verdiği sözleri tutamamak, kendisi için çizdiği plan ve programları hiç uygulayamamak
- Kendi denklere ve yaşlıları yerine otoriteyi temsil eden kişilerle arkadaş olmaya çalışmak ve onlara “yapışmak”⁵⁶
- Çok durarak, “reklam araları” vererek konuşmak
- Kendini hemen hemen hiçbir konuda kontrol edememek (Yin yükseldikçe insanın kendini kontrol etmesi zorlaşır)

55 “Ya hep ya hiç” (All or Nothing), beyindeki voltaj kapılı iyon kanallarının çalışma prensibidir. Eşik değerini aşmamak “hiç”, aşmak ise “hep” anlamına gelmektedir. Böylece “hep” durumunda nöbet tetiklenir (Depolarizasyon gerçekleşir).

56 Bunun bir mürşit aramakla bağlantılı olduğunu düşünüyoruz.

- Kendini kontrol edememe nedeniyle, niyeti çok temiz olsa dahi, bencil, kaba, saygısız ve geçimsiz bulunmak; genel bir iletişim sıkıntısı
- Çile çekmeyi ve değer verdiği şeyler için yaşamını feda etmeyi arzulamak
- Dinî ve felsefî arayış içinde olmak, içinde bulunduğu çevreye ve topluluğa aykırı görüş ve öğretiler benimsemek ve çevrenin onu dışlayıp cezalandırmasına rağmen bu görüşlerini her yerde açıkça dile getirmek
- Hiçbir faaliyetin kuralını ve tekniğini öğrenmekten hoşlanmamak, herşeyi kurlsız, özgürce ve doğaçlama yapmayı istemek, teknik bilginin doğallığı ve orijinallığı bozduğunu düşünmek
- Can sıkıcı durumlarda başağrısı yaşamak
- Çok dağınık bir zihin, her cümlede yeni bir konuya atlamak (gerek yazarken, gerekse konuşurken)
- Birşeyden çabuk sıkılmak, konsantrasyonun kısa süreli olması
- Zamanı daha yavaş algılamak, zamanın geçmek bilmemesi
- Yaşamdaki her basit detayın içinde büyük, evrensel gerçekleri bulabilmek (sembolik/metaforik düşünme eğiliminden⁵⁷ dolayı) ve bazı basit şeyler için “Bu görüldüğü kadar birşey olamaz, mutlaka daha büyük birşeyleri simgeliyor” varsayımıyla hareket etmek (ancak bu her zaman bilinçli olmaz)
- Başka insanların da var olduğunun farkına varamayacak kadar kendi içine gömülmek

ÖLÇÜSÜZ YİN GÖRÜNTÜLERİ

Epilepsiyle ilişkisi olsun veya olmasın, çok yüksek ve ölçüsüz Yin, şöyle bir profil de çizebilir: Gelecekle ilgili hiçbir düşüncesi, motivasyonu ve hedefi olmayan, sadece bugünü yaşamaya bakan, sorumluluk duygusu bulunmayan, herşeyi olurluna bırakan, bir çaba sarfetmesi gerektiğini aklından dahi geçirmeyen,

57 Michael WINKELMAN, *Shamanism as Neurotheology and Evolutionary Psychology*, American Behavioral Scientist, Vol.45, No:12, August 2002, s.1873-1885.



dışarıdan bir dürtme veya zorlama olmadan hiçbirşey yapmayan, hiçbir yolla motive edilemeyen, rahatına ve keyfine düşkün, sadece canının istediği şeyleri yapan ve canının istemediği şeyleri katiyen yapmayan, bunları yapmamak için her zaman sonsuz bahanesi bulunan, enerjisini bahane üretmeye harcayan, bu bahanelerle kendini haklı çıkaran ve karşısındakileri şaşkına çeviren, ikna eden, başkalarına dayanarak yaşamaktan rahatsız olmayan, bağımsızlığına önem vermeyen, kabiliyeti olduğu halde onu kullanmamakta ve yüksek potansiyeli olduğu halde bu potansiyeli açığa çıkarmamakta ısrar eden bir kişi. Bu profili harekete geçirebilecek tek şey vicdan rahatsızlığı ve suçluluk duygusudur. Vicdanı rahatsız edildiği zaman harekete geçer ve kendisinden istenen şeyi yapar. Ancak bu kalıcı bir değişiklik değildir. Aynı işi başka zaman tekrar yapması istendiğinde, vicdanının tekrar rahatsız edilmesi gerekir. Hiçbir ödül vaadi, rüşvet ve (suçlama içermeyen) tehditler yahut yaptırımlar onu değiştiremezken, suçluluk duygusu, onun tekâmüle açılan kapısıdır. Olumsuz ve yıkıcı bir duygu olan suçluluk duygusu, böyle bir durumda olumlu ve işlevsel bir hale gelir.

Bu profili çizen kişinin suçluluk duygusuna "ihtiyacı" vardır. Ancak ihtiyaç bittikten sonra suçluluk duygusu bir giysiye çıkarıp atar gibi ortadan kaldırılamaz, çünkü içe işlemiş olur. Ondan kurtulamamak da yeni sorunlar yaratır. Depresyon ve benzeri rahatsızlıklara, kendine eziyet etmeye, ölmeyi istemeye neden olabilir. Yin'in ölçüsünün kaçmış olduğu bu tür durumlarda, Yin'i azaltma ve Yang'ı yükseltme çabaları sonuç vermez. Yin'den değer yaratma çabası, sonuç verebilecek ve anlamlı olabilecek tek yol olur.

Yang unsuru baskın bir insan için suçluluk duygusu hiç tahammül edilemeyecek ve ne pahasına olursa olsun kaçınılması gereken bir duygu iken, Yin unsuru baskın bir insan için suçluluk olağandışı bir duygu değil, yaşamın bir parçasıdır. Kabul edilebilir, tahammül edilebilir, yaşanabilir ve gelişime hizmet eden birşeydir.

Yüksek Yin'in çizebileceği bir diğer profil, sıradanlaşma korkusu ile hareket etmek, bütün yaşamını ve davranışlarını sıradanlaşmayacak şekilde düzenlemektir. Dengesiz Yang'ın kibri dünyevî başarısının daha fazla olmasından ileri gelirken, dengesiz Yin'in kibri, "farklı" olduğunu hissetmesinden ve dünyayı kendine lâyük bulmamasından ileri gelir. Dengesiz Yang dünyayı kabullenmiş

ve dünyanın kurallarına göre oynamıştır. Dengesiz Yin ise dünyayı kabullenmez ve kendini dünyanın kurallarının dışında sayar. Bütün dünyevî gereklilikler onu sıradan ve dünyevî bir insan haline getireceği için bunlardan kaçır. Hem bunlardan kaçırıp hem de hayatını idame ettirebilmek zordur. Bunun için kestirme yollar, ara formüller bulmaya çalışır ve bütün zekâsını, bütün enerjisini bu yönde kullanır. Topraklanmayı ve dünyevîleşmeyi reddeden dengesiz Yin, dünyevî bakış açısı ile, kimsenin hiçbir işine yaramaz. Maneviyat açısından ikna edilebilirse, en adanmış hizmetkâr haline gelir. Ancak dünyevî gerekçelerin hiçbirini onu ikna edemez ve onun için bir anlam ifade etmez.

Aşırı Yin durumunda kişinin zihni şu şekilde de işleyebilir: "Yaşadığım şeyler o kadar olumsuz ki, ancak lânetli olma ile açıklanabilir, başka açıklaması yok." Eğer kendini lânetli sayarsa, zihninde negatif bir fon oluşturur. Herşey zamanla bu fona uyarlanmaya ve bu fon tarafından doğrulanmaya başlar. O zaman gerçekten de "lânetli" bir yaşamı olur. Bunu kendi zihniyle yapmıştır. Böyle bir zihinsel fon insana (ve yakınlarına) çok ağır bir bedel ödetir ve bundan kurtulmak kolay olmaz. Her türlü negatifiğe kendini açmış olacağından, yaşamı negatif tesirlerle dolar ve bu tesirler "artık git" demekle gitmezler. Bu nedenle böyle bir sürecin hiç başlamaması için mümkün olan herşey yapılmalıdır. Ne yaşanırsa yaşansın, "Ben lânetli miyim acaba?" gibi sorulara kesinkes olumsuz cevaplar verilmelidir: "Hayır, böyle birşey yok. Ben iyi bir insanım. Sadece zor şeyler yaşıyorum, o kadar."

SAPMA

Bir enerji çok yükselir ve uygun şekilde kullanılamazsa, yolundan sapar. Onunla ilintili işlevlerde yön değiştirme durumu ortaya çıkar. Epilepside, öncelikle de temporal lob epilepsisinde, çok yükselen ve amacına uygun kullanılamayan bu enerji, Yin'dir. Bünyemizde ve yaşamımızda Yin ile ilişkili işlevler; yaşama sevinci, zevk alma, yaratıcılık, sanat, cinsellik, suçluluk duygusu ve mizahıdır. "TLE Kişiliği" başlığı altında yapılan kişilik tariflerinde, bu işlevler yön değiştirmiştir.

Yaşama sevinci ve zevk alma kabiliyeti, yerini depresyona bırakmıştır.

Yaratıcılık ve sanat, bazen aşırı ölçüde bir sanat faaliyetine, bazen hipergrafi



ya da bir konuda takıntıya dönüşmüştür. Antiepileptik ilaç alan veya VNS (Vagus Nerve Stimulator) tedavisi gören hastanın hipergrafisi ve takıntıları azalır, ancak bunun yanı sıra sanatsal yaratıcılığı da azalır. Bu son husustan dolayı epilepsi tedavisinden kaçınan sanatçılar vardır.

Cinselliğe ilgi azalır, çünkü hasta erotik zevki başka şeylerden almaktadır. Bu zevkin tek yolu cinsellik değildir. Zihinsel ve ruhsal zevk bunun yerini tutar ve insan zihinsel seviyede de bir esrime yaşayabilir.

İnsanı zihinsel esrimeye götürebilen herşey erotik olarak nitelendirilebilir. “Meselâ epifizin salgıladığı melatonin, pinolin, dimetiltriptamin gibi hormonlar insana mistik zevk ve metafizik hazlar verirler.”⁵⁸

Nasıl ki Wilhelm Reich literatüründe “cinsel” kelimesini “enerjetik” diye anlamak gerekiyorsa, “erotik” kelimesi de “tünele yönlendiren” anlamında kullanılabilir. Tünel deneyimi ve ona doğru yaklaştıran herşey bir zevktir. Çocuk parklarındaki oyuncakların işlevi de budur. Kaydıracağın, salıncağın, dönen aletlerin verdiği zevk, tünele doğru yaklaştırmalarından kaynaklanır. Çocuk biraz büyüyünce bu oyuncakların yerine aşk ilişkilerini koyar. Bütün bağımlılıklar da tünele yönlendirme etkisinin sahte versiyonlarıdır. Gerçeğinin yerine kullanılarak, aynı etki yaşanmaya çalışılır.

Cinselliğe ilginin kaybı, ayrıca, Kundalini’nin uyanmış ve ikinci çakrayı geçmiş olması halinde de mümkündür. Böyle bir durumda cinsellik o insana “anlamsız” gelir. Anlamsız gelen birşey ise ne çekici, ne de itici olabilir. Bunu yazmamızın nedeni, birçok insanın Kundalini’sinin uyanmış olduğunu fark etmemesidir. Ancak bunun için yüksek bir farkındalık ve düzenli uygulanan spiritüel faaliyet yahut ibadet gerekir. Bununla birlikte bazı insanlar uyanmış bir Kundalini ile de doğabilirler.

Bazan ilgi kaybı yerine tam tersine “hiperseksüalite” eğilimi de görülebilmektedir, ancak diğerine göre bu çok nadirdir.⁵⁹ Daha ziyade Yang-baskın kişilerin epilepsilerinde görülmesi mümkündür.

Mizah ise bu kişilerde mizah yoksunluğuna dönüşmüştür. Ancak mizahın yerine, onun sapmış bir versiyonu vardır: Komik hiçbirşey yokken gelen gülme krizleri ve nöbet esnasındaki gülmeler.

FARKLI BİLİNÇ HALLERİNDE NELER OLABİLİR?

Bilinç hali değiştiğinde kişinin yapabilecekleri de değişir. Gündelik bilincinde yapamayacağı şeyleri otomatik hareketlerle yapabilir. Bunlar garip şeyler olabileceği gibi, çok üstün başarılar (sportif rekorlar, vb gibi) veya gündelik, sıradan işler olabilir; olmadık bir yere gitmek ve bazen suç işlemek de olabilir. Ancak kişi gündelik bilincine döndüğünde ne yaptığını, niçin yaptığını, oraya niçin gittiğini açıklayamaz. Geleceği ve hiç kimse tarafından bilinmeyen hususları görebilir, bilebilir ve etrafındaki insanlara söyleyebilir, yazabilir. Epilepsi nöbetlerinde bunlara sıklıkla rastlanmaktadır.

Bu şamanik durumu Taisha Abelar şu şekilde anlatır: “Farkındalık, düzgün bir biçimde çiftin⁶⁰ sol tarafına çevrildiğinde, çift dolgunlaşır ve dışarıya çıkar. Ve kişi, akıl almaz işleri başarabilir hale gelir. Bu şaşırtıcı gelmemelidir, çünkü çift bizim enerji kaynağımızdır. Fiziksel beden yalnızca enerjinin konulduğu kaptır.”⁶¹

ŞAMANİK BİLİNÇ BÖLÜNMESİ

Hughlings Jackson’un “çifte bilinç” diye adlandırdığı,⁶² gündelik eleştirel farkındalığımız ile daha özel ve öznel bir farkındalığın aynı anda bulunması durumu, şamanik bilinç bölünmesi ile bir ve aynı şeydir. Şaman bilinç halini değiştirdiğinde tamamen “kaybolmaz”. Çevresinde olup bitenlerin az çok farkındadır ve kontrolünü tamamen kaybetmez. Bilincinin bir kısmını “burada” bırakır; ancak oldukça “küçük” bir kısmını. Çünkü o anda öncelikli olan faaliyeti “buradaki” değildir. Epilepsi hastasında da nöbet sırasında bu iki bilinç birarada bulunur.⁶³ İki bilincin birbiriyle etkileşime girmesi sonucunda değişik psişik deneyimler

58 www.umutrehberi.com, Uyku İlâhiyatı, s.1.

59 Kenneth PERRINE&Sylvia CONGETT, Neurobehavioral Problems in Epilepsy, Epilepsy II: Special Issues, Vol.12, Number 1, Şubat 1994, s. 137.

60 Eterik beden.

61 Taisha ABELAR, Büyü Geçişleri, Dharma Yayınları, İstanbul, 1999, s.330.

62 Oliver SACKS, Karısını Şapka Sanan Adam, Yapı Kredi Yayınları, İstanbul, 2002, s. 149.

63 Adam ZEMAN, agy, s. 160-161.



yaşanır. Epilepsili yazar Margiad Evans, aura deneyimleri için “bilinçlilik ve bilinçsizliği aynı anda yaşamak” ifadesini kullanmıştır.⁶⁴

YİN'DEN DEĞER YARATMA YOLUNDA DENGELENME SÜRECİ

Yin unsuru kısa bir süre (1-2 ay) içinde hızla yükselen ve geçmişte hiç gelmediği bir seviyeye gelen bir kişide, yukarıda sayılan, çok yükselmiş Yin'in yarattığı ruh halleri görülürken, bir yandan da solunum istemli hale gelmiştir. Yang unsurunu kullanan ve aşırı çalışma yoluyla solunumunu farkında olmadan istemli hale getiren kişinin ulaştığı sonuca farklı bir yoldan ulaşılmıştır. Fakat aşırı çalışan Yang-baskın kişide kendini kontrol yüksek bir düzeyde var iken, Yin'i yükselen kişide öyle değildir. Yin yükseldikçe kendini kontrol zorlaşmaktadır. Ancak yükselen Yin'e rağmen kendini kontrolü yüksek düzeyde başarabilen kişiler şaman olabilirler.

Bu yolda ilerleyen, fakat kendini kontrolde zorlanan bir kişi, hem istemsiz degajmanlar yaşamakta, hem de istemli astral seyahatler yapmaktadır. İstemli ve istemsiz serbestleşmelerin aynı dönemde aynı kişide görülebilmesi, anılan kişinin bir geçiş döneminde olduğunu açıklamaktadır. Kendini kontrol yeterince yükseldiğinde, istemsiz degajmanlar sona erecek ve yalnız istemli astral seyahatler ile yola devam edilecektir. Bu noktaya vardığında bu kişi şaman olacaktır. Bunun için nefse hakimiyet egzersizlerinin yoğun şekilde yapılmasına ihtiyaç vardır. Arındırıcı her türlü çalışma, Reiki ve Deeksha gibi enerji çalışmaları ve inisiyasyonlar, süreci hızlandırır. Ayrıca dünyadan bir ölçüde çekilmek, sosyal faaliyetleri azaltmak, iletişim ve haber alma araçlarını kullanmayı kesmek, yaşam tarzını sadeleştirmek de gerekir. Yin unsurundan değer yaratarak dengeleme, ruhsal/dinî faaliyetler ve inisiyasyon olmadan gerçekleştirilemez.

Şamanik faaliyetlerde kişi önce nötrleşme, sonra da kanallaşma aşamasından geçer. Nötrleşmenin amacı, beden elektriksel alanında herhangi bir nedenle meydana gelen aşırı yüklenmeyi etkisiz kılmaktır.⁶⁵ Birçok yöntemi vardır. Bu konunun başlıca uzmanı Frances Nixon'dur. Kanallaşma ise kendini aynı hi-

zaya getirme ve kanal haline gelme anlamına gelir. Başka kişilerin kanallaşan kişiyi seyretmemesi gerektiği belirtilmektedir.⁶⁶ Aslında epilepsi nöbeti de istem dışı bir tür kanallaşmadır. Nöbet geçiren hastanın seyredilmemesi gerektiğinin belirtilmesinin kökeninde de bu vardır.

“İz sürücüler plan yapar ve edimlerini planlarına göre gerçekleştirirler, onlar nesneleri uyanık ya da rüyalarındayken yaratabilir ve değiştirebilirler. Rüya görücüler hiçbir plan ya da düşünce olmadan hareket ederler; dünyanın gerçekliğinin ya da rüyaların gerçekliğinin içine atlarlar.”⁶⁷ Bu anlatımda iz sürücüler Yang unsurunu kullanarak değer yaratanları, rüya görücüler ise Yin unsurunu kullanarak değer yaratanları ifade etmektedir. Yin'den değer yaratarak dengelemek, uzaydaki karadeliği evcilleştirmekle bir ve aynı şeydir.

BEDEN VE BEYİN ELEKTRİĞİ

Elektrik, evrenin her zerresini dolduran ve belli şartlar yaratıldığı anda ortaya çıkan, eterik bir güç olup, fiziksel boyutta da kendini göstermektedir. Üretilmemekte, sadece ortaya çıkılıp akışı sağlanmaktadır. Akabilmesi için belli şartlar gerekir. Bunların başlıcası, kutupsal bir gerilimin yaratılmasıdır. Tıpkı su gibi, elektrik de akabilmek için en kolay, engeli en az olan yolu seçer.⁶⁸ Çok değişik türlerde ve çok değişik frekanslarda, insanlığın bilmediği elektrikler bulunmaktadır. İnsanlık, elektriğin en geri ve yavaş frekansı ile uğraşmakta, bu kadarını kontrol etmekte dahi güçlük çekmektedir.⁶⁹

Bedenimizdeki elektrik, şehir elektriğinden farklı olup, daha ziyade manyetik kökenli bir elektriktir. Her organ farklı güçte, farklı işleve sahip elektrikler üretir. Bunların toplamı “beden elektriği” veya “biyo-elektrik” diye adlandırılır. Bir korku, bir panik, bir heyecan ânında ani bir elektrik boşalması gerçekleşebilir. Öyle bir boşalmadan sonra bitkinlik yaşanır.

Konsantrasyon, elektriksel bir uyarıdır. Ne zaman, neye, ne kadar konsantre

⁶⁴ Peter WOLF, *Literatürde Epilepsi: Yazarların Deneyimleri ve Bu Deneyimlerin Edebî Eserleri Üzerindeki Yansımaları, Sanat ve Nöroloji* (editör: F.Clifford ROSE), Imperial College Press, CSA Global Publishing, İstanbul, 2006, s. 344.

⁶⁵ Serge K. KING, *Olağanüstü Enerjiler, Ege Meta Yayınları, İzmir, 2002, s. 172-173.*

⁶⁶ Serge K. KING, *agy, s. 172.*

⁶⁷ Taisha ABELAR, *Büyük Geçişleri, Dharma Yayınları, İstanbul, 1999, s. 323.*

⁶⁸ Muammer SAĞLAM, *İzlerin Ötesinde (1. cilt), Büro-Tek Ofset Matbaacılık, Ankara, 1990, s.410-413.*

⁶⁹ Muammer SAĞLAM, *age., 419-420.*



olduğumuz, bedenin elektrik dengesini değiştirir. Kendini vererek yapılan ibadette de, hakikate ilişkin bir düşünce sinir sistemine sürekli olarak yollanmakta ve bir uyarı yapılmaktadır. Kararlı olarak ibadet eden bir kişi, buna aylar yıllar boyunca devam ettiği takdirde aydınlanma veya Kundalini uyanışı yaşayabilir. Nöroloji, ulaşılabilecek bu noktayı "sinir sistemi ağındaki elektrik yükünün depolarize olması" şeklinde ifade etmektedir.⁷⁰ Kundalini uyanışı, 4 veya 7 Hz civarında frekanslara uzun süreler boyunca maruz kalmakla ilgilidir ve bu, ibadet dışında herhangi bir şekilde de mümkün olabilir.⁷¹ Ancak ruhsal geliştiriciliği olmayan bir yoldan ve hazır olmadan Kundalini'yi tetiklemek iyi sonuç vermez.

Soğuk su ile abdest veya teyemmümün de bedeni statik elektrikten arındırdığı, birçok kaynaktan ifade edilmektedir. Statik elektrik yükü, beden için istenmeyen ve zararlı bir şeydir. Epilepsi için şarj edici her şey genel itibarıyla zararlı olduğundan, statik elektrikten arınmaya çalışmak, tedavinin esas bir parçası olmalıdır. Naylon ve sentetik kumaşlarla temastan mümkün olduğunca kaçınınız. "%100 pamuk" ibaresini arayınız. Ancak bu ibarenin yalan olarak yazıldığına da çok rastlanmaktadır.

Beden ve beyin elektriğinin organizasyonu, bir ana merkez, birkaç küçük merkez ve aradaki yollardan oluşmaktadır. Ana merkez, beynin frontal (alın) lobundadır. İkincil merkezler şunlardır:

Temporal lob

Paryetal lob

Epifiz

Oksipital lob

Beyin sapına yakın bir bölge

Bu elektrik merkezleri, aynı zamanda epilepsiye müsait odak noktalarıdır. Frontal lobdan arkaya doğru giden iki adet elektrik yolu mevcuttur. Üstteki, daha ince olan yol, paryetal lobdaki merkezde son bulmakta, alttaki, daha ge-

niş olan yol ise önce epifizden geçmekte, arkaya doğru devam ederek oksipital lobdaki merkezde son bulmaktadır. Alttaki yolun epifizden sonraki bölümünden, aşağıya doğru uzanan yeni bir yol çıkmaktadır. Ancak bu yol, henüz aktif olarak kullanmadığımız bir yoldur. Bahsi geçen yolun ortalarında beyin sapı civarındaki ikincil merkez yer alır. Yol aşağıya doğru devam eder, beyin sapına ve omuriliğe bağlanır. Elektrik merkezlerinden dolayı tüm başı, ancak özellikle de alnı ve şakakları serin tutmak önemlidir.⁷²

Temporal loblarda birer elektrik merkezi bulunmakla birlikte, bir elektrik yoluyla herhangi bir yere bağlanmamaktadır. Konum olarak ana merkeze en yakın ikincil merkez de onlardır. Ana merkezle bağlantı kurabilme ihtiyacı ve çabası içinde, dinamik, kararsız ve oynak noktalardır. Epilepsilerin çoğunluğunun temporal lob kaynaklı olması, bu yüzdendir. Temporal lob merkezleri ile frontal lobdaki ana merkez arasında bir elektriksel bağlantı kurulabildiği takdirde "temporal lob epilepsisi" tarihe karışır. Bu, ameliyat gibi yollarla değil, kişisel gelişimle gerçekleşir. Temporal lobun bu "bağılantısız" durumu yalnız epilepsi hastaları değil, tüm insanlar için geçerlidir. Doğa, temporal loba bir "bağımsızlık" tanımıştır. Newtoncu mantıkla "özgürlük" gibi değerlendirilebilecek bu durum, temporal lobun kendisi için bir acıdır. Kişi bir şaman, yani kanal haline geldiği zaman bağlantıyı kendi şahsında ve yaşamında gerçekleştirmiş olur ve şaman hastalığı ortadan kalkar. Zaten din ve mistisizm, "merkezle bağlantı kurmak" anlamına gelir. Temporal lob epilepsisinden muzdarip olan insanların dine ve mistisizme büyük bir eğilim duyması, kendilerini şifalandıracak şeyin bu olmasından dolayıdır.

ELEKTRİK BAĞLANTILARINI KURMA MEDİTASYONU

Oturun, gözlerinizi kapatın ve gevşeyin. Diyaframınızdan derin nefesler alıp verin. Alın lobunuzda ana elektrik merkezinin parıldadığını görün. En büyük merkeziniz burasıdır. Diğerlerine buradan güç aktaracağınız için buranın büyük kaynak gücünü hissetmeye zaman ayırın. Elektrik merkezlerinizi ve bağlantı yollarınızı mavi renkte imajine edebilirsiniz. Griye çalan, metalik, ışıklı bir mavi. Elektriğin ana merkezden başınızın tepesinde sağ ve sol kısma kadar gittiğini

⁷⁰ Perle EPSTEIN, *Kabala-Musevi Mistiklerinin Yolu*, Dharma Yayınları, İstanbul, 2005, s.105.

⁷¹ Itzhak BENTOV, *Çılgın Sarkaç*, Meta Basım Yayın San.Tic.Ltd.Şti., İstanbul, 2004, s.229.

⁷² Abdest almak etkili bir çözümdür.



görün. Burası bir bağlantı yoludur. Paryetal lob merkezinize ulaştınız. Merkezi daire içine alarak belirginleştirin. Alın lobundan buraya gelen bağlantı yolu, yukarıya doğru açı yapmaktadır. Bu kez, alın lobundan arkaya doğru ilerleyen, ancak aşağıya doğru açı yapan ve daha geniş olan ikinci bir elektrik yolunu imajine edin. Bu yolu beyninizin ortalarına kadar getirin. Epifize ulaştığınızı görün. Epifiz de bir elektrik merkezidir. Merkezi daire içine alarak belirginleştirin. Yolu yine geniş olarak, epifizden arkaya doğru ilerletin ve başınızın arkasına ulaşın. Ulaştığınız oksipital lob elektrik merkezini de daire içine alarak belirginleştirin. Epifizden arkaya doğru giden yolun ilk üçte biri hizasından yeni bir yol çıkarın. Bu yol aşağıya, beyin sapınıza doğru iniyor. Bu yolun yarısında başka bir merkez var. Yolu belirginleştirip sağlamlaştırmaya zaman ayırın. Merkezi belirginleştirdikten sonra yolu beyin sapına ve omuriliğe kadar götürün. Halihazırda aktif olmayan bu yolu aktive ettiğinizi imajine edin. Sonra dikkatinizi şakak (temporal) loblarınızda toplayın. Başlamak için sağ veya sol temporal lobu seçin. Ana merkez ile seçtiğiniz temporal lob arasında bir elektrik yolu oluşturun ve bu yol üzerinde her iki yönde defalarca enerji akışı hayal edin, gidip gidip gelin. Aynı şeyi diğer temporal lobunuz için de uygulayın. Temporal loblar ana merkeze çok sağlam ve sıkı bir şekilde bağlandı. Birkaç derin diyafram nefesi aldıktan sonra gözlerinizi açın.

EPİFİZ BEZİ (KOZALAKSI BEZ)

Bilincin veya ruhun beynin neresinde olduğuna dair araştırmaların sonucunda keşfedilen bazı önemli bölgeler, temporal lobların yanı sıra, epifiz bezi ve prefrontal kortekstir.

Epifiz, beynin orta-arka kısmında, kırmızı renkli ve çok küçük bir nesnedir. Eskilere göre "üçüncü göz" ve "ruhun yeri" idi. Descartes da buna "ruhun beden üzerinde etki yaptığı yer" demiştir. Hayvanlardaki epifizin beyin büyüklüğüne oranı, insana oranla çok daha fazladır. İnsanın epifizinin kullanılmadığı için küçüldüğü ve körelendiği düşünülmüştür. Ezoterik bilgilere göre hipofiz ve epifiz, zamanımızda ne körelmiş, ne de gelişmiştir. Sadece bir süre için "uykudadırlar". "Uzak bir geçmişte insan, "iç" boyutlarla temas halindeyken bu organlar, "iç" boyutlara giriş araçlarıydı. Onlar, gelecekte ileriki bir aşamada aynı amaç için iş

göreceklardır."⁷³ "Doğa gereksiz hiçbirşeyi tutmaz."⁷⁴

Lemurya⁷⁵ ve Atlantis⁷⁶ çağlarının sonlarında fiziksel âlemde uyanıklık bilinci başlamış ve beyin-omurilik sinir sistemi inşa edilmiştir. Buna karşılık iç âlemlerin bilinci kaybolmuş, hipofiz ile epifiz eski işlevlerini görememeye başlamıştır. O zamandan bu yana hipofiz ve epifiz ile, beyin-omurilik sinir sistemi arasında bağlantı kurma gayreti devam etmektedir. Bu süreç tamamlanmak üzeredir. ⁷⁷ İç âlemlerle teması tekrar kazanmak için artık gereken tek şey, epifiz ve hipofizi tekrar uyandırmaktır. Bu gerçekleştirildiğinde insan, yüksek âlemlerdeki algılama yetisine yeniden sahip olacaktır. Ancak bu, öncekinden çok daha büyük bir oranda gerçekleşecektir, zira bu defa o, istençli sinir sistemi ile bağlantıda olacak ve bu yüzden kendi iradesinin kontrolü altında meydana gelecektir. Bu içsel algılama yetisi aracılığıyla ona, tüm bilgi yolları açılacaktır."⁷⁸ "Hipofiz ile epifiz arasında köprü kurulduğunda kişi, bir durugörür olur."⁷⁹ "Fakat Üçüncü Göz tekrar uyandırılmadan önce, insanlık zihninin geliştiği büyük bir dönemden geçmek zorundadır. İlk önce tecrübe etmeden zihninin ötesine ulaşmak mümkün olmadığından, bu aşama atlanılamaz."⁸⁰

Epifizin işlevleri hakkındaki bilgilerimiz son dönemde artmaktadır. Işığa duyarlı olduğu ve gözdeki retina tabakasıyla ortak özelliklere sahip olduğu anlaşılmıştır. Ayrıca bedenin ısı düzenlemesiyle, uykuyla, değişik ruh halleriyle, aydınlanma ve psişik yeteneklerle ilgili işlevleri bulunmaktadır. Epifizin salgısı melatonin, psişik bir uyaran işlevi görürken, maddî enerjiyi frenler. Ayrıca "anti-epileptik" işlev gördüğü, yani nöbet eşiğini yükselttiği düşünülmektedir. Ancak bu konu henüz araştırma aşamasındadır.

Epifiz çocuklarda yedi yaşına kadar faaliyet göstermekte ve gelişmekte,

⁷³ Max HEINDEL, *Gül-Haç Evren Kavramı, Hermes Yayınları, İstanbul, 2009, s. 524.*

⁷⁴ Max HEINDEL, *agy, s. 524.*

⁷⁵ *Kur'an-ı Kerim'de Semud Kavmi olarak geçer.*

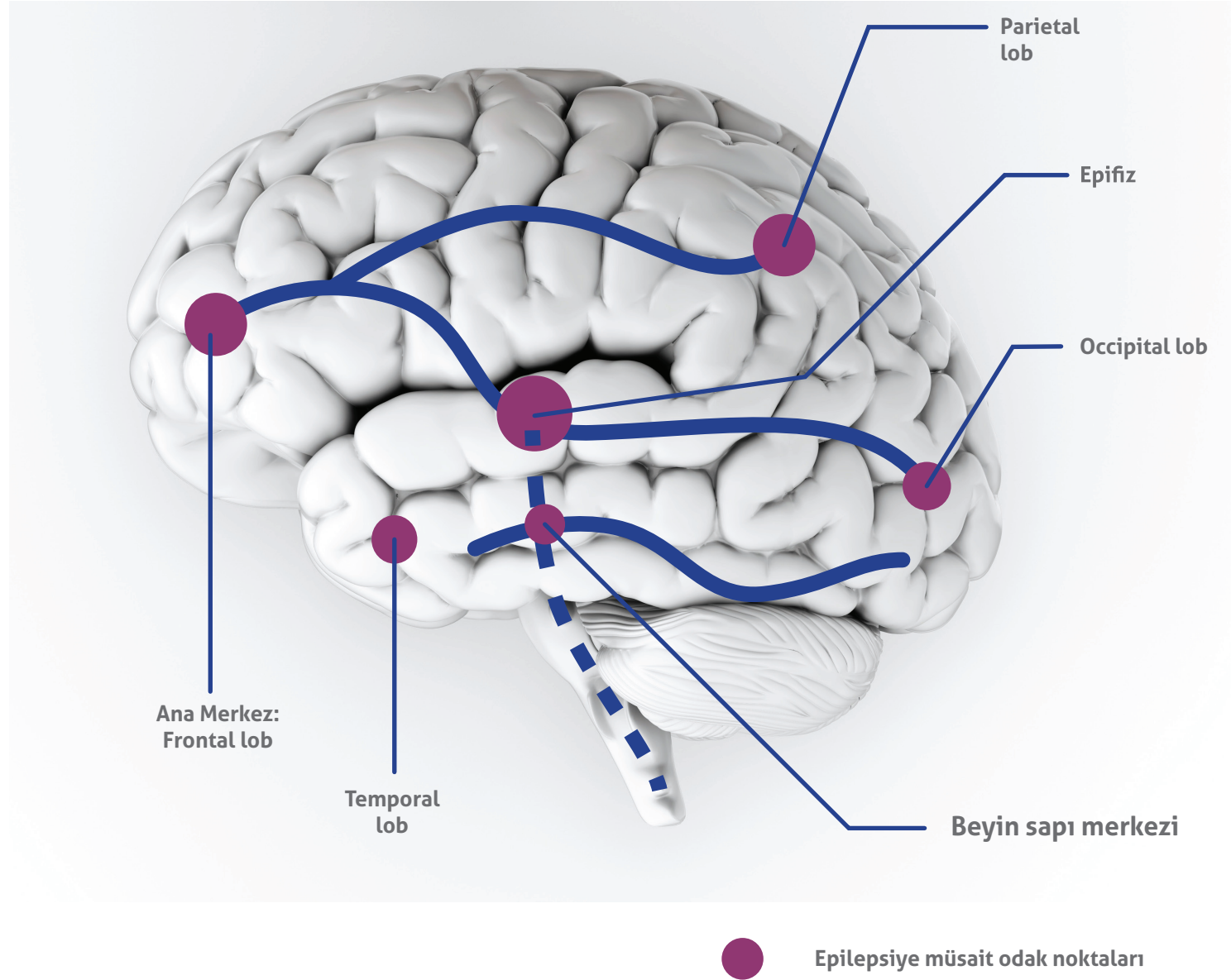
⁷⁶ *Kur'an-ı Kerim'de Ad Kavmi olarak geçer.*

⁷⁷ Max HEINDEL, *agy, s. 526-527.*

⁷⁸ Max HEINDEL, *agy, s. 527.*

⁷⁹ Max HEINDEL, *agy, s. 528.*

⁸⁰ Dr. Douglas BAKER, *Üçüncü Göz, Ruh ve Madde Yayınları, İstanbul, 1988, s. 53.*



BEYNİN ELEKTRİK YOLLARI



ergenlik döneminde körelmektedir.⁸¹ Durugörü ve sezgi çocuklarda daha çok görülmektedir. Yedi yaş dolayında kutupsallaşmanın tamamlanması, diyafram nefesinin terki, bingıldağın tamamen sertleşmesi, çocuğun göksel enerjilerden beslenmeyi bırakması söz konusudur. Bingıldak bölgesinde göksel enerjilerin alınabilmesi için bir kordon bulunur. Yedi yaşından sonra kullanılsa da, tekrar açılacak bir yapıya sahiptir.⁸²

Dış uzay ve zamandan iç uzay ve zamana giriş kapısı olarak kabul edildiğinden, epifizin "tünel girişi" olduğunu varsaymak mümkündür.⁸³

Pineal, yani kozalak bezin adının "çam kozalağı"ndan geldiği, çünkü bezin kozalak şeklinde olduğu belirtilir. Ancak bu ismin "pneuma"nın bozulmuş bir şekli olması da mümkündür. Ruhun yeri sayılan bir organın adının "kozalak"tan (pineal) ziyade "ruh" anlamına gelen "pneuma" olması insana daha mantıklı gelmektedir.

PREFRONTAL KORTEKS

Prefrontal korteksin, planlama, sorun çözme ve irade ile ilgili olduğu düşünülmektedir. Tüm bilinçli seçimler ve amaçlar bu bölgenin görev alanına girer.⁸⁴

BEYİN LOBLARI, ÇAKRALAR, ASTRAL ÇIKIŞ KAPILARI VE EPİLEPSİ ODAKLARI

Epilepsiye müsait odak noktaları ile Yaşam Ağacındaki unsurları birarada ele aldığımızda, ortaya aşağıdaki tablo çıkmaktadır. Bu odak bölgelerinden birinde epilepsi yaşayan bir kişinin o odağa karşılık gelen kapısı açıktır. Şaman eğitiminde tüm kapılar özel tekniklerle açılmaya çalışılır. Bunun için öncelikle tüm kişisel geçmiş incelenerek, tüm deneyimler zihinde tekrar yaşanır ve arındırıcı nefes tekniklerinin eşliğinde bütün dosyalar bir bir kapatılır.⁸⁵ Bu yolla bazı

kapılar gevşetilmiş olur. Astral seyahat yapabilmek için kapıların açık olması gerekir. Geçmiş gözden geçirme çalışmasını tamamlamadan kapılarını açan kişi kötü şeyler hissedebilir.⁸⁶ Bebeklerde bütün kapılar açıktır. Büyüdükçe kapılarımızı kapatırız.⁸⁷ Bazı kapıları açık olan kişiler, çevredeki insanları etkileyen bir güç yayarlar. Alt kapılar açık olduğunda insan ayaklarını sürüyerek, zorlanarak yürüyebilir.⁸⁸

81 Dr. Douglas BAKER, *agy*, s. 51-52.

82 Songül ÜLKÜ, *İçimizdeki Mucize, Özgün Ofset, İstanbul, t.y., s. 142-143.*

83 Murry HOPE, *Dinlerde, Bilimde ve Metafizikte Zaman Enerjisi, Ruh ve Madde Yayınları, İstanbul, 1997, s. 142.*

84 Doç.Dr. Sefa SAYGILI, *Beyin ve Ruh, Elit Yayınları, İstanbul, 2004, s. 119-123.*

85 Taisha ABELAR, *agy*, s. 79-80.

86 Taisha ABELAR, *agy*, s. 307.

87 Taisha ABELAR, *agy*, s. 308.

88 Taisha ABELAR, *agy*, s. 324-325.



Sefirot	Çakra	Beyin Lobu	Epilepsi odağı olup olmama	Açık kalmış olan kapı
Kether	7	Frontal lob	Ana elektrik merkezi ve epilepsiye müsait odak	Başın tepesi
Chokmah	6	Sağ temporal lob	Epilepsiye müsait odak	Ense
Binah		Sol temporal lob	Epilepsiye müsait odak	
Daath	5	Corpus callosum	Odak olmaya müsait değil, ancak nöbetin yayılmasında rol oynar. Belirli bir odağı bulunmayan epilepsilerde geçerli olabilir.	Kürek kemiklerinin arası
Geburah	4	Hipofiz	Odak değil.	Böbrekler
Chesed		Epifiz	Epilepsiye müsait odak	
Tiphareth		Beyincik	Odak değil.	
Hod	3	Sol paryetal lob	Epilepsiye müsait odak	Cinsel organlar ve kuyruksokumu
Netzach		Sağ paryetal lob	Epilepsiye müsait odak	
Yesod	2	Oksipital lob	Epilepsiye müsait odak	Baldır ve diz
Malkuth	1	Beyin sapı	Epilepsiye müsait odak	Ayak tabanı

Görülebileceği üzere, beşinci çakra dışındaki tüm çakraların hizasında epilepsiye müsait bazı odak noktaları mevcuttur. Daath on sefirot içinde yer almamakta, "görünmez sefirot" sayılmaktadır. Beşinci çakraya karşılık gelen bu sefirotun beyindeki karşılığı olan "corpus callosum", uzun bir süre epilepsi tedavisi olarak kullanılan "beyni ayırma" ameliyatlarının konusu olmuştur. "Ayrık beyinli" hastalar nöbet geçirmekten kısmen veya tamamen kurtulmuş, fakat başka sorunlarla karşılaşmışlardır. Corpus callosum, beyin yarıküreleri arasında bağlantıyı sağlayan bölümdür. Epilepsiye müsait bir odak noktası değildir, ancak bir odak noktasında başlayan nöbetin bütün beyne yayılmasında (jeneralize olmasında) rol oynamaktadır.

TOPRAKLANMA İHTİYACI

Elektriğin bulunduğu her yerde toprakla bağlantı kurma ve topraklanma ihtiyacı ortaya çıkar. Şehir elektriğiyle ilgili olarak yapılan bu işlem, beden elektriği için de gereklidir. Eterik bedenimiz bir elektrik bedendir ve tüm süptil bedenlerimiz içinde topraklanmaya en çok ihtiyaç duyan, doğallıkla, odur. Epilepsi elektrik ve eterik bedenle ilişkili bir hastalık olduğundan, bu hastalar için topraklanma ekstra önem kazanmaktadır. Topraklanamama durumu nöbetleri (yani kısa devreleri) arttırıcı, topraklanma ise nöbetleri azaltıcı etki yapar. Toprak çakramız olan kök çakra, epilepsinin esasen ilişkili olduğu 6. ve 7. çakraları



dengeleyici işleve sahiptir. Altıncı çakra dengesiz olduğunda başağrısı çekebilir ve konsantrasyon zorluğu yaşayabiliriz.⁸⁹

Topraklama, “bedenin yeryüzünde odaklanması suretiyle ruhun bedende odaklanmasını sağlamak için kullanılan bir enerji tekniği”⁹⁰ şeklinde tanımlanabilmektedir.

Topraklanma ihtiyacı en çok şu durumlarda göze çarpar:

Yüksek stres ve huzursuzluk

Dün akşam ne yediğini hatırlayamama

Bugün neler yaşadığını ve ne hissettiğini hatırlayamama

Doğru kararlar verememe

Kendini kurban gibi hissetme

Maddeyi ve dünyayı küçümseme

Gerçekçi olamama, düşüncelerin yere basamaması

Yin ile Yang’ın çok dengesiz olması

Aşırı kaygı

Tiyatro oyunu oynuyormuş gibi yaşama

Sık sık hastalanma, ağrılar, sakatlanmalar

Zihnen hep geçmiş veya gelecekle meşgul olma, şimdide ve burada olamama

Konsantrasyon zorlukları

Başkalarını ve çevredeki herşeyi kontrol etmeye çalışma

Kendini kontrol edememe

Kendini dünyaya ve bulunduğu ortamlara ait değilmiş gibi hissetme

Uzun süredir uykusuzluk çekiyor olma

Başkalarının düşüncelerini ve tavırlarını kendimizin zannederek benimseme

Maddeden birşeyler öğrenmek ve maddeyi tekâmül ettirmek için buradayız. Bu nedenle madde ile dost olmaya, ancak maddenin içinde kendimizi kaybetmemeye ve maddeye hakim olmaya ihtiyacımız var. Maddeyi aşağılayan tutumlar da, madde için yaşama tutumu da sağlıklı değildir. Herşeyi doğru yerine koymak ve herşeyin kendine göre bir anlam ve değerinin olduğunun farkında olmak, topraklanmış bir tutumdur.

Hem sağlam durmak, hem de esnek olabilmek; hem değerlerini koruyup hem de yeni şeylere açık olmak, topraklanmış tutumdur. Yani topraklanma Yin-Yang dengesi ile yakından ilişkilidir.

İşsel gücümüzü toparlayabilmek ve kullanabilmek ancak topraklanma ile mümkündür. Sakinleşmek, bedeninde kendini iyi ve “evinde” hissetmek, rahatlayıp mutlu olmak, kendini kontrol etmek, duygularını serbest bırakabilmek, ânı yaşayabilmek, ancak topraklanarak olabilir.

Topraklanmanın pek çok yolu vardır. Gündelik yaşamımızda yer alan ve insanı topraklayan faaliyetlere örnekler:

Yemek yemek (özellikle tatlı)

Çalışmak

Bir hayvan beslemek

Tamir işleri yapmak

Ev işleri gibi çevrimsel işler yapmak

Doğada gezmek

Çıplak ayakla gezmek, özellikle de toprağa basmak

Bahçe işleri yapmak

Araba kullanmak

Bisiklete binmek

Teknik konularla ilgilenmek

⁸⁹ Diana COOPER, *İşsel Dönüşüm*, Papirüs Yayınları, İstanbul, 1997, s. 262.

⁹⁰ Karla Mc LAREN, *Aura ve Çakra Kullanma Kılavuzu, Kuraldışı Yayınları, İstanbul, 2004, s. 279.*

Şarkı söylemek

Dans etmek

Mektup yazmak

Bir enstrüman çalmak

Dikiş dikmek, örgü örmek

Sanatsal, yaratıcı her türlü el işi

Bulmaca çözmek

Sevdiğiniz insanlarla vakit geçirmek

Gülmek

Spor yapmak

Yürümek

Toprak Ana'yı hissetmek

Ağaçları gözlemlemek (çünkü ağaç topraklanmış bir varlıktır)

Bedeni sıkı giysilerden ziyade rahat ve bol olanları giymek

Bu faaliyetlerin yanısıra imajinasyon ve meditasyon yoluyla da kendimizi topraklayabiliriz. Özellikle yukarıda sayılan faaliyetlere zaman ayıramadığımızda, en çabuk çözüm budur.

"Kendinizi topraklamak için, arkası düz olan bir sandalyeye oturun ve ayaklarınızla yere basın. Kucağinizda hiçbirşey olmasın. Kollarınızı ve bacaklarınızı bitiştiirmeyin. Ellerinizi kalçalarınıza koyun. Gözlerinizi kapayın, rahatlayın ve zihninizdeki karışıklığı becerebildiğiniz kadar temizleyin ve zihninizi berrak bir hâle getirin.

Şimdi bir enerji kordonunun (kablo, ip, tel de olabilir) erkekseniz omurganın en altından, kadınsanız yumurtalıklar arasından (yani kök çakranızdan) aktığını ve dünyanın derin merkeziyle sizi bağladığını tahayyül edin. Eğer gökdelenin yirminci katında oturuyorsanız, kordonu çelik, taş ve camlar arasından geçirin.

Psşik enerjiyi bu maddeler engelleyemez."⁹¹

"Kordonunuz gezegenin merkezine ulaştığında onu sıkıca bir yere bağlayın. Kordonu ucunda çapa bulunan bir zincir olarak, kökleri gezegenin merkezine dolanan bir ağaç olarak, kaynağı hiç tükenmeden merkeze akan bir şelale olarak, fişini gezegenin merkezine taktığınız bir elektrik kablosu olarak ya da size göre en uygunu neyse o olarak düşünebilirsiniz."⁹²

Bir meditasyon yöntemi de, Toprak Ana ile konuşmak, ayaklarınızın altından kökler çıktığını imajine etmek, köklerin giderek dallanıp budaklandığını, yayıldığını ve güçlendiğini görmek, kökleri dünyanın merkezine kadar indirmek, kendini toprağa çok sağlam şekilde bağlı hissetmeye zaman ayırdıktan sonra Toprak Ana'ya teşekkür etmektir. Bu köklerle hem ihtiyaç duyduğumuz tüm enerjileri alırsınız, hem de ihtiyacımız olmayan ve bize rahatsızlık veren herşeyi Toprak Ana'ya iade ederiz. Bu imajinasyonlarda ayaklarımızın sağlam şekilde yere basması önemlidir.

Hoşunuza giden bir imajinasyonu seçin ve sık sık uygulayın.

TÜNEL ETKİSİNİN KULLANILDIĞI TEDAVİLER

"Şoklar, sarsıntıdan dolayı bilinçte bir boşluk oluşmasına ve bu boşluktan faydalanan Yüce Planların insana bazı bilgiler aktarmasına imkân verir. Bu bilgiler, o kişide değişimler ve gelişmeler meydana getirir."⁹³ "Şoklar, atalete düşen, titreşimleri yavaşlayan insanı tekrar raya sokmak için mizansenlerdir."⁹⁴ Bir aşamadan başka bir aşamaya geçmeye hizmet ederler. "Her şokta insan iradesi o an için serbest kalır. O serbestlik anını uzatmak ve kısaltmak sizin elinizdedir. Şok birdenbire gelince siz hemen serbest bir alana girersiniz; hakiki kendinizle başbaşa kalırsınız. Orada bir enerji açığa çıkar; bir güçle karşı karşıyasınız,

91 Amy WALLACE & Bill HENKIN, *Ruhsal Şifacı Olmak, Ruh ve Madde Yayınları, İstanbul, 1995, s. 54-55.*

92 Karla Mc LAREN, *agy, s. 22.*

93 Ergün ARIKDAL, *Yarınlar İçin Pozitif Yaşam, Ruh ve Madde Yayınları, İstanbul, 2001, s. 224-225.*

94 P.D.OUSPENSKY, *İnsanın Gerçeği Kendini Bilmek, Ruh ve Madde Yayınları, İstanbul, 1994, s.497. (Kitabın sonundaki açıklamalarda.)*



neyi seçerseniz seçiniz.”⁹⁵

Epilepsi nöbeti de bir tür şoktur. Bu hastalığın yapay olarak üretilip bir tedavi yöntemi olarak kullanılması, nöbetin iyileştirici etkilerinin de bulunduğunu düşündürmektedir. Burada kullanılan yöntem aslında astral seyahattir. Yapay ve zorla gerçekleştirilen bir astral seyahatin sakıncaları çoktur. Tibetli rahip Lobsang Rampa, şok tedavisinin tehlikeli bir işlem olduğunu, beyinde tahribat yaptığını belirtmiştir. Çünkü bu yöntem, astral bedeninin fiziksel bedenden zorla çıkarılmasına neden olmaktadır.⁹⁶ İnsanın kendi iradesiyle gerçekleştireceği bir astral seyahatte ise, bilgisizce hareket edilmediği takdirde bu sakınca ve tahribat bulunmaz, ayrıca daha çok gelişim imkânı olur. Her tedavi yöntemi “Bu geliştirici birşey midir?” sorusuyla sorgulanmalıdır. Çünkü hangi hastalık söz konusu olursa olsun, tedavi ile kişisel ve ruhsal gelişim birbirinden ayrılamaz.

Elektrokonvülsif terapi (ECT), bünyenin kendi yarattığı, ne zaman nerede ortaya çıkacağı bilinmeyen nöbetlerin yerine istenen zaman ve yerde, kontrollü olarak yaratılan nöbetleri koyarak, bünyenin deşarj ihtiyacını karşılamaya çalışır.⁹⁷ Esas olarak şizofreni, depresyon ve diğer psikiyatrik rahatsızlıkların tedavisinde kullanılan bu yöntemin epilepsi tedavisinde de işe yaradığı görülmüştür. Özellikle ilaç tedavisine cevap vermeyen hastalarda kullanılabilmekte ve nöbetleri azaltmaktadır. Bu, “benzeri benzerle tedavi” ilkesinin bir görünümüdür. Epileptojenik nörotransmitter olan glutamat’ın seviyesini düşürmekte ve antiepileptik nörotransmitter olan GABA’yı yükseltmektedir.⁹⁸ ECT bu etkiyi yapabiliyorsa, iradeyle yapılacak astral seyahat de yapabilir. ECT uygulamasının sürekli hale gelmesini de astral seyahatin sürekli, düzenli şekilde yapılmasıyla karşılaştırabiliriz. Zaten bir şamanın yaşamı da böyledir. Epilepsi hastası ise şaman adayıdır.

Kişiyi yapay yolla tünele sokmak anlamına gelen elektrokonvülsif terapinin

olumlu etkisinin nedeni, tünel yolculuğunun insanı yenileme ve dönüştürme gücüdür. Bütün şoklar ve şok tedavileri eterik bedeni etkiler.

Elektrokonvülsif terapi uygulamasının ardından, tıpkı epilepsi nöbetindeki gibi, Babinski refleksi pozitif ve “anormal” olur.⁹⁹ Babinski, astral bedeninin fizik bedende mi, yoksa ayrılmış mı olduğunu gösteren bir reflekstir. Tünel deneyimi/astral seyahat sırasında “anormal” olur. Bu “anormallik” değil, o deneyimin “normali”dir.

Elektrokonvülsif terapi 1970’lerden 2000’lere kadar çok eleştirilmiş ve 2000 yılı dolayında çeşitli ülkelerde yasaklanmaya başlamıştır. Yasaklanmadığı ülkelerde de büyük ölçüde terk edilmiş bir uygulamadır. Onun yerini manyetik uyarı terapileri almıştır. 80’li ve 90’lı yıllarda denenmeye başlayan bu terapilerin isimleri şöyle sıralanabilir:

TMS: Transcranial Magnetic Stimulation

VNS: Vagus Nerve Stimulation

DBS: Deep Brain Stimulation

MST: Magnetic Seizure Therapy

TES: Transcranial Electrical Stimulation

TENS: Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation

EPİLEPSİ VE ŞİVA

Üç Logos’un Işık, Isı ve Elektrik anlamına geldiğinden daha önce bahsetmiştik. Bu üç unsur aynı zamanda üç Guna’nın karşılığıdır ve Hinduizm Teslisi, bu üç Guna’nın kişileşmesidir. Karşımıza çıkan, şöyle bir tablodur:

95 P.D. OUSPENSKY, *agy*, s. 498. (Kitabın sonundaki açıklamalarda.)

96 Dr.T.Lobsang RAMPA, *Otuz Derste Ruhsal Güçleri Geliştirme Tekniği, Ruh ve Madde Yayınları, İstanbul, 1989, s. 26.*

97 Gerald CAPLAN, *Treatment of Epilepsy by Electrically Induced Convulsions – A Preliminary Report, British Medical Journal*, 14 Nisan 1945, s. 511-512.

98 Thomas C. BAGHAI, *Electroconvulsive Therapy and its Different Indications, Dialogues in Clinical Neuroscience*, Vol.10, No:1, 2008, s. 106.

99 Edward Shorter & David Healy, *Shock Therapy – A History of Electroconvulsive Treatment in Mental Illness*, Rutgers University Press, New Brunswick, New Jersey and London, 2007, s. 42.



Brahma	Vişnu	Şiva
Isı	Işık	Elektrik
Rajas	Sattwa	Tamas
Yang	Tai Ch'i (Denge)	Yin
Doğum	Yaşam	Ölüm
Başlatmak	Sürdürmek	Sona erdirmek
Yaratmak	Korumak	Yok etmek
Baba	Oğul	Kutsal Ruh
Enerjinin ışıması	Enerjinin aktarımı	Enerjinin emilimi
Enerji	Madde ile enerjinin etkileşime girmesini sağlayan ortam	Madde

Bu isimleri birer "kişi"den ziyade birer "prensip" ve yaşam enerjisinin farklı birer "davranışı" olarak anlamak gerekir. Vişnu prensibinin "bağlayıcı prensip", Şiva prensibinin ise "çözücü prensip" olduğu, Vişnu'nun "toparlayıcı", Şiva'nın "dağıtıcı" olduğu eski ezoterik kaynaklarda ifade edilmektedir.¹⁰⁰ Bu kapsamda Vişnu Güçlü Nükleer Kuvvet'i, Şiva ise Radyoaktivite'yi (Zayıf Nükleer Kuvvet) düşündürmektedir. Şiva Serbest Işıma'dır. Serbest radikaller de Şiva prensibine aittir. Vişnu sınırlamaya, birarada tutmaya, zaman ve mekân sınırları içine dahil etmeye çalışır, pozitif kutuptur; Şiva ise zaman ve mekân sınırları tanımayan ve ebediyen serbestçe ışıyan, negatif kutuptur.¹⁰¹ İkisi birbirini dengelediği için atom ve fizik âlem var olabilmektedir. İki prensibi birleştirebilmek insanlığı birlik bilincine taşır.

İnsanların degaje olması gibi, madde de degaje olabilmektedir. Gazdan daha ince hallere girdiği, yani süptilleştiği zaman, madde de tünele girer ve öte âleme taşınır. Bu maddenin özgürleşmesidir. İnsan için bahsettiğimiz "Yang yolu" ve Yin yolu", madde için de geçerlidir. Bunlar fizik bilimde maddeye uygulanması mümkün olan iki farklı muameledir ve zamanla keşfedilecektir. İnsanın inisiyasyon ve transformasyon geçirmek için tünele girme ihtiyacında olması gibi, maddenin de yenilenmek ve tekâmül etmek için buna ihtiyacı vardır. Ancak madde insan vasıtasıyla tekâmül etmektedir.

Radyoaktif maddelerin tünel yoluyla öte âleme taşınması, Şiva prensibinin yansımasıdır. Maddenin radyoaktif davranışı insana tercüme edildiğinde, sadeleşme, sakinleşme, yavaşlama, zihnini boşaltma ve yaşam tarzını bunları yapacak şekilde düzenleme anlamına gelir. Zamanı gelince herşeyin tünele girmek durumunda olduğu ve hiçbir nesnenin veya varlığın bundan kaçınamayacağı hatırlanmalıdır.

Şiva, evrenin Yin kuvvetleri olan kütle çekim (gravitasyon) ve radyoaktivitenin (zayıf nükleer kuvvet) karşılığıdır. Radyoaktivitenin bugünkü konsept içinde diğer bazı kuvvetlerle birleştirilmiş olması bunu değiştirmez. Vişnu'nun işlevi, çift kutuplu ve dengeleyici işlevdir. Bunların tümü birdir. Dolayısıyla bilim, evrenin kuvvetlerini "herşeyin teorisi" şeklinde birleştirmeyi hedeflerken, doğru iz üzerindedir. Brahma, Vişnu ve Şiva da özde bir ve aynıdır.

Maddedeki süptilleşme süreci şu şekilde anlatılmaktadır: Isının etkisiyle genleşme meydana geldiğinde, atomların her birindeki elektron hareketleri de hızlanır. "Daha hızlı dönmeye başlayan elektronlar daha fazla bir santrifüj kuvveti ile merkezden (çekirdekten) uzaklaşmaya zorlanırlar. Nitekim bazı elektronlar bu zorlama ile kendi mûtat yollarından (yörünge) çıkar ve biraz daha dıştan dolaşmaya, yani çekirdekten biraz daha uzak bir yörüngede dönmeye başlarlar. İşte şimdi bu zorlamaya karşı atomda bir reaksiyon uyandığını görüyoruz. Her canlı gibi o da elektronunun mûtat ve normal yörüngesinden çıkmasını istemiyor ve onu geri çekerek eski yoluna indiriyor. Fakat elektronu hızlandırmış olan hararet enerjisinin dışarı atılması ve elektronun yavaşlaması lâzımdır ki eski yörüngeye avdet edebilsin. Bu da mümkün oluyor. Elektronun ısı enerjisinden aldığı hız (kinetik enerji) şimdi büsbütün başka bir enerji şeklinde, yani "ışık

100 Johannes TÄUFER, "Vril"- Die Kosmische Urkraft, Astrologischer Verlag Wilhelm Becker, Berlin, 2004, s. 12.

101 Johannes TÄUFER, agy, s. 13.



enerjisi” olarak dış âleme saçılıyor ve böylece kinetik enerjisini yani hızını azaltan elektron da iç yörüngeye dönebiliyor.”¹⁰²

Bu metni atomun yerine insanı koyarak okuyabilirsek, yüksek Yin’den değer yaratma ve şamanlaşma sürecini anlattığını görürüz. Yükselen ısı, yükselen farkındalık ve titreşimi göstermektedir. Yolun başlarında ıyı düşürme, yani Yin’i azaltarak Yang’ı yükseltme çareleri bulunsa da, bir noktadan sonra artık bu seçenek mevcut olmaz ve ışıma, yani kanallaşma ve şamanlaşma tek seçenek olur.

Mitoloji karşılaştırmalarında Vişnu’nun Yunan tanrılarından Apollon’a, Şiva’nın ise Dionysos’a tekabül ettiği düşünülür.¹⁰³

Pozitif ve negatif kutupları birbirine bağlayan “tel” veya “eksen”, Elif’tir. Bu ister bir pilin, ister dünyanın eksenı olsun.

Negatif-aktif güç olan Şiva her yerde, her boşlukta ve atmosferde mevcuttur. Fen bilimlerine “pozitif bilimler” denmesi nedensiz değildir. “Fizik maddeye odaklı bilimler”, “Bu âlemle ilgili bilimler” demektir. Tünel ve öte âlem ise “negatif” alandır. Negatif alanın bilimi pozitif alanın bilimiyle birleşmedikçe, bilim eksik ve tıkanmış olarak kalır.

Brahma, Vişnu ve Şiva aynı zamanda insanın Yüksek Benliğini oluşturan üç unsurdur: Atma, Buddhi ve Manas.¹⁰⁴ Rajas unsuru Atma, Sattwa unsuru Buddhi, Tamas unsuru ise Manas’tır. Yüksek Benliğimizin unsurlarıyla temasımızı sağlayan araç ise, başımızdaki üç talî çakradır. Buddhi beynimizin frontal (alın) lobunda, Atma ve Manas ise şakak loblarımızdadır. Işık bedenimiz, Atma, Buddhi ve Manas’ın bileşkesinden oluşur.¹⁰⁵

Şiva’nın Brahma ve Vişnu’dan farkı ve bir bakıma (inananaına göre) onu üstün kılan özelliği, daha düşük frekanslara inebilmesidir.¹⁰⁶ Nitekim frekans-

oktav sistemine bakıldığında, en üst oktavlarda ısı, biraz daha alt oktavlarda ısı, ondan çok daha alt oktavlarda elektriğin bulunduğu görülür. Elektrik prensibi olan Şiva, fiziksel-eterik düzeye kadar inebilmektedir.

“İnsanlar ikinci prensip olan Vişnu’ya ulaşmadan ve bunun ardından da hürriyetlerini Brahma ile birleşmede sona erdirmeden evvel Şiva’dan geçmek zorundadırlar.”¹⁰⁷

İnisiyasyon yolunu öncelikle Şiva gösterir. Bu nedenle ve az sonra anlatılacak nedenlerle, Şiva, epilepsi açısından merkezî bir öneme sahiptir.

Yahve’nin ve AUM’un üçer harfi, Brahma, Vişnu ve Şiva arasında şöyle dağılmaktadır:

Y	H	V
A	U	M
Brahma	Vişnu	Şiva

Şiva Yin ilkesi olarak aslî günahı ve günah keçiliğini üstlenmiş olan bir varlıktır. Tüm dünyayı mahvedebilecek bir zehiri içtiğini ve o andan beri boğazının mavi olduğunu anlatan efsane, bunu kasteder. Şiva Stigma’yı üstlenmiştir. Yukarıdaki V harfi de, işte bu Stigma’dır. Yunan alfabesinde iki harfi birleştirilerek oluşturulmuş olan bu harften Bilgi Kanalları bölümünde bahsedilmişti. “Stigma” ismi bir rastlantı değildir ve gerçekten Yin ile bağlantılı olduğu için böyledir. Şiva kendisi de stigma altındadır. Murdar sayılmakta, başka tanrıların davet edildiği tören ve kutlamalara davet edilmemektedir.

“Stigmata”, Oliver Sacks’ın sözlüğünde şu şekilde açıklanmaktadır: “Stigmata, hastalığın izleri ve belirtileridir – aslında herşey için geçerlidir (örneğin merhametin izleri ya da rezaletin izleri). Bu terim tümüyle tıbbî terimler olan “patognomonik” ve “diyagnostik” terimlerinin üstünde yer alan bir anlamlılık taşır ve hastanın işaretlendiğini ve seçildiğini gösterir. Bu hastalığa sahip olmanın verdiği tıbbî sorunların üzerinde bir de bu hastalıkla stigmatize olma “ışa-

102 Dr. Muammer BİLGE, *Metabiyoloji, Dizerkonca Matbaası, İstanbul, 1960, s. 227.*

103 R. EMMANUEL, *Hint, Yunan ve Mısır Mitolojilerinde Gizemli Bilgilerin Kaynakları, Ruh ve Madde Yayınları, İstanbul, 1991, s. 211.*

104 R. EMMANUEL, *agy, s. 77.*

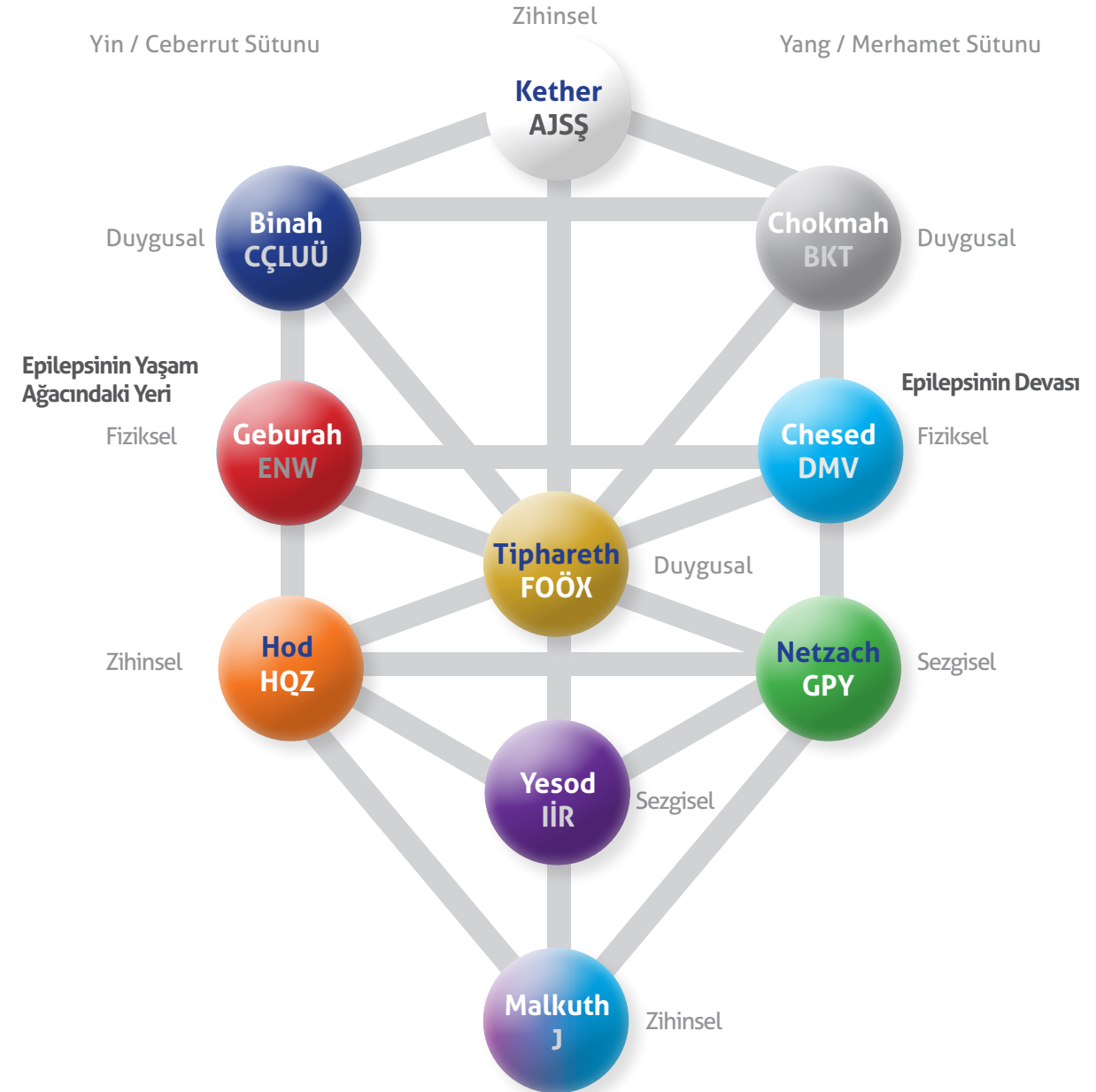
105 *Bünyemizdeki tali çakralar, nadi ve meridyenler, Batı tıbbına rehberlik yapabilecek Kadim Bilgi detaylarıdır. Bunları doğru kabul ederek yapılacak deney ve araştırmalar, tıp bilimini sinir sistemiyle ilgili yeni keşiflere götürebilecektir.*

106 R. EMMANUEL, *agy, s.76-77.*

107 R. EMMANUEL, *agy, s. 101.*



Latin Alfabesindeki Harflerin Yaşam Ağacına Dağılımı





retlenme" sorunu yer alır. En zalimce ve haksızca epileptikler stigmatizedirler, migrenliler biraz daha şanslıdır."¹⁰⁸

Şiva'nın payına düşen harfler olan V ve M'nin ikisinin de, Florence Campbell'in önerdiği sistemde "kendine hakimiyet" harfleri olduğu görülür. Bu da bir rastlantı değildir, çünkü Şiva kendine hakimiyetin simgesidir. O'nun üçüncü gözüne de "Hakimiyet Nilüferi" adı verilmiştir. Diğer yandan Şiva Zaman'ı da simgeler.¹⁰⁹

Şiva, İlâhî Yogi, Büyük Münzevi ve Büyük Çileci'dir. Kendine hakimiyetin zirvesinde, kusursuz meditasyon içinde, dünyayı umursamadan ve hiçbirşeyden etkilenmeden, içine dalmış bir şekilde oturur. Ancak her zaman pasif değildir. Şiva'nın aktivitesinin en ünlü ve en çok yüceltilen biçimi, O'nun kozmik dansıdır.

"İlâhî enerjilerin şiddetli, çılgınca fışkırması olan Tandava dansı, yıkıcı enerjileri uyandırmak ve düşmanı mahvetmek için yapılan bir çeşit kozmik savaş-dansını çağrıştıran özellikler taşır; aynı zamanda, muzafferin zafer dansıdır."¹¹⁰

Kozmik dansı esnasında Şiva'nın bir ayağı havadadır. Yerdeki ayağıyla bir cüceyi ezmektedir. (Bir cin veya gulyabani de denmektedir.) Üzerinde dansettiği bu gulyabaninin adı Hint Mitolojisinde "Apasmara Purusha"dır. Purusha "ruh" demektir. Apasmara, Hint tıbbında "epilepsi" anlamına gelmektedir. Kelimenin bir anlamı epilepsi, diğer anlamları ise bilinçsizlik, cahillik, aptallık, ruhsal körlük, dikkatsizlik, umursamazlık, unutkanlık, düşüncesizlik, kafa karışıklığı, tembellik ve ihmaldir. Liste daha da uzatılabilir. Anlaşılmaktadır ki, bu gulyabani, içimizdeki negatifikleri temsil etmektedir.

Apasmara Purusha'nın diğer adları, Moyalaka ve Mauyalka'dır. Hepsini aynı zamanda "epilepsi" anlamına da gelir.

Şiva'nın "yıkıcı" etkisi, özgürleştirmedir. Arındırarak negatifiklerden ve bu arada epilepsiden de özgürleştirmektedir.

Apasmara Purusha'nın temsil ettiği bir yığın negatifiklik, bir anlamının da epi-

lepsi olması gerekçesiyle epilepsi hastalarına atfedilmemelidir. Onlar bunu zaten stigma ve günah keçiliği yoluyla yüklenmişlerdir. Bu "günahlar" onların kişisel günahları değil, dünyanın ve uygarlığımızın günahlarıdır.

Şiva'nın dansı evrendeki tüm enerjinin dansının temsili olan, büyüsel bir faaliyettir. Dans bugün çoğu insan tarafından sanıldığı gibi bir "boş zaman ve eğlence" faaliyeti değil, büyüsel etki yaratmak ve farklı bilinç hallerine geçmek için kullanılan mistik ve dinî bir tekniktir. Şiva bazen lotus oturuşunda, birçok zaman da dansederken resmedilir. Dans Kralı'dır. Dans sırasında bedeni pek çok hareket yaparken yüzü sınırsız sakinliğini korur.¹¹¹ Çünkü Şiva kendini asla kaybetmez. Tam bir dengelenmişlikten kaynaklanan, sınırsız bir içedönüklüğü ve etkilenmezliği vardır.

Şiva bu dansı tüm evrenle özdeşleştiği için icra eder. Dansıyla sonsuz fenomenleri oluşturur. Zaman dolduğunda ise yine dans ederek fenomenleri yok eder.¹¹² "Hem madde, hem de boşluk bu kozmik dansa iştirak etmekte, hiç durmaksızın enerji kalıpları yaratmakta ve yok etmektedir. Bu sebeple modern fizikçiler için Şiva'nın dansı, atomaltı maddenin dansını simgelemektedir."¹¹³ Çünkü atomaltı parçacıkların davranışları bu dansa son derece benzemektedir.

Şiva'ya denk gelen harflerin O'nun kendine sınırsız hakimiyetini anlattığını belirtmiştik. Kendine hakimiyet harfleri, D, M, V ve W'dir. V'nin Stigma olduğu açıklanmıştı. M ise önceki bölümlerde anlatılan Mü ritmi, Mü reseptörü, Muon parçacığı, mavi renk ve su unsurudur. Doğum-Yaşam-Ölüm üçlüsü içinde Şiva Ölüm'e tekabül etmektedir ve dünya dillerinin önemli bir kısmında "ölüm" kelimesinin M harfiyle başlıyor olması çok manidardır. M harfi aynı zamanda ruhsal bir vazifeyi anlatır. Adı M harfiyle başlayan insanların dünyaya ruhsal bir vazife ile geldikleri, çeşitli ezoterik kaynaklarda ifade edilmiştir. Diğer harflerden W, esasında "iman ve yüksek amaçlar" anlamına gelen bir harf olup, çok güçlü ve çift V değerinde olduğu için "kendine hakimiyet" hanesine de dahil olmuştur. Kendine hakimiyet harflerinin sonuncusu olan D'nin de epilepsi ve dolayısıyla Şiva ile ilgileri bulunmaktadır. D, beyindeki Delta aktivitesidir ve epilepside bol

¹⁰⁸ Oliver SACKS, *Migren, İletişim Yayınları, İstanbul, 2002, s. 400.*

¹⁰⁹ Murry HOPE, *Dinlerde, Bilimde ve Metafizikte Zaman Enerjisi, Ruh ve Madde Yayınları, İstanbul, 1997, s. 165.*

¹¹⁰ Heinrich ZIMMER, *Hint Sanatı ve Uygarlığında Mitler ve Simgeler, Kabalcı Yayınevi, İstanbul, 2004, s. 195.*

¹¹¹ Heinrich ZIMMER, *agy, s. 177.*

¹¹² Fritjof CAPRA, *Fiziğin Tao'su, Artan Yayınevi, İstanbul, 1991, s. 336.*

¹¹³ Fritjof CAPRA, *agy, s. 338.*



bol görülür. AUM'daki M'nin temsil ettiği derin ve rüyasız uykuda yayımlanır. Delta, diğer ritimlerin zeminidir. Bu "zemin olma" niteliği, elementler içinde de "eter"de bulunmaktadır ki, eter elektrik ile aşağı yukarı aynı şeydir, Elektrik de Şiva'dır. Epilepsi eterik beden seviyesinde bir rahatsızlıktır ve eterik beden ile eterik boyut, Şiva'nın "görev alanına" veya "kapsama alanına" girer.

Yin yüksekliği ve epilepside kendini kontrol yöntemlerinin önem taşıdığı tıp tarafından da keşfedilmiş olup, "kendini kontrol stratejileri" adıyla, davranışsal terapiler kapsamında uygulanmaktadır.¹¹⁴ Gevşeme teknikleri, imajinasyon, ödül-ceza yöntemleri, konforu azaltma yoluyla örtük ceza (yani bir bakıma hafif bir "çile") işe yaramıştır. Batı tıbbının epilepsi için icat ettiği tedavi yöntemleri arasında Kadim Bilgiye en yakın olanlar bunlardır. Kendini kontrol tedavi yöntemleri, fiziksel bedenın ötesinde, eterik ve bazen astral bedeni de etkileyebilecek niteliktedir. Her ne kadar nöbetleri kontrol etmek "imkânsız" gibi görölse de, kararlılık, azim ve iradenin yapamayacağı pek az şey vardır. Tanıdığımız bazı kişiler irade gücüyle bazı fiziksel özelliklerini ve alışkanlıklarını değiştirebilmişlerdir. Zihinsel alışkanlıklar ve süptil bedenlerde yer etmiş unsurlarda da değişim mümkündür.

Şiva ritmin ta kendisidir. Apasmara Purusha ise ritimsizliktir, ritim bozukluğudur. Tıpkı epilepsinin de bir ritim bozukluğu olduğu gibi.¹¹⁵ Dans, ritim ve davul, Şiva'da bulunduğu gibi, şamanda da bulunur. Çünkü Şiva baş şamandır. Şaman, Şiva'yı izleyen ve taklit eden kişidir.

Kozmik dans; iyinin kötüyü, ritmin ritimsizliği yenmesini, içimizdeki Armagedon veya Cihat'taki zaferi, dengenin kurulmasını, transformasyonu ifade eder.

Dünya üzerinde Şiva'nın dansı konusunda en ileri seviyeli incelemeyi ve en iyi yorumları yapan yazar, kuşku yok ki, Coomaraswamy'dir. Coomaraswamy, Şiva'nın birçok dansı olduğundan bahseder ve bunlardan üçü üzerinde durur. Birincisi, Himalayalardaki, ilâhî bir koronun eşlik ettiği, gece dansıdır. İkincisi Tandava olup, Şiva'nın Yin özelliğini yansıtır. Üçüncü dans ise evrenin merkezi

olarak kabul edilen Chidambaram veya Tillai'de yaptığı Nadanta dansıdır.

Taragam ormanında çok sayıda sapkın rişi biraraya gelmiştir. Şiva güzel bir kadın kılığında, Vişnu'yla beraber oraya gelir. Rişiler önce kendi aralarında tartışır. Fakat kısa bir süre içinde öfkeleri Şiva'ya yönelir ve büyümlü kelimelerle onu yok etmek isterler. Kutsal ateşten bir kaplan yaratıp onun üstüne salarlar. Şiva gülümseyerek, küçük parmağının tırnağı ile onu tutar ve derisini yüzer, giysi gibi kuşanır. Başka bir hikâyeye göre de onun üzerine bir yılan salarlar; Şiva yılanı tutup kolye gibi boynuna dolar. Ardından dans etmeye başlar. Muyalaka isimli kötücül cücenin üstüne basarak dansa devam eder. Rişiler danstan çok etkilenirler ve Şiva'yı yüceltirler.¹¹⁶

"Sağ ellerinden biri bir davul tutmaktadır, diğeri ise "Korkma" der gibi kalkmıştır.¹¹⁷ Sol ellerinden biri ateş tutmakta, diğeri ise ayağının altındaki cin Muyalaka'yı göstermektedir. Sol ayağı havadadır."¹¹⁸ Davul, Şiva'nın yogi karakterine ilişkin bir simgedir. Özel bir önemi vardır.¹¹⁹

Dans, Şiva'nın beş faaliyetini simgeler: Yaratma, koruma, yok etme, örtme ve özgürleştirme. Bunlar, Brahma, Vişnu, Rudra, Mahesvara ve Sadasiva'nın¹²⁰ faaliyetleridir.¹²¹ "O, Bütün'ün yaşamını korumak ve kendisini özleyenleri özgürleştirmek için dans etmektedir. Dahası, insan dansçıların danslarını dahi doğru anlarsak, onların da özgürlüğe götürdüğünü görürüz. Ancak O'nun dansının O'nun kendi doğasından kaynaklandığını, bütün jestlerinin doğaçlama, spontan ve amaçsız olduğunu söylemek, gerçeğe daha yakın olacaktır. Çünkü O nedenler boyutunun ötesindedir."¹²² Doğanın dansı ile Şiva'nın dansını karşılaştıran yazar, ikincisinin "aydınlanmanın dansı" olduğunu belirtir. Maddenin dansı,

¹¹⁴ Peter FENWICK, *The Behavioral Treatment of Epilepsy Generation and Inhibition of Seizures, Epilepsy II: Special Issues, Vol.12, Number 1, Şubat 1994, s. 175-202.*

¹¹⁵ Ayrıca epilepside ritmi algılayamama ve "amüzi" gibi sorunlar da görülebilmektedir. Ritim algılaması en çok parietal ve temporal loblarla ilişkilidir.

¹¹⁶ A.K. COOMARASWAMY, *The Dance of Siva: essays on Indian art and culture, Dover Publications, New York, 1985, s. 57-58.*

¹¹⁷ Bu işaret, sakinliği, duygulara hakimiyeti ifade eder. Salınma bitmiştir. Kişi korku ve benzeri iniş çıkışlardan muaftır.

¹¹⁸ A.K. COOMARASWAMY, *agy, s. 58.*

¹¹⁹ A.K. COOMARASWAMY, *agy, s. 59.*

¹²⁰ Son üçü, Şiva'nın değişik isimleridir.

¹²¹ A.K. COOMARASWAMY, *agy, s. 59.*

¹²² A.K. COOMARASWAMY, *agy, s. 63-64.*



Kali'nin dansıdır.¹²³ Şiva istemediği sürece madde de dans edemez. Şiva, madde karşısındaki Ruh'u simgelemektedir.¹²⁴

Epilepsi hastalığının sıkıntısını çeken ve tüm insanlığın bilgisizliğini, bilinçsizliğini, duyarsızlığını ve yanılısına dünyasına (Maya'ya) kapılmışlığını, tüm insanlığın unutmaya perdesinden geçmiş, Tanrı'dan ayrı düşmüş, kapalı bilinç halini bir günah keçiliği şeklinde yüklenmiş olan bir insan, Apasmara Purusha'yı denetim altına almak ve onun hakkından gelmek için Şiva'nın dansını yapmalı, Şiva ile özdeşleşmeli ve Şiva'nın özelliklerine sahip olmaya çalışmalıdır.¹²⁵ Bunun için ruhsal çalışmalara girmeli ve bilgeleşmelidir. Sorun bireysel bilgelikten ziyade tüm insanlığın bilincinin yükselmesidir. Tüm insanlığın bilinci yükselene kadar dünyada epilepsi devam edecektir. Bilinç yükselmekte olduğu için epilepsi hastalığının görünümünde de değişiklikler olmaktadır. Açık bilinçle geçirilen nöbetler ve hattâ nöbetsiz epilepsiler başlamıştır. Öyle ki, bu hastalar kendilerinde epilepsi olduğuna doktorları dahi inandıramamaktadırlar.

Hastaya düşen, spiritüel olarak ilerlemek, dünya ile ahret âlemi arasında bir bağlantı kanalı haline gelmek, tüm insanlığın farkındalığının ve bilincinin yükselmesine hizmet etmek, kısacası şaman ve Şiva olmaktır. Bunun için Şiva'nın resimlerine bakarak meditasyon yapmak faydalı olabilir.

Şiva'nın uyguladığı yöntem çileciliktir. Nefse uygulanan eziyetlerle kişi muazzam bir psişik ve fiziksel enerji biriktirir. Bu enerji birikimine "tapas" adı verilmektedir. (bedensel ısı)¹²⁶ "Tapas, kendi kendini deşarj etme tehlikesi getiren yüksek bir elektrik yüküne benzer. Ansızın ısıldadığı zaman, her türlü direnişi yarıp geçer ve eritir."¹²⁷ Kendi kendini deşarj edebilen yüksek elektrik yükü, epilepsinin tanımı gibidir. Bunu nöbet tetikleyici birşey olarak görmekten çok, "benzeri benzerle tedavi" ilkesi göz önünde bulundurulmalıdır. Tapas, nedensel boyuta da etki eder ve insanı karmadan özgürleştirme gücüne sahiptir. Tıpkı

Şiva'nın yok ediciliğinin özgürleştiricilik anlamına geldiği gibi.

Şiva'nın kendini gerçekleştirememiş, potansiyel ve pasif haline "Şava" denir (ceset). Eğer Şava isek, Şiva'ya dönüşmek üzere harekete geçmenin zamanıdır.

Şiva, yüksek Yin'den değer yaratmanın kişileşmiş halidir. Apasmara'yı ezen ve kontrol altına alan da sadece O'dur. Apasmara'nın Şiva'nın henüz tekâmülde çok geri olduğu bir halini simgeliyor olması da kuvvetle muhtemeldir. Bu dans sahnesi, yukarıda da ifade edildiği gibi, transformasyonun simgesidir. Şiva inişiye ve baş inisiyatördür. Epilepsiyi inisiyasyon yener. Gizlide kalmış psişik güçlerin geliştirilmesi ve ortaya çıkarılması, epilepsinin sonu anlamına gelir.¹²⁸ Bu hastalık insanı psişik güçlerini ortaya çıkarmaya zorlar. Ancak bu güçlerin kullanımı başlıbaşına bir amaç olarak görülür ve gerekli etik değerler buna eşlik etmezse, kişi eskisinden de geri bir düzeye düşme riski altında olur. Özellikle "spiritüel kibir", düşmenin en büyük nedenidir.

Spiritüel çalışmalar kişiyi transformasyona götürmelidir. Eğer götürmüyorsa, ya öğreti yanlış ve düşük bir öğretiler, ya da yeterince anlaşılamamıştır, yanlış ve eksik bir şekilde uygulanmaktadır. Bir öğreti ve yol seçerken, o öğretinin özgür iradeye saygılı olup olmadığını kontrol ediniz. Diğer bir önemli husus da, öğretinin bir kişiye değil, bir kanuna odaklı olması gereğidir. Belli bir kişiye, özellikle de halihazırda yaşayan bir kişiye odaklı olan öğretiler yanlış yerlere götürebilir.

Şiva, yani O'nun temsil ettiği ruhsallık ve inisiyasyon, karma zincirlerini kırar, nefse hakimiyeti sağlar, kuruntu ve hayal tuzağından kurtarır. O, ölümle ve tünelle dosttur. Şiva'nın simgesi olan "lingam", "erkeklik organı" demektir; fakat bunun anlamı "astral beden" ve "bilinç"tir.¹²⁹ Astral seyahatler, istemli ve istemsiz tüm degajmanlar "Şiva'dan sorulur".

Lingam sembolünün kökeni, haç sembolünün farklı versiyonlarıdır. Haçın dört kolu, insanın fiziksel, eterik, astral ve zihinsel bedenlerini simgelemektedir. Üst kısmı olmayan haçta (büyük T harfi gibi) zihinsel beden eksiktir. Lemur-ya çağında böyle idi. Daha önceki bir çağda ise astral beden de bulunmuyordu.

¹²³ Yıkıcı Dış İlke. Şiva'nın eşidir.

¹²⁴ A.K. COOMARASWAMY, agy, s. 64-65.

¹²⁵ Dans hem degajman yaratan, yani nöbet tetikleyici, hem de antiepileptik etkiye aynı anda sahiptir. Bunun mantıklı açıklaması, "benzeri benzerle tedavi" ilkesi olabilir.

¹²⁶ Heinrich ZIMMER, agy, s. 132.

¹²⁷ Heinrich ZIMMER, agy, s. 133.

¹²⁸ Silver BIRCH, Öte Âlemden Gelen Hikmet (1. Cilt), Sıhap Yayınları, İzmir, 1982, s. 270. Burada Silver Birch epilepsiden bahsetmemektedir, danışan kişinin hastalığı metinde belli değildir. Ancak bu husus epilepsi için de geçerlidir.

¹²⁹ Swami Satyananda SARASWATĪ, Kundalini Tantra, Okyanus Yayıncılık, İstanbul, 2004, s. 139.



O zaman haç, haç gibi değil, düz bir çizgi, bir sütun gibiydi. Fallüs simgesi de bu düz çizgidir.¹³⁰

Şiva ile eşi Şakti, zıt kutuplar arasındaki kutsal evliliği simgelerler. Şiva üçüncü gözde (alın çakrası), Şakti ise kök çakrada yerleşmiştir. Şakti, Kundalini enerjisi ile bir ve aynıdır. Kişinin bilinç ve tekâmül düzeyi yükseldiği zaman Şakti harekete geçer, yükselir ve eşiyle birleşmeye gider. Birleşecekleri yer alın çakrasıdır. Şiva ile Şakti birleştiği zaman kişinin dünyevî benliği ölür. Birlik bilinci ortaya çıkar, fena fillâh mertebesine ulaşılır.

Itzhak Bentov, epilepsideki belirtilerin sırasının Kundalini'ye göre ters yönde olduğuna dikkat çekmektedir. "Bir epilepsi hastasında ilk etkilenen bölge dudaklar olabilir; sonra yüz, en sonunda semptomlar boyundan aşağıya, omuzlardan geçip kollara ve sonunda da bacaklara gelir. Dolayısıyla, Kundalini, epilepsinin belirli tipleri için doğal bir panzehir sanki. Öyleyse meditasyon, bu hastalık için akıllıca bir tedavi olabilir."¹³¹ "Kundalini yolunu tamamladığında, beden artık derinlere yerleşmiş streten arınmıştır ve beden kortekse yansıdığına göre beynin de streten arındığını söyleyebiliriz. Öyleyse, Kundalini büyük bir stres boşaltma sistemi. Bedende daha fazla stres birikmesine izin vermeyecek. Tam devre sorunsuz işlemeye başladığında, stresler sistemden daha oluştukları anda atılacaklar ve böylece kalıcı bir stres birikimi mümkün olmayacak."¹³²

Kundalini'yi uyandırmak için belli hazırlık ve arınma faaliyetlerinin yapılması gerekir ki, uyandığında sorunlar yaşanmasın. Bu konuda ne yapılması gerektiğini Kundalini'ye ilişkin kitaplarda bulabilirsiniz.

Şiva ile Şakti'nin beyinde de yerleri bulunmaktadır: Biri frontal (alın), diğeri temporal lobdadır. (şakaklar) Şakak lobları ile frontal lob arasındaki bağlantısızlık ve eşlerin birbirine kavuşamaması, farkındalığımızın ve ruhsallığımızın eksikliğinden ileri gelir. Epilepsi de, bu bağlantısızlığı aşabilmek, yani Şiva ile Şakti arasındaki engelleri kaldırarak onları birleştirmek amacıyla bünye tarafından yaratılan bir hastalıktır. Bu ihtiyaç yalnız epilepsi hastalarında değil, herkeste

vardır. Hastanın durumu, daha önce de açıklandığı gibi, simgeseldir.

Şiva'yı kavramanın yolu Şiva'ya tapınmak değil, Şiva olmaktır.

ŞAMAN ÇAĞRISI ALAN KİŞİ ŞAMAN OLAMADIĞINDA NE OLUR?

Şamanizm bu sorunun cevabını şöyle vermiştir: Çağrıyı reddetme şansı yoktur. Reddederse ya deli olur, ya da ölür.¹³³ İkisi birden de olabilir.

Epilepsinin psikiyatri boyutu ve ölüm oranları, "çağdışı" sandığımız bu iddiayı desteklemektedir. Psikiyatrik hastalıklar toplum geneline oranla epilepsi hastalarında daha fazla görülmektedir.¹³⁴ Bunlar nevroz, psikoz veya depresyon olabilmektedir. Her epilepsi hastasında bunlar görülecek diye bir kural yoktur. Çünkü hastaların hepsi şaman çağrısı almış değildir. Şaman çağrısı almış ve bu çağrıya icabet edememiş hastalarda psikiyatrik hastalıklar görülür. Bunlar çoğunlukla temporal lob, ikinci derecede de frontal lob epilepsisi hastalarıdır ve tedaviye dirençli epilepsilerde bu durum daha çok görülebilmektedir. Aynı zamanda şaman çağrılı hastalarda solaklık oranının yüksek olduğu görülmüştür. (Yin baskınlığının işareti)

Şaman adayındaki depresyon, başkalarında görülen depresyondan farklıdır. Onda görülen nevroz ve psikoz, başkalarında görülen nevroz ve psikozlardan farklıdır. Epilepsi şizofrenisi, herhangi bir şizofreniden farklıdır.¹³⁵ Zaten epilepsinin zihinsel bedenden değil, eterik bedenden kaynaklanan bir hastalık olduğunu daha önce ifade etmiştik. Bu hastalar, çağrıya icabet etmemiş oldukları için astral boyuttaki varlıklardan uyarı almaktadır. Bu nedenle korku ve panik yaşamakta, fakat nedenini genellikle bilmemektedirler. Onlar için çözüm yolu ilaç veya ameliyat değil, yola girmek ve dinî/mistik yola ve hizmete kendini adanmaktır. Yola girmek yetmez, çünkü hedef o yolda değer yaratarak dengelenmektir.

Astral boyuttaki bu varlıklar, "cin" değil, "rehber varlıklar" olarak anlaşılma-

¹³⁰ Max HEINDEL, *agy*, s. 576.

¹³¹ Itzhak BENTOV, *Çılgın Sarkaç*, Meta Yayıncılık, İstanbul, 2004, s.230.

¹³² Itzhak BENTOV, *agy*, s. 229-230.

¹³³ Prof.Dr.Fuzuli BAYAT, *Ana Hatlarıyla Türk Şamanlığı*, Ötüken Neşriyat, İstanbul, 2006, s. 40.

¹³⁴ Eylem Şahin Cankurtaran, Berna Uluğ, Serap Saygı, *Epilepsiye Eşlik Eden Psikiyatrik Bozukluklar*, Klinik Psikofarmakoloji Bülteni, Cilt 14, Sayı 2, 2004, s. 97-106.

¹³⁵ Anthony HOPKINS, Simon SHORVON, Gregory CASCINO (eds), *Epilepsy*, Chapman&Hall Medical, Londra, 1995, s. 471.



lıdır. Hastanın yanbaşında veya içinde gözle görülmeyen bir varlık hissettiğine sıklıkla rastlanmakta, buna literatürde "Sensed Presence" adı verilmektedir. Bir ışık noktası olarak da görünebilen bu varlık, o kişiye rahatsızlık vermek için değil, hizmet yolunda rehberlik etmek için oradadır. Bu rehberlik "cin çarpması" değil, bir armağandır. Bu varlık bazen kendi Yüksek Benliğimiz, bazen de Yüksek Benliğimizin "tuttuğu danışmanlar" olmaktadır. Bu konu, Michael A. Persinger ile birlikte çalışan epilepsi hastası ve araştırmacı Todd Murphy'nin internette yayımladığı deneyim ve makalelerinden okunabilir.¹³⁶

Hissettiğiniz varlığın bir rehber varlık mı, yoksa obsedör varlık mı olduğunu anlamak için şu ipuçlarından yararlanabilirsiniz:

- Rehber varlık ile obsedör varlık arasında çarpıcı bir seviye farkı vardır. Rehber varlık yüksek, obsedör varlık düşük seviyeli.
- Varlık tuhaf, saçma sapan şeyler söylüyorsa obsedör varlıktır.
- Sadece öneride veya uyarıda bulunuyor, hiç ısrar etmiyor, kararı size bırakıyorsa, rehber varlıktır.
- Özgür iradenize saygı göstermiyor, ısrarcı ve baskıcı davranıyorsa, obsedör varlıktır.
- Bilgi alabileceğiniz, sizi aydınlayabilecek kişileri sizden uzaklaştırıyor, sizi o kişilerden soğutuyorsa, obsedör varlıktır.
- Kendisine bağlanmanızı istiyorsa, kendini çok yüce biri gibi takdim ediyorsa, itirazlara tahammülü yoksa obsedör varlıktır.
- Sizi övme, tehdit etme, korkutma gibi taktikler uyguluyorsa, obsedör varlıktır.
- Rehber sizin iyiliğinizi ister, obsedör ise kendi iyiliğini ister.
- Rehber sadece uyarır, bazı ilhamlar verir, korur, yardım eder.

Kolay teslim olan, kolay güvenen bir yapınız varsa, hem rehber varlıkların, hem de obsedör varlıkların etkisine açık sayılırsınız. Doğru tutum ve kendini

koruma, şu yollarla sağlanabilir:

1. Varlığın bütün mesajlarını mantık süzgecinden geçirmek, sorgulayıcı olmak
2. Frekansınızı yükseltmek, frekansı düşürecek şeylerden uzak durmak (gayriahlâkî şeyler, kötü ortamlar, kötü arkadaşlar, kötü alışkanlıklar gibi)
3. Faydalı işlerle meşgul olmak, boş durmayıp çalışmak.

Dewhurst ile Beard'in makalesinde anlatılan vakalar, temporal lob epilepsisi nöbetlerinin dinî inanç üzerinde yaptığı etkileri tasvir etmektedir. Nöbet çoğunlukla hidayete erdirici, inancı yükseltici, nadir olarak da inancı kaybettirici bir etki yapmakta, fakat her durumda inançla bir ilişkisi olmaktadır. Nöbetle hidayete eren, bir süre hiç nöbet geçirmeyen, inancı azaldıktan ve dinî faaliyetleri tavsadıktan sonra tekrar nöbet geçirmeye başlayan kişiler örnek verilmiştir. Bu bize göre çok manidardır. Anlatılan hastaların hepsinde bir ruhsal çağrı ve ruhsal görev hissi vardır.¹³⁷

Bear, Levin, Blumer, Chetham ve Ryder'in 1982'de yayımlanan ortak makalesinde temporal lob epilepsisi olan hastalar, sırasıyla kişilik bozukluğu, duygudurum bozukluğu, şizofreni ve temporal lob haricinde epilepsisi olan hastalarla karşılaştırılmıştır. Bu grupların her biriyle bazı ortak özellikleri bulunmakla birlikte, net bir şekilde ayırıcı özelliklerinin de bulunduğu ortaya konmuştur. Temporal lob epilepsisinin belirtileri, bu grupların hiçbirine tam olarak uymamaktadır.¹³⁸

Epilepside psikiyatrik semptomlar ile nöbet sıklığı arasında ters bir korelasyon olduğu ve psikozun çoğunlukla epilepsinin uzun yıllar (10-20 yıl) devam etmesinden sonra ortaya çıktığı anlaşılmıştır.¹³⁹

Bunları şöyle açıklamak mümkündür: İstemsiz astral seyahatler olan nö-

¹³⁷ K.DEWHURST & A.W.BEARD, *agm.*

¹³⁸ David BEAR, Kenneth LEVIN, Dietrich BLUMER, Diedre CHETHAM ve John RYDER, *Interictal Behavior in Hospitalized Temporal Lobe Epileptics: Relationship to Idiopathic Psychiatric Syndromes*, *Journal of Neurology, Neurosurgery and Psychiatry* 1982, 45: 481-488.

¹³⁹ Kenneth PERRINE & Sylvia CONGETT, *Neurobehavioral Problems in Epilepsy*, *Neurologic Clinics – Epilepsy II: Special Issues*, Vol.12, Number:1, February 1994, s. 131.



betler, öte âlem ile bir temas olduğundan, sık olmaları, çağrı alan kişinin hâlâ çağrıya icabet etme olasılığının bulunduğunu düşündürmektedir. Bu nedenle psikiyatrik hastalıklar daha az görülmektedir. Fakat uzun yıllar epilepsi ve dola-yısıyla çağrı devam etmiş, kişinin çağrıya icabet etmeyeceği veya edemeyeceği anlaşılmış ise, psikiyatrik hastalıklar ortaya çıkmaktadır. Zaten "epilepside ani beklenmedik ölüm" (SUDEP) riskini arttıran faktörlerin başında, nöbetlerin çok önce başlamış olması bulunmaktadır.¹⁴⁰ Açıkçası bunda garipsenecek birşey de yoktur. İçinde yaşadığımız uygarlık, dinî ve mistik çağrıları aptallık, saçmalık ve çocukluk sayan, aşağılayan ve mistik çağrısından bahsetmeye cesaret edenleri akıl hastanesine kapatan bir uygarlıktır.¹⁴¹ Sistem şamanik çağrıya icabet etmeye izin vermemekte, bunu çok zorlaştırmaktadır. Hastanın herşeyi çiğneyip geçebilecek bir cesareti ve azmi yoksa, sesini keser ve takıntıları, depresyonu ve mutsuzluğu ile başbaşa kalır.¹⁴²

Eğer misyonunu gerçekleştiremeyeceği netlik kazanmışsa, hastanın Yüksek Benliği o yaşama daha fazla devam etmenin anlamlı olmayacağına karar verebilir ve hasta, ister intihar, ister normal bir ölüm olsun, beklenmedik bir zamanda ölebilir. Epilepside ölüm oranının oldukça yüksek olmasının bir sebebi budur. Diğer sebep, yaşam ritimlerinden bahsedilirken açıklanacaktır. Epilepside intihar oranı da diğer insanların intihar oranının yaklaşık beş katıdır.¹⁴³ "Epilepsili kişilerde, bütün ölümlerin yaklaşık üçte biri, intihara bağlıdır."¹⁴⁴

Epilepside herkes psikiyatrik hastalık yaşamaz ve herkes ölmez. İyileşen ve ilacı bırakan pek çok hasta vardır. Ancak onların epilepsisi, genelde şamanik çağrının dışında bir sebeple yaşanan epilepsilerdir. Yin-Yang dengesizliği, kendini sevmemek, hayata ve dünyaya bağlanmamak, vb gibi.

140 C.P.J.A. MONTÉ, J.B.A.M. ARENDS, I.Y. TAN, A.P. ALDENKAMP, M. LIMBURG, M.C.T.F.M. de KROM, *Sudden unexpected death in epilepsy patients: Risk factors- a systematic review*, *Seizure* (2007) 16, s. 1-7.

141 Jeanne ACHTERBERG, *Imagery Healing: Shamanism and Modern Medicine*, Shambala, Boston and London, 2002, s.31.

142 Bir olasılık da, hastanın bilinç ve farkındalık düzeyinin yetersizliğinden dolayı çağrıya icabet edememesidir.

143 Anthony HOPKINS, Simon SHORVON, Gregory CASCINO, *agy*, s. 18.

144 Prof.Dr.Aytaç YİĞİT, *Epilepsi Sözlüğü*, Nobel Tıp Kitabevleri, İstanbul, 2008, s. 106.

EPİLEPSİ VE YAŞAMIN RİTİMLERİ

Bünyemizde birçok içsel biyolojik ritim vardır. Bu ritimlere "ayarlı" şekilde yaratıldık ve yaratılışımıza uygun olan ritimleri terk edip farklı ritimlerde yaşarsak sağlıklı kalamayız.

Gün bazındaki temel ritim, "sirkadyen ritim" olarak adlandırılır. Bir günden kısa süreli ritimlere "ultradiyen ritimler" denir. Beyin dalgaları ve kalp atışları buna girer. Aylık, mevsimsel ve yıllık ritimler de vardır. Dinî ve ezoterik nitelikli takvimler bu ritimleri yansıtır.

Yeni doğan bebek henüz sirkadyen ritme adapte olmamıştır. Bu nedenle yetişkinlerin yaşamıyla hiç bağdaşmayan saatlerde uyuyup uyanır, beslenir, vb. Büyüdükçe sisteme adapte olur. Başlangıçta ne zaman uyuyacağı ve uyanacağı çok belirsiz ve kurlsız gibidir. Gün içinde birçok defa uyur ve uyanır. Biraz büyüyünce uykusu günde iki sefere iner: Gece uykusu ve öğle uykusu. Daha sonra ise, yetişkinler gibi, sadece gece uyuma ritmine geçer.¹⁴⁵ Uzun yıllar bu şekilde devam eder. Yaşlanınca öğle uykusu ihtiyacı artar. Önce günde iki kere, sonra da günde birçok kere uyumaya başlar. Ömrünün sonuna yaklaşırken, yeni doğan bebekle aynı uyku ritmine geçer. Yani sirkadyen ritimden giderek bağımsızlaşır.

Uyku, daha önce de belirtildiği gibi, degaje olduğumuz ve başka boyutları ziyaret ettiğimiz bir süreçtir. Uykunun farklı aşamaları da, hangi boyutları ziyaret ettiğimize ilişkin bilgi verir. Uykuya dalarken eterik boyuta geçeriz. Hafif uykuda astral boyuta, derin uykuda zihinsel boyutun alt katmanına (somut düşünce âlemine) geçeriz. REM uykusunda ise zihinsel boyutun üst katmanına (soyut düşünce âlemine) geçeriz. İnsanın esas ihtiyacı, derin uyku ile REM¹⁴⁶ uykusudur. Nitekim az uyuyanlar ile çok uyuyanların uyku evrelerinin karşılaştırılması sonucunda, derin uyku ile REM uykusunun her iki grup tarafından da aynı sürelerle yaşandığı, uzun uyuyanların buna ilave olarak hafif uyku evresini uyuduğu, az uyuyanlarda sadece bu evrenin az olduğu görülmüştür.¹⁴⁷

145 Jane W. HYMAN, *Işık Kitabı, İnsan Yayınları, İstanbul, 2001, s. 61-62.*

146 *Rapid Eye Movements: Hızlı Göz Hareketleri. Rüyalı uyku evresi.*

147 Prof.Dr. Hakan KAYNAK, *Uyku, Doğan Kitap, Egmont Yayıncılık, İstanbul, 2008, s. 24.*



REM uykusuna geçebilmek ve REM uykusundan geri dönebilmek için (REM’de uyandırılmak gibi durumları saymazsak) derin uyku evresinden geçmek gerekir. Çünkü REM uykusunda ziyaret edilen boyut daha yüksek frekanslıdır ve bu yolculukların hem gidişinde, hem de dönüşünde “yolumuzun üzerindeki” ara frekanslardan geçilmesi gerekir. Zihinsel boyutun üst katmanına gidebildiğimiz uyku evresi REM’dir ve kilit bir öneme sahiptir. İhtiyaç duyduğumuz ruhsal rehberliği bu evrede alırız. Yaşama nasıl devam edeceğimiz, hangi yanlış şeyleri nasıl düzelteceğimiz, dünyada ne gibi görevlerimizin olduğu, yaşam planımızda herhangi bir değişiklik yapılmasına gerek olup olmadığı konularında rehber varlıklarla görüşür, tartışırız. Başka varlıklarla da (dünyadaki tanıdıklarımız dahil) pek çok konuda görüşürüz. Yaşama huzurlu bir şekilde devam edebilmek için bu görüşmeleri her gece yapmaya ihtiyacımız vardır. Açık bir bilinçle yaşayan ve bunları uyanıkken yapabilen varlıklar, uykuya ihtiyaç duymazlar. Bedenlerini de uyanıklıkta dinlendirebilirler. Uyanıklık bilincimiz kapalı bir bilinç olduğundan ve farklı bilinç hallerine geçmeyi yeterince bilmediğimizden, uyku bizim için son derece önemlidir. Öte âlemle temasta REM daha önemli iken, fizik ve eterik bedenlerimizi tazelemede de, derin uyku daha önemlidir. Hafif uyku ise yeterli bir tazelenme sağlamamaktadır.

Silver Birch, bu yolculukların, insanın gelecekteki dünyasına alışabilmesi için, ölüm ânı geldiğinde şok yaşanmaması için yapıldığını ifade etmiştir.¹⁴⁸

Bizi uyumaya zorlayan da, epifizin salgısı melatonindir.

Uykunun değişik evrelerinde beyin dalgaları değişir, çünkü farklı planlara geçeriz ve farklı kanallardan bilgi almaya eğilimli oluruz.

¹⁴⁸ Silver BIRCH, *agy*, 1. Cilt, s.84.



Evrenin Kuvvetleri	Element	Âlem	İnsanın bedenleri	Uyku aşaması/ Bilinç düzeyi	Ana beyin dalgası
Bilinç ve iradenin gücü	Eter	Nedensel âlem	Yüksek Benlik (Ruh)	Aşkın bilinç/ Tevhid bilinci	Alfa
Elektromanyetik kuvvet	Hava	Zihinsel âlemin üst katmanı (soyut düşünce âlemi)		REM uykusu bilinci	Teta
		Zihinsel âlemin alt katmanı (somut düşünce âlemi)		Derin uyku bilinci	
Güçlü nükleer kuvvet	Ateş	Astral âlem		Hafif uyku bilinci	Gamma
Radyoaktivite	Su	Eterik âlem	Ego	Uyanık bilinç	Beta
Kütle çekim kuvveti	Toprak	Fiziksel âlem	Zihin Astral beden Eterik beden Fiziksel beden		Delta

Max HEINDEL'in "Gül-Haç Evren Kavramı" adlı kitabının 165. sayfasındaki tablodan uyarlanmıştır.

Bu tabloda yazılı beyin dalgaları, bu uyku ve bilinç hallerinde yayımlanan beyin dalgaları olmayabilir. Örneğin Delta, uyanıklık bilincinden ziyade derin uyku bilinci hizasına yazılmaya uygun görünmektedir. Ancak Delta toprak ve zemin bilincidir. Diğer bilinç halleri bu zeminin üstünde yeşerir.

Şamanik faaliyet REM uykusu esnasında gerçekleştiği için, bu evrede epilepsi nöbeti görülmez.¹⁴⁹ Çünkü nöbetin hedefi zaten gerçekleştirilmiştir ve nöbete ihtiyaç kalmamıştır. REM uykusunda %2-3 dolayında nöbet görülebildiğini rapor eden araştırmalar da vardır.¹⁵⁰ Bu nöbetler, daha yüksek frekanslı âlemlere (nedensel boyut gibi) geçilebilmesi için gerçekleşiyor olabilir. Fakat insanlar buna çok nadir olarak ihtiyaç duyar. Diğer uyku evrelerinde ve uyanıklıkta nöbet görülür.

149 Anthony HOPKINS, Simon SHORVON, Gregory CASCINO, agy, s. 74.

150 Carl W. BAZIL & Thaddeus S. WALCZAK, *Effects of Sleep and Sleep Stage on Epileptic and Nonepileptic Seizures, Epilepsia*, 38(1): 56-62, 1997.

Bunun tıp bilimi tarafından yapılan açıklaması, REM evresinde ortaya çıkan bir beyin ritmi olan pontogeniculookspital (PGO) dalgaların korteksi uyarak desenkronizasyona yol açması şeklindedir.¹⁵¹ Epilepsi nöbeti ise senkronizasyon ile gerçekleşir.

PGO dalgaları, REM sırasında olsun, başka zaman olsun, amigdalanın faaliyeti sonucunda ortaya çıkar.¹⁵²

Kas tonusunun tamamen kaybolması da, REM evresinde derin bir degajman yaşandığının bir göstergesidir.

Yeni doğan bebeğin uykusunun yarısı REM evresinde geçer. Çünkü onun, daha yeni ayrılmış olduğu öte âlem ile temasları hâlâ yoğun şekilde devam etmektedir. Bu temaslar zamanla azalır. Sirkadyen ritme adapte olurken, bir yan-

151 Prof.Dr. Sirel KARAKAŞ, Prof.Dr. Hamdullah AYDIN, Prof.Dr. Cenap ERDEMİR, Prof.Dr. Çiğdem ÖZESMİ (editörler), *Müldisipliner Yaklaşımla Beyin ve Kognisyon*, Çizgi Tıp Yayınevi, Ankara, 2000, s. 111.

152 Rhawn JOSEPH (ed), *NeuroTheology*, University Press, California, 2002, s.420.



dan, çocuğun REM uykusu oranı azalır. Bebeğin REM uykusunun tüm uykusuna oranı %50 iken, yetişkinlerde bu oran %20 dolayındadır.¹⁵³

Ölüme yakın deneyim ve diğer aydınlanma deneyimleri, kişinin uyku evreleri ve sürelerini değiştirmektedir.¹⁵⁴

Epilepsi hastalığının yaşlara göre dağılımı, bir U veya V şekilli grafik gibidir.¹⁵⁵ Yeni doğanda bu oran hayli yüksek olup, büyüdükçe düşer. Yetişkinlik, epilepsi görülme düzeyinin en düşük olduğu yaş grubudur. Yaşlanınca bu oran tekrar yükselmeye başlar ve ömrün sonuna gelindiğinde zirveye ulaşır. Bebek öte âlemden yeni geldiği için, çok yaşlı olanlar da öte âleme geri dönmek üzere olduğu için, bu yaş gruplarının öte âlem ile temasları yoğun olmak durumundadır. Epilepsi de bu teması kurma yollarından biri olduğundan, en çok bu yaş gruplarında görülür. Öyle ki, onlarda görülmesi genç bir yetişkine göre daha normal karşılanır ve o kadar “marazî” sayılmaz.

Bir diğer husus, epilepsinin kişiyi “ölüme hazırlama” işlevidir. Epilepsi “öldürücü” bir hastalık değildir. Öleceği herhangi bir nedenle zaten belli olan birisi, ölüme hazırlanabilmek amacıyla epilepsiyi yaşayabilir. Burada mesele yaşlı olmak değil, ölüme yakın olmaktır. Dolayısıyla çok genç yaşlarda da görülebilir. Epilepsinin mortalite oranı, insanı öldürdüğü için değil, bu yüzden yüksektir. Hangi yaşta ve nasıl ölmüş olursa olsun, ömrünün son bir veya birkaç yılını epilepsiyle geçiren birçok insan bulunmaktadır. Böyle durumlarda kişi en fazla birkaç yıl içinde öleceğini sezgisel olarak bilir. SUDEP vakalarının bir kısmının açıklaması da budur.

Uykusuzluğun bütün tetikleyicilere karşı duyarlılığı yükseltmesi ve nöbet eşliğini düşürmesi de, öte âlem ile temas ihtiyacının yeterince karşılanamamış olmasından kaynaklanmaktadır.

Sirkadyen ritimle ilgili Yin-Yang hareketlerini şu şekilde gösterebiliriz:



Şafak sökümü ile akşam saatini birleştiren dikey eksenin önceki bölümlerde Elif'e işaret ettiğini hatırlayacaksınız. Buradaki bağlamda bu eksenin uçları, her iki burun deliğimizin de çalıştığı, dengelendiğimiz ve ibadet yahut meditasyona ayrılması gereken saatleri göstermektedir.

Doğrusallığı bozan herşey nöbet tetikleyici özelliğe sahip olduğundan, sirkadyen ritmin bozulması da tetikleyici özelliktedir. Epilepsi için risk yaratan bazı gıdaların tetikleme özelliğinin bir nedeni de, sirkadyen ritmi etkiliyor ve değiştiriyor olmalarıdır. Alkol, kahve, çay ve çikolata, ritmi değiştirebilmektedir. Bütün ilaçlar (ne ilacı olursa olsun) sirkadyen ritmi etkileyebilmektedir. Degajman bölümünde bahsedilen, pilotlara bütün ilaçların yasak olmasının bir sebebi hipoksi ise, diğer bir sebebi de budur. Aynı şeyler epilepsi hastaları için de geçerlidir. Doğum kontrol hapları da kişiyi farklı bir ritme sokar ve doğal olmayan bir yoldan topraklar. Bu nedenle doğum kontrol hapının kesilip ritmin doğal haline dönmesi de nöbeti tetikleyebilmektedir.

Düzenli saatlerde uyumak, düzenli saatlerde çalışmak ve sağlam bir günlük rutine sahip olmak, epilepside rahatlatıcı, nöbetleri azaltıcı bir işlev görür. Ayurveda, güneş doğmadan en az 45 dakika önce uyanmayı tavsiye eder. Bunun temel nedeni, toksinlerin sabah kalktığımızda atılıyor olması ve eğer güneşin doğuşunda uykudaysak, toksinlerin atılamamasıdır. Güneşin doğuşunun önce-

¹⁵³ Prof.Dr. Hakan KAYNAK, agy, s. 25.

¹⁵⁴ David E. COMINGS, *The Neurobiology, Genetics and Evolution of Human Spirituality-The Central Role of Temporal Lobes*, *NeuroQuantology*, December 2010, Vol.8, Issue 4, s.478-494.

¹⁵⁵ Anthony HOPKINS, Simon SHORVON, Gregory CASCINO, agy, s. 8.



sindeki saate “nektar vakti” anlamına gelen “amrit vela” adı verilmiştir. Bu saat, “hayatın özünün zamanı”dır.¹⁵⁶

Adet görme ve hamilelik, ritmi değiştiren etmenler olduğu gibi, Yin’i de çok yükselttikleri için, nöbeti tetikleyebilmektedirler. İnsan yaşamında hamilelik kadar yüksek Yin’li bir deneyim yoktur.

Yıllık ritimler açısından bakıldığında, insanın degaje olma eğilimi yazın daha fazladır. (Aslında Yin mevsim kış, Yang mevsim yazdır.) Bu, kışın uykunun daha verimli ve etkin olmasıyla da bağlantılıdır. Yazın daha fazla nöbet geçirdiğini tespit etmiş olan birçok epilepsi hastası bulunmaktadır.

Epilepside günlük bir ritim de olabilmekte, bazı hastalar, randevu verilmiş gibi, günün daima aynı saatinde nöbet geçirebilmektedir. Bu da kaygıyı yükseltmekte, ruh halini olumsuz etkilemektedir. Yaşamın bu hastalara mesajı şudur: “Kontrolü sen ele al.”

Ölümlerin büyük bir bölümü -ölüm nedeninden bağımsız olarak- gece, sabaha karşı ve sabah saatlerinde gerçekleşmektedir.¹⁵⁷ Epilepsi nöbetlerinin de çoğunlukla bu saatlerde olması çok anlamlıdır. Nihayetinde ikisi de degajmandır ve bu saatler degajmana en elverişli saatlerdir. Aynı şeyler yaz mevsimi için de geçerlidir.

Bazı hastaların nöbetleri dolunay, bayram, kandil, yılbaşı ve tatil günleriyle de ilişkili olabilmektedir. Sadece bu özel günlerde nöbet geçiren hastalar vardır. Bu günlerin ortak özelliği, enerjilerinin yüksek olmasıdır. Belli bir günün kut-sallığı tarih boyunca ne kadar çok insan tarafından kabul edilmiş ise, o güne o kadar fazla enerji yüklenmiş demektir. Enerji yüksekliği de genelde nöbeti tetikleyici bir özelliğe sahiptir.

Epilepsiye kaynaklık eden eterik bedenimiz, fiziksel bedene oranla ritimden çok daha fazla etkilenen bir süptil bedenimizdir. Düzenli olarak tekrarlanan her faaliyet eterik bedendeki bazı ritmik hareketlerin sebebi veya sonucu olur. Fiziksel boyutta yaptığımız, düzenli, ritmik ve uyumlu herşey -olumlu birşey

olması şartıyla- epilepsiyi şifalandırıcı bir etki yaratır. Özellikle şiir, müzik ve dans, ritim ve uyum içeren faaliyetlerdir. Müzik zamandaki sayı olarak bizi değişik frekans etkilerine açarken, geometri de mekândaki sayı olarak bizi değişik frekans etkilerine açar. Nitekim seslerin de şekli vardır ve müzik geometriye dönüştürülebilmektedir. Hem müzik, hem de kutsal geometri, oran ilişkilerine dayanır. Kutsal geometri, müzik, dans ve şiir ile meşgul olmak, Yin’den değer yaratma yolundaki epilepsi hastası için faydalı olur; onu zaman içinde ve çabası oranında şamana dönüştürür.

İç uzayımız ve iç zamanımız olduğu gibi, iç geometrimiz ve iç müziğimiz de vardır. Dışsal geometri, matematik, müzik ve kutsal dans çalışmaları, bu iç unsurları etkiler. Bunlar şamanik faaliyetler, yani Şiva’nın faaliyetleridir.

“Kutupsallıktan Birliğe Doğru” bölümünde de bahsetmiş olduğumuz şiir, sözcükleri sözlük anlamının dışında kullanarak doğrusallığı bozar. Doğrusallığı bozan herşey gibi, o da tünele sokan ve bilinç halini değiştiren bir faaliyettir. Şiir gerçekliğin yapısını rastgele çarpıtmaz. İsteddiği bağlantıları kurabilmek ve istediği bilinçaltı unsurları bilince çıkarabilmek için çarpıtır.¹⁵⁸ Dolayısıyla şiir, zihne hakim olmanın en önde gelen yollarından biridir. “Şiirin sözcükleri, amacı olan bir yol izler. Görevleri, önce duyguları uyandırmak, harekete getirmek, sonra onları yeniden düzenlemektir.”¹⁵⁹ Bu, Şiva’nın yıkarak yeniden oluşturma (transformasyon) faaliyetinin ta kendisidir.

Dans, bugünkü uygulamasında olduğu gibi insanlara gösteri yapma amaçlı bir faaliyet değil, büyüsel bir ritüeldir. Her hareket ve her dans belirli enerjileri harekete geçirir. Büyüsel dans, kutsal geometrinin verdiği ilkelere göre yapılır. Bazı duruş ve hareketler farklı bilinç hallerine geçmeye neden olur.¹⁶⁰ Tıpkı şiirin sözcükleri sözlük anlamının dışında kullanması gibi, büyüsel dans da, hareketleri gündelik kullanımlarının dışında kullanır ve bu şekilde doğrusallığı bozarak kişiyi tünel deneyimine götürür. Büyüsel dansın daima bir amacı vardır, hareketler ve geometri bu amaca göre seçilir ve her birine belli bir anlam yüklenir. Anlamsız hareket bulunmaz. Şiva’nın dansının amaçsız ve doğaçlama olduğundan

¹⁵⁶ Harish JOHARI, *Dhanwantari*, Okyanus Yayınları, İstanbul, 2000, s. 45.

¹⁵⁷ Jane W. HYMAN, *agy*, s. 181.

¹⁵⁸ Christopher CAUDWELL, *Yanılsama ve Gerçeklik*, Payel Yayınevi, İstanbul, 1974, s. 255.

¹⁵⁹ Christopher CAUDWELL, *agy*, s. 259.

¹⁶⁰ Buna “kinetik trans” denmektedir.



söz edilmişti. Ancak bu, Şiva'nın sınırsız bir zihin kontrolüne sahip olmasından ileri gelmektedir. Biz henüz Şiva olmadığımız için, dansa başlamadan önce bir amaç saptamak ve dansın yapısını bu amaca göre oluşturmak zorundayız.

Farklı bilinç hallerine geçirici hareketleri biraz ilerledikten sonra denemek daha doğru olur.

Saat yönünde dairesel hareketin eril enerjii, ters yöndeki dairesel hareketin dişil enerjii, yukarı-aşağı veya öne-arkaya hareketlerin eril enerjii, iki yana doğru olan hareketlerin dişil enerjii harekete geçirdiğinden daha önce bahsetmiştik.

"Saat yönünde ya da doğudan batıya doğru hareket, enerjinin aktifleşmesini sağlar. Daha erkeksi, dışa doğru enerji verici olarak kabul edilir. İç alemden dışarıya enerji çeken merkezci bir etkisi vardır. Ruhsal dünyayı fiziksel dünyaya çeker. Gücü şarj eder, güçlendirir ve canlandırır. İyileştirici çember danslarında, havayı enerjilendirir ve tüm dengeleme sürecini güçlendirir. Saat yönünün tersine veya batıdan doğuya hareket, içeri doğru ve alıcı enerjidir. Yaratılan spiral içeri çekilir. Kişinin kendi içine girmesini kolaylaştırarak, sizi dış bilinçten iç bilince götürür. Bu hareket zamanı ve geçmiş yaşam bağlantılarını araştırmada etkili olabilir. Önsezi, aydınlanma ve yaratıcı imajinasyon gibi dişil enerjileri canlandırır. Büyük bir zamansızlık hissi uyandırır ve içinde yaşadığınız geçmiş, şu an ve geleceğin gücünü açar. Topraklayıcı ve dengeleyici bir harekettir. Dans sırasında, iki hareket de birlikte kullanılırsa, enerji dalgaları girişim yapar. Dans odağı (bindunun) etrafında helezonik bir spiral oluşur. Bu, bindunun oluşumu için bir enerji çıkışıyla sonuçlanır."¹⁶¹ "Spiral, evrenin ve içindeki her şeyin gelişimini simgeler. Evrenin hem yapıcı hem de yıkıcı güçleriyle ilişkilidir. Saat yönünde spiral, yaratıcı ve serbest bırakıcı harekettir. Saat yönünün tersine spiral, yıkıcı ve oluşturucu harekettir. Yaşam, iki hareket de olmadan var olamaz. Sürekli olarak yenisini yapmak için eskileri yıkarız. Biri olmadan diğerini başaramayız."¹⁶²

"Hızla dönme bütün enerji sisteminizi uyarır. Güçlü bir değiştirilmiş bilinç durumu yaratır. Fiziksel bedenden içeri ve dışarı akan enerjinin daha güç-

lü ve daha canlandırıcı olması için, gizli enerji alanımızın astral-esirî ağlarını gevşetir."¹⁶³ Yani kişiyi degaje eder, tünele sokar.

Bu girdap etkisi, labirentler aracılığıyla da oluşturulur. Labirent, mimarisinden dolayı kişiyi belli bir yönde ve şekilde harekete mecbur eder.

Dönme figürlü dansın en çarpıcı ve en tanınmış örneği, Mevlevîlikteki uygulamadır. "Dans eden dervişler, madde kâinatını döndürerek biçimlendirirler. Dönmek suretiyle, Yüce Akıl'ın tüm varoluş katmanlarından maddenin en kaba düzeylerine kadar çevire çevire dolaştırmış olurlar."¹⁶⁴

"Dervişlerin dansındaki ilk aşama, büzülme aşamasıdır. Dansına, kollarını göğsünde kavuşturarak başlayan derviş, inen ve çıkan girdapların kalpteki keşişme noktasına dikkati çeker. Dervişin yere iyice yapışan sol ayağı, sabit ekseni simgeler. Sağ ayağını harekete geçirerek, bir gezegen gibi kendi ekseni çevresinde dönmeye başlar. Bir yandan da diğer dervişlerle birlikte, şeyhin temsil ettiği Merkezî Güneş'in çevresinde dolanmaya koyulur. Giderek açılır, kollarını açar ve başını sağ omuzuna doğru yatırarak, sağ avucunu yukarıya, sol avucunu da aşağıya bakacak şekilde açar. Sağ eliyle aldığı İlâhî İhsan'ı sol eliyle dünyaya iade etmektedir. Giderek artan bir hızla dönüp durur. Sanki bu dönüşüyle, yerle göğü birleştirmektedir. Vecdi, açılışı ve hızı ne kadar fazla olursa, eteği de o kadar yayılır. Bu haliyle, büzülme durumunda (ruhun maddeye girişi) kavuşmuş kolların belirlediği kalpteki birlik hali sanki kollar ile eteğin birbirini dengeleyen dönüşleri ile tam bir genişleme (maddenin ruha yükselişi) durumuna ulaşmış olmaktadır: Buna, İlâhî Birliğin kalbin sessizliği içinde yarattığı sürûr halinin dışa vurması, diyebiliriz.

Çoğumuz için özbilinç henüz fizik bedenlerimizin algılanmasıyla sınırlı olup, hareketlerimizin büyük bir kısmı otomatik hale gelmiştir. Dans olgusunun arkasında yatan anlam derinliğini gerçekten unutmuşa benziyoruz. Halbuki, gene çoğumuz için, sarmal yolun deneyimlenmesinin ancak bedenlerimize uygulatacağımız fizik hareketler sayesinde mümkün olabileceğini söyleyebiliriz. Döndüğümüz veya bir daire çizdiğimiz her seferinde, örneğin İskoç dansının her hare-

¹⁶¹ Ted ANDREWS, *Büyüsel Dans Teknikleri, New Age Yayınları, İstanbul, 2002, s. 135-137.*

¹⁶² Ted ANDREWS, *agy, s. 143.*

¹⁶³ Ted ANDREWS, *agy, s. 146.*

¹⁶⁴ Jill PURCE, *Labirent ve Dans, P.S.İ. Dergisi, Cilt:1, Sayı:1, Ocak-Şubat-Mart 1988, s. 53.*



ketinde, iç enerjilerimizi ve bunların kaynaklandığı Kozmik Enerjileri harekete geçirmiş oluruz.”¹⁶⁵

Bu şamanik dansın müsveddesini epilepsi hastalığının bir türünde de bulabiliyoruz. “Dönme epilepsisi” adı verilen bu türde (volvular epilepsy) hasta, nöbet geldiğinde kendi eksenini etrafında döner.¹⁶⁶ Bu dönüş saat yönünde veya tersi yönde olabilir. Ayrıca temporal lob epilepsilerinde, nöbetin dışında da, mistik bir iç dürtüyle bu hareketin yapılabildiği görülebilmektedir. Hasta burada şamanik bilgilerini hatırlamakta ve bilinçsiz şekilde uygulamaktadır. Bu, şamanik çağırının kanıtı olarak gösterilebilecek, çok bariz bir belirtidir.

Dönme figürlerinin dışında, yürüyüş tarzları da önemlidir. Belirli adım kalıplarının tekrarlandığı şamanik danslar bulunmakta olup, aralarında en çok bilineni, “iki adım ileri-bir adım geri” yürüyüşüdür.

Esrimeyi yaratan, aynı titreşim veya uyarının monoton şekilde uzun süre tekrarlanmasıdır. Bu cinsellikte de böyledir, davul sesiyle şamanik bilinç haline geçişte de böyledir. Davul vuruşları şamanı degajmana, yani tünel deneyimine götürür. Davulun farklı ritimleri farklı çakralara hitap eder. Prof.Dr. Fuzulî Bayat, O. Dikson’un kitabından alıntı yaparak şamanik davul ritimlerini şu şekilde listelemiştir:

- “Yılan ritmi: Davula vurulan üç yavaş vuruştur ki, kararlılık elde etmek ve yeni birşeye nail olmak ve dış resurslardan faydalanmakla iç gücü toplamaktır.
- Geyik ritmi: İki yavaş iki hızlı vuruş ile yapılır. Bu ritim uğurla hamile kadınların doğurması, varlıkların paylaşılması, tecrit etmedir.
- Kaplumbağa ritmi: Bir vuruş, iki hızlı vuruş, bir vuruştan ibarettir. Bu barışıklığı, uyumu sağlamak, yeni bir üretim için temel oluşturmaktır.
- Boğa ritmi: Bir vuruş ve dört hızlı vuruştan oluşur. Bu düşmanları püskürtme, maddî kalkınma ve fizikî gücün biraraya yığılmasıdır.

- Balıkçıl kuşu ritmi: İki hızlı, iki de yavaş vuruştan ibarettir. Bu amaca ulaşma yolunda karşıya çıkan engelleri aşmak, sevgiye yardım etmektir.
- Örümcek ritmi: İki hızlı, bir normal ve yine iki hızlı vuruştan ibarettir. Bu manevî cihetten karşı koyabilmedir, tartışmalı durumlarda yenebilmektir, üreticilik gücünü doyuncaya kadar kullanmak, negatif enerjiden temizlenmektir.
- Ayı ritmi: Dört hızlı ve artı bir vuruştan oluşur. Bu elde edilen mevkii korumak, kendi ile değerleri arasında olan engelleri kaldırmak, içine gömülmektir.
- Kaplan ritmi ise, sadece altı hızlı vuruştan ibarettir. Bu güç, kuvvet elde etmektir, fedakârlıktır, kendini gösterebilmek imkânıdır, başkalarını iyileştirmede ve eğitmede topladığı enerjisini harcamaktır.”¹⁶⁷

Bu sayılan ritimlerden, yılan ritmi ayak bileklerine, geyik ritmi kök çakraya, kaplumbağa ritmi ikinci çakraya, boğa ritmi üçüncü çakraya, balıkçıl kuşu ritmi dördüncü çakraya, örümcek ve ayı ritimleri beşinci çakraya, kaplan ritmi altıncı çakraya şifa sağlamaktadır.¹⁶⁸

Müziğin ritim etkileri ise son bölümde ele alınacaktır.

MİZAH VE KENDİNE HAKİMİYET

Henri Bergson, “Gülme” adlı eserinde, komiğin doğal ortamının aldırma-lık olduğunu, gülmenin en büyük düşmanının duygu ve heyecanlar olduğunu anlatmaktadır.¹⁶⁹ Gerçekten de, bir duyguya kapıldığımızda herşey çok ciddi görünür ve bu ciddiyet havasından çıkmanın tek yolu, konuyu umursamamak ve duyguyu durdurmaktır. Mizah için, duyguların üzerine yükselmek ve arı zihni kullanmak gerekir. Yin unsuru baskın olan insanların büyük bölümü, hayatın anlamını duygu ve heyecanlarda bulur, duygu ve heyecanlar durdurulacak ise hayatın yaşamaya değmeyeceğini düşünür ve bunu yapmayı istemez. Bu bir seçimdir. Heyecanları seçtiğimizde mizahtan, mizahı seçtiğimizde ise kendimizi

¹⁶⁵ Jill PURCE, *agm*, s. 54-55.

¹⁶⁶ Galip AKHAN, *Rotatuar Nöbet Şeklinde Oluşan Vizuel Refleks Epilepsi (Olgu Sunumu)*, Süleyman Demirel Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi, 1995, 2(4): 81-84.

¹⁶⁷ Prof.Dr.Fuzulî BAYAT, *Ana Hatlarıyla Türk Şamanlığı, Ötüken Neşriyat, İstanbul, 2006, s. 224.*

¹⁶⁸ Prof.Dr.Fuzulî BAYAT, s. 245.

¹⁶⁹ Henri BERGSON, *Gülme, Ayrıntı Yayınları, İstanbul, 2006, s. 12.*



heyecanlara kaptırmaktan vazgeçeriz. Mizah, duygu ve heyecanlara tepeden bakar ve onlar açısından saygısız ve tehditkâr görünür.

Bireysel olanların yanısıra, toplumsal duygu ve heyecanlar da vardır ve bunlara kapılmak ile mizah, birbirini dışlayan iki seçenektir. Mizah doğrusallığın bozulmasıyla ortaya çıkar ve kendisi de doğrusallığı bozan bir etki yaparak tünel deneyiminin yolunu açar. Aynı yolu duygu ve heyecanlar da açabilmektedir, ancak bir alt düzeyde.

Eğer istemsiz olarak tünele giren kişiler mizahtan uzak kişiler ise, mizah ustaları tarafından verilecek bir eğitimin, duygu ve heyecanları kontrol altına almaya yarayacağını, Şiva'dan bahsedilirken sözü geçen "kendine hakimiyet/self-control" yönünde bir işlev göreceğini ve istemsiz tünel yolculuklarının bu yolla durdurulabileceğini düşünebiliriz.

Maya dünyasında komik olmayan hiçbirşey yoktur. Çünkü süptil ruh varlıklarının maddeye batmışlığı, komikliğin temel nedenidir. Maya'ya çok kapıldığımızda bunu göremez oluruz. Maya'ya kapılmamak da kendine hakimiyetin esesidir ve zihnin kontrol edilmesi anlamına gelir.

Tıpkı şiirde, dansda ve zikirde olduğu gibi, mizahta da, "yineleme", çok kullanılan bir tekniktir. Ritimle yakın ilişkisi dolayısıyla, yineleme yönteminin bulunduğu herşey epilepsiyi iyileştirici bir etki yapar. Bunun bir örneğine de son bölümde değineceğiz. (Mozart müziği)

Gülme de eterik bedenle ve eterle ilişkili bir eylemdir. Eter boşluktur ve gülme, ansızın ortaya çıkan bir boşluktan, bir çabanın veya bekleyişin birdenbire boşa çıkmasından kaynaklanır.¹⁷⁰ Kullanılmadan kaldığı takdirde zehir etkisi yapabilecek fazla enerjiden insanı kurtarır. Bir deşarj ve zehirlerden kurtulma eylemidir.¹⁷¹

Nöbetteki gülmeler de "Maya'dan çıkmanın hazzı" ile ilişkilendirilebilir.

Maya'dan kısa bir süreliğine çıkan insan, mantıklı bir konuşma yapacak ve

düşüncelerini tarif edebilecek durumda değildir. Ancak içinden dışarıya taşan büyük bir neşeye olur olmaz herşeye güler ve "saçmalar". "Deli" diye etiketlenen birçok insanın durumu budur.

Günümüz bilimi Maya'ya tabi olup, mistik deneyimler ve ölüme yakın deneyimler Maya'dan çıkmayı sağlamaktadır. Bu nedenle bütün mistiklerde neşe ve mizah bulunur. Epilepsi nöbetleri ve diğer dengelenmemiş mistik deneyimler, pozitif de, negatif de olabilmekte, neşe yerine hüznün de yaşanabilmektedir.

¹⁷⁰ Henri BERGSON, *agy*, s. 50.

¹⁷¹ P.D.OUSPENSKY, *İnsanın Gerçeği Kendini Bilmek, Ruh ve Madde Yayınları, İstanbul, 1994, s. 143.*



UFKUMUZU GENİŞLETELİM

Dokuz Yüz Katlı İnsan, Dr. N. Mustafa Merter, Kaknüs Yayınları

Din ve Beyin, Prof.Dr. Gazi Özdemir, Sınırötesi Yayınları

Aura ve Çakra Kullanma Kılavuzu, Karla Mc Laren, Kuraldışı Yayınları

Yoga Bilimi, Maryse Choisy, Ruh ve Madde Yayınları

Işık Kitabı, Jane W. Hyman, İnsan Yayınları

Ruhun Anatomisi, Caroline Myss, Ötesi Yayıncılık

Kundalini Tantra, Swami Satyananda Saraswati, Okyanus Yayınları

Azizlerin, evliyaların, mistiklerin yaşamöyküleri

ÇOCUKLAR İÇİN MİZAH MENÜSÜ

Martılar Adası, Zeyyat Selimoğlu

Açıkgöz Budalalar, Erich Kaestner

Tele Yunus, Ülkü Tamer

Şişkolarla Siskalar, André Maurois

Pıtırıcık (tüm serisi), Goscinny

Nasreddin Hoca fıkraları

Bektaşî fıkraları