SEVGİ DÜNYASI

EYLÜL 2011 Sayı: 513 Fiyat: 5 TL

Mutlu Evliliğin Sırları

Lojong Metinleri

Hiçlik Sizi Bilgeliğe Götürür

SEVGİ DÜNYASI

Aylık Kültürel ve Siyasi Dergi

Cilt: 43 Sayı:513 Eylül 2011

Onur Başkanı:
Dr. Refet Kayserilioğlu

Sevgi Yayınları Tic.Ltd.Şti. adına
Sahibi ve Genel Yayın Müdürü:
Ayşegül Kayserilioğlu

Yazı İşleri Müdürü:
Güngör Özyiğit

Yayın Kurulu:
Güngör Özyiğit
Nelda Bayraktar
Hale Ürkmezgil

Haberleşme
ve Okur/Abone İlişkileri:
P.K: 227 Beyoğlu/İstanbul

Yönetim Yeri:
Ceylan Sok. No: 9/bod.kat
Güzelyalı - Pendik/İst.

Baskı:
Hedef Digital Baskı
Taksim Cad. No:19/A
Taksim/İstanbul

Fiyatı: 5 TL
Yıllık Abone: 60 TL
Yurt Dışı: 70 TL

İÇİNDEKİLER

Dünyadan Düşmanlık Kalkar mı? 2
Dr. Refet Kayserilioğlu

Tanrı Yanılgısı 6
Ahmet Kayserilioğlu

Mutlu Evliliğin Sırları 14
Güngör Özyiğit

Lojong Metinleri 25
Derleyen: Nihal Gürsoy

Ahlâk Kavramının Kaynakları 32
Yalçın Kaya

Bilinçli Yapılan Ritüeller 37
(Eski Günışığının Son Saatleri)
Thom Hartman/Arın İnan

Suyun Hafızası Var 40
Derleyen: Şule Kayserilioğlu

Hiçlik Sizi Bilgeliğe Götürür 42
Erol Yurderi

Ne Kadar İyilik,
O Kadar Sağlık mı? 45
(Arşivden)
Nelda Bayraktar

Sevgili Dostlar

Bir yardım kampanyası daha başladı ve yürütülüyor. İçler acısı çocuk resimleriyle insanların yürekleri eziliyor. Bunları görenler çeşitli yerlerdeki yardım merkezlerine koşup biraz olsun içlerini rahatlatmaya, vicdanlarını susturmaya çalışıyorlar. Yardım, din, ırk, millet ayırımı yapılmadan, insanlık adına yapılırsa, nasıl olursa olsun makbûldür, değerlidir. Zaten milletimiz, ülkedeki onca şaibeli, hattâ kesin yolsuzluğa bulaşmış yardım kampanyalarına rağmen, topluca harekete geçip, usanmadan vermesini bilen, seven, merhametli bir millet. Yardım yapanları minnetle selâmlıyoruz, imkânı olduğu halde yapmayanları, yapamayanları anladığımızı düşünüyoruz. Örneğin şu soru onların da aklına geliyordur: Neden Somali bu durumda da, Kenya ya da bir başka Afrika ülkesi bu kadar ezik ve sefil değil? Neden müslüman ülkelerin nüfusları bu kadar fazla iken, dünya üretimine katkıları çok az? Neden hep bu ülkeler içeride birbirlerini yiyip tüketmeye, huzursuzluğa bu kadar açıklar? Bu tür soruların cevapları bazıları için çok basit: Dışarıdan müslüman olmayan güçlerin bu ülkeleri karıştırması, sömürmesi. Zaten bu tür cevaplar suçluyu kendinden dışarıda arayanların ortak kanıları. Klişeleşmiş, formül gibi cevaplarla yetinmeyenlerdenseniz, büyük resme cesaretle bakmanız gerek. O zaman sorunlar yavaş yavaş çözülebilir. Bunun için de islâm dünyasının akılcı ve sakin bir şekilde, birbirini suçlamadan özeleştiri yapması, sırf müslüman diye kendilerini diğerlerinden üstün görmemesi, hatalarının sonuçlarını başkalarına, kadere (Allah istedi) yüklememeleri önemlidir. Madem son inen meşaleyi taşıyorlar, o meşaleye lâyık olmaları gerekir.

Somali, senelerdir kendini yönetenlerce unufak edilmiş, şimdi de kuraklığın vurduğu çaresiz insanların diyarı, elbet ki şimdi tüm sözlerin ötesinde. Dünya insanları yavaş yavaş topluca bir beden olduklarını, birinin canı yanarsa hepimizin de canının yanacağını anlıyorlar. Bir yerde sıkıntı, açlık, zulüm varsa, başka yerdekiler gününü gün edip böyle bir şey yokmuş gibi yaşayamazlar. Yaşar görünenler bile ruhlarının derinliklerinde o ıstırabı algılarlar. Öyleyse işe şuradan başlayabiliriz: "Açlar var, açları düşünün. Karnınızı doyururken ağzınızın tadını, midenizin boşluğunu düşünmeyin. Başka açları düşünün. Onun için birleşin, bir yerde toplayın. Yok etmeyin, var edin."

En Derin Sevgilerimizle

SEVGİ DÜNYASI

ÖZDEN İLE ERDEM KONUŞUYOR

Hiç bir şey, hiç bir iyi şey kötülükle yapılmaz. Eğer biz düşmanlığı ortadan kaldırmak istiyorsak, ki bu iyi bir şeydir, bunu iyilikle yapmak lâzımdır. Kötülük kötülükle önlenemez. Böyle yaparsak kötülükleri daha da sivrileştirmiş, keskinleştirmiş, yeni kötülük tohumları atmış oluruz.

Dr. Refet Kayserilioğlu

Dünyadan Düşmanlık Kalkar mı?

Erdem - Hep iyiliklerden, dostluktan, sevgiden bahsediyorsunuz ümit ederim ki, dünyadan kötülükleri ve düşmanlıkları kaldırabilirsiniz. Halbuki insanlardaki bu mizaç oldukça, kıskançlıklar, hasetler, kötülükler, herkesten çok alma hevesleri sürer gider. Bunu nasıl değiştirebilirsiniz? İnsanın yaratılışı böyle.

Özden - İnsanın yaratılışında bencillik olduğu şüphesiz. Bu bencillik ve bu nefsanî arzular da çeşitli kötülüklerin sebebi olmuştur. Onun için bazı öncüler, bütün arzuları yok etmekle gayeye ulaşılacağını düşünmüşlerdir "BUDDHA" bunlardan birisidir.

Erdem - Neticede de en kutsal meslek olarak başkalarına avuç açmayı dilenmeyi seçmişlerdir. Arzu kalmayınca mücadeleler, yükselmeler durmuş, bazıları esir ve köle ülkeler haline gelmişlerdir.

Özden - Söylediğiniz doğru...

Arzular ve ihtiyaçlar çeşitli mücadelelerin, araştırmaların ve buluşların, dolayısıyla ilmî ve ruhî derlemelerin kaynağı olmuştur. Esasen onlara lüzûm olmasaydı, Tanrı insanları o arzu ve meyillerle dolu olarak yaratmazdı.

Erdem - Bütün kötülüklerin kaynağı da arzular ve ihtiraslar olduğuna göre, kötülükleri nasıl kaldırabileceksiniz?

Özden - Size bir hikâye ile cevap vereceğim. Kirpiler üşüdükleri zaman birbirlerine sokulurlarmış. Fakat dikenleri karşılıklı olarak battığı için hemen uzaklaşırlarmış. Biraz sonra üşüyünce tekrar sokulurlar ama daha yavaş olarak. Böylece bir ileri bir geri giderek hem birbirine en yakın, hem de dikenleri batmayacak mesafede dururlarmış. İşte insanların da arzularını en az zarar verecek bir noktada tutmaları icap eder.

Erdem - Nasıl? Bunu nasıl yapacaksınız? Mademki arzular ilerlemeleri ve dünyada iyi bir şekilde yaşamayı temin eden faktördür. Arzuları önlemeye çalışmak da sakat neticeler doğurmaktadır. Öyleyse ne yapacaksınız?

Özden - Siz en uç bir arzu önleme, hattâ yok etme örneğini vererek, yani Budistleri ele alarak konuşuyorsunuz. Arzuları başkalarına zarar vermeyecek seviyede tutmak da var.

Erdem - Ama bende bu şiddetli arzu, yani

ihtiras olmazsa ben yeni buluşlar, yeni eserler meydana getirme peşinde koşmam. Bu da tekâmülü yavaşlatır. Ben bir ileri hamle ile çok yükselmeye başlayınca da bir çokları bunu hazmedemez ve onlar bana düşman kesilirler. Ve benim elimdekini almak için çare araştırırlar. Ya bana bir tuzak kurarak, ya da çeşitli ayak oyunları ile, iftiralarla bana engel olmaya çalışırlar. Görüyorsunuz ki benim kazancım onların düşmanlığını çekiyor, elimdekileri almaları ise, beni onlara düşman yapıyor. Öyleyse bu düşmanlığı nasıl kaldıracaksınız?

Özden - Hiç bir şey, hiç bir iyi şey kötülükle yapılmaz. Eğer biz düşmanlığı ortadan kaldırmak istiyorsak, ki bu iyi bir şeydir, bunu iyilikle yapmak lâzımdır. Kötülük kötülükle önlenemez. Böyle yaparsak kötülükleri daha da sivrileştirmiş, keskinleştirmiş, yeni kötülük tohumları atmış oluruz.

Erdem - İyiliklerle kötülüğü nasıl önlersiniz?

Özden - İyiliğin, kendisinden başkalarını düşünmenin, gene kendi hayrına olduğunu o şahsa göstermek lâzım. Bir şahsın arzuları çeşitli isteklerinin tatmini, ihtiyaçlarının en iyi giderilmesi değil mi?

Ben ona diyorum ki: "Arkadaş sen başkalarının iyiliğini ve hayrını düşünmeden isteklerini ve ihtiyaçlarını tam tatmin edemezsin ve huzur içinde olamazsın." Bunu da bir bir gösteriyor ve ona ispat ediyorum.

En basit bir misal olarak "Anlaşmazlıkları iyilikle mi halletmek, yoksa kavgayla mı halletmek daha hayırlıdır?" diye sorar ve onun düşünmesini temin ederim.

Erdem - Adam sizin bu lâflarınıza kulaklarını tıkamış, sizin sözlerinizin sinek vızıltısı kadar bile onun üzerinde tesiri olmuyor. Siz nasihatle bir adamın düzeldiğini gördünüz mü hiç?

Özden - Hiç bir tecrübesi olmayan, hayatın bir kaç sillesini yememiş kimseyi sadece örnek vererek yola getirmek zordur.

Öylelerine kötü hareketlerinin kötü neticelerini bizzat yaşatmak şarttır. Ama şunu biliniz ki bugünkü insanlığın ekseriyeti bir çok acı tecrübeler geçirmişlerdir ve onlar hayatta çeşitli silleler yemişlerdir. Ve hanyayı konyayı anlamışlardır.

Birçok kötü davranışlarının kötü neticelerini yaşamışlardır. Yahut da başkalarının hayatında

görmüşlerdir. Biz onlara yaşadıkları veya gözlemini yaptıkları şeylerin bilincini vereceğiz. Doğrusunun başkalarını düşünmekte olduğunu göstereceğiz.

Erdem - Böyle tecrübeleri geçirmemiş olanlara pek bir şey yapamayacaksınız öyleyse.

Özden - Bu gün gelişen dünyada hiç kimsenin düşmanlığı, bencilliği, yalnız kendi çıkarlarını düşünmesi sürüp gidemez.

Yeni sosyal akımlar ferde o derece hürriyet vermeyecektir. O, ya kendiliğinden insanlığının gereğini yapacaktır ya da başkaları veya olaylar onu hizaya getirecektir, hem de kötü bir şekilde..

Ve bu dünyada düşmanlık bitecektir, mutlaka sevgi galip gelecektir.

Tanrı Yanılgısı

Ahmet Kayserilioğlu, Psikolog

Bu sayıdan itibaren, tanınmış İngiliz profesörü Richard Dawkins'in 2006'da "The God Delusion" ismiyle yayımladığı; bir yıl sonra da Kuzey Yayınlarınca "Tanrı Yanılgısı" adıyla dilimize kazandırılan, ateizmi (tanrı tanımazlığı) savunan kitabında katıldığım ve reddettiğim fikirler üzerinde duracağım. Ayrıca kitapta anlatılanların bana düşündürdüklerini de sizlerle paylaşacağımdan yazılarım birkaç sayı sürecek.

TARTIŞMA SÖZLE OLUR SİLAHLA DEĞİL

İki yıldır dergimizde Tanrı İnancı konusunu incelemiş, inancımın temellerini üç ana başlık altında sunmuştum:

1- Evrende madde ve canlılardaki büyük düzen

2- Dinler ve peygamberler aracılığıyla gelen bilgilerin insanüstü karakterde olması.

3- Bizzat tanık olduğumuz ve dünya çapındaki bilim adamlarınca gerçekleştirilmiş olan parapsikolojik büyük ruhsal deneyler.

Bu sayıdan itibaren, tanınmış İngiliz profesörü Richard Dawkins'in 2006'da "The God Delusion" ismiyle yayımladığı; bir yıl sonra da Kuzey Yayınlarınca "Tanrı Yanılgısı" adıyla dilimize kazandırılan, ateizmi (tanrı tanımazlığı) savunan kitabında katıldığım ve reddettiğim fikirler üzerinde duracağım. Ayrıca kitapta anlatılanların bana düşündürdüklerini de sizlerle paylaşacağımdan yazılarım birkaç sayı sürecek.

Etolog (hayvan davranışlarını inceleyen bilgin) ve evrimci biyolog Richard Dawkins Oxford Üniversitesinde 13 yıl profesörlük yaptıktan sonra 2008'de emekliye ayrıldı. Ama onun asıl şöhreti henüz genç sayılacak yaşlarında 1976 yılında yayımladığı " The Selfish Gene" kitabıyla başladı. Ve geçtiğimiz yıllarda "Gen Bencildir" adıyla Tübitak tarafından çevirisi yapıldı. Bu kitaptan sonra da Dawkins peş peşe yayımladığı eserlerle şöhretini pekiştirdi. Hepsinde de Darwin çizgisinde değişik canlı türlerinin birbirinden ve kendiliğinden oluştuğunu savundu. Onu asıl zirveye yükselten 2006'daki "The God Delusion" oldu. 31 dilde milyonlarca okuyucuya ulaşan, Türkçesi de birçok baskı yapan bu kitaptan sonra; esasen İngiltere'de TV belgeselleriyle çok kişinin yakından tanıdığı Dawkins, dünyanın en önde gelen düşünürleri arasında yerini aldı. Tabii yanısıra dinine sımsıkı bağlı pek çoklarının nefretini de…Bu nedenle bu yazımda kitabın ana konusuna fazla girmeyecek; karşıt fikirlere tutucu dindarların her yerde nasıl kin ve düşmanlıkla cevap verdiklerinin örnekleri üzerinde duracağım. Uygar sandığımız batı dünyasında bile bu böyle.

Tahmin edeceğiniz gibi ülkemizde de Kuzey Yayınlarının sahibi Erol Karaaslan'a şikâyet üzerine: "Halkı kin ve düşmanlığa tahrikten" dava açıldı. Neyse ki, "Düşünce Özgürlüğü" kararıyla beraat ettiğinden dolayı kitaptan mahrum kalmadık. Karşıtları olmadan hiçbir düşüncenin gelişemeyeceğini, güdük kalmaya, kısırlığa mahkûm olacağını tam olarak benimsersek, bu tür şikâyetlerle zamanımızı böyle boşa harcamayız. Unutmayalım ki Tanrı, İblisi, şeytanı bile hızlı gelişmemiz için varetti.

DİN'LER.. DİN'LER.. DİN'LER...

10 bölümden oluşan kitabın "Tanrı neredeyse kesin olarak neden yoktur"

bölümü hariç diğerlerinde hemen hemen sadece dinlerin geçmişte, günümüzde insanlara verdiği zararlar ve kutsal kitaplardaki akla, mantığa ve ahlâka aykırı mesajlar üzerinde durulmuş. Kitabın onda dokuzunu oluşturan bu sayfalardaki yazarın tenkitlerinin pek çoğuna katılıyorum ama eksik incelemeleri nedeniyle peygamberler ve kutsal kitaplar hakkında yaptığı yorumlardaki yanlışları da epeyce çok. Bütün bunlar üzerinde yeterince duracağız. Ama öncelikle tanrıtanımazlara, din eleştirmenlerine ve komünistlere yapılan kitaptaki sövgüler, hakaretler ve tehditlerden bazı alıntılar yapacağım. Ve yurdumuzda geçmişte bir dini gazetede yapılan bu türlü bir yayın ve hemen günü gününe öldürülen, yaralanan gençlerin, o kanlı pazarın acı anısını sizlerle tekrar paylaşacağım. Ama asıl değinmek istediğim konu bunlar değil. "Seni gidi Allahsız, imansız, kafir diye!.." peşin peşin damgalaya geldiğimiz kişilerin; kendileri bile farkında olmasalar, gerçekte belki de hepimizden fazla inanç sahibi olabilecekleri üzerinde durmak benim için çok daha önemli. Gerçek inancın ölçütü, ağızdan çıkan sözler mi, yoksa davranışlar mı? Bunu çok geçmiş yıllardaki bir soruma rehber varlığın verdiği cevaptan net olarak anlayacağız.

"SENİ DELİK DEŞİK ETMEK İSTERDİM!.."

ABD'de ateizmi savunan bir filmin yazarı ve yönetmenine Internet yoluyla gönderilen "Biz kahkaha atarken sen yan" başlıklı Aralık 2005 tarihli mektuptan bazı satırlar: "Elime bir bıçak alıp seni delik deşik etmek isterdim. Ve organların gözümün önünde yere saçılırken sevinç çığlıkları atardım. Bir gün benim gibi olan diğerlerinin buna benzer eylemler sergilemekten haz duyacağımız kutsal bir savaşın fitilini ateşlemek üzeresin." (S:200)

Bu da Dinden Kurtuluş Vakfı'nın dergi başyazarına: "Şeytana tapan pislikler! Lütfen ölün ve cehenneme gidin…. Hey ahbap, bu din özgürlüğü dediğiniz şey bir halta benzemiyor. Bu yüzden sizi…ler ve lezbolar tedbiri elden bırakmayın ve nerelerde dolaştığınıza dikkat edin. Çünkü Tanrı sizi her zaman görüyor. Eğer bu ülkenin kurulmasına sebep olan temelleri ve bu ülkeyi sevmiyorsanız s… olup gidin cehenneme kadar yolunuz var. Sessizce çekip gitmeyeceğiz. Eğer gelecekte şiddet uygulamaya ihtiyaç duyarsak buna siz sebep olmuş olacaksınız. Tüfeğimi doldurdum bile." (S:202)

Dawkins, köktendincilerin çok bol olduğu ABD'de yaşamadığına şükretmekle beraber, kendisinin de bu kadar kana susamış olmamakla beraber, ağır tenkitlerden kurtulamadığından şöyle yakınır:

"Belki de ben Amerika'da yaşamadığım için bana gönderilen öfke mektupları yukarıdakilerle tamamen aynı nitelikte değildir. Ancak elbette

Hıristiyanlığın kurucusunun dikkate değer merhametini de yansıtmadıkları aşikârdır. Aşağıdaki bir İngiliz tıp doktorundan gelen 2005 Mayıs tarihli mektup açıkça kin dolu olmasının yanında edepsiz demenin hafif kalacağı bir üslûpla bana saldırıyor:

'Kitaplarınız, Oxford'daki itibarınız, hayatta sevdiğiniz her şey ve şu zamana kadarki tüm başarılarınız boşunaymış… Ayrıca sizin dünya görüşünüz insanları endişeye, uyuşturucu bağımlılığına, şiddete, nihilizme, hedonizme ve üçüncü dünya savaşına sürükler… Boşandınız mı? Yapayalnız mısınız? Gay misiniz? Sizin gibiler asla mutlu olmamışlardır, aksi halde mutluluğun ya da hiçbir şeyin anlamı olmadığı gibi düşüncelerinizi ispatlamaya çalışmakta bu kadar diretmezdiniz." (S:203)

KANLI PAZAR

Hakaretler, tehditler ne yazık ki her zaman satırlarda donup kalmıyor. Akabinde nice kanlar, gözyaşları sel gibi akmakta gecikmiyor. 16 Şubat 1969'da ABD 6. filosunu protesto etmek için Taksim Meydanında toplanan solcu gençler; Dolmabahçe Cami'sinde koyunlarında sopalarla sabah namazını kılan bir grup tarafından tekbirlerle saldırıya uğramışlardı. İki genç öldürülmüş, birçoğu da yaralanmıştı, bu insafsızların eliyle. Yıllar sonra kendisi de imam-hatip mezunu bir dini bütün olan Ahmet Hakan; o günü ve kışkırtıcılarını 28 Kasım 2007'de Hürriyet Gazetesindeki yazısında bakınız nasıl lânetliyordu:

"Eğer yaşım elverseydi o Pazar günü kalbim 6. filo için değil, 6. filoyu protesto eden solcu gençler için atardı. Bugünlerde Deniz Gezmiş ve arkadaşlarına ağız dolusu küfürler yağdıran Mehmet Şevket Eygi gibilerin, o günlerde din-iman adına yaptıkları propagandanın ve kışkırtmanın etkisi altına girip galeyana gelmezdim… Aklımın erdiği andan itibaren orada olmadığım halde, orada olup bitenler nedeniyle suçluluk duydum. Ne zaman o kanlı Pazar gününden söz açılsa yüzüm kızarırdı…"

Ahmet Hakan'ın Taksim'deki o kanlı pazardan İslâm adına utanç duyarak büyük bir vicdan azabıyla Mehmet Şevket Eygi'yi suçlaması boşuna değildi. Çünkü 16 Şubat 1969'un yani o kanlı günün sabahında, Mehmet Şevket Eygi'nin yurtdışından gönderdiği "Cihada Hazır Olunuz" başlıklı Bugün Gazetesinde yayınlanan köşe yazısındaki şu satırlardı onu kışkırtıcılıkla suçlamasına neden olan:

"…Stalin ve benzeri Deccaller'in piçleri olan kızıl veletler sokaklara dökülüp, Türkiye'yi yıkmak isterlerse bütün Müslümanları karşılarında bulmalıdırlar.

Ey Müslümanlar, ey Müslümanlar! İmanınız tehlikede, dininiz tehlikede, Kur'anınız tehlikede, camiler tehlikede… Din-iman elden gidecek. Kalkın ehli İslâm davranın… İnşallah kızıl kâfirlerin, Deccal uşağı dinsizlerin tepelerine birer intihar uçağı gibi ineceğiz…"

SAĞDUYUNUN SESİ

Tozun toprağın, sap ile samanın birbirine karıştığı o zor günlerde, Müslümanlar arasında sağduyunun sesini, dinleyenleri az da olsa, gerçek bir mümin felsefe doçenti Nurettin Topçu dile getiriyordu. Hem de ne sağa ne sola yalpalanmadan, Fatiha sûresindeki sıratı müstakimden (doğru yoldan) ayrılmadan. İşte onun her dönem için geçerli olacak düşünceleri:

"Milletin dertlerini bir tarafa bırakarak, komünizmi boğazlayacağız diye yapılan çırpınmalar vehim avcılığından ileri gidemez… Gençliğin kalbine yaklaşıp da, onu dikkatle yoklamayan, sade kin tohumları serpip tehdit silahı kullananların, gençliğe ve bu vatanın geleceğine ihanet ettiklerine kaniyim… Bizim ahlâkımız hürmet, hizmet ve merhamet prensiplerini kendinde birleştiren aşk ahlâkıdır… Bilimin, sanatın, ahlâkın ve hepsinin gayesinde âşkın âşıkları olmayı ideal edinecek bir nesil yetiştirmeliyiz." (Ahlâk Nizamı önsöz)

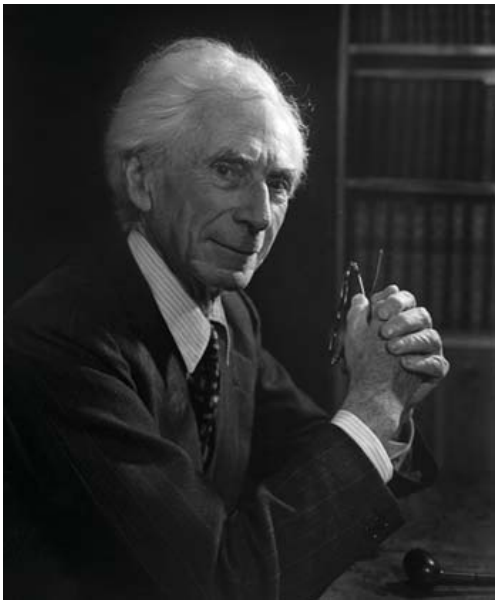
Ve o kanlı pazarı izleyen Mart 1969'da Sevgi Dünyası'nda Taksimde oturduğu için kanlı olayların tanığı olan arkadaşımız, aynen Nurettin Topçu gibi yüreğinin yangınını şu satırlarla dile getiriyordu:

"….Burası birkaç yüzyıl öncesinin bir savaş meydanı değildi. Bu devir, insanların sadece ellerindeki topuz ve kılıçlara güvendikleri, hakların zorla alındığı devir de değildi. Ve bu insanlar aynı atadan, aynı ırktan, aynı kandan gelme dünyada birbirlerine en yakın olmaları icabeden yurttaşlardı. Belki de biri diğerinin komşusu veya uzaktan akrabası idi. "…Evet kardeş kardeşi vurmuştu işte Taksim Meydanında." Arkadaşımız rehber varlığın aşağıdaki sözleriyle bitirmişti yazısını:

"O size severek yarattı. Elbet ki huzurunuzu ister. Ama siz kendi ayağınızla şer yolunda giden-

siniz. Ama siz birbirinizin gözünü çıkarırsınız. Ama siz birbirinizin kuyusunu kazarsınız. Görmüyor musunuz, görmüyor musunuz ki, O yalnız veriyor, O yalnız seviyor, O yalnız yaratıyor!.. Siz, neden, niçin yok etmek için ve yok olmak için uğraşıyorsunuz?!..

Ve hâlâ neden ayrı ayrısınız? Ve hâlâ niçin birbirinize yüzünüz dönük? Ve hâlâ niçin kan kusmadasınız? Ve hâlâ niçin aslınızı inkâr ediyorsunuz?"



KİM ALLAHLI, KİM ALLAHSIZ?

Çok önceki yıllarda topluca yaptığımız bir celsede rehber varlığa Bertrand Russell hakkında bir soru yöneltmiştim.

Neden Bertrand Russell?

1950'li 60'lı yıllarda İngilizlerin büyük filozof, matematikçi ve düşünürü Bertrand Russell başta olmak üzere, birçok aydın insanın bitip tükenmeyen barış çabaları ve nükleer tehlikeye karşı uyarıları olmasaydı, belki bir çoğumuz bir atom savaşının kurbanları olacak ve bugünleri göremeyecektik. İki büyük nükleer güç ABD ve Sovyet Rusya arasındaki 1962 Küba Krizinin kazasız belâsız atlatılmasında mutlaka o düşünürlerin önceki gayretlerinin büyük katkısı olmuştur. Eğer savaş çıksaydı ülkemiz bir numaralı hedefti. Küba'ya karşı bir misilleme olarak Sovyetlerin Ankara veya İstanbul'a atom bombası atması durumunda alınacak sivil savunma tedbirlerini planlamak için İnönü hükümeti bütün gecesini vermişti.

Russell'a teşekkür ve minnetimiz sadece bundan ibaret değildi. Değişik konularda yayınladığı kitapları hepimize geniş düşünce ufukları açmıştı. Bunca hayırlarına rağmen kendisi Tanrıya inançsızlığı en azından agnostikliği (bilinemezciliği) savunuyordu kitaplarında. Ayrıca papazlarla radyo tartışmalarında da bu düşüncelerini kamuoyuyla açıkça paylaşıyordu. O günlerde Tanrı inancının önemi hakkında yoğun bilgiler veren rehber varlığa bu ikilemi aydınlatması için soru yöneltmiştim. Soru ve cevabı aynen aktarıyorum:

Soru - Uzun uzun düşündüğü ve menfaat kaygısı olmadığı halde inanmayanlar, buna rağmen insanlara çok faydalı olanlar var, Bertrand Russell gibi. Bunun nedenlerini lütfeder misiniz?

Cevap - Onların inanmayalardan olduğunu nereden biliyorsunuz? Söyledikleri sözlere değil, YAPTIKLARI HAREKETLERE bakınız.

İnancın ölçütünün sözler değil; iyilik, doğruluk, çalışma, bilgi ve hepsini içine alan sevgi dolu davranışlar, eylemler olduğu bu cevapta açıkça ortaya konuyordu.

Dünyaya tek defa gelip gidiyor değiliz ki… Geçmiş yaşamlarımızda ruhumuzun kazandıkları kaybolmaz, gelecek hayatlarımızda tüm davranışlarımıza yön verir. Şimdi dilleri ile inançsızlığı savunan kişiler mutlaka önceki yaşamlarından birinde Tanrı inancını gönüllerine tam benimsetmiş olmalılar ki, davranışları hep hayırda oluyor. Onları peşin hükümlerle kâfirlikle suçlayacağımıza davranışlarına bakmak en doğrusu. Kendi özeleştirimizi yaparken de en büyük ölçütümüz bence bu olmalı.

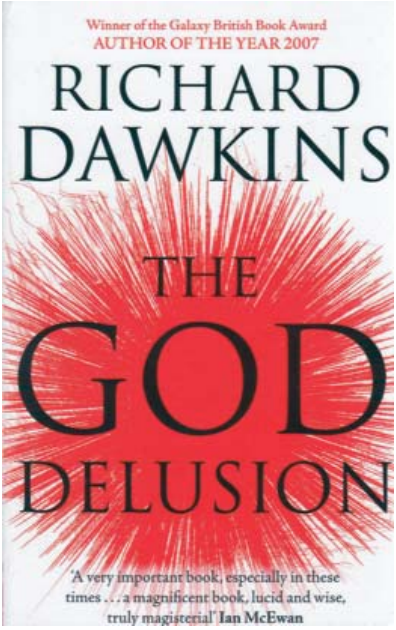
Sözü "Tanrı Yanılgısı" kitabının yazarına getirmek istiyorum. Her türlü tenkit, itham ve tehdidi göze alarak saygısızlık etmeden inançsızlığının

nedenlerini açıkça ortaya koymasında ayıplanacak ne var?

Onu yakından tanıyan, geçmiş yazılarımda tanıtımını yaptığım "Tanrının Öyküsü" kitabının yazarı Robert Winston 404. sayfada bakınız ne diyor:

"Profesör Dawkins'i birçok sebepten ötürü takdir ederim. O son derece insancıl biridir. Ve bu onu eleştiren dindar insanlar tarafından bazen unutulmaktadır. Dawkins aynı zamanda yaşayan en büyük düşünürlerden biridir."

Ayrıca Dawkins'in insancıl, hümanist bir insan olduğunu "İngiliz Hümanist



Birliği"nin başkan yardımcılığını da biliyoruz.

En iyisi onu da sözleri ile değil, davranışları ile değerlendirelim. Sözlerine sözlerle cevap verelim; kötülemeler ve tehditlerle değil. Gelecek yazılarımızda da biz bunu yapacağız.

GÖREVİMİZ: AYDINLANMA VE AYDINLATMA…

Ama Amerika'daki pek çok şeyden habersiz ezici çoğunluk onu bu ölçülere göre nasıl değerlendirebilir, onlardan bunu nasıl bekleyebiliriz ki?!.

İşte kitabının 319. sayfasında Amerika'daki dinsel bilgi cahilliğini apaçık gözler önüne seren bir kamuoyu araştırmasının çarpıcı sonuçları.

Katolik ve Protestanların dörtte üçü Tevrat'tan bir peygamber adı bile söyleyememişler. Üçte ikisinden fazlası da dağdaki vaazı da kimin verdiğini bile bilmiyor. Hatırı sayılır miktarda insan Musa'yı, İsa'nın 12 havarisinden biri sanıyor.

Görülüyor ki "Doğru Yaşam Bilgileri" ile davranan ve olayları değerlendirenler dünyamızda ne yazık ki çok azınlıkta. Pes mi edeceğiz bu durumda hem de dünyamız açlığa susuzluğa yok oluşa dört nala giderken.

Rehber varlığın :

"Sesimiz duyulmayacak, sözümüz dinlenmeyecek diye korkunuz varsa, siz sesinizi kullanmasını, söz söylemesini henüz bilmiyorsunuz demektir. Doğru söz, en küçük sesle bile söylense, bir anda her yana ulaşır. Doğru söyleyeceğiniz, sizin için en güzel ulaştırıcıdır, öyle biliniz."

Öğüdünün ışığında bıkmadan usanmadan: Aydınlanacağız, aydınlanacağız, aydınlanacağız…Ve yeterli hale gelince, uçsuz bucaksız deryalarda kardeşlerimiz yollarını şaşırmasınlar diye deniz fenerleri gibi aydınlatacağız, aydınlatacağız, aydınlatacağız…

Tek çaremiz bu!..

Gelecek sayıda:

Dinler Tanrı inancımızı Azaltıyor mu?

Mutlu Evliliğin Sırları

Güngör Özyiğit

Gerçekten de evliliğimize çok özen gösterdik. Yaşlandığımız zamanda Yaratan'ımız evimize bir nur verdi. Çok mutluyuz. Çok şükür. Yüzlerimiz kırıştı. Nurhan'ın yüzünün kırışıklığı hiç önemli değil benim için. Bakışlar önemli. Gözlerdeki mânâ önemli. Nurhan'ın bakışları bugüne kadar hiç değişmedi ne güzel.

Evliliklerinin 50. Yılı'nı "Altın Jübile" olarak bizim evde ailece kutlamıştık. Aralarındaki aşk sanki yeni tanışmışlar gibiydi. Oysa 50 yıl beraberdiler. İlişkileri sevgi, saygı ve güven temeli üzerine kurulmuştu. Birbirlerine karşı her an dikkatli bir özen içindeydiler. Saygı, ilgi ve övgü ile sevgilerini sürekli besliyorlardı. O yüzden ilişkileri solmuyor, her dem taze, canlı ve diri duruyordu. Aradan 12 yıl daha geçti. Sevgileri, yine sürdü gitti. Bir gün yuvarlak bir masa etrafında üçümüz oturduk ve mutlu evliliğin sırlarını öğrenmek üzere sohbete koyulduk. Bir müzisyen ve neyzen olan Yavuz Ağabey, aldı sazı eline ve sevgiyi dillendirmeye başladı.

Yavuz Yektay: "Biz evliliğe 19 yaşlarında çocuk denecek yaşlarda başladık, ama işi ciddi tuttuk. Bu ciddiyet elbette yazılı kaideler gibi değildi. Örneğin eşim Nurhan bana "Yavuz'um her yaşın tadını çıkaralım" dedi. Yaşlanınca da salıncaklı iskemle istediğini söyledi, ama hâlen istemediğine göre demek ki hâlâ yaşlanmadı. Ben ise kaide olarak birbirimize hiç yalan söylemeyelim dedim. Biz birbirimizi 13 yaşından beri tanıyoruz."

Güngör Özyiğit: "O zaman beraberliğiniz 60 yılı geçti değil mi?"
Yavuz Yektay: "Evet… Nurhan "Söyleme" diyor, ama 65 yıl oldu diyebilirim."

Güngör Özyiğit: "Başka ne gibi evlilik yasalarınız vardı?"

Yavuz Yektay: "Evlilik kaidelerimize bir de birbirimize küsmemek maddesini koyduk. Biliyorsunuz küsmemeye imkân yok çünkü "gurur" var. Neyse bunu 50 yıldır temizlediğimize inanıyoruz. Gurur engelini aşmak gerçekten çok zor."
Nurhan Yektay: "Yok canım hâlâ var. Bu iş o kadar kolay olmuyor."
Yavuz Yektay: "Yahu hanım ne yapalım? Bazen yüksek ses yapıyoruz o zaman kırılıveriyor. Peki, ne yapmak lâzım? O zaman üç dakikadan fazla küs kalmayacağız dedik."

Güngör Özyiğit: "Çok güzel."
Yavuz Yektay: "Aslında aynı evin içinde onunla birlikte küs de kalsam yine de çok mutluyum, çünkü aynı ortamda nefes alıyorum. Bu çok güzel."
Nurhan Yektay: "Anlat anlat heyecanlı oluyor."
Yavuz Yektay: "Bir de şimdi gençler elektrik falan gibi şeyler söylüyorlar."

Güngör Özyiğit: "Nasıl elektrik?"
Yavuz Yektay: "Yani elektrik aldım - verdim. Elektriği iyi ya da kötü falan gibi konuşuyorlar, ama benim bundan anladığım pek bir şey yok."
"Toplantılarda hiç dikkat etmediniz mi hemen gider yanına otururdum."
Nurhan Yektay: "Sorduklarında Yavuz nerde?"

Güngör Özyiğit: "Tabi ki Nurhan Hanım nerdeyse o da oradadır."
Yavuz Yektay: "Ama bazen geç kalınca arkada oturmak zorunda

kalırdım. O zaman çok kötü olurdu. İşte biz evliliği çok ciddi tuttuk ama bizim bir şansımız vardı. Şans demeyeyim de Yaratan izin verdi diyeyim. O da şuydu: Çok güzel bir kız olduğu için kendi kendime bu kadar güzel bir kız benim gibi adama neden yüz verdi derdim."

Nurhan Yektay: "Ya bütün sınıf şaşırdı."

Yavuz Yektay: "Meğerse o da diyormuş ki: "Yahu ne kadar bilgili adam".

Nurhan Yektay: "Bir dakika lafı ben alayım. Sınıfta her şeyde çıbanbaşı gibi ortaya çıkardı. Her şeyi de bilirdi. Ama sınıfta bütün erkek çocuklarla da arkadaştım. Hepsini çok iyi tanırdım."

Yavuz Yektay: "Bundan erkek arkadaşlarıyla iyi diyalog kurabilen kız çocuklarının evlilikte de başarılı olduğu sonucunu çıkarabiliriz. Utangaçlık her zaman başa dert."

Nurhan Yektay: "Hattâ birkaçı da evlenme teklif etmişti. Bir keresinde yine evlenme teklifi aldığımda arkadaşıma elimi uzatarak: "Ver elini tokalaşalım ve seninle güzel güzel arkadaş kalalım" dedim. O çocuk da maşallah Siyasal Bilgiler Fakültesi'ni bitirdi. Evlendikten sonra eşini de getirdi bizlerle tanıştırdı. Eskiden olanları anlattı ve:"Nurhan'ın mertliğini görüyor musun hanım" dedi. Allah selâmet versin iyi bir çift oldular."

Yavuz Yektay: "Okulda ben fen bölümünü seçtim edebiyat okumak istemiyorum."

Nurhan Yektay: "Tabi sen edebiyatı çok iyi biliyorsun ya"

Yavuz Yektay: "Aklım fen bölümünde kaldı tabi Nurhan orada. Allah rahmet eylesin Reşat isminde bir hocamız vardı. Bir gün bana "Siz gidiniz efendim edebiyat bölümünde okuyunuz" dedi. Beni geri döndürdü ama canım pek de gitmek istemiyor. Koridorda matematik hocama rastladım halimi sordu anlattım. "Öyle şey olur mu? Reşat Bey nereden çıkarıyor?" gibi laflar söyledi ama aslında o da beni fen bölümüne pek lâyık görmüyor. Aldı beni edebiyat sınıfına götürdü. Ders başlamış içeri girdik. "Hocam kusura bakmayın dersinizi böldük. Ben Yavuz'un iki yıl öğretmenliğini yaptım. Matematiği benden iyi bilir. Bu sebeple fen sınıfında okumasına gerek yok, edebiyat bölümünde okusun" dedi. Tabii bütün sınıf bana bakıyor. Nurhan da ne kadar bilgili çocukmuş diye düşünüyor. Bana hayranmış. Aslında, yaklaşık on sene kadar yani otuz yaşımıza kadar, birbirimizi tam olarak tanıyamadığımız için birbirimize hayranmışız. Sonuçta evlendiğimiz zaman her birimiz yüksek bir insanla evlendik kıymetini bilelim diye içten içe düşünüyormuşuz. Bu tabi aslında çok iyi oldu. Çünkü farkına varmadan evlilikte saygıyı öğrendik. Eee tabi uzun küslüklerimiz olmadı. Yani iyi bir başlangıç yapmış olduk."

Nurhan Yektay: "Aile iyi eğitmiş Yavuz'u."

Yavuz Yektay: "Ben kızlarıma zamanında ailelerle tanışmadan evlenme kararı vermeyin demiştim."

Güngör Özyiğit: "Sizin aileniz nasıldı Nurhan Hanım?"

Nurhan Yektay: "Aaa ben babamın üstüne baba tanımam. Beş altı sevgi yumağı içinde babam, annem, iki ablam ve bunlardan başka iki kişi daha evde bulunuyordu. Annem gelin geldiğinde babadan kalan bir aşçı varmış evde bir de Jandarma kumandanın bir tanıdığı, ben onlarla büyüdüm. Bir tane tokat yediğimi hatırlamam."

Güngör Özyiğit: "Babanız yüksek ses yapar mıydı evde?"
Nurhan Yektay: "Ne demek yüksek ses imkânsız bir şey."
Yavuz Yektay: "Evet doğru hiç tanık olmadım. Ben değil kızmak evde azıcık sesimi yükselterek bile konuşsam hemen Nurhan'ın gözü yaşarırdı. "Bana bağırma" derdi. İmkân var mı bağırmaya."
Nurhan Yektay: "Tabii bazen bağırıverirsin."
Yavuz Yektay: "Yok yahu işte şimdi sizlerle konuştuğum ses tonuyla sana seslenirim."

Güngör Özyiğit: "Evet, evet ben hiç duymadım bağırdığını."
Nurhan Yektay: "İşte ben böyle bir sevgi içinde yetiştim."

Güngör Özyiğit: "Asker biri olmasına rağmen yumuşak huylu bir insanmış."
Yavuz Yektay: "Evet ben de aynen devam ettirdim. Babası bana çok güzel bir şey söyledi. Artık evleniyoruz."

Güngör Özyiğit: "19 yaşında."
Yavuz Yektay: "Nurhan "Bizimki gerçek sevgi" der."
Nurhan Yektay: "Para yok iş yok nasıl 'evet' demişim ki?"
Yavuz Yektay: "Evet hiçbir şeyim yok. Şimdiki aklım olsa… Ama işte bu gerçek sevgi."

Güngör Özyiğit: "Peki o gün ne demişti kayınpederiniz?"
Yavuz Yektay: "Oğlum kızıma yıllarca gözüm gibi baktım bir gün olsun incinmesini istemedim. Sana teslim ediyorum ne olur ona iyi bak dedi. Söylerken de gözleri yaşarmıştı. Ne kadar büyük bir emanettir bu."
Nurhan Yektay: "Babam Yavuz'a "Yavuzum" derdi, Yavuz da "Babacım" derdi."
Yavuz Yektay: "Hiç merak etmeyin" dedim. "Ben ölünceye kadar ona gözüm gibi bakacağım" Bugüne kadar sözümü tuttum.

Güngör Özyiğit: "Hiç bağırmak çağırmak olmadı."
Yavuz Yektay: "Ne demek hakaret, kötü söz falan. En ufak kırıcı bir söze dahi dikkat ettik."
Nurhan Yektay: "Ben az önce babamın üstüne baba tanımam dedim ama Emcet babam, kendi babamı geçmiştir."

Güngör Özyiğit: "Kayınpederiniz."
Nurhan Yektay: "Evet."
Yavuz Yektay: "Güngör Bey size çok benzerdi. Hattâ ilk tanıştığımız sıralarda Nurhan'la bunu konuşurduk."
Nurhan Yektay: "Çok iyi bir ailesi vardı."

Yavuz Yektay: "Biz yedi kardeştik. Bir gün aramızda hır-gür olmazdı."

Nurhan Yektay: "Evet mesela kardeşi Rauf'u, oğlum çok sever. Ona amcalıktan öte bir sevgisi saygısı vardır."

Yavuz Yektay: "Babam, (Annemin ismi Saadet'tir) anneme "Saadetim" derdi. Annem de "Emced"im derdi. Karşılıklı büyük bir sevgileri vardı."

Nurhan Yektay: "Bir gün hep beraber efendileri geçiriyoruz. Yani kayınpederim bir yolculuğa çıkacak. Kayınvalidem bana "Koca şöyle uğurlanır" diyerek: "Efendi yolun hayırlı ola" dedi ve sarılarak iki yanağından öptü."

Yavuz Yektay: "Biz büyüklerin yanında çocuğa süt bile verilemeyen bir zamandaydık."

Nurhan Yektay: "Evet zamanın terbiye anlayışı öyleydi. Ben de "Tabîî anneciğim öyle yaparım" dedim. Yani şekil bir "a" da görüldüğü gibi uygulamalı olarak öğrenmiş olduk."

Güngör Özyiğit: "Bir süre onlarla birlikte yaşadınız mı?"

Nurhan Yektay: "Evet bir sene hep beraber yaşadık. Hattâ en küçük çocuğumu kendi evinde doğurmamı istedi kayınvalidem. Öyle karlı bir gün sancım tuttu ki bizimle birlikte o da doğuma hastaneye kadar gelmişti. Bana hem orada hem evde prensesler gibi baktı. Ama ben de çok neşeliydim. Hiç surat asmazdım. Belki beni ondan çok severdi."

Güngör Özyiğit: "İlk çocuğunuz doğduğunda kaç yaşındaydınız."

Yavuz Yektay: "İşte yirmi ya da yirmi bir yaşlarındaydık. Tabi ilk çocuğum Yıldız bugün 56 yaşında."

Güngör Özyiğit: "Peki Nurhan Hanım siz Rauf Yekta Bey'i gördünüz mü?"

Nurhan Yektay: "Hayır, ama İstanbul'a evlerine gitmiştik. O da şöyle oldu. Milliyet Gazetesi'nden bizlere lisan tahsili çıkmıştı. Yani çekilişten."

Yavuz Yektay: "300 liraydı ne paraydı ama."

Güngör Özyiğit: "Londra'ya gidecek yerde İstanbul'a gittiniz öyle mi?"

Yavuz Yektay: "Tabîî 10 gün İstanbul'da gezdik. Üstelik 150 lira da cebimizde kaldı."

Nurhan Yektay: "Bir dakika Yavuz. O da şöyle oldu: Parayı almak için Eskişehir'den İstanbul'a gittik. Böylece kayınvalidemin kayınvalidesine yani Rauf Yekta Bey'in köşküne. Büyükanne bana hal-hatır sorarken şöyle diyordu: "Nurhan Hanım kızım efendim nasılsınız? Afiyettesiniz inşallah?" daha sonra kayınvalidemi yoklayarak: "Saadet Hanım kızım sizi üzüyorlar mı? Bir hataları var mı efendim?" Görümcesine: "Talia Hanım şöyle alçak bir salıncak kurunuz ben Yıldız kızımı uyutacağım. Yavuz'la Nurhan kızım İstanbul'da rahat gezsinler" derdi. Yavuz'cuğum ama o yaşlarda ben kibarlıktan çok sıkıldım."

Yavuz Yektay: "Babaannem 80 yaşlarındayken bir gün bana "Hiç topuğumu yere basmadım Yavuz" dedi.

Evlenirken dedeme "Bu kız saraydan geliyor. Azami ihtimamı gösteriniz" demişler. Neyse o zamanlar hanımlar topuklarını hiç yere basmazlarmış. Hep ayakucuna basarak yürürlermiş. Terbiye ve kibarlık anlayışları öyleymiş bir zamanlar. Nurhan bir de bana: "Senin ailen benim ailem, benim ailem senin ailen" demiştir. Sen ailendekilere nasıl hitap ediyorsan ben de aynen hitap edeceğim. Sen de aynısını yap" demiştir: "Ama ailelerden hiçbirisi de bize karışmasın" derdi."

Nurhan Yektay: "Tabi bu da çok güzel oldu. Meselâ kayınvalidem anneme nasıl hürmet ederdi bilseniz? "Benim biricik gelinim Nurhan" derdi anneme."

Güngör Özyiğit: "Nasıl evlenme teklif etti Yavuz Bey."

Nurhan Yektay: "Dışarı çıkıyordum. Beraber çıkalım dedi. Birlikte minibüse binecektik birden "dan" diye söyledi. Ben o anda ne evet dedim ne de hayır. Sadece annem beni sana vermez dedim. Yani ipsiz sapsız bir adamsın demek istemiştim."

Yavuz Yektay: "Gelen otobüse bindirdim tam giderken tekrar söyledim."

Nurhan Yektay: Bana "Sen istersen olur" dedi. Ama ailem bizi hep gözetti. O yıllarda birçok evde bulunmayan çamaşır makinesi, buzdolabı gibi ne varsa hep alıp alıp evimize gönderdiler. Hepsinden Allah razı olsun. Örnek bir kayınpeder kayınvalideydiler."

Yavuz Yektay: "Gerçekten de evliliğimize çok özen gösterdik. Yaşlandığımız zamanda Yaratan'ımız evimize bir nur verdi. Çok mutluyuz. Çok şükür. Yüzlerimiz kırıştı. Nurhan'ın yüzünün kırışıklığı hiç önemli değil benim için. Bakışlar önemli. Gözlerdeki mânâ önemli. Nurhan'ın bakışları bugüne kadar hiç değişmedi ne güzel. Ama laf aramızda ben olsam kızımı 19 yaşında birine vermem doğrusu. Nasıl bana güvendiler hâlâ inanamıyorum."

Nurhan Yektay: "Evet Yavuz'cuğum bir dakika. Kayınpederler istemeye geldiklerinde çok kalabalık gelmişlerdi. Benim işimi halamın eşi eniştem hal-

letti. Bana "Sen gerçekten bu çocuğu istiyor musun?" diye sorduğunda ancak başımı sallayabilmiştim. Annem biraz üzüldü hattâ daha sonra biraz ayıldı bayıldı, ama Yavuz'u benden çok sevdi."

Yavuz Yektay: "Kaç ay nişanlı kalmıştık."

Nurhan Yektay: "Üç ay. Ama bana her gün mektup yazıp yolluyor."

Güngör Özyiğit: "Nereden yazıyor."

Yavuz Yektay: "Ankara'dan, ben Ankara'da okuyorum. O da evde evlilik hazırlıkları yapıyor. Nasıl mektuplar biliyor musunuz sayfalar dolusu?"

Güngör Özyiğit: "Başka mutluluğa dair neler söyleyebilirsiniz. Hiç sıkıntı çekmemişsiniz, anladığım kadarıyla Nurhan Hanım'ım ailesi bir hayli destek olmuş."

Yavuz Yektay: "Evet doğrusu çok yardımları oldu."

Nurhan Yektay: "Çok sıkıntılarımız oldu ama sevgiyle yendik bunları."

Yavuz Yektay: "Evet parasız günlerimiz çok oldu, ama bu kadın benden hiçbir şey istemedi."

Nurhan Yektay: "Çünkü kendi getirirdi."

Yavuz Yektay: "Meselâ bir vitrinin önünden geçerken "Aaa ne güzel terlikler" derdi. Ertesi günü eve gelirken üç tane birden alırdım. Hep birbirimize muhabbet gösterecek fırsatlar arar bulurduk."

Nurhan Yektay: "Bir gün bir ahbabımız "Siz her zaman böyle misiniz, yoksa bizim yanımızda mı böyle yapıyorsunuz?" demişlerdi. Ben de "Yalnızken daha çok" dediğimde şaşırdılar."

Yavuz Yektay: "Evet her zaman birbirimize ilgi gösterirdik."

Güngör Özyiğit: "Övgü takdir ne kadar önemli değil mi?"

Yavuz Yektay: "Evet övgü takdir. 57 senelik evliyiz her gün beğendiğim taraflarını söyler dururum. Meselâ mutfağa girdiği zaman hemen yardımına koşarım. Hem biliyor musunuz ben dar mutfakları çok severim. Ben aslında ilgi göstermiyorum. İlgiyi duyuyorum. İçimde hissediyorum. Ama kızmasına çok bayılıyorum. Bütün kızacak yanlarını biliyorum. Âdeta bir düğmeye bassam hemen bana kızmaya başlıyor. Çok seviyorum bana kızmasını. Elimde değil bazen özellikle kızdırıveriyorum"

Güngör Özyiğit: "Nurhan abla Yavuz abi rakı ya da benzeri içki içtiği zamanlar sapıtmaz mıydı? Sizi kızdıracak bir şeyler yapar mıydı?"

Nurhan Yektay: "Asla!... Hiç sesim çıkmadı. Hiçbir zaman ne terbiyesini bozdu ne de vakarını. Dışarı arkadaşlarıyla çıksa ya da herhangi bir yere giderken mutlaka gideceği yeri haber verirdi."

Güngör Özyiğit: "Peki bir de Yavuz ağabeyin müziğe düşkünlüğü var. Evliliğinizde bu hiç sorun oldu mu?"

Nurhan Yektay: "Valla doğru demek yalan olmaz. Bazen musikiyi kıskandığım zamanlar oluyordu. Benimle mi evlendin, musikiyle mi

yani, ney'le mi derdim. Zaten babamdan biliyordum o da ud çalardı. Evimizde zaman zaman paşalar falan da gelir hep birlikte meşk ederlerdi. Ben genç bir kızım o zamanlar tangolar çok popüler onları dinlmek istiyorum. Hayır ne mümkün!.. Dede Efendi'ler, Sadullah Ağa'lar falan diz dövmeler, kulağım iyice dolmuş bu musikiyle. Evlenmişim bu sefer de Yavuz poposunu dönüyor, radyonun içine girecek nerdeyse. Elinde de bir kâğıt kalem nota, güfte yazıyor. Daha neler neler dergilere, gazetelere mektuplar yazıyor. Ders çalışması lâzım babama söz verdim. Üniversite bitecek."

Yavuz Yektay: "Sen bana ders çalışma dersen benim canıma minnet çalışmam dedim. Ama çalış desen de çalışmam dedim çünkü ders çalışmak hiç hoşuma gitmezdi. Benim tek aklımda olan Nurhan ve musikiydi. Ama zeki kadındı "Tamam Yavuz sen merak etme ben her işi yaparım sen sadece derslerinle uğraş sigara içmek istediğin zaman iç. İstersen şimdi sigaranı getireyim" derdi. O zamanlar sigara içiyordum. Saklardı sigaraları evde. Zaten paramız fazla yok idareli olmamız gerekiyor. Öyle her canım çektiğinde sigara içemezdim. Dersi yarım bırakarak dolanıp durmaya başlayınca "Ne dolanıp duruyorsun" derdi. "Sigara içeceğim" deyince "Dur bakalım evde bir tane buluruz sen otur dersine bak" derdi."

Nurhan Yektay: "O zamanlar basılı ders kitabı pek yoktu. Yavuz'un farmakoloji dersinin notları vardı. O notların tamamını başka bir deftere oturdum tekrar yazdım. Yazarken de aralara parantezler açarak "şimdi sigara molası" gibi küçük mesajlar yazdım."

Yavuz Yektay: "Embriyoloji çalışıyorum on-onbir sayfa falan olmuş bir yere geliyorum birden gözüme bir not "Zum (Yavuzum'un kısaltılmışı) çok yorulmuşsundur şimdi sigara molası" ohh ne kadar çok sevinirdim."

Nurhan Yektay: "Ahh!. zor adamsın zor zor…"

Güngör Özyiğit: "Ama mesleğinizi (veteriner hekim) yapmamışsınız öyle değil mi?"

Nurhan Yektay: "Evet askerlik yıllarından sonra kayınpederim aniden ölünce onun işini devam ettirmek zorunda kaldılar."

Yavuz Yektay: "Babam öldükten sonra kardeşim Rauf'la birlikte işi sürdürmeye çalıştık."

Güngör Özyiğit: "Ne işiydi bu?"

Yavuz Yektay: "Traktör satıyorduk. Yani ziraat makineleri ve yedek parçaları falan."

Güngör Özyiğit: "50'li yıllarda da o iş çok iyiydi değil mi?"

Yavuz Yektay: "Servis işimiz de vardı ve Rauf servisin başındaydı. Ama daha 12 yaşındayken Eskişehir'in en iyi ustasıydı. Koca koca tamirciler gelir ondan akıl sorarlardı. Babam o yılların en iyi ziraatçılarından biriydi. Hattâ iki tane de buğday tohumu geliştirmişti. Tabi şimdiki kötü amaçlı insanların yaptığı gibi genleri bozarak değil. Hâlen de bu tohum kullanılır. Demek

ki hayırlı bir iş yapmış. Dört beş lisana hâkimdi. Ana dili gibi konuşurdu. Özellikle Almanca ve Fransızca'sı çok mükemmeldi. Bunda Galatasaray Lisesi'nde okumasının da rolü vardı."

Nurhan Yektay: "Ben cenazesine üzüntüden gidememiştim."

Yavuz Yektay: "Dinî konuların üzerinde o yıllarda fazla durmazdık. Yani sizin anlayacağınız "light" Müslüman'dık."

Nurhan Yektay: "Hayır Yavuz ben kabul etmiyorum o tabiri."

Güngör Özyiğit: "Nasıl "light" Yavuz Bey."

Yavuz Yektay: "İşte light sigara, cola gibi bir şey. Ama anatomi derslerine girmeye başladığımızda o zamanlar buna teşrih dersi derdik. İnsan vücudunu inceledikçe mükemmelliği karşısında Allah'a hayran olmaya başladım. Bir karıncayı dahi yaratabilir misiniz?"

Nurhan Yektay: "Din terbiyesi konusunda ailemden benim aldığım terbiye farklıydı."

Yavuz Yektay: "Tamam Nurhan ama senin teslimiyetin biraz daha geç oldu. Sen iki kere ikiden yola çıkarak Allah'a vardın. Ben ise daha 12 yaşlarındayken Mevlevî Ayinleri'ne gidiyordum. Bana Yavuz Dede bile diyorlardı."

Nurhan Yektay: "Doğru, benden daha fazla din bilgisiyle haşır-neşir olarak yetişmiştir Yavuz. Ama bizler de açık,saçık değildik. Eskişehir'de pantolon giyen tıbbiyeden Asuman'la bir tek ben vardık. O yıllarda kadınlar pantolon giyemezdi."

Yavuz Yektay: "Evet böylece bir yere kadar bir ömür geçirmiş olduk. Ama son on beş yılımız çok farklı oldu. Doğru Yaşama Bilgileri'ni aldıktan sonra daha mesut olduk. Evimize ayda ortalama 150 misafir geliyor. Hepsini seviyoruz. Onlar da bizi seviyorlar. Ve hiçbir günümüz boş değildir. Zaten iyilere değil kötülere yalvarın demiyor mu? İyiler her şeyden önce yolda olanlardır. Sonra sizden çok örnek aldık."

Güngör Özyiğit: "Çok teşekkür ederim. Nurhan Hanım biraz da siz anlatın bakalım. Nasıl gitti bu beraberlik?"

Nurhan Yektay: "Ben hep araya girdim kusuruma bakmadınız değil mi? Çok iyi gitti elbette. Saygı hemen her şeyin temeli oluyor evlilikte. Hâlâ paltosunu tutmayı çok severim."

Güngör Özyiğit: "Misafirlerinizin arkasından çiçekler getirmesi nasıl oluyor Yavuz Bey'in?"

Nurhan Yektay: "Aa o da başka bir güzelliği Yavuz'un. Misafirlerimizi ağırladığımız akşamın ertesinde Yavuz eve çiçek gönderirdi. Ya da kendi gelirken bir kucak dolusu getirirdi."

Yavuz Yektay: "Tabii misafirlerimize iyi davranan kadına ben hayranım. Erkeğinin yüzünü ağartır. Eve bereket getirir. Bu yüzden kendisine her zaman teşekkürlerimi böyle sundum."

Nurhan Yektay: "Misafiri çok severim. Vermeyi, ikram etmeyi çok severim."

Yavuz Yektay: "Bir de evlilikte güven çok önemlidir. Evlendikten çok

kısa bir zaman sonra benim güvenimi kazandı. Ben de aynı şekilde ona öyle davrandım."

Nurhan Yektay: "Güngör Bey yalnız bir kere beni çok kıskandı."

Güngör Özyiğit: "Nasıl yani?"

Nurhan Yektay: "Ellerimi. Kayınpederim aldı karşısına Yavuz'u, iyi bir öğüt verdi. "Senin karına itimadın yok mu?" diye çıkıştı."

Yavuz Yektay: "Tabi çocuk denilecek yaştayız o zamanlar."

Güngör Özyiğit: "Atatürk savaş yıllarında öğretmenler toplantısı yapılmasını ister. Tartışmalardan sonra o zamanın zor koşulları altında toplantı gerçekleştirir. Ve onu da çağırırlar, gelir. Bakar ki kadınlar bir tarafta erkekler bir tarafta. Toplantıyı da Hamdullah Suphi Bey başkanlık ediyor. Konuşmasının sonunda şöyle demiş: "Efendiler çok teşekkür ediyorum hanım öğretmenlerimizi de çağırmış, ama neden ayrı oturtmuşsunuz. Sizin kendinize güveniniz mi yok, yoksa Türk kadının faziletine mi inanmıyorsunuz" demiş. Tarih 1922 şimdi neyi tartışıyoruz söylemeye dilim varmıyor. Neyse Nurhan Hanım o gün ne oldu da sizi kıskandı Yavuz Bey?"

Nurhan Yektay: "Otobüste en arka sırada oturuyoruz. Ellerini sok cebine dedi. Ben de ne yapayım hemen ellerimi cebime soktum. Babam yani kayınpederim duydu ama hiç sesini çıkarmadı"

Güngör Özyiğit: "O da mı vardı otobüste."

Nurhan Yektay: "Evet. Eve geldikten sonra Yavuz'u aldı karşısına."

Güngör Özyiğit: "Bağırdı mı?"

Nurhan Yektay: "Yok yok, hayır hiç bağırmazdı. Yine sakin bir ses tonuyla çok güzel bir öğüt verdi. Tam bir Osmanlı terbiyesiydi verdiği. Allah rahmet etsin."

Güngör Özyiğit: "Son olarak her ikinize de şunu sormak istiyorum: Evliliğinizde en mutlu olduğunuz anlar nelerdi. Ya da sizi en çok ne mutlu etti?"

Nurhan Yektay: "Her zaman şükrediyoruz. Birçoğunu biliyorsunuz işte ne acılar çektik. Bir evlâdımızı gençlik çağındayken kaybettik… Ama… nerede… en mutlu oldunuz

derseniz… Yani ben her an mutlu olmasını bildim."

Yavuz Yektay: "Aslında mutsuz olduğumuz zamanlar çok az oldu desek daha iyi. Yani, evlilik hayatımızda mutsuzluk pek bize uğramadı. Ama Nurhan'dan çok şey öğrendim. Erkekliği, kocalığı falan hep ondan öğrendim. Otuz yaşımda ancak onun seviyesine ulaştım. Şimdi düşünüyorum da on dokuz yaşıma kadar bana annemle sütannem baktılar büyüttüler. Ondan sonra da Nurhan bana baktı eğitti."

Nurhan Yektay: "Aman Yavuz neden böyle söylüyorsun?"

Güngör Özyiğit: "Peki hangi konularda çatışırdınız?"

Nurhan Yektay: "Aaa işte orası mühim. Şimdi o çok yavaştır. Ben hızlı hareket etmesini severim."

Yavuz Yektay: "Para idaresinden anlamam."

Nurhan Yektay: "Evet çok idaresizdir."

Yavuz Yektay: "Ben de kazandığım parayı hemen ona getirir teslim ederdim. Sonra ondan harçlık alırdım."

Nurhan Yektay: "Ama öyle bir düzenbazlıkla alır ki sormayın. Çaktırmadan yolunu yapar."

Yavuz Yektay: "Tabi o kadar olacak bütün huyunu suyunu biliyorum."

Nurhan Yektay: "Bir de her şeyi çok hafife alır."

Yavuz Yektay: "Hayır hanım hafife almak değil. Güngör Bey, ben bir zamanlar bir kitap okumuştum. Yaratan, gökteki melekler gibi, dünyada yaşayan insanların da şen, neşeli müzik sever olmasını istediğini yazıyordu kitapta."

Nurhan Yektay: "Ay şimdi sen bunu mu tatbik ediyorsun? Meselâ hastalığını hep hafife alıyorsun, hiç ciddiye almıyorsun…"

Yavuz Yektay: "Şimdi insanları üzmenin ne faydası var ki?"

Güngör Özyiğit: "Nurhan hanım moralini yüksek tutuyor da ondan size ciddiye almıyormuş gibi görünmesin?"

Arada böyle tatlı tatlı birbirlerine takılmaları, sataşmaları ilişkilerine renk katıyor. Onların bu mutlu beraberlikleri yeni evlilere örnek oluyor. Ve sevginin 62 yıllık evlilikte bile sürdüğünü göstererek özendiriyor. 62 yılı evlilik olmak üzere, bu mutlu birliktelik tam 66 yıl sürdü. Di'li geçmiş zaman kullanıyorum. Çünkü Nurhan Sultan (Ben öyle hitap ederdim.) 6 Ağustos 2011'de bir Ramazan günü aramızdan ayrıldı. Ona yeni yolunda hayırlar, yücelikler ve esenlikler diliyoruz. Dünyamızdan ayrılırken eşi Yavuz Yekta Bey'in ona son sözü şu oluyor: "Artık tamamen özgürsün. Yeni yolunda özgürce yürü."

İşte aralarındaki bozulmayan sevginin tılsımı da buydu belki. Birbirlerinin kişisel özgürlüklerine saygı duymak. Ve birbirlerini sahiplenmeden sevmek. Bir de aynı yöne doğru birlikte değişmek ve öğrendiklerini insan kardeşleriyle paylaşmak. Ne mutlu onlara ki, yaşarken birbirlerinin değerini bildiler. Severek, sevdirerek ve sevilerek bereketli bir ömür sürdüler…

Dalai Lama ve İnsanın Dönüşümüne Işık Tutan Metodlar

Lojong Metinleri

Derleyen: Nihal Gürsoy

11. Yüzyılda yaşamış olan Tibet'li Langri Thangpa'nın yazdığı kutsal metin ve içeriği Dalai Lama'nın hayatı boyunca kendisine ilham vermiş ve Lo-jong diye bilinen bu yazıların ışığında kendi anlayışını parlatmıştır.

Lo-jong öğretisinin ana ekseni ben merkezci düşüncelerin ötesine geçebilmek, benliğin yarattığı hapishaneden ve acılardan çıkarak gerçek sevgi ve şefkat duygularını geliştirebilmektir. Tibet'in ruhani lideri Dalai Lama bu

metinden yola çıkarak düşüncelerimizde ve ruhumuzda yapacağımız köklü değişimler yardımıyla öfke, nefret, kıskançlık, yalan, sahiplenme duygusu v.s gibi olumsuz ve yıkıcı dürtülerle baş edebilmek konusunda geliştirdiği anlayışı ve metodları hayatı boyunca uygulamaya devam etmiş ve herkesle paylaşmıştır.

"Her biriniz büyük bir potansiyele sahip olduğunuzu ve kendinize güven ve biraz çabayla eğer isterseniz değişimin gerçekten mümkün olduğunu hissetmelisiniz. Eğer şimdiki yaşam şeklinizin hoş olmadığını ya da zor olduğunu hissediyorsanız, o zaman bu olumsuz şeylere bakmayın. Olumlu yönü, potansiyeli görün ve bir çaba gösterin." Dalai Lama

Langri Thangpa'nın sekiz kıtadan oluşan kutsal metnini sırasıyla, Dalai Lama'nın bakış açısıyla anlamaya çalışalım.

"Dilek taşını bile geride bırakan bir azimle
En yüksek hedefe ulaşmak için
Bütün hisseden varlıkların yararına
Aziz tutayım onları her zaman"

Bu kıta Tibetçe'de öze yapılan bir göndermeyle başlıyor. Gerek Budizm inanışının çeşitli okullarında gerekse felsefi görüşlerin değişik yaklaşımlarında "öz" konusu hakkında çokça analiz yapılmasına rağmen burada özün geleneksel kişi anlamında kullanıldığı anlaşılmalıdır.

Kişinin kendisine seslendiği bu kıtada, efsanevi dilek taşıyla elde edebileceklerinden çok daha fazlasını hisseden, yaşayan tüm varlıkların yararına düşünüp çalıştığında, onlara hizmet ettiğinde erişebileceği anlatılıyor. Öyle ya, böyle bir taş arzu ve isteklerimizin gerçekleşmesi konusunda değerli olsa da, en yüksek ruhsal büyümeyi ve erişimi sağlayamaz. Eğer dileğimiz yaşayan tüm varlıkları yüceltmek, nazik tutmak ise bu dilek, dilek taşının yapabileceklerini geride bırakır. Çünkü insan, yaşayan tüm varlıklarla girdiği ilişkiler neticesinde kendisini olgunlaştırabilir ve sevgi, şefkat gibi en yüksek prensipleri uygulayabilir.

Hayattayken arzuladığımız olumlu niteliklerden veya imkanlardan bazılarına sahip olmanın koşulu da başkalarıyla olan ilişkilerimizden ve geçmiş yaşamlarımızdaki karmik bağlarımızdan kaynaklanıyordur. Başkalarını nazik tutmak düşüncesinden anladığımız, bazen bizden daha az

şanslı olanlara karşı hissettiğimiz bir acıma duygusu beslemek olmamalıdır. Bunun tam tersini anlarsak bizim için ve diğerleri adına yararlı olabilir. Bu davranış, bizim ruhsal ilerlememiz için diğerlerinin ne kadar önemli ve elzem olduğunun idraki ve kabulü esasına oturmalıdır. Böylece onların gerçek statüsünü derinden ravrarız. Bu şekilde düşündüğümüzde onlarla saygı ve sevgi dolu bir ilişki kurabiliriz. Sonraki kıta şöyledir:

"Birileriyle ilişkiye girdiğimde
Kendimi ve en aşağı göreyim hepsinden,
Ve yüreğimin ta derinliklerinden,
Üstün tutayım başkalarını saygıyla."

Burada öne sürülen düşünce, kişinin kendisini başkalarından aşağı görme fikri değildir. Kendimizi boşlamak, ihtiyaçlarımızı göz ardı etmek ya da umutsuz bir vaka olarak hissetmek hiç değildir. Daha ziyade, yardım etmek için ne gibi yetilere sahip olduğumuzun tamamen farkında olarak, başkalarıyla ilişkiye geçebildiğimiz cesur, fedakâr, sevgi ve saygı dolu bir durumdan kaynaklanır.

Gerçek tevazuya erişmek, ancak bu yolla mümkün olabilir. İnsan, geldiği tekamül seviyesinden dolayı uzun vadeli düşünme, doğru ile yanlışı ayırt etme ve karar verme yetisine sahip bir varlıktır. Buna rağmen olumsuz edimlerde bulunuyor, çoğu zaman aynı hataları yapmaya devam ediyor.

Doğadaki pek çok varlığı gözlemlediğimizde onların sadece ihtiyaçları doğrultusunda yaşadığını görürüz. Örneğin herhangi bir böcek doğru ile yanlış arasında insanların yaptığı gibi ayrım yapmaz, ruhsal öğretilerin karmaşıklığını anlayamaz. Yaptıkları kendi varoluş seviyesinden kaynaklanır. Buna karşılık insanların yaptıklarına karar verme yetileri vardır. O zaman hangimiz daha masumuz?

Bu çerçevede düşündüğümüz zaman, alçakgönüllü olmak için pek çok sebebimiz olduğunu anlayabiliriz. Evrenin birliğini ve bütünlüğünü anlamak ve barış içinde olabilmektir tevazu. Üçüncü kıta şöyle der:

"Bütün edimlerimde zihnimi araştırayım
Ve zihinsel ve duygusal kederler ortaya çıktığında
Beni ve başkalarını tehlikeye attığında kuvvetle onlara
Karşı koyup önlerine geçeyim"

Burada, tüm ruhsal uygulamacıların ve insanların yapması gereken farkındalıktan söz ediliyor. Hepimiz, olum-

suz dürtülerimizi, duygu ve düşüncel erimizi altetmeyi arzulasak da uzun süreli alışkanlıklarımız ve bunlara gerekli olan panzehiri kimi zaman elde edememekten, kimi zaman da yeterince gayretle uygulamamaktan onların peşinden sürükleniyoruz.

Farkındalık haline geldiğimizde, tetikte olmamız, kendimizi denetlememiz ve daha ortaya çıkarken onları yakalamakta dikkatli davranmamız gerekir. Eğer bunu gayretle yaparsak onlara teslim olmayız, kendimizi olumsuzluklara karşı korumaya aldığımızda onların güçlenmesine, ortaya çıkmasına engel olabiliriz.

"Olumsuzluktan ne anlaşılmalıdır?" Bununla, insanın kendisi ve başkalarıyla varoluş amacının dışında ilişkiler kurması diyebiliriz. Tüm dinlerde ve inanışlarda insanın yönü ve yolu belli edilmiştir. Sonraki kıta şöyle diyor:

"Nahoş karakterli varlıklar gördüğüm zaman
Yoğun olumsuzluk ve ıstırapla ezilmiş,
Aziz tutayım onları, onları bulmak zordur zira
Sanki değerli bir hazine keşfetmişim gibi!"

Bu kıta, belki tavırları, görünüşleri, mahrumiyetleri, şekilleri veya bir hastalık nedeniyle sosyal olarak geri plana itilmiş insanlarla ilişkiye girme durumundan söz ediyor. Bu ruhsal olarak insana en çok ivme kazandıracak davranış ve uygulamalardan birisidir. Böyle insanlarla karşılaştığımız zaman, sanki kıymetli bir hazine bulmuşçasına onlara ihtimam göstermeliyiz. Sadece hissederek değil, ilişkiye girmeyi ve girişimde bulunmayı göze almak da gerekir.

Çağımızda bunlara bir örnek hayatını mahrum olanlara bakmaya adayan merhum Teresa Ana idi. O bu kıtada tanımlanan ideali temsil etmiştir. O nedenle ruhsal yüceliğe ulaşmanın göstergesi olan saygı, sevgi, feragat edebilme, kabullenme, hizmet etme, verme, şefkat, hoşgörü ve sabır gibi... pek çok vasfa sahip olabilenlerin yapabileceği kutsal bir iştir bu. Elbette herkesin Teresa Ana olması gerekmiyor ancak etrafımızda, yaşamımızda mutlaka bir yerlerde var olan bu insanlara nasıl davranmamız gerektiği konusunda ideal bir örnek.

Bu insanları kucaklayarak, bulunabilecekleri potansiyel katkıyı topluma kazandırmayı hedef-lersek, bu şekilde onlar da toplumda bir yerleri ve değerleri olduğunu düşünecek, sunulacak başka potansiyellerini ortaya çıkarmaya çalışacaklardır. Sonraki kıtada şöyle deniyor:

"Başkaları kıskançlıktan bana
Küfür, iftira ve küçümsemeyle
davrandığı zaman
Yenilgiyi üstleneyim ve
Zaferleri başkalarına vereyim"

Kıskançlık, insanlığın en eski ve köklü hastalıklarından biri ve bunu bağlı pek çok yanlışı beraberinde getirebiliyor. Yalan, iftira, gerçekleri olduğundan farklı algılama, riya... v.s gibi pek çok olumsuzluğu körüklüyor. Kişi, karşısındakinin her hangi bir konudaki gelişimini, başarısını veya sahip olduklarını kabullenemiyor. Kendi değerine ve yapabileceklerine sağlam bir zemin oluşturmak yerine, kıskandığı kişi ve kişileri alaya alma, küçümseme, tahrik edici sözler sarf etme yolunu tercih ediyor.

Bilge kişiler, böyle insanları adalete ve doğruluğa davet etseler bile, onların kıskançlıktan algılamaları bozulmuş olduğundan, nedensiz yere pek çok suçlamalarda bulunmaya devam ederler. Halk arasında söylenen "Kıskançlıktan gözü kör olmuş" deyimi bunun güzel bir ifadesidir. O nedenle yapılması gereken soğukkanlı bir biçimde davranmak, onu hastalıklı bir kimse gibi hoşgörüyle karşılayıp mücadele yolunu bırakmaktır. Teorik olarak geçici bir süre zafer kazanmış gibi görülebilirler. Siz yenilgiyi üstlenin. Onun gerçeği görmesi için yapabileceğiniz fazla bir şey yok, hoşgörün ve sabredin ancak bunu gerçekten yapın. Gerçekten yapabilmek için sükunet, sabır, sevgi, hoşgörü ve bağışlama gerekir.

Gördüğünüz gibi bu yenilgi size pek çok şey kazandırır. Demek ki, bir anlamda bu kişi ve kişiler ruhsal öğretmenlerimiz olma vazifesini üstlenmişlerdir. Sonraki kıtada şöyle deniliyor:

"Yardım ettiğim biri veya
Büyük umutlar beslediğim biri,
Beni son derece inciterek kötü
davrandığı zaman onu yine de
Değerli öğretmenim sayayım"

Derinlemesine düşündüğümüzde bunun böyle olduğu açıkça görülüyor. O nedenle siz karşınızdaki kişi veya kişilerin sayesinde bütün bu vasıfları kazanabilmiş ve daima onların da doğruyu görüp, gerçeği bulmaları için dilek ve dualarınızı sürdürebiliyorsanız yaşananlardan dersinizi almışsınızdır. Yedinci kıta irdelediğimiz bütün uygulamaları özetlemektedir. Şöyle diyor:

"Özetle, yarar ve sevinç
sunayım bütün analarıma,
Hem doğrudan hem dolaylı,
Sessizce üstleneyim
Analarımın bütün acılarını ve
sızılarını"

Bu kıta "verme ve alma uygulaması" (tong len) olarak bilinen özel bir Budist uygulamayı ortaya koyuyor. Uygulama alma ve verme yoluyla kendimizi başkalarıyla eşitlemeyi ve onların yerine koymayı tahayyülümüzde canlandırarak kendimizi başkalarının yerine koymayı esas alır.

Kendimizi başkalarının yerine koymak deyince, motomot kendini başkasına dönüştürme ve başkasını kendine dönüştürme anlamında alınmamalıdır. Bunun olanaksız olduğu açıkça bellidir zaten. Burada kastedilen, kişinin normalde kendisine ve başkalarına karşı olan tavrını tersini çevirmesidir. Bütün olarak başkalarının refahına karşı kayıtsızızdır. Başkaları için yapabileceklerimiz çoğu zaman bir duygu veya bir his seviyesinde kalır. Bu durum ne kadar kendi refahımıza odaklı ve bütünü ciddiye almadığımızın göstergesi olduğundan çok önemlidir. Burada yapılması gereken kendimize düşkünlüğümüzün ve bağlılığımızın yoğunluğunu azaltmak ve başkalarının refahını ve iyiliğini önemli saymaya çalışacak şekilde durumu tersine çevirmektir.

Bu yorumun doğru olarak anlaşılması, doğru uygulanması için şarttır. Aksi halde kişi kendisini önemsemeye, kendisini değersiz bulmaya başlayabilir ki, istenilen bunun tam aksidir. Neticede ruhsal bir yol izlemenin amacının ve ardındaki motivasyonun yüce bir mutluluğa ve huzura kavuşmak olduğunu unutmamak gerekir. Onun için kişi, tıpkı kendisinin mutluluğunun peşinde olduğu gibi, başkalarının da mutluluğunun peşinde olmalıdır. Kendisine değer vermeyen her şeyine özen göstermeyen, bunun için yeterli bir zemin oluşturamayan kişi öncelikle kendisini sevmiyordur, başkalarını sevip, şefkatli ve özenli davranması nasıl beklenebilir ki?

Uygulama ben-merkezciliğin kusurlarını görmemize yardım edecek ve bize buna karşı koymanın yöntemlerini sağlayacak bir tahayyül etmedir. Bir taraftan normal kişiliğimizi ve davranışlarımızı tahayyül ederken farkına varmamız gereken, çoğu zaman kendi amaçlarına ulaşmak adına başkalarına aldırmayan yanımızı görebilmektir. Bunu yaparken bir yandan ihtiyaç içinde olanlara odaklanmak, onların tüm acılarını ve sıkıntılarını adeta kendinizinmiş gibi yaşamaya, anlamaya, çare bulmaya çalışmak gerekir.

Üçüncü olarak da, kendinizi burada kimin menfaatinin daha önemli olduğunu değerlendirmeye çalışan nötr bir diğer şahıs veya bir gözlemci olarak görmeniz gerekir. Kendinizi tarafsız gözlemci konusunda görebildiğinizde, ben-merkezciliğin sınırlarını da tanı-

maya başlarsınız. Diğer varlıkların veya insanların refahına ilgi duymanın ne kadar daha akılcı ve adil olduğunu ancak bu şekilde daha çabuk kavrayabiliriz.

Bu noktada artık aydınlanmaya ve yücelmeye büyük bir adım atılmıştır. Ben-merkezciliğin gücü azalmış yerini bütünün hayrı ve iyiliğini üstün tutarak çalışma niyeti ve gayreti almaya başlamıştır. Son kıtada, okuyacaklarımız şöyledir:

"Bütün bunlar kirlenmeden kalsın
Sekiz dünyevi ilginin lekesiyle,
Ve ben, bütün her şeyi yanılsama bilerek,
Yapışmadan kurtulayım esaretten."

Bu kıtanın ilk iki satırı gerçek bir uygulayıcı olarak oldukça kritiktir. Bu sekiz dünyevi ilgi, genel olarak yaşantımıza hakim olma eğilimindeki tavırlardır. Övgüden memnun olmak, küçümsendiğinde sıkılmak, başardığınızda mutlu, başarısız olduğunuzda üzgün olmak, zenginliğe sevinmek, fakirlikten daralmak... v.s. Bir uygulamacı kendi gelişimi için çaba sarf ederken eylemlerinin bu gibi düşüncelerle kirlenmemesine özen göstermelidir. Çünkü, görüneni aşmak ve arkasındaki gerçeğe ulaşmak için benliğin farklı ve aşkın bir biçimde kendini bulması gerekmektedir.

Son iki satırda gerçekliğin sonsuz doğasına dair kavrayışın geliştirilmesine bir gönderme yapılmıştır. Bu satırlar görüntülere kanmamamızı ve bunların çoğunlukla yanıltıcı olabileceğini anlatmaktadır. Gerçekliğin daha derinden anlaşılmasıyla, görüntülerin ötesine geçebilir ve dünyayla çok daha sağlıklı, etkili ve gerçekçi bir şekilde ilişki kurabiliriz. Kendinizi bir kez bağlı olduğunuz şeylerden kurtardığınızda, bağımsız bir varlık olarak şeylerin yanılsamaya benzer doğasını keşfedersiniz. Bu nedenle "yanılsama" terimi sizin şeyleri algılamanızla onların gerçekte nasıl oldukları arasındaki uyumsuzluktur.

Bu noktada, yüreğimizi ve zihnimizi dönüştürmenin yani aydınlanmanın anahtarının duygu ve düşüncelerimizin işleyiş şekline dair kavrayışla doğrudan ilişkili olduğunu görüyor, istersek düşüncelerimizi eğitmenin, kontrol altına almanın ve dönüştürmenin mümkün olduğunu anlıyoruz. Gerekli olan zihinsel disiplin zorlama ile sağlanamaz. Bu dönüşümün gönülden kabullenmeye dayanması gerekir. Ancak o zaman gerçekten bir öğretiyi izlemeye koyulabiliriz. Ruhsal bir yolla bu şekilde ilişkiye girmek zihnimizi dönüştürmenin tek yoludur.

Ahlâk - IV

Ahlâk Kavramının Kaynakları

Yalçın Kaya

Ara Değerlendirme

Ahlâk konusunda yazılan eski felsefesel metinlerde "öneride bulunma" eğilimi ağır basıyordu. İnsanlara "iyi ve geçerli" davranış biçimleri öneren felsefeciler bir çeşit reformcu rolü üstleniyorlardı. Bu bağlamda, herkesin üzerinde görüş birliğine varabileceği bir ahlâk dizgesinin bulunduğu, bunun bilinebileceği, geçerliliğinin kanıtlanabileceği, böylece de genel bir kabul görebileceği varsayımları yatıyordu. Bu tür reçete vermeye dayalı bu yaklaşım, ikibin yılı aşkın çabalara karşın olumlu bir sonuç vermedi. Hiçbir felsefeci, genel geçer olan, evrensel ve mutlak denilebilecek bir ahlâk kuralı formülü yaratamadı. Evrensel olmaya en yakın kural - ki bu kurala Mac Iver "altın kural" adını veriyor- İsa ve Kant tarafından da önerilen ve evrensellik savında olan "başkasının sana yapmasını istemediğin şeyi sen de başkasına yapma" kuralı olarak saptandı.

İlk bakışta "evrensel" ve "altın" gibi gözükse de, bu ilkenin bile bazı sorunları var. Birincisi, bu "altın kural" davranışlarımızın içeriğini değil biçimini belirlemektedir. Soyut, biçimsel düzeyde kaldığı için de davranışlarımızın özgül nitelikleri konusunda bize bilgi vermemektedir. İkinci sorunu ise şu: Bu kuralın her toplumda uygulanması olanaklı değildir. Davranış ve tepkilerde karşılıklılık anlayışı bütün insanların eşit olduğu varsayımı üzerine kurulmuştur. Oysa insanların eşitliği düşüncesi tarihsel gelişmenin çok geç bir aşamasında ortaya çıkmış olan yeni bir görüştür.

Ahlâkın Kaynakları

Ahlâk konusunda araştırma yapan düşünürler ahlâkın kaynağı olarak üç temel olguyu öne çıkarırlar.

1. Ahlâkın tanrısal ve aşkın (transandan) kökenli olması,
2. Ahlâkın birey kökenli olması,
3. Ahlâkın toplumsal kökenli olması.

Şimdi sırasıyla bu üç temel kaynağı inceleyelim.

1. Ahlâkın tanrısal ve aşkın kaynaklı-kökenli olması:

Ahlâk kurallarının somut olgulardan çıkarılamayacağını, mutlak ve evrensel bir nitelik taşıması gerektiğini düşünen tüm idealist filozoflar ile teologlar ahlâkı aşkın bir kaynakta aramanın gerekli olduğunda düşün birliği içindedirler. Ahlâk normlarını aşkın veya tanrısal bir kaynakta aramanın bazı sıkıntıları da vardır kuşkusuz.

Onu aşkın bir kaynakla temellendiren bir kişi ne denli bilgili, zeki ve ikna edici olursa olsun, tartışmasının özünde mutlaka inanca yer vermek zorunda kalacaktır. Üstelik temel önermelerden bir kısmı tartışmasız ve kanıtsız olarak kabul edilmek zorundadır. Bu durum belki de uzun dönemde ahlâktan çok ahlâksızlığın nedeni olabilir. Ahlâk kurallarının mutlak-evrensel olduğunu savunmak, bir noktada uygulanması olanaksız kuralları topluma zorla ben-

imsetmek anlamına gelmektedir.

Toplumlarda karşılaştığımız ikiyüzlülüğün ve yozlaşmanın nedenlerinden biri de bu olmaktadır. Ahlâkın dayandırılmak istendiği inanç, akla ve bilime değil; duyguya, metafizik sezgiye ve telkinlere dayandığı için eleştiriye karşı son derece duyarlıdır. Bu nedenledir ki aşkın ahlâk anlayışı, günümüzde geçerli olan demokratik yönetim sistemlerinin özüne ters düştüğü gibi; eleştiriyi dışladığı ve insan aklını olmasa da olur bir öğe olarak gördüğü için, insancıl ahlâka da ters düşmektedir. Üstelik, demokrasiyi ve insancılığı ilke olarak dışlayan bir ahlâk anlayışının mutlak ve evrensel olduğunu öne sürmesi, kendi içinde de çelişkili bir durum yaratmaktadır.

Ahlâk, insanları ve toplumları daha olumlu, yaratıcı, dayanışmacı ve mutlu ortamlara taşıyabilecek kurallar getirmelidir. İnsanlara totaliterce yönetilme, bas-kı, savaş ve düşmanlık getiren, düşünceyi sınırlayan, ikiyüzlülüğü ve yozlaşmayı bir aşamada doğallaştıran kuralları, ahlâk kuralı olarak değerlendirmek olanaklı değildir. İnsan aklına uygun kanıtlarla desteklenmeyecek her ahlâk önermesi, sonuçta ahlâksızlığın kaynağına dönüşebilmektedir. Bunun örneklerini dinde, toplum yaşamında ve siyasette binlerce yıldır bol bol yaşadı insanlık. Kuşkusuz ki mutlak-evrensel ahlâk anlayışını aşkın kaynaklara dayandırarak yola çıkan kişiler bu işi kötü bir amaçla yapmadılar. İsa, insanlık tarihinin gördüğü en özverili, yumuşak ve insancıl tiplerden birisiydi. Ama ne var ki insanlarca, Tanrı'nın oğlu idi ve babasının adına konuşuyordu. O zaman İsa'nın söylediği en iyi niyetli sözler bile fanatik inananlarca en acımasız zûlüm aletlerine dönüştürülebildi.

Özetle denilebilir ki insanüstü kaynaklara dayanan her ahlâk kuralı, her an insanlar üzerinde baskı kurmanın bir aracı haline getirilebilir. Ahlâkın sonuçta ahlâksızlığa dönüşmemesi, yüceltmeyi amaçladığı insanları ezmemesi için insancıl temellere dayanması zorunludur.

20. yüzyılın önemli düşünürlerinden Fransız filosofu Henri Bergson (1859-1941) "Ahlâk ile Dinin İki Kaynağı" adlı kitabında iki tür ahlâk anlayışından söz eder. Birinci tür ahlâka Bergson, kapalı ahlâk adını verir. Kişisel olmayan, toplum baskılarından doğan, otomatizm biçimini almış tabulardan kurulan ve kişisel durumları göz önünde bulundurmayan ahlâktır bu sözü edilen.

Bergson bir de açık ahlâk kavramına yer verir. Ona'a göre insanlara özgü, esnek, değişik kişilikleri hesaba katan ve böylece evrensel bir çağrı biçimine yükseltilebilecek bir ahlâk türü açık ahlâktır. Seçkinlerin, kahramanların, önderlerin ahlâkı olan bu açık ahlâk, önyargı ve görenekleri yıkarak, aslında bir özgürlük yaratısı, yaşamın her yaratıcı gelişmesinde kendini belirten, onu ileri götüren yaşam atılımına bağlı yeni düzen kurar.

Dinsel inançlar günümüzde köktendincilik biçimine dönüşerek/dönüştürülerek, çağdaş kazanımlara sırt çevirerek geçmişin değerlerine sıkı sıkıya sarılmakla yeniden kapalı ahlâkın savunuculuğunu yapmaktadır. Açık bir toplumda kapalı ahlâk sisteminin yürümeyeceğini öne süren çağımız düşünürleri konunun dikkatle irdelenmesi gereğinin altını çiziyorlar.

2. Ahlâkın birey kaynaklı-kökenli olması:

Bireyden ya da doğru deyişle insan doğası hakkındaki çeşitli varsayımlardan yola çıkan felsefeciler, bilim adamları ahlâkın kaynağını bireysellikte bulduklarını öne sürerler ne var ki, birbirlerinden çok farklı sonuçlara varırlar. İnsan doğasını belirleyen en önemli unsurun "akıl" olduğunu ileri süren Aristoteles gibi düşünüre karşılık, insanı aslında "haz"zın yönlendirdiğini, insanın "tembel" ve "hain" bir yaratılışta olduğunu, "yaratıcı" yönünün ağır bastığını, "saldırgan" ve "yıkıcı" olduğunu, "içgüdüsel olarak ahlâk kurallarını bildiği"ni vb. ileri süren yüzlerce düşünür ve yazar çıktı.

Ahlâk felsefesinin tarihsel süreçteki gelişimini incelediğimizde Epikuros, Luther, Machiavelli, Hobbes, Rousseau, Hegel, Marx, Mill, Freud, Dewey, Fromm, Rogers, Maslow, Lorenz ...ve daha birçok düşünürün, insan doğasına ilişkin bir dolu şeyler söylediklerini, ne var ki hiçbirisinin söylediğini bir diğerininkini tutmadığını görmekteyiz. Toplum bilimciler, ahlâk konusunda her istedikleri görüşü destekleyecek kanıtları toplamakta nasıl zorluk çekmedilerse, insan modelini dayanak olarak alan düşünürler de tarihten, toplumdan, günlük yaşamdan, çeşitli psikolojik yaklaşımlardan yararlanarak kendi modellerinin geçerliliğini kanıtlamaya çalışmışlardır.

Eski Helen düşüncesinde insanlar, eylemlerinin yarattığı "sonuçlardan" sorumlu tutuluyordu. Hıristiyan anlayışında ise, insanlar yalnızca eylemlerinden değil "niyetlerinden" ötürü de sorumlu tutulur, günahkâr sayılır oldular. Aziz Augustinus'a göre insanın kötüyü seçmesi, ruhundaki bir eksiklikten kaynaklanmaktaydı. "İyi ama, bu eksikliğin sorumlusu kimdir, Tanrı değil mi?" sorusuna verdiği yanıt ise oldukça kaçamaktı:

"Eksiklik, olmayan bir şeydir, dolayısıyla yaratılmış olamaz ve Tanrı'nın bu işte bir sorumluluğu yoktur!" Tanrı, bu sözlerle bir bakıma aklanmış oluyordu.

Antik Helen ve Roma Stoacılarına göre insanlar doğaları gereği eşittirler. İnsanların doğuştan eşit oldukları biçimindeki Stoa ilkesi başlangıçta Hıristiyanlığa da yerleşmişti. Ne var ki toplumda etkin ve buyurucu bir konuma geçtikten sonra Hıristiyanlığın bu tutumu değişecektir. Örneğin Protestan reformcusu Luther'e göre insan özünde kötü bir yaratıktır, doğru olanı seçme yetisinden yoksundur. Üstelik Tanrı karşısında özgür bir istenci de olamaz.

Reformcu Calvin'e göre iki tür insan vardı. Tanrı'nın lutfu üstünde olanlar ve ebedi lânete uğramış olanlar.

Daha sonraki yıllarda doğaüstü güçlerin egemen olduğu Orta Çağ'dan, doğal güçlerin egemen olduğu bir çağa geçildi. Rönesans sonrası, insan doğası hakkında olumsuz varsayımlardan yola çıksalar da Machiavelli, Hobbes gibi düşünürler ahlâksal ve siyasal anlayışları dinsel görüşün etkisinden kurtarmak için yoğun çaba harcadılar. Daha sonraki yıllarda Hume, insanı daha az bencil daha çok özgecil davranışlar sergileyen bir yaratık olarak tanımladı.

Rönesans ve Aydınlanma ile başlayan gelişme içinde, büyük ölçüde Hıristiyanlığa bağlı Batı ahlâk sistemleri önemli değişikliklere uğradı, katı kurallardan uzaklaşılarak özgürlükçü ve akılcı bir ahlâk anlayışına yönelindi.

Spinoza, Hegel, Goethe, Marx ve Fromm, insan doğasının en belirleyici yönünü, insanın üretkenliği'nde buldular. Freud'a kalırsa insanın belirleyici özelliği libido adını verdiği bir tür yaşam gücü ile cinsel içgüdüleri idi. Lorenz'e göre insan doğası; akıl, iyi, kötü gibi niteliklerle değil, ancak varoluşunu niteleyen bazı temel çelişkilerle tanımlanabilmektedir. Yukardaki listeye Thomas Hill Green, Bernard Bosanqueti, Francis Bradley, Henry Sidgwick gibi idealist ve sezgicilerle; Franz Brentano, Nicolai Hartmann, Max Scheler gibi olgucuları da eklemek olanaklıdır.

Görüldüğü gibi, bireyi çıkış noktası olarak alan ahlâk anlayışının sonsuz denilebilecek kadar çok çeşitliliği var. Üstelik bireyden hareketle ahlâk normlarına ulaşmak isteyenler hem aşkınlık yanlısı ahlâkbilimcilerin hem de toplumbilimci ahlâkçıların düştüğü bazı açmazlarla karşılaşmaktadırlar. Bir defa bireyin, sezgileriyle veya içgüdüleriyle bazı şeyleri önsel (a priori) olarak bulabileceğini varsayarak yola çıkmanın mantıksal ve bilimsel kanıtlanma zorluğu bakımından, Tanrı'ya ya da tanrısal bir kaynağa dayanarak ahlâk yargısı geliştirmekten pek bir farkının bulunduğu söylenemez.

Bireyden yola çıkanların karşılaştığı bir başka sorun da diğer ahlâksal kaynaklardan daha çok çeşitlilik sergilemesi olmuştur. Böylece, evrensellikle görelilik arasında süregelen tartışmaya bir çözüm getirilmediği gibi, sorun biraz daha karmaşıklaşmış görünmektedir. Aslında bu denli temel, karmaşık ve çok boyutlu bir sorunun, büyülü bir formülle, bir kalem darbesiyle çözülmesini beklemek abes olurdu. Hele 2500 yıl süren bir entelektüel serüvenin ulaştığı tıkanmışlık noktasından sonra böyle sihirli çözümlerle ortaya çıkmaya çalışmanın büyük bir cesaret işi olduğu da ortada. Bununla birlikte, en azından insanlığın bilgi hazinesinde binlerce yıldır birikmiş malzemenin daha iyi değerlendirilmesi, yeni açılımlara gidilebilmesi olanaklı olacaktır.

Önümüzdeki sayıda "ahlâkın toplumsal kaynaklı oluşu" tezine değineceğiz.

Eski Gün Işığının Son Saatleri

Yazar: Thom Hartman Çeviren: Arın İnan

Bilinçli Yapılan Ritüeller

Günlük hayatımızda farkına varmadan yaptığımız sıradan ritüellerin dışında, evlilik törenlerimiz, ibadetlerimiz veya aramızdan her hangi bir birisi ayrılıp da öte aleme geçtiğinde yaptığımız seremoniler gibi bilinçlice, niyet ederek yaptığımız ritüeller de vardır.

Hemen hemen her insan topluluğunda bu tarz seremoniler geleneklerini devam ettirse bile, modern toplumların bazı kesimlerinde bunların çoğu kaybolmuş veya tüketici festivalleri denilen forma dönüştürülmüştür.

Bunun böyle olması elbet ki en fazla çocuklarımızı etkilemektedir. Geriye okullardan mezun olma törenleriyle orduya kabul törenleri kalmıştır. Dini inancı ağır basan ailelerde yetişen çocuklar ailelerinin eskiden beri uyguladıkları ritüelleri yine de devam ettirebilmekte ancak istisna olmaktan öteye geçememektedirler.

Amerikan toplumunun sağlığı ile ilgili yapılan istatistikler 15 ila 19 yaş arasındaki çocuklarda gözlemlenen intihar vakalarının 1970 ile 1990 yılları arasında neredeyse iki katına çıkmış olduğunu göstermektedir. İntihar ve cinayet, Amerikan genç nüfusundaki ölümlerin üçte birini oluşturmaktadır.

Ritüeller bir toplumu, kültürü, aileyi veya bir ilişkiyi bir arada tutan ve insanları birbirine bağlayan önemli bir öğedir. Modern toplumlarda ne yazık ki bu tarz uygulamalar bozulmakta yerini sıradan ve farkına varılmadan yapılan ritüeller oluşturmaktadır. Şu anda okuduğunuz bölümün taslağını okuyan bir arkadaşım e-posta göndererek şunları söylemişti: "Geçen gece ritüellerin artık eskisi gibi olmadığını düşünmüştüm. Bu akşam kızım okulunda önemli bir organizasyona törenle kabul edildi. Eskiden bu tarz törenlerde konuşmacılar kabul edilen kişilerin değerleriyle ilgili bir konuşma yapmayı yeğlerlerdi ama şimdi gördüm ki bu çok eskide kalmış ve sadece fiziken orada bulunan bir grup çocuğu eğlendirmek amacıyla yapılıyor. Sanırım senin kitabında vurgulamak istediğin tam da bu olsa gerek. Bence hepimiz için neyin önemli olduğuyla ilgili değer kaybı yaşıyoruz."

"Peygamberin Yolu" isimli kitabımda bir Apaçi Kızılderili kabilesine mensup olan bir kızın ergenliğe geçiş törenini yazmıştım. Bu kız böyle bir ritüelle aslında kadınlığa geçiş yapıyordu. Bu binlerce yıldır uygulanan bir ritüeldi. Benzer ritüeller, üzerinde çalışma yaptığım tüm eski kültürlerin vazgeçilmez parçalarıydı.

Her biri hem bireyler hem de kültürler açısından zengin anlamlar içeren sayısız ritüele tanık oldum. Bunlar arasında tamtam çalma seremonileri, konuşma halkaları, terleme/arınma seremonileri de vardı. En bilinen Orta Amerika yerlilerine ait ritüellerden birisi de konuşma halkalarıdır. Bu törende kutsal bir obje (bu bir değnek, bir kartal tüyü veya başka bir şey olabilir) elden ele dolaştırılır. Yalnızca elinde kutsal obje bulunan kişi konuşabilir. Diğerleri ise konuşmacıyla saygılı biçimde göz teması kurarlar ve ağzından çıkan sözcüklere konsantre olurlar. Böylece kutsal obje elden ele geçer ve üyeler birbirlerinin sözünü kesmeden veya yorumda bulunmadan, soru sormadan sıralarını beklerler. Eğer kişi konuşanın söyledikleriyle tamtamına aynı fikirde ise bunu belli etmek amacıyla boğazlarından değişik bir onaylama sesi çıkarırlar. Ancak limitleri sadece buraya kadardır. Konuşma sırası kendisine gelen kişi öncelikle Yaratıcıya şükreder. Sonra kendisine yaşam armağan eden anne ve babasına, kendisini dinlemeye gelen ve konuştuklarını paylaşan diğer kişilere teşekkür eder. Ancak bundan sonra arzu ettiklerini konuşabilir. Böyle bir törende kişiler hem sabır hem de saygı

duyma deneyiminden geçerler. Bu son derece olağanüstü ve bağlayıcı bir deneyim olur onlar için.

Eski insanlar ritüelin önemini anlarlar ve hayatlarını bununla doldururlardı. Böylesine bir yaşam tarzıyla güvensiz dünyada kendilerine hem son derece güvenli bir ortam yaratmış hem de sürekli olarak dünyayı dolduran kutsallığı hatırlamış olurlardı.

RİTÜELLERİ
YENİDEN KEŞFETMEK

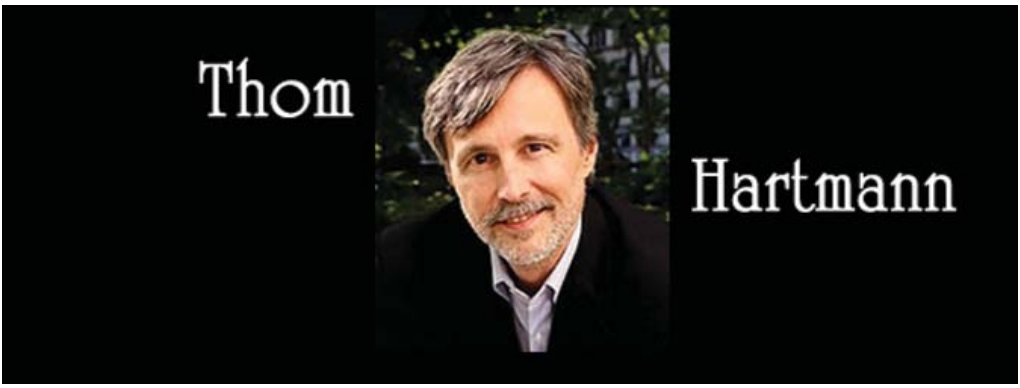
Ritüel ve seremonileri hayatınıza yeniden çağırdığınızda onların yaşamınıza kattıkları değişiklikleri hemen fark etmeye başlarsınız. Bunlar zamandan zamana değişebilen veya sizin keşfetmiş olduğunuz ritüeller olabilir. Ayrıca eski ritüelleri de uygulayabilirsiniz.

Örneğin eşimle birlikte her sabah bir kaç dakika meditasyon yaparız. Evimizin yakınında bulunan bir ormanın içindeki mabede giderek dua ederiz. Bu yürüyüşler esnasında dikkatli gözlemler yaparak, Yaratıcıyla iletişime geçeriz. Yemeğe başlamadan veya en sevdiğimiz şarabı yudumlamadan önce şükür duası yaparız. Sabah yataktan kalkmadan önce eşimle sarılır, birbirimize sevgimizi sunarız ve o gün yapacaklarımızı konuşuruz. Böylece bize hediye edilmiş olan yeni güne de saygılarımızı sunmuş oluruz. Bunların hepsi eşimle birlikte keşfetmiş olduğumuz ve bize kutsal gelen seremonilerdir.

Arkadaşlarımızla birlikte olduğumuzda ise konuşma halkaları oluştururuz. Haftalık meditasyon seansları için arkadaşlarımızı evimize davet ederiz. Siz de kendi ritüellerinizi kendiniz oluşturabilirsiniz. Bir kaç hafta sonra bunların yaşamınızın doğal bir parçası haline geldiğine tanık olursunuz.

Bu tarz ritüeller sayesinde - yani yemek öncesi Tanrıya şükranlarınızı iletmeniz, ormanda günlük yürüyüşler yapmanız veya mahallenizin en büyük caddesinde yürüyüş yaparken kenarda gözünüze çarpan çimleri, çalılıkları veya ağaçları fark etmeniz - atalarınızla manevi bağlar kurarsınız. Onların bilgeliklerini bugüne taşırsınız.

-BİTTİ-



Suyun Hafızası Var

Derleyen: Şule Kayserilioğlu

Fransız bilim adamı Dr Jacques Benveniste, araştırmalarda DNA hücrelerinin belli bir frekansta foton (ışık) yaydığını, farklı hücrelerin farklı frekansta titreştiğini, farklı titreşimdeki iki hücre yan yana geldiğinde yeni bir frekans oluşturup birlikte bu frekansta titreşmeye başladıklarını ve elektro manyetik dalgalar ile bir çağlayan yaratıp ışık hızında yolculuk ettiğini keşfetmiş.

1980`lerde başlattığı çalışmalarında suyun hafızası olduğunu anlamış. Suya bir madde ekleyerek bunu 1 milyon kez sulandırmış ve özel bir alet ile aşırı hızda karıştırarak o maddenin yok olacağını tahmin etmiş ama hâlâ maddenin suda mevcut olduğunu görünce deneylere defalarca milyonlarca kez daha sulandırarak devam etmiş. Ancak ne kadar sulandırsa da suyun içine en başta eklenmiş olan maddenin yok olmadığını tespit etmiş. O zaman suyun yüklenen maddeyi bir şekilde hafızaya kaydettiğini anlamış. Bir başka deneyinde suya bir zehir yerine sadece zehirin frekansını yüklemiş ve aynen zehirin kendisi eklenmiş gibi içine koyulan sinekleri öldürdüğünü tespit etmiş.

Benveniste'nin araştırmalarını şüphe ile karşılayan Queens Belfast Üniversitesi Profesörü Madeleine Ennis, Avrupa ülkelerinde yapılan bir araştırma grubuna katılmış. Fransa, İtalya, Belçika ve Hollanda`dan oluşan ekip Profesör M. Roberfroid tarafından koordine edilmiş. Belçika Katolik Üniversitesinde, Benveniste'nin kullandığı orjinal deneyin daha rafine edilmişini kullanarak, yapılan uygulamayla ilgili her dört laboratuardaki bilim adamları deney solüsyonlarının içinde ne olduğunu bilmeden çalışmışlar. Hattâ tüplerin bazılarında sadece saf su varmış. Tüm deney bağımsız bir bilim adamı tarafından koordine ediliyormuş. Bu kişi tüm solüsyonları kodluyor ve bilgiyi topluyormuş ama deneylerde bilfiil çalışmıyormuş, bu yüzden yalan dolana yer kalmamış. Yapılan tüm deneyler Benveniste'nin sonuçlarını desteklemiş. Benveniste buna karşılık "12 sene önceye, bizim başladığımız noktaya gittiler" demiş. Benveniste ayrıca "Biyo-kimyevi maddelerin yaydığı sinyal kaydedilip internet aracılığı ile dünyaya yayılabilir ve bu sinyal biyolojik hücreleri sanki gerçekte o madde varmış gibi etkileyip değişim yaratır" demiş.

Unutmayalım ki; insan bedeninin

%85`i sudur. Düşüncelerimiz ve konuştuklarımız bedenimizdeki suya kaydedilir ve o kalitede yaşarız. Şeklimizi, sağlığımızı ve hayatımızı biz oluştururuz. Yaşam muhteşem bir enerjisel danstır, frekansların uyumu, birleşmesi, çatışması, iç içe geçmesi, aşağı-yukarı, sağa-sola, zıt yönlere dalgalanmasının dansı.

"İÇİNDE SU OLAN ŞİŞENİN ÜSTÜNE YAZILMIŞ VEYA SÖZEL SÖYLENMİŞ OLAN SÖZCÜKLER, DÜŞÜNCELER, SUYA ÇALINMIŞ OLAN MÜZİK VEYA OYNATILMIŞ FİLM İLE SUYUN YAPISAL ÖZELLİĞİ DEĞİŞİR."

Masaru EMOTO

Yaratıcı Japon bilim adamı Masaru Emoto`nun çalışmasında somut kanıtlarla insanın titreşimsel enerjisinin, düşüncesinin, kelimelerin, fikir ve müziğin, hattâ son yaptığı çalışmalarda suya oynatılan filmlerin dahi suyun moleküler yapısını etkilediğini ispat etmiştir. Su bu gezegendeki yaşamın kaynağıdır. Beden bir sünger gibidir ve hücre denilen, sıvı dolu trilyonlarca odacıktan oluşur. Yaşamımızın kalitesi sıvımızın kalitesi ile direk bağlantı halindedir. Su son derece uyumlu bir maddedir. Fiziksel şekli kolayca bulunduğu ortama adapte olur. Fakat değişen sadece fiziksel şekli değildir, moleküler şekli de değişir.

Çevreden aldığı enerji veya titreşimler suyun moleküler şeklini değiştirir. Bu anlamda su sadece görsel olarak çevresel durumu yansıtmaz, aynı zamanda moleküler anlamda da yansıtır.

Emoto, görsel anlamda bu moleküler değişimi belgelemekte. Su damlacıklarını dondurup, fotoğraf çekme kapasitesi olan bir karanlık alan mikroskobu altında inceliyor. Yapılan çalışmalar çevresel etkilerin suda yarattığı moleküler değişimi açıkça ortaya koymakta. Emoto dünyanın değişik kaynaklarından alınan ve değişik durumlarda olan suyun kristalize şekillerinde birçok büyüleyici farklılıklar keşfetmiş. Akarsulardan ve kaynaklardan alınan su çok güzel geometrik şekilleri olan kristal desenler gösterirken, sanayi ve yerleşimin yoğun olduğu yerlerden alınmış kirli ve toksik su ile su borularında, depolarda bekletilen durgun su damıtılmış olsa bile kesin olarak şekilsel bozukluk ve rastgele oluşmuş kristal şekiller oluşturuyor.

Canlı ve her duygu ve düşüncemize tepki veren bir madde olan suyun, çevresindeki titreşim ve enerjiyi kolayca kopyaladığı açıkça ortadadır. Su, bir şey söylendiğinde, ona ktarıldığında, anında etkilenmekte. Su hücreler arası bilgi alış-verişini sağlar. Bu şekilde var olabiliyoruz.

Sizin gün içinde düşündüğünüz ve söylediğiniz her şey tüm hücrelerinizi etkiler, çünkü bedeninizdeki su bunların enerjisini kopyalayıp hücrelere dağıtır. Dolayısı ile siz bir bakıma düşündüğünüz ve konuştuğunuz şeyler olursunuz, bedeninizi de etkilersiniz. "Ben hep hasta olurum." dediğinizde içinizde dolaşan su o kaliteye bürünüp bunu hücrelere iletir. Düşündüklerinizin ve konuştuklarınızın kalitesinde yaşarsınız.

Hiçlik, Sizi Bilgeliğe Götürür

Erol Yurderi

İnsanı zamanın ötesindeki bilinç düzeyine hazırlayacak olan iki sihirli sözcük vardır. Sevgi ve İyilik. Fakat bunların yanında bir sözcük daha var ki, buna ulaşmak daha zordur. HİÇLİK. Sevgi ve iyiliğin bize getireceği duygu.

Nedir hiçlik? Nasıl bir duygudur? Hiçlik'ten ne anlıyoruz? İsterseniz konuya önce madde boyutunda hiçliği hissetmekle başlayalım. Eğer birgün, yaşadığınız yeri bir uzaylıya tarif etmek durumunda kalsaydınız, ne gibi bir cevap verirdiniz? Bilimsel verilere dayanarak belki şunları söyleyecektiniz. "Samanyolu adı verilen muhteşem bir galaksinin, dış kenarında yer alan küçük bir güneş sisteminin, üçüncü gezegeninde yaşayan varlıklarız." Ama bu cevap onun için hiçbir anlam ifade etmeyecekti. Çünkü samanyolu galaksisi 200 milyar güneşten oluşuyordu. Ve evrende bizimki gibi, milyarlarca başka galaksi de vardı. Bizim içinde bulunduğumuz güneş sistemi gibi, milyarlarca güneş sistemi bir araya gelerek bir galaksi meydana getirir. Milyarlarca galaksi de, biraraya geldiğinde bir evreni oluşturur. Sonsuzlukta birçok evren düşünün ve o evrenler içinde kendinizi!.. Bu duygu sizi mutlaka hiçliğe götürecektir.

Bir spiritüel bilgi bakın bu sonsuzluğu nasıl anlatıyor:

"Enini bilmediğiniz bir genişlik, ucunu düşünemediğiniz bir uzunluktasınız. Ve biliniz ki, mutlak şimdi sizin içinde bulunduğunuz o yer bile sınırlıdır, bir başka uçsuz bucaksızın içinde. Ve biliniz ki, öylesine uzanmıştır uzunluklar, genişlikler. Ve biliniz ki, en bilemeyeceğiniz yerin, en göremeyeceğiniz yerin en üstünde yalnız O, yalnız O'nun emri vardır. Ve şimdi siz küçüklüğünüzü böylece görüp, O'ndan, O'nun emrinden şüphe etmenin ne olduğunu düşünün."

Sonsuzluk!.. Güneş sistemimizi, galaksileri, evrenimizi, sonsuzluk olarak düşünelim!.. Hepimiz, sonsuzluğun birer parçalarıyız. Fakat biz insanlar, sonsuzluk içinde küçük bir nokta bile değiliz. Ama evrende bir yerimiz var. Ve bir ruh varlığı olarak, bu sonsuz yolculukta tekâmül ederek, Yaradan'a doğru gidiyoruz.

Bu gidişte iki büyük kombinasyon vardır. Bunlar, "kuşkusuz sonsuzluk" ve "koşulsuz sevgi"dir. Çünkü biz insan varlıklarının ve bütün ruh varlıklarının -hangi boyutta olurlarsa olsunlar- yürüyecekleri yollar ve yaşayacakları tekâmüller, devamlı bu iki kombinasyondan geçer.

Kuşkusuz sonsuzluk geometrik bir şekildir. Ve hep yukarıya doğru bir gidiş vardır. Hep bir aşama gerektirir. Ve sonsuzluktur. Hiçbir kuşkuya yer vermez. Koşulsuz sevgi de geometrik bir şekildir ve onda da hep yukarıya doğru bir gidiş vardır. Hep bir aşama gerektirir ve sonsuzdur. Unutmayalım ki, sonsuzluk da bir noktadır ve YARADAN'LA bir olabilir ancak. Fakat tekâmüllerimiz için bu iki şeklin oluşturduğu kombinasyon şarttır. Çünkü yükseliş, özü buluş, bu kombinasyonu gerektirir. Kuşkusuz sonsuzluk ve koşulsuz sevgi. Ancak bunu yaşayış, bunu idrak ve farkındalık, insanları istenen şuur ve şuurluluk düzeyine getirecektir. Evrenimiz de çok büyük bir şuurdan oluşmuştur. Ve onu ancak içimizde, özümüzde yaşayabiliriz. Onu ancak şuurumuzda yaşatabiliriz. Fakat önemli olan O'nun ışığını, bilgisini özümüzde ve şuurumuzda bulmamızdır!.. Ve bunu ta içimizde hissetmemizdir. Bu duyguyu, bu şuuru koşulsuz sevmemizdir.

Evrende hiyerarşik bir düzen de vardır. Bizlerin üzerinde değişik düzenler ve planlar yer alır. Bu düzenler ve planlar hep var olmuştur ve olacaktır. Bütün varlıkların tekâmül seviyelerini düzenleyen planlar vardır. Bu düzenlerde ve planlarda yer alan varlıklar da, tekâmüllerinde farklı aşamalar yaparak, belirli kapılardan geçerek, oralara ulaşmışlardır. Bütün bu düzenler ve planlar tekâmül zincirinin halkalarıdır ve birbirlerine sıkıca kenetlenmişlerdir. Bu düzenlerin varlıkları düşüncede, iyi-

likte, bilgide ve sevgide belirli bir olgunluğa erişmişlerdir. Onlar dahi kendilerini sonsuzlukta bir nokta olarak görmektedir. Çünkü Tanrı bilgisinin ve sevgisinin sonsuz olduğunu görmüşler, yükseldikçe kendi küçüklüklerinin farkındalığını yaşamışlardır. Ve bu onlarda bir "hiçlik" duygusu oluşturmuştur.

Manevi anlamda hiçliğin tarifi şudur; "Hiçlik, Tanrının yüceliği ve bilgisi karşısında, O'na hayranlık ve saygı duyarak, kendi küçüklüğünün farkındalığını yaşama halidir." Hiçlikte bilginin getirdiği büyük bir tevazu da vardır. Hiçlik aynı zamanda büyük bir bilgeliktir. Ayrıca hiçlikte kendini, yerini ve haddini bilme hali de vardır.

Evet, yaşam bir sonsuzluktur. Bunu bir bilebilsek!.. Korkularımızdan, kontrollerimizden, kendimizi "ben" dediğimiz duygularımızdan bir kurtarabilsek! Önce kendimizi, sonra herkesi, sonuçta hiçliği sevebilsek!.. Hiçlik kadar küçülebilsek, o noktaya varabilsek!.. O zaman neler olacağını, nerelere varabileceğimizi bir görebilsek!.. Bunu, şimdiki halimizle bir kıyaslayabilsek, bir karşılaştırabilsek!.

Bizler buraya doğru yol alan varlıklarız. Bütün ruhsal çalışmalar bizi özümüze, Tanrı'ya götürmektedir. Ama herşeyden önce bilgeliğe doğru büyük adımlar attırmaktadır. İşte burada bulmamız, ulaşmamız gereken yer "hiçlik" olmalıdır. İşte bu hiçlik, sadece bu hiçlik, bizi bilgeliğe götürür.

Tekrar sonsuzluğa dönelim. Sonsuzluk, uçsuz bucaksız sonsuzluk!.. Bizler bu sonsuzlukta sadece bir noktayız, görünmeyecek kadar küçük bir nokta, tıpkı düşünce gibi, tıpkı bilgi gibi Düşünün!.. Tanrının büyüklüğünü, gücünü, bilgiyi ve sevgiyi düşünün!.. Öğrenilen bütün bilgiler ise, küçücük bir nokta.
Bu noktaları hep birlikte çoğaltalım, bir çığ gibi büyültelim. Çünkü bu bilginin ve sevginin büyümesidir.
Hep birlikte bunun bilincine varalım. Çünkü artık gerçek zamanıdır, uyanış zamanıdır. Bu uyanışı hep beraber yaşayalım!.. Bu ışığı yakalayalım!.. Bunun yolu da doğrunun yoludur. Tanrı'nın, ilâhinin, sevginin yoludur. İnsan olmanın yoludur, birliğin yoludur. Ve buradaki en büyük bilgi ise "hiçlik"tir. Tanrıya, birliğe varmanın yolu hiçlikten geçer. Bunu sakın unutmayalım!..

Nelda Bayraktar

Ne Kadar İyilik, O Kadar Sağlık mı?

Modern dünyanın insanı sonunda iyilik kavramını da kendi bencilliğinin malı yapma yolunda. Üstelik bunun adına da "Özgeci/başkacı bencillik" diyorlar. Bilim adamları günde birkaç tane alındığında her türlü hastalığa iyi gelen iyilik tabletlerinin (!) peşindeler. Üstelik bunun bir dizi bilimsel araştırmalarını yapmışlar bile. Bu konudaki en ilgi çekici araştırmalardan birisi Allan Luks'un "İyiliğin iyileştirici Gücü" adını verdiği kitabında diğer insanlara yardım etmenin bedensel ve ruhsal sağlık üzerine yaptığı etkileri incelediği bir çalışma. Luks'un çalışması 3000 den fazla gönüllüyü ve 20 adet organizasyonu kapsayan bir çalışma olmuş. Bu kişilere ve organizasyonlara bir anket çalışması göndererek iyilik yaptıktan sonra kendilerini nasıl hissettiklerini sormuş. Çalışmanın sonucunda

Modern dünyanın insanı sonunda iyilik kavramını da kendi bencilliğinin inalı yapına yolunda. Üstelik bunun adına da "Özgeci/başkacı bencillik" diyorlar. Bilim adamları günde birkaç tane alındığında her türlü hastalıca iyi gelen iyilik tabletlerinin (!) peşindeler. Üstelik bunun bir dizi bilimsel araştırmalarını yapmışlar bile.

İyiliğin yaydığı ışık hangi devirde olursa olsun hep gözleri kamaştıracak denli güçlü olmuştur.

iyiliğin, kişinin sağlığı üzerine büyük bir etkisinin olduğu, hastalıkların ve bedende oluşan rahatsızlıkların fizyolojik ve psikolojik etkilerini azalttığı tespit edilmiş. Bu kişiler iyilik yaptıktan sonra kendilerini aşırı derecede zinde hissettiklerini söylemişler. Gerçekten de iyilik yapan kişilerin stres seviyeleri düşmekte ve bedenlerinde doğal ağrı kesiciler diye tabir edilen endorfinler yükselmektedir. Böylece de kişi duygusal açıdan büyük bir rahatlığa kavuşmaktadır.

İYİLİK TABLETLERİ!

Bir başka araştırmacı Selye ise Hayatın Stresi adını verdiği kitabında birçok hastalığın temelinde yatan stresi incelemiş ve bunu yenmenin tek yolunun özgeci/başkacı bencillikten geçtiğini söylemiştir. Diğer bir deyişle bu, başkalarına iyilik yapmanın aslında kişinin kendisine iyilik yapması anlamına gelmektedir.

Her iki araştırmacı da, obezite, uykusuzluk, baş ve sırt ağrıları, depresyon, grip, artrit ve kanser de dâhil olmak üzere pek çok rahatsızlığın kötü etkilerinin iyilik yaparak geçebildiğini kanıtladıklarını söylüyorlar. İnsanlar iyilik yaptıklarında elbet ki sorunları ve ağrıları tamamiyle geçmiyor, ancak kendilerinin dışında olan bir şeye odaklandıklarında etkileri azalıyor ve daha az endişe duyuyorlar. Evet, bu araştırmalara kim ne söyleyebilir ki? Hepsi de bilimsel özellik taşıyan ve uzun süreli analizler sonucunda elde edilmiş bulgular. Üstelik bu konuda yapılmış olan araştırmalar yalnızca bunlarla da sınırlı değil. Dünyanın en ünlü üniversitelerinde yapılmış bir dizi araştırma daha var ve hepsi de düzenli olarak başkalarına iyilik yapan insanların ölüm oranlarının diğerlerine göre daha aşağıda olduğunu tespit etmiş bile.

Kendilerine bir yarar sağlamayacağı sürece başkalarına iyilik yapmaktan kaçan ve her hangi bir etkileşimde bulunmaktan bile korkar hale gelmiş olan insanoğlunu, salt kendi sağlığını korumak adına iyiliği birer ilaç gibi almaları mı isteniyor onlardan? İyiliği birer tablet gibi algılamayan birçok insan da yaşamakta aramızda. O halde bu tarz kişilerin iyilik yapmak arzuları ya da güdüleri nereden geliyor? Araştırmacılar bu konuda da bir dizi çalışmalar yapmışlar.

ERNST FEHR'DEN FARKLI BİR ARAŞTIRMA

Zürich Üniversitesinden Ernst Fehr, bir dizi araştırma yaparak insanların sonunda elde edecekleri her hangi bir menfaatleri olmamasına rağmen neden diğer insanlara yardım ettiklerinin nedenlerini bulmaya çalışmış. Bunu bulmak için de yardımcı bilim adamlarıyla beraber öğrencilere ünlü mahkûm oyununu oynatmışlar. Bu oyunun kurallarına göre iş birliği yaptıkları

taktirde daha da güçlü olabilecekleri onlara söylendiği halde, birbirlerini hile yaparak kandırmaları için de güçlü teşvikler uygulamışlar. Hatta hile yapanın daha da fazla para kazanması söz konusu olmuş.

Kaliforniya Üniversitesi profesörlerinden olan John Tooby ise insanlardaki cinsel arzuyu örnek göstermekte ve işbirliği neticesinde yeni nesillerin ortaya çıkabildiğini söylemektedir. Elbet ki cinsler sonuçta üreme olmamasına rağmen yalnızca cinsel dürtüleriyle de bir araya gelmektedir. Bu konuda yapılan daha ileri bir çalışmada bir bilgisayar simülasyonu oluşturularak gruplara önceden seçilen roller oynatılmıştır. Buna göre aralarında serbestçe etkileşim kurmaları sağlanan bireyler, ya hileciler ya da işbirliği yapanlar grubuna dahil olmuşlardı. Ancak, içlerinde işbirliği yapan bireylerin olduğu grupların gelişme kaydettikleri görüldü. Ancak bu daha işin başlangıcıydı. Önceden işbirliği yapanlar ya da hileciler grubunda olanlar aynı zamanda başarılı davranışları da kopya etmeye programlanmışlardı. Grup üyelerinin 4 ila 256 arasında değiştiği simülasyonlarda ekip sencilliğin evrimleşebildiğini tespit etti. O halde bu gruplarda işbirliği nasıl gelişmiş ve yayılmıştı.

Bunun cevabı yalnızca güçlü bir karşıtlıkta yatmamaktadır. Güçlü işbirlikleri aynı zamanda ipi göğüsleye-

Luks, yaptığı araştırmanın sonunda insanlara şöyle bir reçete çıkartmış:

1. İyilik yap yalnız kalma, çünkü yalnızlığın en iyi ilacı başkalarına yardım etmektir. Ellerini tuttuğunuz ve sımsıcak sarıldığınız bir insan size güzel duygularını aktardığında hayatınızdaki tüm olumsuz stres bir anda yok olup gider, işte bu yalnızlığın en güzel ilacıdır.
2. İyilik yap, zinde kal. Sürekli karamsarlık içinde olan bir ruh ölmektedir. Hayatın anlamı ve onu canlı tutan şey başkalarına verdiklerinizdir.
3. Kendinize en uygun olan yardım şeklini tespit edin. Bu gönüllü bir kuruluş olabilir ya da yardımlarınızı kişisel olarak yapmayı seçebilirsiniz.
4. Yardım ettiğiniz kişiyle bire bir temas kurmanız içinizdeki coşkuyu arttıracaktır.
5. Bir gruba dâhil olarak da yardım yapabilirsiniz. Gönüllülerin oluşturduğu bir grup vasıtasıyla daha fazla kişiye ulaşma şansını elde edebilirsiniz. Bu yöntemi uygulayanların elde ettikleri olumlu etkiler neticesinde daha az doktora gittikleri tespit edilmiştir.
6. İyiliği bir alışkanlık haline getirin. Yardımlarınızı senenin belli gaünlerinde değil her güne yayılacak şekilde yapmaya çalışın. Böylesine bir gönüllü çalışmanın bedeninize sağlayacağı faydalar sonsuzdur.
7. Yeteneklerinizi devreye sokun. Diğer insanlara vardım ederken becerilerinizi ve bilginizi kullanmanız size farklı deneyimler yaşatacaktır. Çünkü böylelikle kendinizi daha yararlı hissedeceksiniz. Bu da sonuçta stresinizi azaltacaktır. Bu konuda yapacaklarınız sınırsızdır.
8. Hızınızı kendiniz ayarlayın, işe yavaş başlayın ve size uygun olan hızı tespit edin. Gönüllü çalışmalar kişinin enerjisine göre ayarlanmadığı taktirde gönül yorgunluklarına neden olabilir.
9. Dünyayı kurtarmaya çalışmayın. Bu inanışla yola çıkarsanız büyük bir hayal kırıklığıyla karşılaşırsınız. Bir kişinin bile sorumluluğunu almayın ve kontrol edemeyeceğiniz şartlardan dolayı kendinizi suçlamayın.
10. İşe yalnız başlamayın. Yanınızda aileniz ya da sevdiğiniz bir arkadaşınız da olsun.
11. Fikrinizi değiştirmek için tereddüt etmeyin. Şayet içinde bulunduğunuz bir yardım projesi size hitap etmiyorsa ve sizi tatmin etmiyorsa hemen bir diğerinin arayışına girin. Mutlaka size uygun olan bir yardım faaliyetini bulun. Severek yaptığınız iyiliklerden sonra kendinizi enerji dolu hissedeceksiniz.

meyenleri cezalandırmayı da gerektirmektedir. Araştırma ekibi, simülasyonlarına cezalandırmayı da eklediklerinde karşılarına "cezalandırıcı" adını verdikleri yeni bir birey grubu çıktı.

Cezalandırıcılar yalnızca diğerleriyle işbirliği yapmıyorlar fakat aynı zamanda hile yapanları da cezalandırıyorlar ve başkalarını da buna teşvik ediyorlardı. Böylece dengenin işbirliğine doğru kaymasına hizmet ediyorlardı. Bu kez gruplar arasındaki rekabet elli kişilik gruplarda işbirliğinin ortaya çıkmasına hizmet etmiş oldu. Tüm bu bulgular gerçek özgeciliğin ya da sencilliğin kötü bir adaptasyon olmadığını göstermektedirler. Her halükarda, bize en yabancı gelen bir insana bile vardım elini uzatmamıza neden olan bir güdüye sahip olduğumuz da aşikârdır.

İYİLİĞİN IŞIĞI

Dünyanın şu andaki durumuna baktığımızda her iki türün örneklerine de bolca rastlamamız mümkün. Tsunami felaketinden sonra birçok insanın felaketzedelere yardım elini uzattığını, empati gösterdiğini hatta bazılarının felaket bölgesine bizzat giderek arama kurtarma faaliyetlerine katıldıklarını biliyoruz. Tarih, kendi hayatını hiçe sayarak insanlara yardım elini uzatan ve salt bu yüzden içinde bulundukları şartların dışında kötü koşullarda yaşayarak hizmet etmiş olan birçok fedakâr insanın örnekleriyle doludur.

Diğer yanda gittikçe materyalist hale geldiği söylenen tüketim toplumunun insanlarının birbirlerinden koptuklarına ve her geçen gün "önce ben" dediklerine de tanık oluyoruz. Dünyayı yerinde tutanın her yüz kişiden birinin yaptığı iyilikler olduğu söylenir. Dinler ve öğretilerde de iyilik kavramı sıkça vurgulanır ve karşılıksız yapılmasının zorunlu olmasına rağmen, geri dönücülüğünün Tanrıdan olacağı söylenir. Ancak inançlar da yavaş yavaş kaybolmaya yüz tutunca geri dönücülüğün de bir önemi kalmamakta ve iyiliklerin geri dönücülükleri bilimsel çalışmalarda kanıtlanmış iyilik tabletleri kadar ilgi çekmemektedirler.

Neyse ki, sahip oldukları maddi değerleri bir gün dünyada bırakacaklarını ama yanlarında götüreceklerinin karşılıksız verdikleri olduğunu bilen, hiç sorgulamadan, salt iyiliği sevdikleri ve iyilik olduğu için ve belki de bunu yapmanın insanlık borcu olduğunu, çünkü Tanrının kurmuş olduğu düzenin devamı için iyiliğin gerekli olduğunu bilenler de var. Böylece iyiliklerinin ışığını, kâinatın içinde yüzen ve belli bir ömre sahip olan gezegenimiz üzerinde yaşayan ve kendileri gibi aynı özden yaratılmış olan kardeşlerine saçmaya devam ediyorlar.

Kaynakça:
www.altruistic.org Nature/Vol-422
Psychology 456/556 (Attitudes and Social Behavior/Prof.Bertram Maile)
New Scientist Psychology Today

“Lütfen Yeni Yılda Aboneliğinizi Yenilemeyi Unutmayınız!..”

Değerli Okuyucularımız

Sevgi Dünyası Dergimiz Haziran 2007 tarihinden başlamak üzere yalnızca abonelerimize ulaşmaktadır.
Bizlerle olmaya devam etmek istiyorsanız,
Haberleşme adresi: sevgidunyasidergisi@gmail.com ve
PK: 227 Beyoğlu/İstanbul.
En içten sevgilerimizle
Sevgi Dünyası

✂ .....

Adı, Soyadı: .....
Adres: .....
Posta Kodu: .....
İlçe: .....
İl: .....
Tel: .....
Abone ücreti: Yurt içi (60 TL) .....
Yurt dışı (70 TL) .....
Posta Çeki No: 385999 (Sevgi Yayınları)

Kişisel Gelişim Programları

Şirketlere Özel

Koçluk Hizmeti

Telkinle Zayıflamak

Telkinle Sigara Bırakmak

Evlilik Okulu

Çocuk ve Gençlik Sorunları

Ölçme ve Değerlendirme

Eğitim

TANALTAY

PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK MERKEZİ

Tel: (0216) 414 25 10
E-mail : tanaltay@psikolog.org
www.psikolog.org • www.tanaltay.com