

# Keyifli Okumalar Dileriz

Binlerce kategoride milyonlarca PDF e-kitap, ders kitapları, dergiler ve romanlara platformumuz üzerinden ücretsiz ulaşabilirsiniz.

## RESMİ WEB SİTEMİZ

<https://rantey.org>

### Yedek ve Duyuru Kanallarımız

Sitemize erişim engeli gelmesi veya adres değişikliği durumunda aşağıdaki kanallardan güncel giriş adresine erişebilirsiniz:

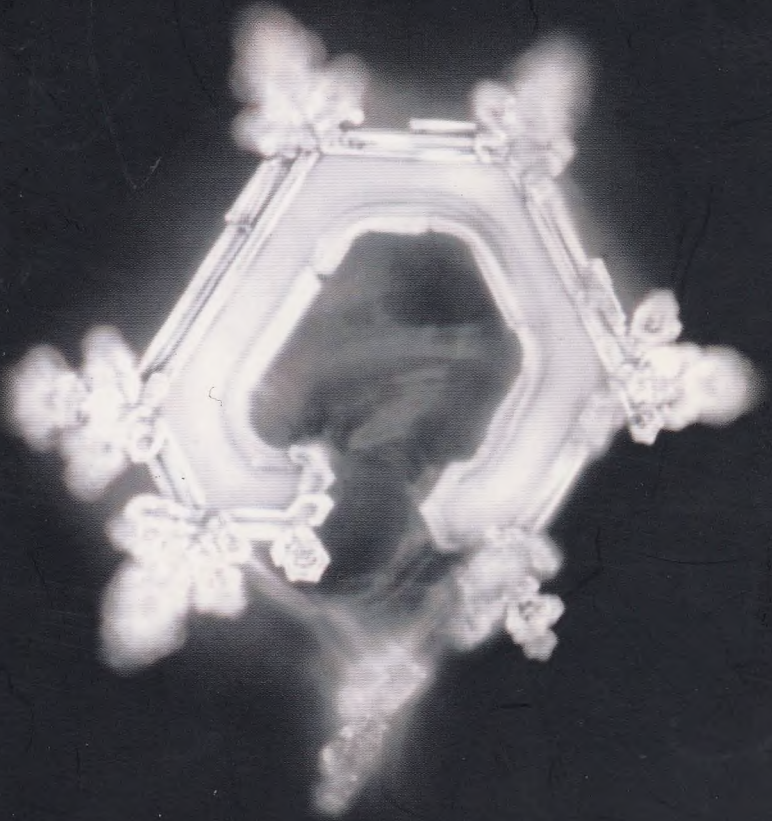
- Telegram: <https://t.me/birkitapbir>
- WhatsApp Kanalımız : <https://whatsapp.com/channel/0029VbDHv8uE50Us4lvMoc0Y>

HADO

# Suyun Bilinmeyen Gücü

Kendimizi Keşfetme ve İyileştirme

Masaru Emoto



Bu kitap, suyla aramızdaki bağı kesinleştiriyor; günlük hayatımızda suyla daha iyi ilişki kurmamızın yollarını ve suyun şifa veren gücünü vurguluyor.

*John Gray, Erkekler Mars'tan, Kadınlar Venüs'ten' in yazarı.*

**kozmik**

Ücretsiz PDF Kitap Arsivi - <https://rantey.org>

HADO

# Suyun Bilinmeyen Gücü

Kendimizi Keşfetme ve İyileştirme

Masaru Emoto

Çeviri: Sezer Soner

 **kozmik**

**SUYUN BİLİNMEYEN GÜCÜ / Masaru Emoto**

**Orijinal Adı: The True Power of Water**

© Beyond Words Publishing

Yayın Yönetmeni: Ali Dündar

Editör: Hatice Çağlar • Çevirmen: Sezer Soner

Bilgisayar Uygulama: Adem Şenel • Kapak Tasarımı: Onur Gökalp

Basın ve Halkla İlişkiler: Gülşen Yalçın • Baskı-Cilt: Melisa Matbaası

1. Baskı / Ekim 2005

ISBN: 975-8973-30-4

© Bu kitabın yayın hakları, Akçalı Telif Hakları Ajansı aracılığıyla  
Kozmik Kitap'lara aittir. Yayıncının izni olmadan yayınlanamaz,  
kopyalanamaz, çoğaltılamaz. Ancak kaynak gösterilerek kısa alıntı yapılabilir.

Melisa Matbaası

Çifte Havuzlar Yolu, Acar Sitesi No.:4 Davutpaşa / İST

Tel: (0212) 501 97 57

**KOZMİK KİTAPLAR**

Büyükdere Cad. Tevfik Erdönmez Sok.

Diker Apt. No: 26/5 Esentepe/İSTANBUL

Tel: 0 212 273 22 34 Fax: 0 212 273 25 19

web: [www.kozmikkitaplar.com.tr](http://www.kozmikkitaplar.com.tr)

[info@kozmikkitaplar.com](mailto:info@kozmikkitaplar.com)

# İÇİNDEKİLER



## GİRİŞ 7

### BİRİNCİ BÖLÜM



Keşif Süreci - 13

### İKİNCİ BÖLÜM



Suyun Zihninizi ve Bedeninizi Değiştireceğini  
Öğrenmeye Başlamak - 29

### ÜÇÜNCÜ BÖLÜM



Su Yaşam Kuvvetini Yeniden Canlandırır - 43

### DÖRDÜNCÜ BÖLÜM



Suyun Gerçek Gücünün Hayatımızda Kullanılması - 87

### BEŞİNCİ BÖLÜM



Yaşadığımız Sürece Gelin Suyla Diyalog Kuralım - 111

## G İ R İ Ş



**U**zun bir süredir su konusunda inceleme yapmış olmama karşın, eğitimim aslen bilim alanında değildi. Asıl branşım Yokohama City Üniversitesi'nde, Beşeri Bilimler Fakültesi/Faculty of Humanities and Sciences, Uluslararası İlişkiler Bölümünde Amerika-Çin İlişkileriydi. Geçmişim yüksek ilimlerdir. Suyun mucizesi ve gizemiyle ancak 1987 yılında, kırk üç yaşında tanıştım. O sırada ticaret alanmda çalışıyordum, arkadaşlarımdan biri bana ayağımdaki ağrıya mucizevi bir şekilde tesir eden bir tür su verdi. Bu deneyim beni büyüledi.

Bu büyülenişim beni suyu daha derinlemesine incelemeye itti ve zaman içinde suyun bilgi aldığına ikna oldum. Bunu derken, televizyon izlerken, radyoda haber dinlerken ya da gazete ve dergilerde makaleler okurken aldığımız bilgiyi kastetmiyorum. Kastettiğim, zihni ve bedeni etkileyen dışsal faktörler. Örneğin, güzel bir manzaraya bakarken kendinizi huzurlu hissedersiniz. Güzel bir müzik dinlerken, kalbinizin arındığını hissedersiniz. *Bilgi* sözcüğünü zihnimizi ve bedenimizi etkileyen bütün bu dışsal faktörleri kastedecek şekilde kullanıyorum.

Yıllarca süren araştırmalarımın, suyun aldığı bilgiye göre niteliğini değıştirdiğı sonucuna vardım. Ne yazık ki, gele-  
neksel bilimin sağduyusunu altüst eden bu oldukça radikal  
fikir pek iyi karşılanmadı. Bu fikri destekleyecek fiziksel ka-  
nıt olarak kullanılabilecek bir şeyler bulmam gerekiyordu.

Bir gün, tesadüfen bir kitap açtım; David Savold ve Julia Le-  
igh'in (editör) *The Day That Lightning Chased the Housewife: And  
Other Mysteries of Science* (Yıldırımın Ev Hanımının Peşine Düştü-  
ğü Gün: Ve Bilimin Diğer Gizemleri) adlı kitabıydı ve başlıklar-  
dan biri gözüme çarptı: "Hiç özdeş kar kristalleri var mıdır?"

Bu kitapta milyonlarca yılı aşkın bir süredir iki kar krista-  
linin asla aynı olmadığına dikkat çekiliyordu. Bunu daha bir  
çocukken öğrenmiştim. Yeni bir şey değildi. Bununla birlikte,  
incelemem bağlamında, salt bir sağduyudan başka bir şey ol-  
mayan bu satır beni çok heyecanlandırdı.

Aklımda bir anda yeni bir fikir belirdi: Ya suyu dondurup  
kristallerine bakarsam? Hemen genç bir araştırmacıya bir de-  
neye başlamasını söyledim. (Bu deneyin ayrıntıları daha son-  
ra açıklanacaktır.) Zorlu geçen iki ayın ardından, genç araş-  
tırmacı 1994 Eylül'ünde, donmuş, güzel bir altıgen buz kris-  
talinin resmini çekmeyi başardı. O ana dek çekilmiş ilk su  
kristali resmiydi.

Doğal olarak, *Hado no Shinri* (Suyun dalgalanması gerçe-  
ği) (PHP Publishing, Kasım 1994) adlı bir kitapta su hakkın-  
daki keşiflerimi ilk yayımladığımda, çalışmamın şaşkınlıkla  
karşılınıp dünyanın dört bir yanından takdir alacağına ve in-  
sanlarda bu kadar güçlü yankılar bulacağına dair hiçbir fik-  
rim yoktu. Ben; başka biri mutlaka benzer bir şeyi düşün-  
müş, belki de uzun bir süre önce bu fikri kullanmıştır sanı-  
yordum.

O zamandan beri, suya takıldım kaldım. 1994 yılında su kristallerini fotoğraflamayı başarmamızın ardından, sonraki beş yıl boyunca su kristali resimleri biriktirdik. Bu süre boyunca, *hado* (her şeyin doğasında varolan enerji ya da titreşim; bu konu ileride daha ayrıntılı bir şekilde açıklanacaktır) ve araştırmalarım konusunda bazı kitaplar yayımladım ve çalışmamı üç akademik toplantıda sundum. Bununla birlikte, benzer incelemelerden haberi olan kimseyle karşılaşmadım.

1998 yılının sonlarında, Tenri Üniversitesi'nde düzenlenen Human Body Science Topluluğu'nun toplantısında çalışmamı sundum. Tanınmış bir gen araştırmacısı ve Tukuba Üniversitesi'nde profesör olan Dr. Kazuo Murakami (şimdilerde *emeritus* profesör) de dinleyiciler arasındaydı. Onun övgüsü o ana dek otorite sahibi bir bilim insanından aldığım ilk övgüydü.

Sonuç olarak, eşim Kazuko tarafından yayımlanan *Messages from Water (Sudan Mesajlar)* başlıklı bir kitapta fotoğraflarımı yayımlamaya karar verdim. Yayım zamanı 1999 Haziranı olarak belirlendi, ben de bütün metne İngilizce bir çeviri eklemeyi ve *Sekaihatsu* (World first/Önce dünya) sözcüğünü kullandığım bir alt başlıkla başlamayı göze aldım. Bu kitapta her resim için hem Japonca hem de İngilizce açıklamalar kullanmak hayatımı değiştirdi, çünkü birçok yabancının dikkatini çekti. Bu kitap şu an yirmi üç dile çevrilmiş durumda.

Zaman hızla geçip gitti, o zamandan bu yana altı yıl oldu. Şimdi su ve *hado* konusunda konuşma yapmak için dünyanın dört bir yanından davetler alıyorum.

Sunduğum materyale duyulan ilgi ve verilen tepki muazzam oldu. Yaklaşık üç yıl önce Siemens'te halkla ilişkiler

yöneticisiyle görüştim. Görüşmenin ardından, şirketin kafeteryasında *hado* suyu (iyi enerji verilmiş su) vermeye başladığını duydum. Augsburg'da *hado* konusunda aşağı yukarı bin kişiye konuşma yapmak için her yıl davet edildim. 2002 yılından beri, sempozyumlarının adı olarak *Hado* sözcüğünü kullanıyorlar. *Hado*, Almanya'da bağımsız bir sözcük haline geldi.

Hollanda'da, Kraliçe Beatrix'in kız kardeşlerinden biri olan Prenses Irene ile tanışma şerefine eriştim. Prenses Irene bir doğabilimciydi ve bireysel tartışmalar için yedi-sekiz bilgin davet etti. Ben su konusunda temsilci entelektüel olarak seçildim. Aralarında Britanyalı ünlü biyolog Rupert Sheldrake ile yapılan bir tartışmanın da bulunduğu bu tartışmalar Felemenkçe'de yayımlandı.

Kuzey Amerika'da, ABD'deki birkaç şehirde, Harvard Üniversitesi'nde de iki kez konferans verdim, ayrıca doğaya ve çevre sorunlarına büyük bir ilginin olduğu Kanada'dan da birçok konuşma daveti aldım. 2003 Mayıs'ında Kanada'daki seminer turum sırasında, SARS'ın (şiddetli akut solunum yolu sendromunun) başlıca ilgi odağı olduğu Victoria, Vancouver, Calgary, Edmonton, Montreal ve Toronto'yu ziyaret ettim.

Daha fazla ülkeyi ziyaret ettikçe, daha fazla insanla ortak yanlarımız olduğunu gördüm. Bununla birlikte, benzer bir iş yapan ya da bunu yapan birini tanıyan biriyle karşılaşmadım. Doğal bilim ve din konusunda olağanüstü bir bilgisi ya da bağı olmayan benim gibi sıradan biri dünyanın dört bir yanında su hakkında konferanslar veren ve hem basın hem de çeviri olarak birbirini ardına kitaplar yazan bir su araştırmacısı olmuştu. Bu, su konusunda ne kadar az araştırmamın ya-

pıldığını ve suyun gerçek gücünün ne kadar uzun bir süredir ihmal edildiğini gösteren bir gerçek.

Bir yetişkinin bedeninin % 70'i sudur. Dolayısıyla, materyal bakımından, su olduğumuzu söyleyebiliriz. Yine de su şimdiye kadar neredeyse hiç araştırılmamıştır. Belki de diğer insanları anlamamamızın ya da kendi zmz anlamamamızın nedeni budur.

Genellikle, suyu, ona pek dikkat etmeden içeriz. Suyun hayatımızı sürdürmek için önemli olduğunu biliriz; ama aşinalığı yüzünden, çok nadiren onu bilinçli bir şekilde takdir ederiz. İşte, bu kitapta inceleyeceğimiz soruların, üzerinde düşünüp taşınacağımız soruların ve fikirlerin bazıları:

- Suyun özelliklerini ne kadar ciddi düşünüyorsunuz?
- İtiğiniz suyun sağlığınızın ve yaşamınızın kalitesini arttırabileceğinin farkında mısınız?
- Bilincinizin suyu değiştirebileceğini biliyor musunuz? Suya minnettarlığınızı gnderdiğinizde, kalitesi artar. Suya adlarla seslendiğinizde ya da ona aldırmadığınızda kötüleşir.

21. yüzyılın Kova Burcu ağı olduğu söyleniyor; astrolojide Kova Burcu, su taşıyıcısının burcudur. Ayrıca, Birleşmiş Milletler 2005 yılını "Suyun On Yılı'nın Başlangıcı (2005-2014)" olarak adlandırdı. Buna sadece eğlence olarak bakmamalıyız.

Gelin, su hakkında çok daha fazlasını ğrenelim. Gelin, suya çok daha fazla dikkat edelim. Gelin, kendimiz hakkında daha fazlasını ğrenelim. Su hakkında daha fazlasını öğrendikçe, kendinizi de daha açıkça görmeye başlayacaksınız. Siz daha açık olduğunuzda, toplumu, ulusu, dünyayı, yerk-

reyi, evreni ve en sonunda tanrısal varlığı göreceksiniz. Bunun nedeni basit: Eski Yunanlı filozof Thales'in de söylediği gibi: "Su, her şeyin ilk ilkesidir."

Bu kitap size su hakkında olumlu bir düşünceye sahip olma ve suyun sağlıklı ve mutlu yaşamak için ne anlama geldiğini düşünme fırsatı sağlarsa, bu yazar olarak benim için en büyük sevinç olacaktır.

Yaşam kültürü bölümü başkanı Kodansha'dan Bay Akihiro Maruki'ye ve bu kitabın Japonya'daki yayımı için editör Bayan Azusa Shinmi'ye teşekkür borçluyum. Ayrıca, İngilizce'ye çevirisi için Noriko Hosoyamada'ya ve İngilizce baskısı için Beyond Words Publishing'e de teşekkürlerimi sunarım. Suyun namına da ben minnettarlığımı ifade ederim. Son olarak da bütün okuyuculara sevgimi ve minnettarlığımı sunarım.

## B İ R İ N C İ B Ö L Ü M

### Keşif Süreci

#### Bu araştırma nasıl başladı?

**G**iriş bölümünde de söz ettiğim gibi, tesadüfen bir kitabı açıp “Hiç özdeş kar kristalleri var mıdır?” başlığını gördüğümde su kristallerinin fotoğrafını çekmeye karar verdim.

Şansıma ticaret şirketim Kumamoto Üniversitesi’nde doktora programı olarak uygulamalı bilimler konusunda incelemeler yapmış bir araştırmacı olan Bay Kazuya Ishibashi’yi işe almıştı. Doğal olarak, nesneleri mikroskopla gözlemlemede ustaydı. Son derece hassas bir mikroskop kiraladım ve ondan buz kristallerinin bir resmini çekmesini istedim. Bay Ishibashi şüpheyle bana baktı; ben de ona üzerine basarak, “Bundan eminim. Kesinlikle su kristali resimleri çekebileceğiz,” dedim.

Bu genç adam o kadar emin değildi. Ciddi bir bakışla şöyle dedi: “Bay Emoto, bilgim ve deneyimim bana su kristallerinin resmini çekmeyi başaramayacağımızı söylüyor.”

“Bu yapılabilir,” dedim. “Kuşkulu görünüyorsun, ama ben bundan eminim. Bana güven ve lütfen sıkı çalış; eminim, su kristallerinin fotoğraflarını çekebileceksin.”

Ondan bunu istedikten sonra, iki ay boyunca defalarca suyu dondurup mikroskopla baktı. Her gün mikroskopla buzu inceleyecekti, ama sadece hayal kırıklığına uğrayacaktı. Bu arada ben de gece geç saatlere kadar onun çalışmasını bitirmesini bekleyecek ve onu bir şeyler içmeye götürecektim. Neyse ki o sıralar sake içmeyi seviyordu. Laboratuvarda sonuçlara ulaşamadığında gözde sakesini içmek onun keyfini yerine getirecekti.

Bu deneyi yapacak becerilere sahip olmayan benim yapabileceğim tek şey ondan rica etmek ve onu rahatlatmaktır. Bay Ishibashi'yi motive etmeye çalıştım, böylece laboratuvarda çalışmaya devam edecekti.

Eşim sık sık çabaları düşünüldüğünde işi benim değil, Bay Ishibashi'nin yapmasının talih olduğunu söyler. Dünyada ilk kez bir kristalin resmini çekmeyi başarabilmemizin nedeninin; işi sebatlı bir adam olan Bay Ishibashi'ye bırakmam olduğu konusunda aynı fikirdeyim. Sıkı bir çalışmayla geçen iki ayın ardından, sonunda bir su kristali resmi çekmeyi başardık.

Bay Ishibashi'nin, elinde resim, bana göstermek için laboratuvardan fırladığı andaki yüzünü hiç unutmayacağım. O zamanki tutumumuzu düşündüğümde, hem onun hem de benim niyetimin sırf o zorlu su kristali resimleri çekmek görevi olduğunu fark ediyorum. Başlangıçta kuşkulu olan Bay Ishibashi sonunda tutkumdan etkilenmiş olmalıydı, çünkü yapmakta olduğumuz işten emindi. Su, bu nedenle o güzel şeklini bize göstermiş olmalıydı. Niyetimiz para kazanmak olsaydı, suyun haris ruhlarımıza tepki verip kristaller oluşturaçağını sanmıyorum.

Deneylerimize devam edip resimler çektikçe, deneylerin en iyi nasıl yapılacağı konusunda daha iyi bilgiler topladık. Daha sonra, sıcaklığı sabit  $-5^{\circ}\text{C}$ 'de ( $23^{\circ}\text{F}$ ) tutacak üç büyük dondurucu kurduk.

Resimleri nasıl çekiyoruz? İzin verirseniz size geçerli yöntemlerimizi takdim edeyim. Önce, basit bir cam şişeye su koyuyor ve onu belli bir süre bir sözcük, resim ya da müzik gibi bir bilgiye maruz bırakıyoruz. Sonra bu su elli Petri kabına (çapı 5 cm) dökülüyor. Bu kaplar daha sonra bir dondurucuda  $-25^{\circ}\text{C}$  ( $-13^{\circ}\text{F}$ ) ya da daha düşük bir ısıda donduruluyor. Üç saat sonra alındıklarında, yüzey gerilimi nedeniyle merkezlerinde toplanmış buz taneleri oluşmuş oluyor. Bu taneler çok küçüktür (1.25 santimetreden daha az). Sonra her buz tanesinin üstüne ışık yöneltiyor ve taneye mikroskopla bakıyoruz.

Her şey yolunda giderse, sıcaklık yükselip buz erimeye başladığında bir kristal oluşmaya başlıyor. İki-üç dakika içinde, açan bir çiçek gibi açılıyor. Elli Petri kabında da aynı koşullarda dondurulmuş aynı sudan var. Bununla birlikte, bütün buz taneleri kristal oluşturmuyor. Bazı kaplardaki buzlar güzel kristaller oluştururken, bazı kaplardaki buzlarda hiç kristal gözüküyor. (Bkz: Şekil 1.1.)

İstatistikleri aldığımızda, çok sayıda açıkça benzer güzel kristalleri olanlar, genellikle birçok çökmüş kristali olanlar ve hiç kristali olmayanlar gibi gruplar halinde sonuçları sınıflandırabiliyoruz. Dolayısıyla, su kristalleri kesinlikle incelediğimiz suyun niteliğinin göstergesidir.

## **Suyumuzun Halleri:**

### **Doğal Su, Musluk Suyu, Mineral Suyu**

Suyu fotoğraflamaya devam ettikçe, bazı şeyler fark ettim. Musluk suyu hiç kristal oluşturmazken, doğal, işlenmemiş su – niteliği bakımından tam olarak fark edilmeyen su – kristal oluştuyordu. Bu su kristallerinin güzelliği şaşırtıcıydı; altıgen tabandan serbestçe ve kolayca “dokunaçlar” dışarı doğru yayılıyordu. Diğer yandan, donmuş musluk suyunu gördüğümde gözlerime inanamadım. Tamamen dürüst olmak gerekirse, onların grotesk biçimlerine nefretle baktım. Kristal oluşumu şöyle dursun, buzda çoğunlukla korkunç şekiller görünüyordu.

Bu beni o kadar insanın, özellikle de dezenfekte etmek için klorun eklendiği gelişmiş ülkelerdekilerin, musluk suyundan nasıl hoşnutsuz olduklarını düşünmeye itti. Böyle işlenmiş suların ne tadı güzeldir ne de sağlık için iyidir; bu yüzden insanlar daha yüksek bir ücret ödemek zorunda kalsalar bile, mineral suyu biçiminde güvenilir sular arıyorlar. Kaliteyi karşılaştırmak için doğal su, musluk suyu ve mineral suyunun kristal oluşumunu araştırmaya karar verdim.

Çoğu insan “doğal su” derken kastettiğim şeyi tanımlamam gerektiğini söyler. Doğal suyu insan etkisi olmayan su olarak tanımlayacak olursak, dünya üzerinde hiç “doğal su” olmayacaktır. Biz insanlar kesinlikle havayı kirletiyoruz. Atmosferimizde, su bulutları oluşturur ve yeniden yağmur olarak dünyaya geri döner. Yağmur yer yüzeyine düştükten sonra, yine bizim kirlettiğimiz toprağa sızar. Bu yüzden, suyun hiçbir insan etkisi taşımadığı söylenemez.

“Doğal su”yu tanımlamak için böyle katı bir tutum be-

nimsemek niyetinde değilim. Benim anladığıma göre, “doğal su” yağmur Toprak Ana tarafından emildikten sonra topraktan çıkan sudur.

Doğal su ve musluk suyuyla yaptığımız testler ilginç bulgular ortaya çıkardı. Tokyo’daki ofisimdeki musluk suyu kristal oluşturmadı. Diğer yandan, doğal suda kristaller görüldü. Genel anlamda, Tokyo’daki musluk suyu iyi değildi. Tokyo’daki çeşitli yerlerden örnek olarak alman musluk sularının resimlerini çektik, ama hiçbirinde kristal yoktu.

Sonra, başka şehirlerden musluk suyu örnekleri alıp fotoğrafladık: Kuzeyde Hokkaido; güneyde Kyushu ve Okinawa. Sapporo, Sendai, Nagoya, Kanazawa, Osaka, Hiroşima, Fukuoka ve Naha gibi şehirlerin musluk suları da kristal demeye değer bir biçim oluşturmadı. İşin ilginç yanı, Kyoto ve Nara bölgelerinin sınırları yakınındaki Kuzey Osaka’daki Katano City’nin musluk suyu güzel kristaller oluşturdur, çünkü % 60 oranında toprak suyu içeriyordu.

Asya’daki suyun iyi olduğunu ummuştum; ama Hong Kong, Macao ve Bangkok’ta suyun hiç iyi olmadığını gördüm.

Peki ya Avrupa’daki su? Avrupa’da Londra, Paris ve Roma gibi büyük şehirleri her ziyaret ettiğimde musluk suyu örnekleri aldım ve resimlerini çektim; ama dondurulmuş su, kristale benzer şekiller oluşturmaktan çok uzaktı. Suyun başkenti olarak düşünölen Venedik’teki musluk suyu diğer şehirlerden biraz daha iyi olmakla birlikte, o da kristallerden çok uzak şekiller oluşturdur.

Musluk suları bakımından bizi hayal kırıklığına uğratmayan şehirler Kanada’da Vancouver; Arjantin’de Buenos Aires ve Brezilya’da Manaus oldu. Diğer yerlerdeki musluk suyu-

nun tersine, güzel kristaller oluşturan suları beni etkiledi. Bütün bu şehirler doğal su kaynaklarına yakın yerleşimlerdi. Bu işi yaptığımızdan bu yana yıllar geçti, bu yüzden bu şehirlerin musluk sularının hâlâ kristal oluşturup oluşturamayacaklarını bilmiyorum, ama oluşturabileceklerini umuyorum. (Bkz: Şekil 1.2.)

Bütün Japonya'da kaynak sularından toplanan örnekler gerçekten heyecan vericiydi. Japonya'nın % 80'i dağlıktır. Japonya Asya'nın nemli ılıman bölgesinde yer aldığı için, burada çok yağmur yağar ve dağlarla ormanlar tarafından emilir. Toprağa emildikten sonra, Japonya'da su birçok yerde kaynak suyu olarak yeryüzüne çıkar. Doğal su bakımından başka hiçbir gelişmiş ulus Japonya kadar zengin değildir.

Bu doğal filtreleme sisteminden geçen su tatlıdır ve sağlıklı için iyidir. Bu yüzden, Japonya günümüzde beklenmedik bir doğal su patlamasının ortasındadır. Biri ilginç bir karşılaştırma yapmıştı: Suyun fiyatı neredeyse petrolünki kadardır; bununla birlikte, petrolün fiyatı sözleşme, nakil ve arıtma için muazzam bir miktar içerir. Türüne bağlı olarak, su petrolden daha pahalı olabilir.

Kesin olan bir şey var: Güzel doğal su içmek isteyen birçok insan yüksek bir ücret ödemeye gönüllüdür. Bununla birlikte, pahalı doğal su bile kirletilmeye başlıyor. Yokohoma Hijyen Enstitüsü tarafından yapılan bir teste göre, bazı mineral sularında kimyasal maddeler tespit edilmiş durumda. Enstitünün bulguları 20 Nisan 2003 tarihli *Mainichi* adlı gazetenin ilk sayfasında yayımlandı. Makale şöyle:

Yokohama Hijyen Enstitüsü'nün Japonya'da satılan bazı mineral sularında *formaldehyde* ve *asetaldehyde* adlı kimyasal maddeler belirlediği açığa çıktı. Şehrin musluk suyuyla yapı-

lan ölçümlerle karşılaştırıldığında, bazı ürünler 80 kat daha fazlasını içeriyordu. Bununla birlikte, bu miktarm insan sağlığı için zararlı olduğu düşünülüyor. Mineral suyunun kalitesi Besin Hijyen Yasasının denetimindeki standartlara göre düzenleniyor; kriterlerin sayısı musluk suyu için olanlardan daha az. Japonya Sağlık, Çalışma ve Yardım Bakanlığı geçen yılın sonbaharında mineral suyu için yeni standartlar saptama görevi başlattı. Bununla birlikte, *aldehideleri* nasıl ele alacakları konusunda kararsızlar.

Araştırma Yokohama'da satılan şişelenmiş mineral sularıyla yapıldı. İncelenen 30 örneğin 14'ü Amerika, Fransa ve Kanada'dan ithal edilen sular; 16'sı ise 10 bölgemizden alınan su örnekleriydi. Enstitünün geliştirdiği analiz yöntemi kullanılarak su *formaldehide* ve *asetaldehide* bakımından incelendi.

Sonuçta, 5'i ithal edilen, 14'ü kendi suyumuz olan 19 örnekte *aldehide* saptandı. Bu 19 örnekten, 17'si hem *formaldehide* hem de *asetaldehide* içeriyordu.

En yüksek *formaldehide* derişimi, litrede 59 gramla kendi sularımızdan birinde bulundu. Amerika'dan gelen sulardan birinde litrede 260 gram *asetaldehide* bulundu. Her iki örnek de Yokohama'nın musluk suyu ölçümlerini geride bıraktı (13 mikrogram *formaldehide* ve 3.1 mikrogram *asetaldehide*).

Japonya'da mineral suyu alkolsüz sofrta içeceği olarak sınıflandırılıyor ve *aldehidelere* yönelik hiçbir şartın bulunmadığı Besin Hijyen Yasasının denetimi altındaki standart şartlara uymak zorunda. Diğer yandan, musluk suyu su arıtma standartları bir kontrol ögesi olarak *formaldehide* içeriyor, gösterge değeri (bu değeri aşmamak için denetlemeyle birlikte) litrede 80 mikrogram olarak belirlenmiş durumda.

Bu katışık maddelerin nedenlerinin ya kaynaktan ya da işlem sürecinden olduğu düşünülüyor, ama enstitünün fikri belli: "Temiz değil." Kapların materyalleriyle hiçbir ilişki olmadığı onaylandı.

Epidemiolojik incelemeler *formaldehydeinin* bir kanserojen olduğunu doğrulamış durumda. Hasta-Bina Sendromu ve kimyasal aşırı duyarlılığın nedensel maddesi olduğu düşünülüyor. *Acetaldehydein* de hayvanlarla yapılan testlerde bir kanserojen olduğu doğrulanıyor.

Korktuğum şey gerçek olmuştu: İnsanın elleri mineral suyunu kirletmişti. Japonya'da pek kimse bunun farkında değil; bununla birlikte, Batı'da bir süredir olası bir durum olduğu tartışılmaktadır.

Hemen sonra mineral suyu kristallerinin resimlerini çekmeye karar verdik. Seçtiğimiz üç markadan Japon olan ikisi güzel kristaller oluşturdu. Bunun bir tesadüf olmadığını ve suyun hâlâ iyi olduğunu umuyorum. (Bkz: Şekil 1.3.)

Gelecekte, mineral su şirketlerinin belli bir bölümü bir hayli köşeye sıkışacak; çünkü, Batı'daki insanlar halihazırda mineral suyundan uzak durmaya başladılar.

Konuşmalarım için Kanada'yı ziyaret ettiğimde, oldukça ilgi çekici bir su aldım. Tanınmış bir şirket tarafından satılan yeniden mineral katılmış bir suydı. *Yeniden mineral katılmış (remineralized)* sözcüğü suyun içinde aslen bulunan minerallerin alındığı, sonra da insanlar için gerekli olan bazı minerallerin suya geri eklendiğini gösteriyor.

Suyun topraktan filtrelenmesi sürecinde suya bolca mineral karışır. Şimdiye kadar bu mineralleri takdir ettik ve onları vücudumuza aldık. İşin ilginç yanı, karşılaştığım popüler ürünler bu minerallerin çıkarılmış olması gerçeğini vurgulayıp bunu kendi menfaatlerine çeviriyorlar.

Bu durumda, bu suya “doğal su” yerine “damıtılmış su” demek daha doğru olacaktı. Bir yıl önce Kanada’ya gittiğimde, bunun farkına varmamıştım. Ama bu kez her yerde gördüm. Air Canada ile uçarken yine bu suyun servis edildiğini hatırlıyorum.

“Doğal su”yun şimdiki durumu bu. Elbette, *klor* ve diğer kimyasallarla işlenen musluk suyunun durumu kolayca tahmin edilebilir.

### İnsanların Bilinci Suyu Değiştirir

Farklı türde sulardan örnek alınıp fotoğraflanması sırasında, bana öyle geldi ki su kristallerinin niteliği sadece doğal su ya da musluk suyu olup olmamasından daha fazla faktöre bağlıydı. Aklıma bir varsayım geldi: “Su aldığı bilgiye bağlı olarak farklı kristal tipleri gösteriyor.” Buz kristali oluşumundaki farklılıkların nedeninin yalnızca içinde *klor* bulunup bulunmaması değil, aynı zamanda o suyu etkileyen bilgi olduğundan emindim.

Bunu test etmek için, iki cam şişeye su koydum. İçlerindeki suyun “okuyabileceği” bir şekilde şişelerden birine “Teşekkür ederim,” diğerine ise “Sen aptalsın” yazan bir etiket yapıştırdım. Her iki şişedeki su da aynıydı. (Bkz. Şekil 1.4.) Sonra iki şişedeki suyu da dondurdum.

Sonuçlar teorimi desteklemenin çok ötesindeydi; “*Teşekkür ederim*” yazılı şişedeki su güzel altıgen kristaller oluştururken, “*Sen aptalsın*” yazılı şişedeki suda ancak kristal parçacıkları vardı.

Su bilgiyi alıyor ve kristalleri bu karakteristikleri yansıtıyorsa, suyun niteliği aldığı bilgi temelinde değişiyor demektir. Başka bir deyişle, suya verdiğimiz bilgi onun niteliğini değiştirir.

Suyu inceleme konusunda daha önce hiç olmadığı kadar motive olmuş, aynı zamanda insanların iyi suyla nasıl mutlu olabileceğini düşünmeye başlamıştım.

## Su Sözleri Anlar

Bu deney, teorimin doğru olduğu konusunda beni ikna ettiği için, suya çeşitli bilgiler vermeye, onu dondurmaya ve kristallerini fotoğraflamaya başladık. Sonuçlar çok ilgi çekiciydi.

Tutarlı bir şekilde, suyun olumlu sözcüklere güzel kristaller oluşturarak tepki verdiğini bulduk. Sanki keyifli halini ifade etmek istercesine, kristaller bir çiçek gibi açılıyordu. Tersine, suya olumsuz sözcükler gösterildiğinde, kristal oluşmadı.

Örneğin, suya “*mutluluk*” sözcüğünü gösterdiğimizde, güzelce kesilmiş elmaslar gibi dengeli biçimleri olan kristaller oluştu. Diğer yandan, suya “*mutsuzluk*” sözcüğünü gösterdiğimizde bozuk ve dengesiz kristaller ortaya çıktı. Su kristaller oluşturmak için kendini zorlamış, ama gücü tükenmiş ve parçalanmış gibi görünüyordu; mutluluk, o sudan uzaklaşıp gitmişti.

Aynı suya, karşıt sözcük çiftleri göstermeye devam ettik: “*aferin*” ve “*çok kötü*”, “*hoşlanmak*” ve “*hoşlanmamak*”, “*güçlü*” ve “*güçsüz*”, “*melek*” ve “*şeytan*”, “*barış*” ve “*savaş*”. Su ancak kendisine olumlu sözcükler gösterildiğinde kristaller oluştu.

İşin ilginç yanı; su yabancı sözcüklere de Japonca sözcüklere verdiği benzer, ama bütünüyle aynı olmayan bir tarzda tepki verdi. Dünyanın her yanında minnettarlık ifade eden *thank you* (İngilizce), *duoxie* (Çince), *merci* (Fransızca),

*danke* (Almanca), *grazie* (İtalyanca) ve *kamusamunida* (Korece) gibi sözcüklere tepki olarak güzel kristaller oluşturdu. (Bkz. Şekil 1.5.)

Su kendisine gösterilen şeyin özünü – bu durumda, minnet duygusunu – doğru olarak anlıyor ve o bilgiyi alıyor gibi görünüyor. Su kendisine gösterilen sözcüğü basit bir desen olarak görmüyordu; tersine, onun anlamını anlıyordu. Su sözcüğün iyi bilgi taşıdığını fark ettiğinde, kristaller oluşturdu. Belki de su o sözcüğü yazan kişinin kalbini hissedebiliyordur.

Suya çok sayıda sözcük gösterip bunun sonucunda oluşan kristallerin fotoğraflarını çekerken, gözlerim bir fotoğrafa takılıp kaldı; görmüş olduğum diğer su kristali resimlerinden daha güzeldi. Güzelliği beni büyülemişti.

Bu kristal sanki tamamen açan bir çiçek gibi güçlü bir şekilde açılmıştı. Sanki su yaşadığı keyfi ifade etmek ister gibi ellerini uzatmıştı. Bu suya gösterilen sözcükler “sevgi ve minnettarlık”tı.

O zamandan beri, suyla farklı türde birçok sözcükle konuştuk, ona güzel resimler gösterdik ve iyileştirici harika müzikler çaldık, ama “sevgi ve minnettarlık” sözcüklerini gösterdiğimizde ortaya çıkan su kristali resmi kadar güzel olan su kristali resimlerini hiç elde edemedik. (Bkz. Şekil 1.6)

Suya göre, “sevgi ve minnettarlık” en iyi bilgi olmalı.

## **Biz Suyuz**

Araştırmamda, suyun aldığı bilgiyi yansıtacak şekilde iyileştiği ya da kötüleştiği açığa çıktı. Bu beni biz insanların da aldığımız bilgidен etkilendiğimize inanmaya götürdü, çünkü bir yetişkinin vücudunun % 70’i sudur.

Gebe kalındığında, dölllenmiş bir yumurta % 96 sudur. Doğumda, bir bebek % 80 sudur. Çocuk büyürken, bu yüzde düşer ve birey yetişkinliğe ulaştığında aşağı yukarı % 70 oranında sabitlenir. Başka bir deyişle, yaşamımızı genellikle su olarak yaşarız. Bir insanın özü, sudur.

Yaşamımızın suyla başladığını ve suyla bittiğini de söyleyebiliriz. Bir annenin rahminde gelişen bir cenin evrim sürecimizi yansıtır – denizdeki kökenlerimizden şimdiki insan biçimimize... Amniyon sıvısında deniz suyuna benzer bileşenler bulunur. Cenin doğum zamanını, göbek kordonu ve plaseenta yoluyla solunumunu sağlayarak, annesinin denizinde bekler.

Su aynı zamanda öldüğümüzde de önemli bir rol oynar. Japonya’da ölen kişiye su verme âdetimiz vardır. Pamuk toprakları ya da Shikimi ağacı yaprakları kullanarak ölen kişinin dudaklarını ıslatırız. Bu uygulama ölen kişiyi hayata geri getirme duasıyla birlikte yapılır. Bu âdet, suyun yaşam kaynağımız olduğu anlayışına dayanan bir âdettir.

Araştırmamızda suyu fotoğraflarken, kristaller dondurulduktan hemen sonra belirmiyor. Mikroskopta, kristal oluşumu sürecini gözlemleyebiliyoruz. Kristaller yavaş yavaş geliyor ve açan bir çiçek gibi bir-iki dakika içinde oluşumunu tamamlıyor. Bir kristalin belirmesi, büyümesi ve yok olması için geçen süre iki dakikadır. Bana göre, bu süreç yaşamın değerliliğini sembolize ediyor. Bir çocuk büyür ve yetişkin olur. Olgunluktan sonra, er geç dağılır ve yok olur. Kesinlikle, su kendinde yaşamı yansıtır.

Suyun niteliği kendisine verilen bilgiye bağlı olarak iyileştiğine ya da kötüleştiğine göre, başlıca sudan oluşan biz insanlar için de bunun doğal sonucu iyi bilgi almak olacaktır.

Bunu aldığımızda, zihnimiz ve bedenimiz daha sağlıklı hale gelebilir. Tersine, olumsuz bilgi aldığımızda, hasta olabiliriz.

Özünde, biz suyuz. İyi su alarak, sağlığını korumayı umabiliriz. Bununla birlikte, iyi, saf su değerli bir satış ürünü oldu. Önceki yüzyılda ateş, yani petrol için birçok savaş yaşandı. Bazı kişiler bu yüzyılın su savaşlarına sahne olacağını öngörüyor. Yirminci yüzyıl, ateş çağı boyunca, büyük miktarlarda enerji üretmek için ateşe devam edip durduk. 1900 yılında, dünyanın nüfusu 1,5 milyardı. 2000 yılında bu sayı 6 milyara ulaştı. Doğal olarak, bu artan nüfusun yaşamasını sağlamak için muazzam bir enerjiye ihtiyacımız oldu. Dolayısıyla, sürekli kömür ve petrol yaktık. Onların zehirli yan ürünleri eninde sonunda dünyanın atmosferini Kuzey Yarımküreye doğru yayılarak kirletti. Kirlenmiş yağmur suyu gökyüzünden yeryüzüne düşüp toprağın derinliklerine sızdı.

Su dolaşımı otuz ile elli yıllık döngülerde meydana gelir. Bu otuz yıl önce toprağa düşen yağmur suyunun günümüzde yeraltı suyu olarak kullanıldığı anlamına geliyor. Dünyanın endüstriyel üretimi II. Dünya Savaşından sonra muazzam ölçüde arttıkça, havanın kalitesi ciddi biçimde kötüleşmeye başladı. Bu savaştan altmış yıl sonra, belli bir süre boyunca kirlenmiş su kullanmaktan başka bir seçeneğimiz yok.

İyi su kısa bir süre içinde dünyada az bulunur hale gelebilir ve değerli su kaynakları için daha acı savaşlar kaçınılmaz olabilir. Bu savaşlar muhtemelen büyük ölçekli bir dünya savaşını başlatabilir. Peki ama iyi su için savaştıktan sonra iyi su elde edebilmemiz ne kadar anlamlı? Su öyle ya da böyle kirli değilse bile, onu elde etmek için yapılan savaştan olumsuz bilgi alacaktır. Deneylerimizde, suyun “savaş” sözcüğü gösterildikten sonra kristal oluşturmadığını bulduk.

## Umut Var

Burada resmettiğim gelecek korkutucu görünüyorsa da umut için bir neden var: Japonya'daki yağmur suyunun niteliğini bir gösterge olarak kabul edersek, iyi davranıp kirliliğe ilişkin sorunlara dikkat ettiğimizde çevrenin kendisini sağaltma yönünde muazzam bir yeteneğe sahip olduğunu söyleyebiliriz.

Devam eden incelemelerime göre, yağmur suyunun niteliği henüz birkaç yıl öncesiyle karşılaştırıldığında kesinlikle iyileşmiş durumda. Yeraltı suyu kötüleşirken yağmur suyu iyileşiyor.

Bir süre önce, Japonya'da çeşitli şehirlerden yağmur suyu topladık ve su kristali resimleri çektik. Bundan birkaç yıl sonra, aynı işlemi tekrarladık ve sonuçları karşılaştırdık. İlkinde, herhangi bir şehirdeki yağmur suyundan güzel bir resim alamamıştık – Hokkaido'nun sakin kırsal kesimindeki Biei, Sendai, Saitama Bölgelerinden Tokorozawa, Tokyo'da Asakusabashi, Osaka ve Fukuoka. Zorlayacak olursak, Osaka'dan alınan yağmur suyunun kristale biraz yakın bir biçim oluşturduğunu söyleyebilirim.

Biei güzel bir kırsal kesimde yer alır, ama yağmur suyunun kalitesi iyi değildi. Bunun nedeni anlaşılabilir, çünkü söz konusu yer güzel olsa bile Hokkaido'nun üstündeki gökyüzünün ozon tabakası bozulmuştu ve bölge büyük ölçüde asit yağmurlarından zarar görmüştü.

Bununla birlikte, birkaç yıl sonra yağmur suyu örnekleri aldığımızda, Tokyo'daki Asakusabashi dışındaki bütün şehirlerdeki yağmur suyu kristaller gösterdi. Tokorozawa'dan alınan yağmur suyu resimlerindeki farklılıkları görmek benim için özellikle şaşırtıcı oldu; önceden sadece grotesk bir

biçim göstermişti, ama yenisinde çok belirgin bir altıgen kristal vardı.

Tokyo'dan alınan yağmur suyu tam bir kristal oluşturmamasına karşın, kristal oluşturma sürecine girmişti. Ne yazık ki, sanki bitkinlik, suyu kristalleşme sürecini tamamlamaktan alıkoyuyor gibi görünüyordu. Ama yine de uğraşıyordu. (Bkz. Şekil 1.7.)

Başka bir deyişle, bütün Japonya'daki yağmur suyunun kalitesi geçen birkaç yıl içinde önemli ölçüde iyileşmişti. Şaşırtıcı değil, çünkü insanlar çevre sorunları hakkında konuşmaya ve koşulları iyileştirmek için görülmemiş çabalar harcamaya başlamışlardı. Sonuç olarak, hava sadece birkaç yıl içinde büyük ölçüde iyileşmişti. Geçmişte, yağmur suyu sanki kirli hava yağıyormuş gibi kirliydi. Son zamanlarda, hava daha temiz oldu; bu yüzden de yağmur suyu yere kirlenmeden düşebilir. Bu kesinlikle hoş karşılanacak, cesaret veren bir işaret.

Suyun döngüsü otuz ile elli yıl sürdüğü için, şimdiki iyileşmiş suyun içebileceğimiz duruma gelmesi bir süre daha alacaktır. Yeraltı suyumuzun iyileşmeye başlamadan önce yirmi otuz yıl boyunca kötüleştiğini görmeye hazır olmalıyız. Bununla birlikte, bu örnek, dünyanın ve torunlarımızın hatırina, çevre sorunlarını ciddi biçimde ele almamız için bize nedenler sunuyor.

“sevgi ve minnettarlık” sözüne maruz bırakılan suyun güzel kristaller yarattığını unutmayalım. Su, hayatımızı iyi yaşamamız ve zihinle bedenimizi sağlıklı tutmamız için harika bir araçla bize sunulur. Su kristallerini merkez alarak suyun gerçek gücünü anlama yolculuğumuza devam edeceğiz.

## İKİNCİ BÖLÜM

# Suyun Zihninizi ve Bedeninizi Değiştireceğini Öğrenmeye Başlamak

### Su ve Hado

**S**u *hado* denen süptil bir enerji biçimine karşı duyarlıdır. Suyun niteliğini ve su kristallerinin oluşma biçimini etkileyen de bu enerji biçimidir. *The Hidden Messages in Water* (Sudaki Gizli Mesajlar) adlı önceki kitabımda, *hado* sözcüğü “dalganın düzensiz değişimi” olarak çevrilmişti. Bu kitapta, *hado* sözcüğünü ‘evrende varolan bütün süptil enerji’ anlamına gelecek şekilde kullanıyorum.

Varolan her şeyin titreşimleri ya da *hado*’su vardır. Bu enerji çoğunlukla olumlu ya da olumsuzdur ve varolan diğer şeylere kolayca aktarılır. “*Sen aptalsın*” düşüncesi suyun emdiği ve donduğunda biçimi bozuk kristaller olarak gösterdiği kendi *hado*’sunu taşır. Diğer yandan, su olumlu düşüncelelere maruz bırakıldığında, olumlu *hado*’yu yansıtan güzel kristaller oluşur. Sizin de görebileceğiniz gibi, *hado* suyun bilgiye verdiği tepkinin sonuçlarıyla aynı bütünün ayrılmaz parçası olarak birbirine geçmiştir.

*Hado* kavramını daha iyi göstermek için, diyapazon örneğini kullanacağım. Belki ilkokuldayken, lastik bir tokmakla bir diyapazona vurmuş ve nasıl çalışıyor diye merak etmişsinizdir. İşte size kısa bir özet. Diyelim ki üç diyapazonumuz var. Birinci ve ikinci diyapazonun frekansı 440 Hz, üçüncü diyapazonun frekansı ise 442 Hz olsun. Başka bir deyişle, birinci ve ikinci diyapazon saniyede 440 kez titreşecek şekilde düzenlenmişken üçüncü diyapazon saniyede 442 kez titreşiyor.

Lastik bir tokmakla birinci diyapazona vurursanız, aynı frekansta olan ikinci diyapazon da hemen bir ses yayacak, ama üçüncüsünde bir şey olmayacaktır. İkinci diyapazon birinciyle rezonans yapar, ama üçüncüsü yapmaz. (Bkz. Şekil 2.1.)

Aynı zamanda, birinci ve ikinci diyapazonların 440 Hz'lik bir frekansı var; bu da yaydıkları sesin Do Majörde "la" ya da "do"nun üstünde "la" perdesi anlamına gelir. Do, re, mi, fa, sol ve si sesleri üretirseniz, birinci ve ikinci diyapazonlar rezonans yapmayacaktır; kesinlikle bunlar yalnızca "la" sesine titreşim vereceklerdir.

Bu açıklama size *hado'*nun enerji olduğu fikrini verecektir. İki şey aynı frekanstaysa, birbiriyle rezonans yapar. Bu durumda, biz insan olarak kendi *hado'*muza özgürce üretebileceğimizi ve benzer *hado'*ya sahip başka şeylerin bizimle rezonans yapabileceğini anlamak daha kolay olur. Tersine, biz başka maddelerden gelen *hado* ile de rezonans yapabiliriz.

Her maddenin kendine özgü titreşimi vardır. Buradaki *madde* terimi, materyalleri oluşturan moleküllerden tutun molekülleri oluşturan atomlara ve atomları oluşturan atom altı parçacıklara kadar her şey demektir. Başka bir deyişle, her atom altı parçacığın kendine özgü bir titreşimi vardır.

Zihnimiz ve bedenimiz, hangi özgün titreşimle rezonans yaptığımıza bağlı olarak bundan etkilenir. İnsan ilişkilerinde, biriyle aynı dalga boyunda olduğumuzu ya da olmadığımızı söyleriz sık sık. Bu da titreşim ve rezonansla ilgilidir.

Bir işyerinde, şuna benzer bir durumla karşılaşmış olabilirsiniz: Çalışanlardan biri şöyle düşünür; “Biliyorum, patronum iyi bir adam, ama onunla aynı dalga boyunda değiliz. Onunla geçinmek benim için çok güç.” Aynı şekilde, patron da şöyle hissediyor olabilir: “O çok sıkı çalışıyor, ama yaptıklarından hoşlanmıyorum.”

Patron ve çalışan açıkça farklı dalga boyundalar. Birlikte çalışmak için kendilerini ne kadar zorlarsa zorlasınlar çabaları boşa gidebilir. Bununla birlikte, çabalarını birbirlerinin *hado*’larına göre ayarlamaya – olayları karşısındakinin bakış açısından düşünmeye – çalışırlarsa, birbirlerini anlayabileceklerdir.

Tanışıp aşık olan bir erkekle bir kadın insan ilişkilerinde kendini gösterten tipik bir *hado* örneğidir. Tanıştıklarında, *hado*’ları çakışır ve bir rezonans oluşur. *Hado*’ları dış faktörlerden (bir sorun gibi) etkilenmediği sürece, ilişkileri uzun süreli olacaktır. Diğer yandan, birinin *hado*’su bozulursa, bir zamanlar kabul edilebilir olan konuşmaları, davranışları, alışkanlıkları gibi öğeler diğeri için birdenbire çekilmez hale gelebilir ve ilişki sona erebilir.

İşte bu yüzden *hado*, atom altı parçacıklar düzeyinde bizi etkiler.

## Hado Tıbbı

Bir süre önce, hücre düzeyinde bedenin çeşitli titreşimlerini ölçebilen bir tür radyonik alet gördüm. Bu alet\* bana çok ilgi çekici geldi ve aleti amaçlanan tasarımı ötesinde, yani *hado*'yu ölçmek için kullanabildim. *Hado* aletiyle yaptığım deneyler suyun bilgi alma yetisinin farkına varmamı sağladı. Aynı zamanda, araştırmacıların geleneksel Batı tıbbının sınırlamalarını hissettikleri için incelemeye başladıkları alternatif bir tıbbi uygulama olan *hado* tıbbi incelememe de yol gösterdi.

Bir alete sahip olmak *hado* tıbbi konusundaki incelememde yardımcı oldu, ama insanların da *hado*'yu en az bu aletin ölçebildiği kadar hissedebildiğine inanmaya başladım. Örneğin, hastalarına yardım edebilen şifacılar ve danışmanların hastalarının anormal titreşim örüntülerini düzeltmek için iyi titreşimler gönderme yeteneğine sahip oldukları düşünülür.

*Hado* tıbbının temel ilkeleri titreşim ve rezonanstır. Bedenin çeşitli bölümlerindeki hücresel titreşimler değişik nedenler yüzünden bozulduğunda, bedenimiz bir rahatsızlık yaşayabilir. Böyle bir durum meydana geldiğinde, rezonans yapması için bozulmuş hücreye yeni bir dışsal titreşim verilebilir; böylece hücrenin kendine özgü titreşimi yeniden sağlanır. *Hado* tıbbı kısaca budur. Peki, bu titreşim nasıl düzeltilebilir?

*Hado* bir dalgadır; tepeler ve vadilerden oluşan bir dalga biçimine sahiptir. Orijinal olana ters bir dalga biçimi – tepele-

---

\* Lütfen bu *hado* aletinin aslen ABD'de geliştirildiğine dikkat edin, ama hâlâ üretilip üretilmediğini bilmiyorum. Japonya'da, hâlâ kullanılmakta olan ithal ettiğim birkaç düzine aletimiz var. Bu aletler benim şahsen eğittiğim ve sertifika verdiğim kişilerce çalıştırılıyor. Bu herhangi bir kişinin kullanabileceği genel bir alet değildir. Bugünlerde öğrenci almıyorum. Bu yüzden, lütfen bu alet hakkındaki araştırmaları kabul edemeyeceğimiz konusunda anlayış gösterin.

re vadiler, vadilere tepeler – kullanıldığında, dalga güçlendirilebilir. (Bkz. şekil 2.2.) Bir dalgayı bu şekilde başka bir dalga ile örtüştürerek onun karakteristikleri geçersiz kılınabilir.

İzin verirsiniz bir tür *hado'*ya ilişkin kolay anlaşılır bir örnek olan bir ses dalgasıyla bunu göstereyim. Bir ses dalgasının da tepeleri ve vadileri vardır. Ters biçimli bir ses dalgası kullanıldığında, orijinal ses dalgası geçersiz kılır ve ses kaybolur.

“Bu doğru olamaz,” diye düşünebilirsiniz. Ama bu özelliği kullanarak tamamen sessiz bir ortam yaratma konusunda araştırmalar yapan bilim insanları var.

10 Nisan 1991’de, *Yomiuri* adlı akşam gazetesinde ilginç bir makale vardı; başlığı şöyleydi: “Bir ses kullanmak bir gürültüyü susturuyor; ters bir dalga kullanarak gürültü geçersiz kılıyor.” *Hado* ilkelerini uygulamaya koyan bir araştırmadan alınan sonuçlar aktarılıyordu. Makale şöyleydi:

Waseda Üniversitesi, Bilim ve Mühendislik Laboratuvarından Dr. Yoshio Yamasaki yaptığı deneyde müzikle dolu bir odada tamamen sessiz bir alan yaratmayı başardı. Bu, gürültüyü geçersiz kılan bir sesin kullanıldığı yeni bir sessizlik yaratma yöntemi. Karaoke barlar ve işyerlerinde uygulanmasının işe yaraması bekleniyor. Bir işyerinde telefonun yanında tamamen sessiz bir alan yaratmak mümkün olabilir.

İster müzik olsun, ister insan sesi, ikisinin de kendisine özgü bir dalgası vardır. Bu yeni sessizlik yaratma yönteminin temel ilkesi sessiz kılınacak sesin tepeleri ve vadilerinin dalga biçimini incelemek ve ters tepe ve vadileri olan dalga biçimine sahip bir ses yaratmaktır.

Deney yedi “tatami mat” (11,718 m<sup>2</sup>) bir odada yapıldı. Deneyi yapanlar bir hoparlörden gelen müziğin dalga biçimi-

mini analiz ettiler ve sessizleştirme etkilerini incelemek için başka iki hoparlörden orijinal sesin tersi olan dalga biçimi yarattılar.

Sonuçta hedeflenen bölgede ses tamamen yok oldu. Hedeflenen bölgeden beş on santimetre uzaktaki bir yerde, birkaç yüz hertzden daha düşük olan erkek sesleri ve müzik seslerinin başlıca bileşenleri de kesilmiş oldu. Sessizleştirici hoparlörlerin sayısı arttırılarak sessiz alanın daha da genişletilebilmesi umuluyor.

Bu sonuçlar Tokyo’da 9 Nisan 1991’de başlayan Uluslararası Aktif Ses ve Titreşim Kontrolü Sempozyumunda sunuldu. Dr. Yamasaki’nin yorumu şöyle: “Bu sesleri susturmak için seslerin kullanıldığı bir yöntemdir. Bir telefon konuşması yaparken, sadece sınırlı bir alanı sessizleştirmek yeterlidir. Bu yöntemin başka birçok duruma uygulanabileceğini düşünüyorum.”

Bana göre, bu yöntem otomobillerin motor gürültüsünü susturmak ve trenlerle fabrikalardan kaynaklanan gürültüyü azaltmak için de kullanılabilir.

‘Tersi bir dalga biçimi örtüştürerek orijinal dalganın karakteristiklerinin geçersiz kılınması’ ilkesi ses dalgalarıyla sınırlı değildir. Her *hado*’ya uygulanabilir. *Hado* tıbbı, hastanın olumsuz *hado*’sunu geçersiz kılabilecek *hado*’yu göndererek hastanın sağlığını yeniden kazandırmak için bu kavramdan yararlanır. Su, sizin de göreceğiniz gibi, bunun ayrılmaz bir parçasıdır.

Konferanslarım ve yazılarımla, *hado* kavramını etkin bir şekilde destekliyorum. Bununla birlikte, son zamanlarda *hado* testleri yapamayacak kadar yazı ve konuşmalarla fazlasıyla meşgul olduğum için, *hado* aleti kullanarak insanların *ha-*

*do'sunu* ölçme ve sağlıklarını yeniden kazanmaları için onlara yardımcı olma konusuyla şahsen ilgilenemedim. (Şu anda bütün Japonya'da hizmet veren ve hepsi eski öğrencim olan yirmi uygulamacım var.)

Bir insanın *hado* tıbbıyla kendisini tedavi etmesine yardımcı olmak için, *hado* ölçüm aleti kullanarak bireyin *hado'su*nu inceleriz. Kendi titreşimlerindeki bozuklukları anladıktan sonra, bu titreşimi düzeltecek bilginin *hado* ölçüm aletiyle aktarıldığı suyu hazırlarız. Bu şekilde yaratılan *hado* suyu kişinin bedenini oluşturan moleküllere, atomlara ve atom altı parçacıklara işler ve bu titreşimin yarattığı bozuklukları durdurur. Kişi, bu *hado* suyunu içerek bozuk titreşimi düzeltebilir. Bu aleti binlerce insanın *hado'sunu* ölçmek için kullandım.

## **“Kaygı Çoğunlukla Hastalığın Nedenidir”**

### **Sözündeki Gerçek**

İncelemelerim sırasında, hasta insanların paylaştığı birçok ortak karakteristik olduğunu fark ettim ve insanların duygularıyla bedenlerinin etkilenen bölümleri arasında yakın bir korelasyon bulunduğunu keşfettim.

1995 yılında, yüz kişi üzerinde *hado* deneyleri yaptım. En yaygın biçimde ortak olan duygular (stres, kaygı, baskı, aşırı hassaslık, zihin karışıklığı ve aşırı korkunun da aralarında bulunduğu 38 özellik) bakımından *hado'larını* ölçtüm, sonra da bedenlerinin her bir duyguyla en çok rezonans yapan bölümünü kontrol ettim. Aşağıdaki Tablo 1'de sonuçlar gösteriliyor.

Örneğin, stres yaşayanların genellikle bağırsaklarıyla sorunları var. Kaygılar ise çoğunlukla servikal sinirlerde sorun-

lar şeklinde ifade bulurken, aşırı hassaslıklar otonom sinir sisteminin parasempatetik bölümünde, aşırı korku böbreklerde, anksiyete de midede sorun olarak kendini gösteriyor.

Şimdiki duygularınızı ve fiziksel koşulları düşünmek isteyebilirsiniz. Bu bulgularla aynı fikirde misiniz? “Kaygı çoğunlukla hastalığın nedenidir” sözü gerçektir. Duygusal durumunuz düzeldiğinde, hastalığınız da çoğunlukla iyileşme yönünde seyreder.

**Tablo 1. Duygularla bedenin bölümleri arasındaki hado ilişkileri**

|                    | Hastalığın duygularıyla rezonans yapan başlıca organlar | Hastalığın hado'su                    | Geçersiz kılacak duygular |
|--------------------|---------------------------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------|
| Stres              | Bağırsaklar                                             | Sindirim güçlüğü                      | Gevşeme                   |
| Kaygı              | Servikal sinirler                                       | Omuzlarda gerginlik                   | Uysallık                  |
| Aşırı hassaslık    | Parasempatetik sinirler                                 | Uykusuzluk                            | Sakinlik                  |
| Zihin karışıklığı  | Otonom sinirler                                         | Sırtın alt bölgesinde ağrı            | Nezaket                   |
| Aşırı korku        | Böbrekler                                               | Böbrek rahatsızlıkları                | Aklın rahat olması        |
| Anksiyete          | Mide                                                    | Dispepsi                              | Ferahlama                 |
| Öfke               | Karaciğer                                               | Hepatit                               | Şefkat, duygudaşlık       |
| Apati (İlgisizlik) | Omurga                                                  | Canlılığın azalması                   | Tutku                     |
| Sabırsızlık        | Pankreas                                                | Diyabet                               | Hoşgörü                   |
| Yalnızlık          | Beyin hipokampusu                                       | Senile dementia/<br>Yaşa bağlı demans | Sevinç                    |
| Üzüntü             | Kan                                                     | Lösemi                                | Neşe                      |
| Kin                | Deri                                                    | Deri yaraları                         | Minnettarlık              |

Tıp alanında, sık sık “plasebo etkisi”nden söz edilir. Yeni bir ilacın etkililiğini test etmek için, ilaç şirketleri klinik incelemeler yapmak amacıyla tıp doktorlarıyla birlikte çalışırlar. Geleneksel bir yöntem iki grup hasta almaktır. Hasta gruplarından birine yeni ilaç verilir. Diğer gruba yeni ilaç verileceği söylenir, ama aslında bir plasebo (ilaç olmayan bir şey, genellikle basit bir vitamin) verilir.

Kendilerine gerçek ilaç verilen gruptaki kişilerin ilacın etkisi nedeniyle kendilerini iyi hissetmeleri anlaşılır bir durumdur, ama plasebo grubundaki birçok kişi de kendisini iyi hisseder. Elbette, plasebo grubundaki iyileşme derecesi çoğunlukla ilaç grubundakinden daha azdır. Bununla birlikte, çağdaş tıp bilimi insanların sadece bir plasebo kapsülü alarak kendilerini nasıl daha iyi hissettiklerini kesin biçimde açıklamamaktadır.

Olumlu düşünme yönünde bir tutumumuz olduğunda, sağlığımızın da genellikle düzeldiğine hiç kuşku yok.

Hissettiğiniz olumsuz duyguların karşıt anlamlısını söylemeyi deneyin. “Stres” yaşıyorsanız, karşıt anlamlısı “gevşeme,” “aşırı hassaslığın” karşıt anlamlısı ise “sakinlik”tir. *Hado’*nuzu düzeltmek için en temel çözüm karşıt anlamlı sözcüğü kullanmaktır. Bu yaklaşımı daha da ilerletecek olursak, bir kağıt parçası üzerine karşıt anlamlı sözcükler yazın ve suya gösterin. Bu bilgi suya verilir; başka bir deyişle, olumlu özelliğin *hado’su* suya aktarılır. Siz bu suyu içtiğinizde, aslında *hado* tıbbi uygulamış olursunuz.

Bu kitabın hazırlık aşamasında, çeşitli duygular için sözcükler yazıp su şişelerine bu etiketleri yapıştırarak bir deney yaptım. Suyu dondurup buz kristallerinin fotoğraflarını çektik. Önce, suya “stres” gibi olumsuz sözcükler gösterip resim-

lerini çektik. Sonra, etiketi kaldırdık ve yerine karşıt anlamlısını koyduk. Bu deneyin sonuçları *Şekil 2.3'*te gösteriliyor. Ben şu hisse kapıldım: Bütünüyle "Görmek, inanmaktır."

### **Hastalığın da Hado'su Vardır**

Deneyimlerime dayanarak hastalık ve *hado* konusunda bazı sonuçlara vardım.

Bir insan bedeninde hücrelerden oluşan bir çok organ bulunur. Hücreler moleküllerden, moleküller atomlardan, atomlar da atom altı parçacıklardan oluşur.

Bu atom altı parçacıkların kendilerine özgü *hado*'ları vardır. Bunların titreşimleri normal olduğunda, herhangi bir sorun olması pek olası değildir. Bununla birlikte, atom altı düzeyde titreşimsel bozukluklara neden olacak bir şey varsa, bu anormallikle sonuçlanacaktır. Zaman geçtikçe, anormal titreşimleri olan atom altı parçacıkların sayısı artabilir, bu da atom düzeyinde kendine özgü titreşimlerin bozulmasıyla sonuçlanacaktır.

Kendine özgü titreşimleri bozulmuş olan atomların sayısı artarsa, bu durum o atomların bulunduğu moleküllerin kendine özgü titreşimlerini de bozar. Bir-iki yıl sonra hücrelerin titreşimleri etkili olmaya başlayabilir. Bu noktada, bazı semptomlar yaşayabiliriz. Bedenimiz bize anormalliği ağrı, yorgunluk ve hafif ateş biçiminde bildirir. Birçoğumuz bu evrede bir doktoru görmeye gidebiliriz.

Aslında bedenimiz 'doğal kendini iyileştirme' yeteneklerine sahiptir. Diyelim ki soğuk aldınız ve kendinizi keyifsiz hissediyorsunuz. Bir gün yatakta kaldıktan sonra iyileşebilirsiniz. Belki de az çok iyimlersenizdir ve kendi doğal iyileştirme yeteneklerinizi kullanma konusunda iyisinizdir.

Bazıları sadece bir doktorla konuşarak iyi olduklarını söylerler. Güvindikleri bir doktorun “Bu sadece bir soğuk algınlığı, o yüzden iyi dinlenmelisin. Kaygılanma; çok geçmeden kendini iyi hissedeceksin,” dediği durumlarda “plasebo etkisi” iş başında olabilir. Bu sözcükleri duymak kaygıları ve korkuları tamamen giderir. Sözcükler içlerinde varolan kendini iyileştirme gücünü uyandırır.

Soğuk aldıklarında kendilerini bir doktora gitmek zorunda hisseden kişiler de vardır. Bu insanlar sadece dinlenerek iyileşmezler, çünkü hafif hasta olsalar bile kaygılı ve korkulu olma eğilimindedirler. Bu durumda, normalde kendini iyileştirme gücüyle tedavi edilebilir bir hastalık iyileşmeyebilir.

Peki ya hücresel düzeyde bozuklukları düzeltmek için hiçbir şey yapmazsanız? Hücresel titreşim bozukluğu organların kendine özgü titreşimini olumsuz biçimde etkilerse bir iki yıl içinde ne olacaktır? Belki korkutucu gelecek ama bu kendini kronik bir hastalık olarak gösterebilir. Atom altı parçacık düzeydeki bozukluk başladıktan beş ile on yıl içinde geçebilir. Bir iç organın her hastalığının bir gelişim tarihi olduğuna inanıyorum.

Titreşim anormallliği çok büyük olduğunda, düzeltilmesi de zor olur. Bu nedenle, kendi titreşim bozukluğumuza ilk evrelerinde ve ciddileşmeden önce dikkat etmek duygu durumumuzu değiştirmek gibi düzeltici eylemlerle hastalığı önlemeyi daha kolaylaştırır. Dendiği gibi: “Kaygı çoğunlukla hastalığın nedenidir.”

İş titreşimsel hastalık bozukluğunun düzeltilmesine geldiğinde, geleneksel Batı tıbbı sahne alır. Yıllarca süren deneylerden sonra, ilaçların klinik etkililiği ve güvenliği doğrulanır ve kullanımları onaylanır. Bu tür ilaçların etkililiğini yadsı-

mak gibi bir niyetim yok. Doktorlar geçmişteki etkililikleri temelinde en iyi ilaçla tedavilerini sunarlar. Bu ilaçlara güvenip aldığımızda, sağlığımız genellikle düzelir.

Bununla birlikte, *hado* ilkeleri perspektifinden bakıldığında, *kaynak*, yani atom altı parçacık düzeyindeki kendine özgü titreşim bozukluğunu düzeltmek önemlidir. Su çeşitli bilgi türleri taşımak için uygun biçime sahiptir. Bilgiyi dağıtacağı herhangi bir yere gidebilir. Bu durumda *hado* suyu, *hado*'yu en küçük atom altı parçacıklara taşıyabilirken, Batı tıbbında kullanılan ilaçlarsa ancak semptomlara neden olan hücresel düzeye ulaşabilir. Batı tıbbının sınırlılığı budur.

Bazı bakımlardan, Batı tıbbında kullanılan ilaçlar moleküler düzeyin ötesine ulaşabilir. Bu ilaçların hastaların semptomlarını azaltması tasarlanmıştır ve bu anlamda çok yararlıdır. İlaç aldığı için hastanın hissettiği rahatlama duygusu onun kendini iyileştirme yeteneğini uyarabilir ve sonuç olarak bu atom altı parçacık düzeyindeki titreşimsel bozukluğun düzeltilmesine katkıda bulunabilir. Bununla birlikte, ilaçların kendileri atom altı parçacıkları doğrudan etkilemez.

Kaç doktorun ilaçların titreşim bakımından çalışma biçimini anladığını merak ediyorum. Örneğin, baş ağrısı için aspirin kullanılmasını düşünelim. Titreşim perspektifinden bakıldığında, ağrının kendine özgü bir dalga biçimi vardır. Ağrıyı gidermek için, o ağrıyı geçersiz kılabilecek bir dalga göndermemiz gerekir. Bazı kimyasallar ve şifalı otlardan oluşan bileşim semptomların dalgasını geçersiz kılabilecek bir dalgayla sahip olduğu için, ağrı yok olur.

Bir baş ağrısı nöbeti yaşadığınızdaki anormal *hado* (birçok tepe ve vadisi olan dalga) aspirinin *hado*'suyla geçersiz kılınabilir. Bu nedenle, baş ağrısı geçer. Vadileri tepelerle, tepele-

ri de vadilerle eşleştirme yoluyla artılar ve eksilerin toplamı sıfır yapar.

Bir insan bedeninde 60 trilyon hücre bulunduğu söylenir. Bu hücreler rollerini uyumlu bir şekilde yerine getirirlerse, hayatımızı sağlıklı yaşayabiliriz. Yalnızca bu hücrelerin değil, aynı zamanda moleküller, atomlar ve atom altı parçacıkların da kendilerine özgü titreşimleri vardır. Bütün titreşimler iyi giderse, onların bileşimi olan bedenimiz de büyük bir orkestra gibi güzelce çalışabilir. Bir titreşimde bir bozukluk meydana gelirse, bu bir akortsuzluk yaratır ve biz güzel bir müzik yapmayı bekleyemeyiz. Atom altı parçacık düzeyinde tedavinin istenir olmasının nedeni budur.

### **Yaralar da Hado'nun İşlevleridir**

Organları etkileyen hastalıkların yanı sıra, yaralarla ilgili sıkıntı veren sorunlarla da karşılaşırız. Hastalıklar içsel sorunlarken, yaralar dışsal sorunlardır. Bu farklılık büyük gibi görünebilir; bununla birlikte, *hado* perspektifinden bakıldığında, ikisi arasında temel bir fark yoktur. Her ikisine de kendine özgü titreşimdeki sapma neden olur.

Yara nedir? *Hado* ilkelerine göre, yara dışsal bir kuvvet tarafından verilen anormal bir titreşim nedeniyle bireyin kendine özgü titreşimindeki bozukluktur. Örneğin bir çarpışma yüzünden deri hücreleri ve kemik hücrelerinde titreşimde hızlı bir değişim meydana gelebilir. Bu hücreler değişimin yükünü taşıyamaz ve yanık ya da kırıkla sonuçlanabilir. Değişime dayanamayan hücreler ölebilir.

Ben ısıyı (sıcaklığı), titreşim frekansının bir göstergesi olarak düşünüyorum. Sabit titreşimi sağlayan beden için, darbe, çarpışma ve düşmenin fiziksel etkisi çok büyük olabilir.

Anormal bir titreşim bedene vurduğu an belli bir nokta bunu çok sıcak bir uyaran olarak algılayabilir.

Bu yüzden, canımız acıdığında genellikle sıcaklık hissediyoruz. Bu etkiyi ısı olarak hissetmemizin nedeni titreşimdeki bozukluktur. Beden ortamımız 36,5 °C'lik bir ısı ve titreşim düzeyinde sabit tutulduğunda daima rahat bir yaşam sürebiliriz.

Titreşim ve yaşam birçok farklı şekilde birbirine bağlıdır. Kalbi durduğunda kişinin öldüğü bildirilir. Başka bir deyişle, titreşim hayatın kendisidir. Yaşam için kullanılan *kanji* karakterinin *kalp atışı* anlamına gelen bir bölüm içermesi tesadüf değildir.

Sonraki bölümde, *hado* ölçümünü daha ayrıntılı açıklayacağım, ayrıca sağlıktaki titreşimsel bozuklukların düzeltilmesinin nasıl dikkate değer iyileşmelere yol açabildiğine dair öyküler paylaşacağım.

## Ü Ç Ü N C Ü B Ö L Ü M



### Su Yaşam Kuvvetini Yeniden Canlandırır

#### Hastalığa İlişkin Bilgilerin Toplanması

**B**ir *hado* ölçüm aletiyle, kendini hasta hisseden birinin *hado*'sunu ölçebilir ve herhangi bir anormal titreşimi düzeltecek *hado*'yu gönderebiliriz. Bireyin kendi titreşimi yeniden kazandırıldığında, sağlığını da yeniden kazanabilir. Bu ilkeyi hayata geçirmek için, birçok insanın *hado* bilgisini kontrol edecek bu aletin bir operatörü oldum.

Bir gün bir tanıdığım beni görmeye geldi. "Bu arkadaşımın kızının bir saçı," dedi. "Lütfen bunu analiz edebilir misin?" Kızın sağlığı hakkında hiçbir şey söylemeden saçı bana uzattı. Belki de bu konuda beni sınamak istiyordu.

O beklerken, ben aleti kullanarak saçı inceledim. Bir saat sonra bulduklarımı anlattım:

- Bütün beynin rezonans değeri son derece düşük.
- Rezonans değerindeki anormallik bütün bedende de gözlemleniyor.

- Bütün bedende bu durumların nedeni olduğu düşünülen kurşun zehirlenmesi gözlemleniyor.

Söylediklerimi dinledikten sonra, arkadaşının kızı hakkındaki bilgileri açıkladı. Kız son on yıldır bir üniversite hastanesinin psikiyatri bölümüne gidiyordu. Defalarca hastaneye yatırılmış ve taburcu edilmişti. Birçok kez ayrıntılı incelemeden geçmişti, ama rahatsızlığının nedeni belirlenememişti.

Neden bilinmediği için, sağlığı da düzeltilemiyordu. Umutsuzluk içinde olan babası kızı için alternatif tıbbı denemeyi düşünmüştü ve tanıdığımdan *hado* tıbbını kendisine tanıttırmasını istemişti.

Babası kızının kötü sağlığından çok kaygılıydı. Adamdan saçı bana getirmesini istemesine karşın, aletin kızı için neler yapabileceğini pek düşünemiyor gibiydi.

Ertesi gün, adamdan bir telefon aldım; heyecanla bana babanın kurşun zehirlenmesi lafını duyunca dilinin tutulduğunu anlattı. Şöyle dedi: “Düşünsene, biz hâlâ evlerimizde su sistemlerimiz için kurşun borular kullanıyoruz.”

Yarı kuşkulu olan babası sonraki gün yanında eşi ve kızıyla ofisime geldi. Yanında evden aldığı musluk suyunu da getirmişti. Kızı zihinsel sorunları olan biri gibi görünmüyordu. Oldukça düzgün, muntazam bakıyordu. Normalde, iyiydi; ama arada sırada halüsinasyonlar yaşıyordu.

*Hado* ölçüm aletiyle, kızı ve anne-babasını inceledim. Saçıyla yaptığım ölçümlerin sonuçlarına benzer şekilde, kızın vücudunda çok güçlü bir kurşun zehirliliği bulundu. Gösterge 12/21 görünüyordu. *Hado* aleti ,paydası 21 olan bir kesir olarak sonuçları verir. Bu oran bir pay olarak ifade edilir. Do-

layısıyla, 12/21, bir buçuğun üzerinde bir oran anlamına gelir. Bu oldukça yüksek bir değerdir. Anne-babasının oranı ise 9/21'di.

Sorun, evlerindeki musluk suyuydu. Analizimde son derece güçlü bir kurşun zehirliliği reaksiyonu olan 19/21 gibi bir oran açığa çıktı.

Bu bulgular temelinde, kaygılı aileye şunu anlattım: "Kızınızın rahatsızlığının nedeni zihinsel sorunlardan kaynaklanıyor gibi görünmüyor. Ben bunun nedeninin beyindeki kurşun birikimi olduğundan kuşkulaniyorum." Beni dinlerken ailenin yüzünde beliren ifadeyi hiç unutmayacağım. Tamamen rahatlamış görünüyorlardı. Bu anlaşılabilir bir şeydi, çünkü sonunda kızın ömür boyu çektiği acının psikiyatrik sorunlardan kaynaklanmadığını öğrenmişlerdi.

Anneyle baba kurşun su borularını hemen değiştirmeye karar verdi. Ayrıca, *hado* aletini kullanarak kurşun zehrini beyinlerinden çıkarmaya yardımcı olup olamayacağımı sordular. Şu yanıtı verdim: "Ben tıbbi tedaviye karışamam. Bununla birlikte, bu rahatsızlığa neden olan kurşun zehirliliğinin *hado*'sunu geçersiz kılmanıza yardımcı olabilirim. Moleküler yapı bakımından, bu basit bir sudur; ama ben suyun gerekli titreşimi taşımasını sağlayabilirim."

Açıklamam anne-babanın ve kızlarının aklına yattı, ben de onlar için kurşun zehirliliğini geçersiz kılacak *hado* suyunu hazırladım. Kız iki ay boyunca gerçekten bu suyu içti. Sonuç olarak, başlangıçtaki 12/21'lik kurşun zehirliliği oranı 2/21'e düştü.

Muhtemelen kurşun zehirliliği oranındaki hızlı düşüşe bir tepki olarak kız dört-beş gece hiç uyuyamadı. Bununla birlikte, üniversite hastanesindeki doktorunun da doğruladığı gibi, sağlığı düzeldi.

Bu olayın bir devamı var. Kıza yardımcı olabilmekten memnun olmakla birlikte, bu olay suyun gücünün ve tehlikesinin farkına varmamı sağladı.

Anne-babayla aramızdaki konsültasyondan sonra, bir kamu kurumundan hâlâ kurşun borular kullanıldığı sırada su sistemlerinden alman musluk suyunun niteliğini ayrıntılı biçimde analiz etmelerini istedik. On gün sonra sonuçları aldık. Belli bir ölçüde sonuçları önceden tahmin etmiştim; rapor korkutucu bir gerçekliği göz önüne seriyordu. Bu evin musluk suyu, kurşun kategorisinde bile, “geçer” diye sınıflandırılmıştı.

Kurşun moleküler düzeyde belirlenmemiş olmasına karşın, ben atom altı düzeyde varolduğuna inanıyorum. Bu vakayı resmi kurumlardaki yürürlükteki su analizinin bir sınırlılığı olarak yorumladım.

Su, kurşun zehirliliğini doğrudan emmemiş olabilir; bununla birlikte, bizim için zararlı olan *hado'* sunu almış olmalı. Su kurşun zehrinin bilgisini almıştı. Kız bu zehirli bilgiye sahip suyu içmeye devam ettikçe bedensel titreşimi bozulmuştu. Bunun sonucu olarak, kaynağı bilinmeyen zihinsel sorunlar yaşamak durumunda kalmıştı.

Daha önce de ifade ettiğim gibi; su, bilgiyi taşır. Bu bilgi olumlu ya da olumsuz olabilir. Biz de su olduğumuz için, bedenimiz içtiğimiz suyun taşıdığı bilgiye mutlaka tepki verir. Sudan olumlu bilgi aldığımızda, daha sağlıklı oluruz. Olumsuz bilgi aldığımızda, hastalanırız.

## İnsanların Adları ve Resimleri

### Hastalıklarının Bilgisini Taşır

Suya gösterdiğimiz sözcüklerin bilgisine bağlı olarak, su buz kristalleri oluşturabilir ya da oluşturmayabilir. Bunu su kristallerinin fotoğraflarını çekerek kanıtladım. Suyun kendisine verilen bilgiye göre değiştiği varsayımımı ispatlamak için, su kristallerinin fotoğraflarını çekmeye devam ettim.

Sağduyumuz bize suyun bilgiyi görmesi ve buna göre kendisini değiştirmesinin kuşkulu bir şey olduğunu söyler. Diğer yandan, *hado* aletinin kullanıldığı birçok deneye katıldığım için, çoğunlukla bu varsayım olmadan açıklanamayacak durumlarla karşılaştım. İzninizle bir örnek vereyim.

*Hado* tıbbıyla insanların sağlıklarını yeniden kazanmalarına yardımcı olmaya başladıktan kısa bir süre sonra, bir adam beni görmeye geldi. Arkadaşının 22 yaşındaki kızına lenf tümörü tanısı konmuştu. Babası birkaç yıl önce aynı hastalıktan ölmüştü. Ayrıca, babasının babası da aynı hastalıktan ölmüştü. Her ikisi de tıp doktoruydu. Adam beni görmeye gelmişti, çünkü o kıza bir şekilde yardım etmeyi çok istiyordu.

Genç kız bir tıp öğrencisiydi. Kendi üniversite hastanesinde bir cerrahi müdahaleden geçmişti ve hâlâ kemoterapi için hastanedeydi. Bu beni zor bir noktaya getiriyordu. *Hado* ölçüm aletini, titreşimlerinde bozukluk olan insanlardan bilgi toplamak için kullanıyor ve bu bozuklukları geçersiz kılıp vücut titreşimlerini düzeltmek için *hado* suyu yapıyordum. Ama hastanede yatan birinden bilgi almam nasıl mümkün olacaktı? Bu aleti hastane odasına götürmem mümkün olmayacaktı. Bu üniversite hastanesindeki işlerinin ehli tıp dok-

torlarının alternatif *hado* tıbbını uygulanabilir bir şey olarak kabul edeceklerine inanmak benim için neredeyse imkansızdı. Aleti hastaneyi götürebilsem bile, beni bulurlarsa kapı dışarı edilecektim. Adama ikilemimden söz ettim.

Adam bu kez hastanın annesiyle birlikte ofisime geldi. İki de kızım *hado'sunu* ölçmem için bana yalvardı. Onların sebatı beni çok etkiledi, ben de öyle ya da böyle kızın *hado'sunu* ölçmek ve onun için *hado* suyu hazırlamak zorunda olduğum hissine kapıldım. Birden, aklıma bir fikir geldi.

“Lütfen kızınızın bir fotoğrafını çekip bana getirebilir misiniz?” diye sordum. Anne, söylendiği gibi, kızının resmini çekip bana getirdi. Resmini *hado* makinesine koyarak kızın *hado'sunu* ölçmeyi başardım.

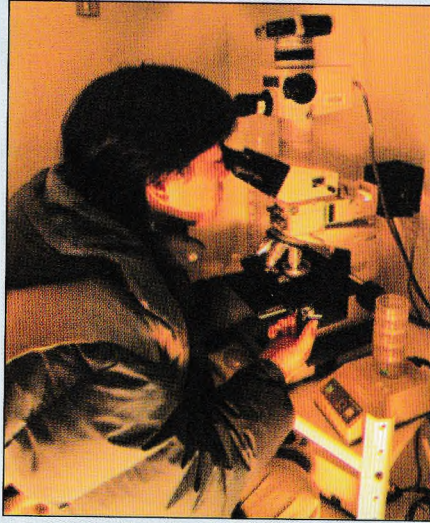
Kızın resminde çok güçlü bir anksiyete ortaya çıktı. Önceki bölümde de ifade ettiğim gibi; anksiyete, çoğunlukla kendini mide sorunları olarak gösterir. Annesi kızının son zamanlarda ciddi bir mide bulantısı yaşadığını ve yemek yiyemediğini söyledi. Bu yanıt beni cesaretlendirdi. Kız ofisime gelemese bile hastalığı hakkında bilgi toplayabileceğime emin oldum.

Hemen, kızın *hado'sunu* düzeltmek için *hado* suyu hazırladım. Annesi beni her görmeye geldiğinde yeni bir resim getirmeye devam etti, ben de onun için *hado* suyu hazırlamaya devam ettim.

Bu genç hanımefendinin durumunda, kemoterapinin yan etkileri nedeniyle bütün vücudunda birçok rahatsızlık vardı. Olumsuz *hado'sunu* geçersiz kılacak *hado* suyunu içti ve kemoterapisi sorunsuz devam etti. Birkaç kemoterapi turundan sonra, hastaneden taburcu edildi. Okuluna geri döndü. Şimdi bir tıp doktoru olarak çalıştığını duydum.

### Şekil 1.1

Su kristalleri  $-15^{\circ}\text{C}$ 'de fotoğraflanabiliyor ve 20-30 saniye sonra kayboluyorlar.

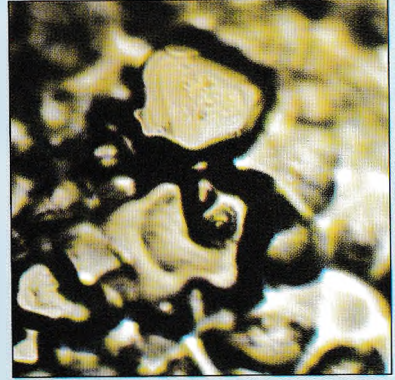


$-5^{\circ}\text{C}$ 'de çekim yaparken kışlık kıyafetlere ihtiyaç duyuluyor. (üst)  
Su örnekleri 50 petri kaba konulup dondurucuda donduruluyordu.  
(alt-sol) Buzun en yüzeydeki ayrıtı fotoğraflanıyor. ( alt- sağ)

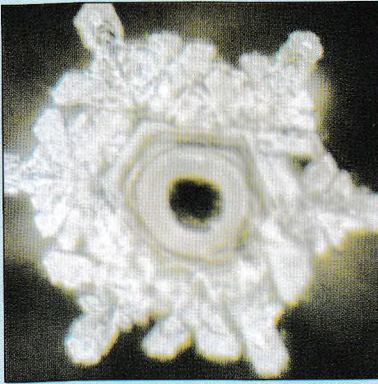
## Şekil 1.2 Musluk Suyu



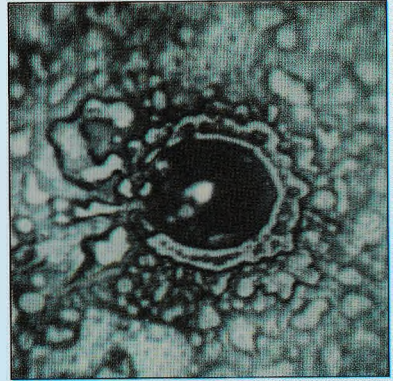
Sendai musluk suyu, Miyagi



Shinagawa musluk suyu, Tokyo

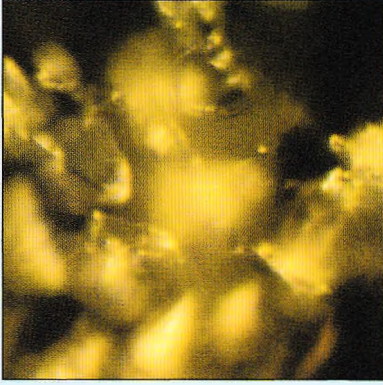


Katano musluk suyu, Osaka

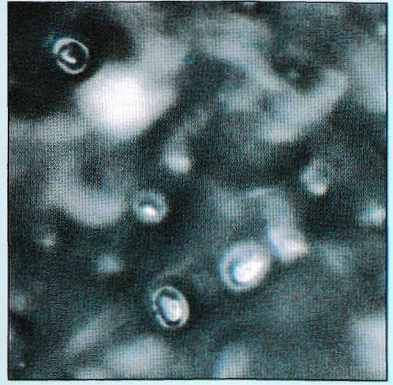


Kazanawa musluk suyu, Ishikawa

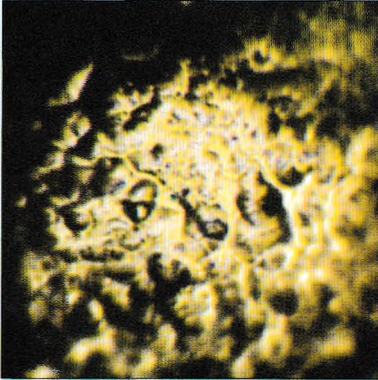
Katano şehrinin musluk suyu dışındaki sonuçlar pek de memnuniyet verici değildi. Ancak bazı su örnekleri kristal formuna girebilmek için kendilerini zorluyorlar.



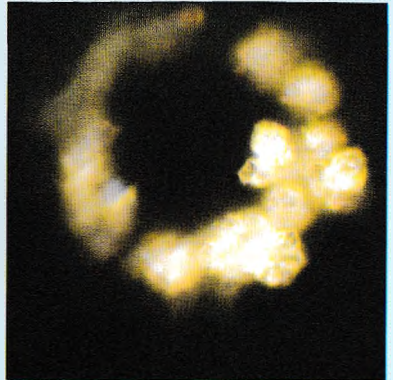
Musluk suyu, Venedik



Musluk suyu, Londra

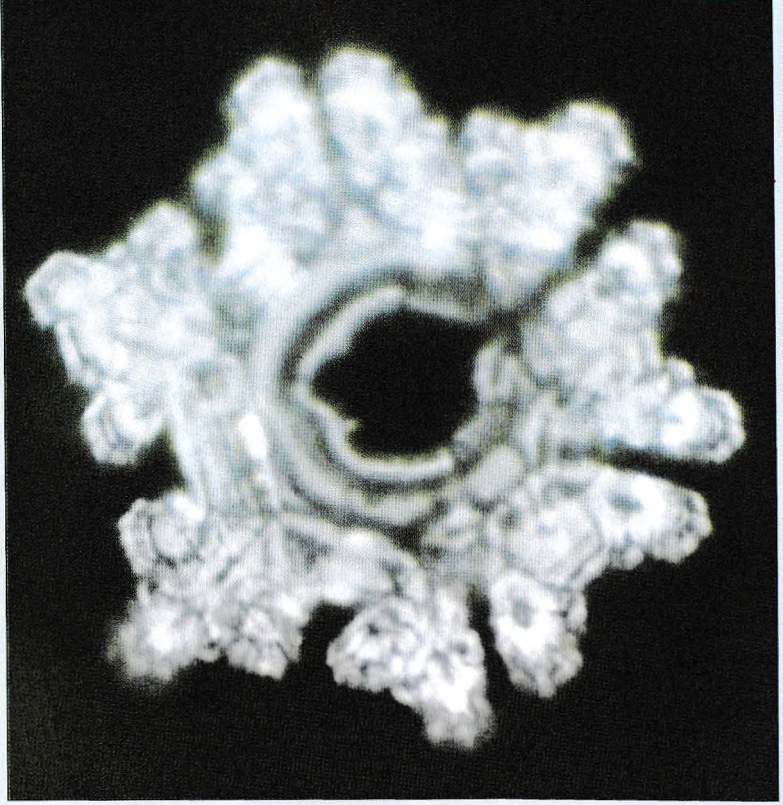


Musluk suyu, Bangkok



Musluk suyu, Hong Kong

Suyun başkenti Venedik'te bile musluk suyu kristal formunda değil. Hong Kong'un musluk suyu kristal forma yaklaşıp da görünümü oldukça bulanık. Japonya'ninkilerle kıyaslandığında bu iki şehrin musluk suyu çok daha iyi durumda.

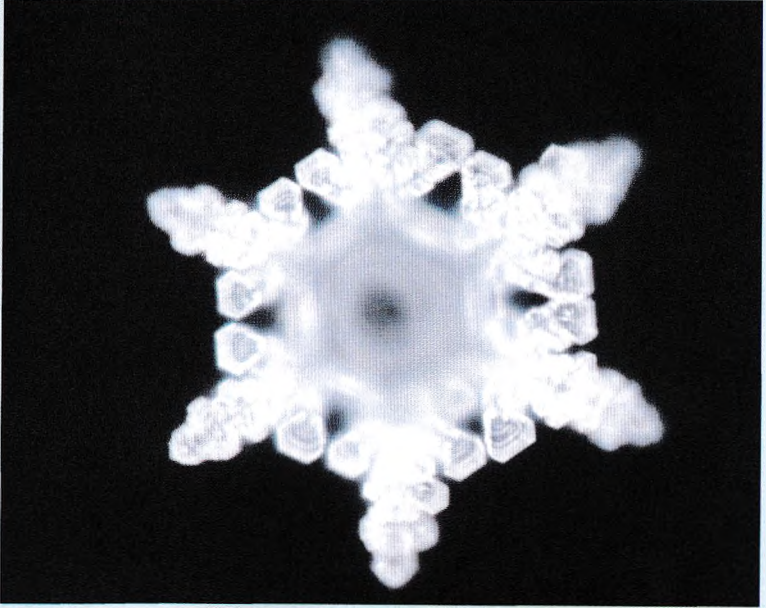


Musluk suyu, Vancouver

Vancouver Kuzey Amerika'nın batısında yer alıyor. Bu şehir ılımlı iklimi ve bereketli su kaynaklarıyla tanınıyor. Musluk suyu güzel bir kristal form oluşturdu.

### Şekil 1.3

Marketlerde satılan bazı maden sularının su kristalleri



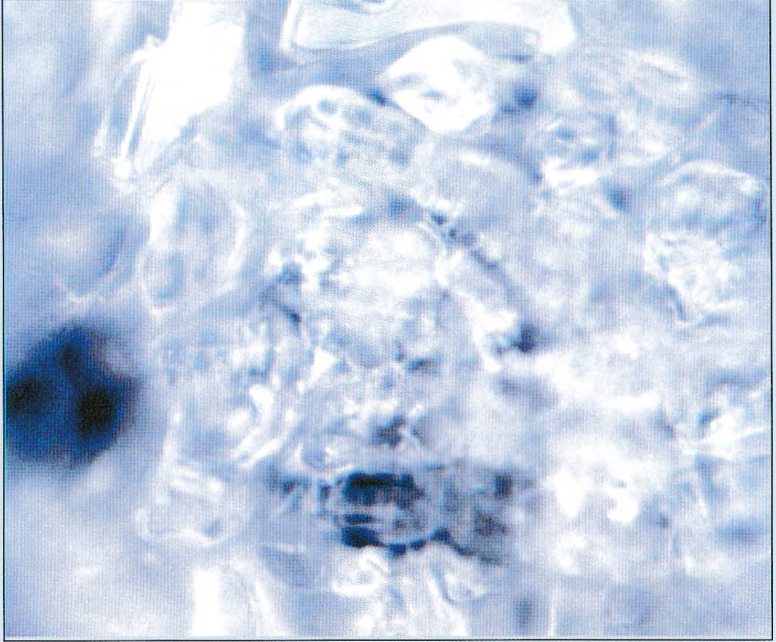
Maden suyu 1

Yerel maden suyu oldukça güzel bir kristal sonuç verdi. Belki de kaynağının güzelliğini gözler önüne seriyor.



Maden suyu 2

Diğer bir marka maden suyu da iyi sonuç verdi.



Yabancı bir marka maden suyu.

Bu maden suyu marketlerde sık rastlanan bir marka, ama kristalleşmede başarısız oldu. Biz de merak ediyoruz...

## Şekil 1.4

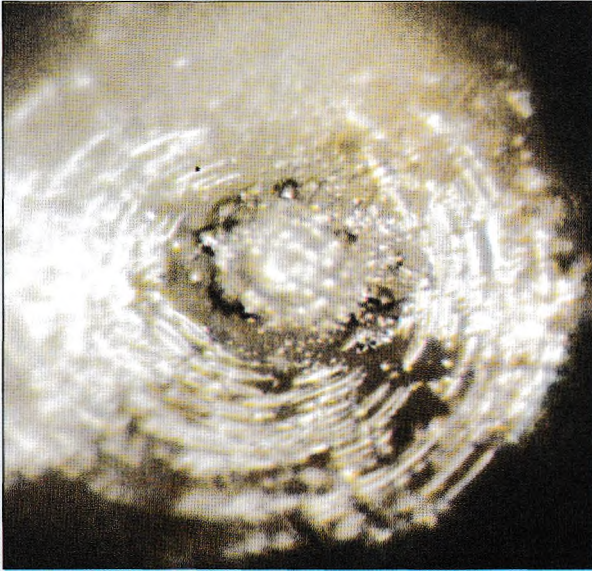
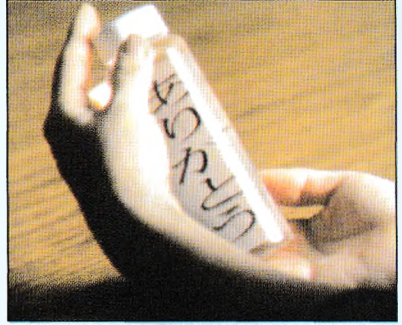
Pozitif konuşmalar su kristallerini güzelleştiriyor.



Teşekkürler

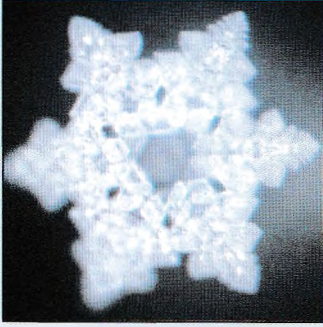
Kelime işlemcisini kullanarak “Arigato” (Teşekkürler) yazıp şişenin üzerine yapıştırdık. Kristal altıgen şeklini aldı.

Bir şişe suyun üzerine “Aptal” kelimesini yapıştırdık. Tüm gece öyle bıraktıktan sonra suyu dondurup kristalleri fotoğrafladık.



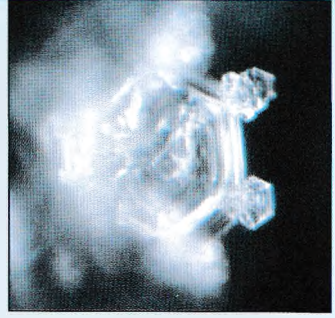
Aptal

Böyle bir şey söylediğimizde kendimizi kötü hissederiz. “Teşekkürler” deneyinde kullandığımız suyla aynı bazda su kullanmamıza rağmen, “Aptal” kelimesine reaksiyonu oldukça farklı oldu.



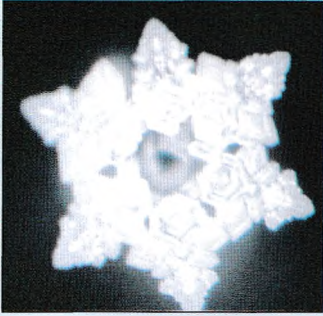
**Mutluluk**

Suya, "Mutluluk" kelimesini gösterdik. Bu kristal bize titizlikle kesilmiş bir pırlantayı hatırlattı.



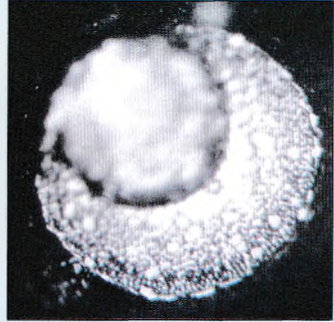
**Mutsuzluk**

"Mutsuzluk" kelimesi tamamlanmamış bir kristal oluşturdu. Su kristalleşmek için çok uğraşılıyor gibi görünüyordu ama sonuç başarısız.



**Aferin**

Su kompliman yapıldığına memnun görünüyor. Şekli özgürce esniyor.

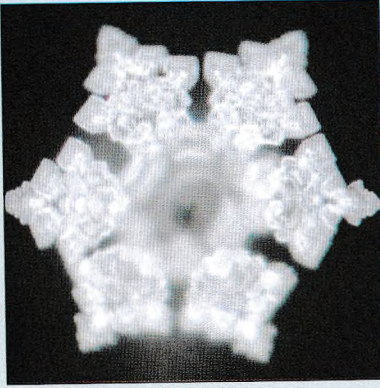


**Olmadı**

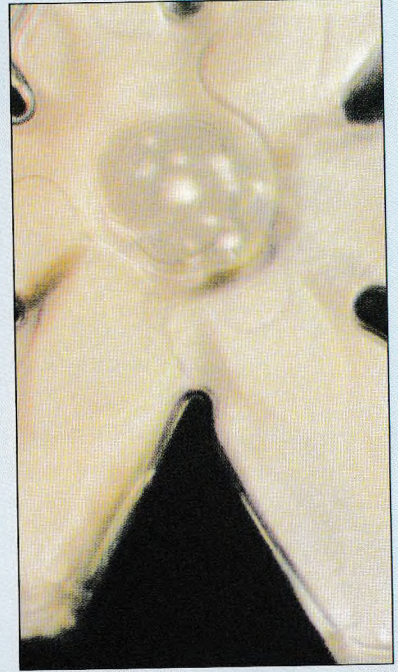
Bu kristal hayal kırıklığıyla kalbinde bir delik oluşmuş gibi görünüyor. Bu deyimini bilinçsizce kullanmış olsak da; kristalin şekli, bize onu hatırlatıyor.

### Şekil 1.5

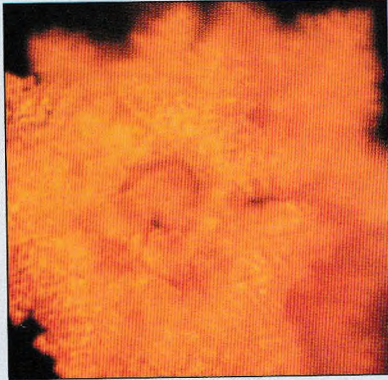
“Şükran” kelimesi hiçbir şekilde dil engeline takılmıyor.



Merci



Kamusamunida  
(Korece; “Teşekkürler”)

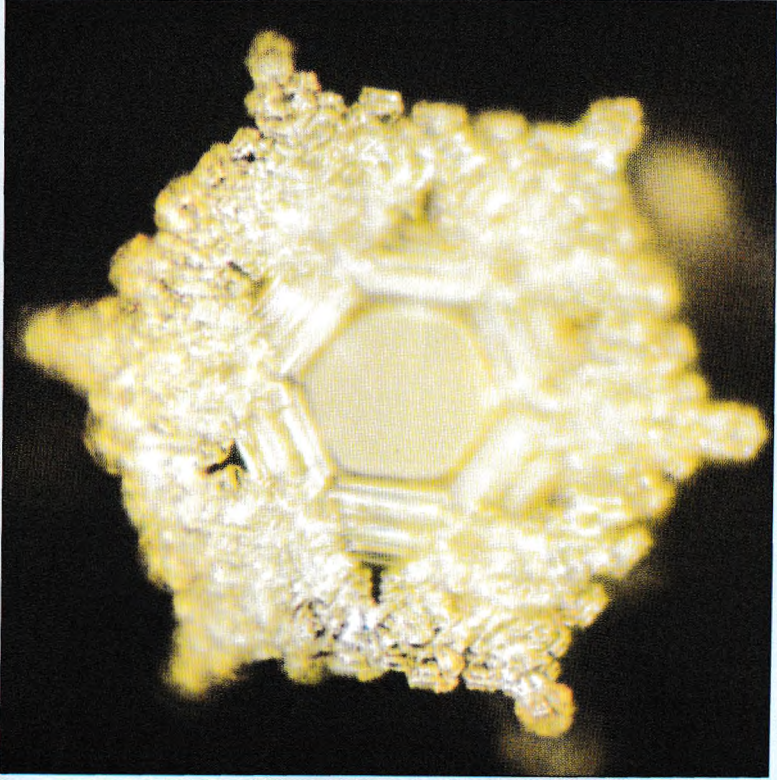


Thank you

Şekillerin farklılığı kelimelerin orijininin farklılığından geliyor. Korece harflere tepki veren su kristalinin şekli oldukça enteresan.

## Şekil 1.6

Hadi, hayatı hep kalbimizdeki güzellikle yaşayalım.

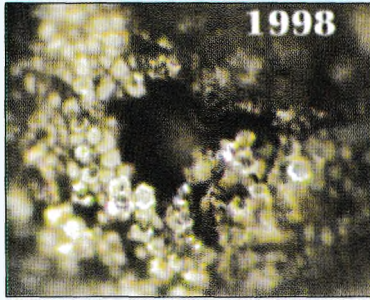


Sevgi ve şükran

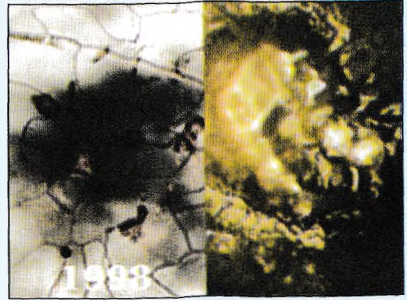
Bir çok kristal fotoğrafı çektik; ama, bunu gördüğümde beni nasıl etkilediğini hiç unutmayacağım. Umarım tüm hayatımızı sevgi ve şükran içinde geçiririz.

## Şekil 1.7

Yağmur suyu çabalarımızla nasıl güzelleşti.

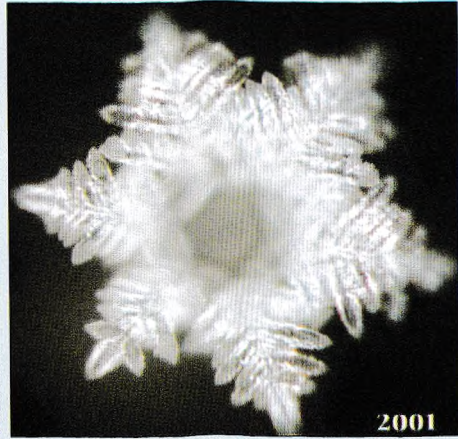
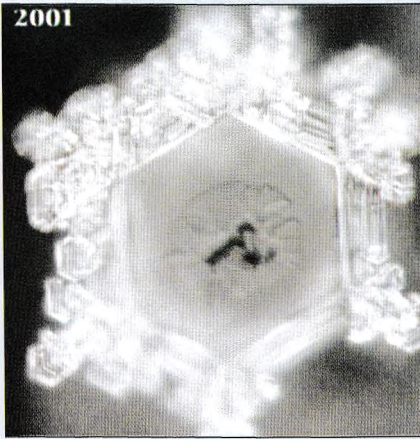


**Biei yağmursuyu, Hokkaido**  
Çok iyi bir alan olmasına rağmen, yağmur suyunun çok çirkin bir şekli vardı. 3 yıl sonra yağmur suyu kristalleşmeye başladı.



**Tokorazawa'daki yağmur suyu, Saitama**

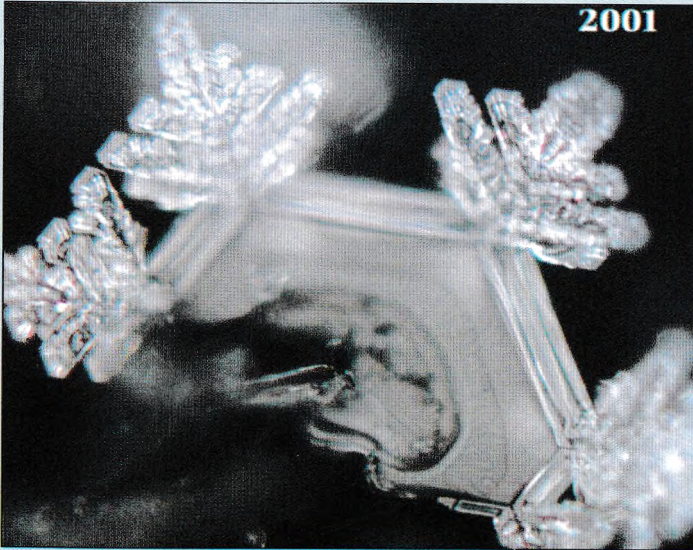
Hiçbir şehirde Tokorazawa'daki kadar büyük bir değişiklik yaşanmadı. Su, Tokorazawa sakinlerinin dualarını cevap vermişti.





Taito'nun Yağmur Suyu

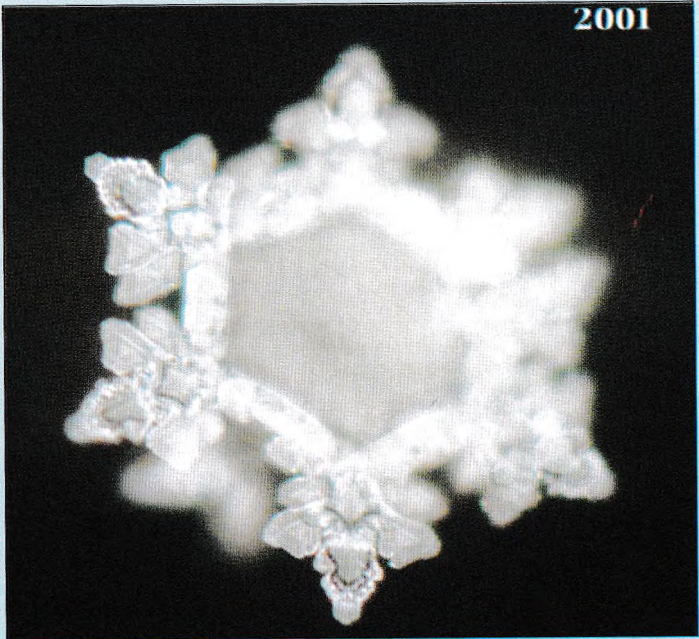
Ofisimin bulunduğu Tokyo, Taito Ward'daki yağmur suyu, kristal hale gelmekte çok zorlanıyordu. Geleceğe dair her zaman umutluydum, işte sonuç...



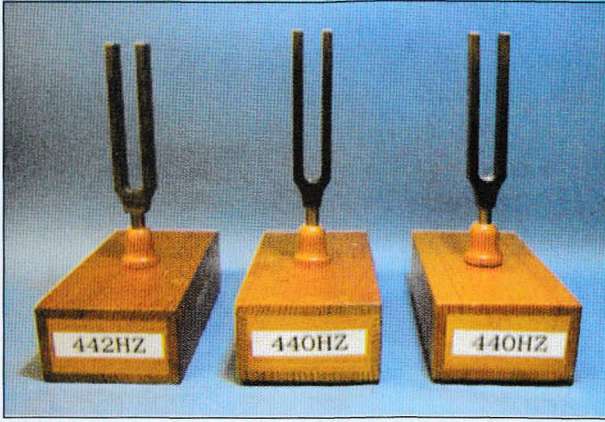
Osaka şehrindeki Su İşleri Büro-  
su su arıtma projesi için 73 mil-  
yon \$ harcadı. Ozonu kullanarak  
karbon aktive edilen proje, Mart  
2003'de tamamlandı. Yağmur su-  
yu, şehrin sakinlerinin yüksek  
bilincini yansıtıyor belki de.



Osaka'nın Yağmur Suyu

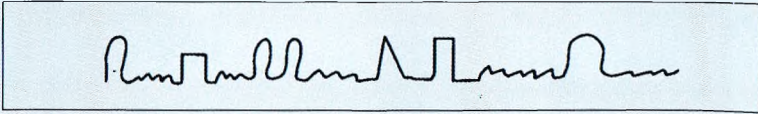


**Şekil 2.1**  
Ayar çatalları

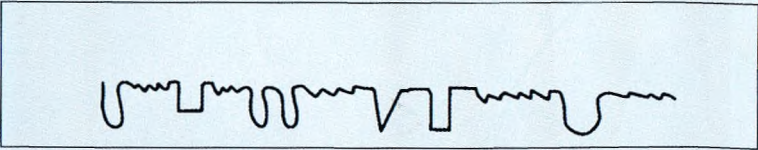


Sağdaki, 440 Hz ayar çatalına vurulduğunda; ortadaki, aynı frekansta titreşiyor ama soldaki 442 Hz çatal hiç titreşmiyor.

**Şekil 2.2**  
Hado ve düzeltme dalgası şablonu



Hado dalgasının şablonuna bir örnek



Üstteki düzeltme dalgası şablonu.

Buna benzer deneyimlerim sonucunda, suyun resimler ve mektuplardan bilgiyi okuyor ve buna göre niteliğini de-  
ğiştiriyor olması gerektiğine ikna oldum.

Varsayımıma açıkça geçerli kılan, buz kristali fotoğraflarının mucizesidir. Aslında, adların suyun alabileceği bir bilgi taşıdığı şeklinde bir varsayımım da var. Bu varsayımımı kanıtlamak için, Rahibe Teresa ve Adolph Hitler gibi çeşitli adların yazılıp su şişelerine yapıştırıldığı, sonra da su kristali resimlerinin çekildiği bir deney yapmıştım. Sonuçlar beklediğim gibiydi. Çektiğimiz resimler o adı taşıyan kişiyle ilişkili duyguları yansıtıyordu. Başka bir deyişle, adların da *hado*'su vardı. Hatta geçmişteki fotoğraf albümlerimdeki resimleri de kattım. Bununla birlikte, son zamanlarda böyle fotoğraflar çekmekten sakındım, çünkü başka biri bir suçlu olarak aynı adı taşıyor olsa bile, bu o kişinin bir suçlu olduğu anlamına gelmez. Bu yüzden, artık insanların adlarına göre kristal fotoğrafları çekmiyor ya da yayımlamıyoruz.

## **Akut Miyelositik Lösemisi Olan Bir Kız İçin**

### **Hado Konsültasyonu**

24 şubat 1996'da, 14 yaşında, yakın zamanda lösemi tanısı konan bir kızla çalışmam istendi. Belki biraz uzun olabilir, ama onun kendi kayıtları temelinde iyileşme sürecini size göstermek isterim. Niyetim okuyucunun daha derin bir anlayış kazanması için *hado*'nun gerçek gücünü sunmak.

Kız, bir alternatif tıp, özellikle ellerinin dokunuşuyla iyileştirme uygulamacısı olan Bay Noboru Suzuki tarafından yönlendirilmişti. Ne yazık ki, Bay Suzuki artık yaşamıyor, ama kendi alanında oldukça ünlüydü. Hokkaido'da yaşa-

mıştı, birkaç kez buluşmuştuk. İyi anlaşıyorduk ve sık sık bilgi alışverişinde bulunuyorduk.

Bay Suzuki bir gün benimle temasa geçti ve şöyle dedi: “Şimdilerde lösemili bir kız görüyorum, ama benim alanımın dışında kalıyor. Lütfen, ona yardım edebilir misin?”

Kıza ne ölçüde yardımcı olabileceğimi bilmiyordum, ama Bay Suzuki’nin ricasını kıramazdım. Kız Tokyo’da yaşadığı için onun ofisime gelmesi uygun olacaktı. Bu yüzden anne babasıyla tanıştım, yanlarında kızlarının resmini de getirmişlerdi.

Onlara göre, kızın henüz hastaneye yatırılması uygun değildi. Arada sırada sanki çıldırmış gibi inliyordu. Kızlarının hastaneye yatırılmasının uygun olup olmayacağından emin değillerdi. Kızın resmi evde çekilmişti. O resmi kullanarak kızın *hado*’sunu ölçtüm.

Önce, genetik bilgisini ölçtüm. Bu konuya daha sonra ayrıntısıyla geri döneceğim; ama soydan kalıtsal olarak aktarılan genetik bilginin, kişinin kendi titreşiminde anormalliğe yol açtığı birçok vaka var. Bu yüzden, kızın genetik bilgisini kontrol etmenin gerekli olduğunu düşündüm.

Bu incelemede güçlü bir kanser korkusu açığa çıktı. Bu duygu lenf bezlerini olumsuz biçimde etkiliyordu. Kızın korkusunu yatıştırmak için *hado*’ya ihtiyacı olduğu sonucuna vardım. Onda belirlenen bir başka duygu da önyargıydı. Bu duygu da dalağı olumsuz etkiliyordu. Dolayısıyla, bu önyargı duygusunu geçersiz kılmak için başka bir *hado*’ya ihtiyaç vardı. Ortaya çıkan sonraki duygu utangaçlıktı. Bu da kaldırılmalıydı, çünkü kalbini olumsuz biçimde etkiliyordu. Bunu üzüntü izledi. Bu şekilde, onun genetik bilgisini 17 madde halinde inceledim. Sonuçlar oldukça ciddiye.

Genetik bilgisini incelemeyi bitirdikten sonra, iştahsızlık, trombosit sorunları, hemogloblin ve dalak gibi o anki koşullarını kontrol ettim. Yaklaşık üç saat süren incelemenin ardından, *hado* suyunu hazırladım ve anne-babasına verdim.

Aynı zamanda, kızı tedavi görmesi için hastaneye yatırmalarını önerdim, çünkü durumu çok ciddiydi. Ertesi gün, anne-babası kızı yatırmak için ulusal bir pediatri hastanesine götürdüler. Kız *hado* suyunu içtikten sonra, bazı solunum güçlükleri yaşadı. Bu, insanların *hado* suyu içtikten sonra sıklıkla yaşadığı yaygın eğilimlerden biridir, ama endişelenecek bir durum değildir. Bunu daha iyiye gidişin bir işlevi olarak kabul ettim.

Bir hafta sonra, 3 Martta, anne-babası ikinci bir görüşme için kızlarının resmiyle birlikte tekrar ofisime geldi. Hemogloblin sayısı düştüğü için geçen hafta boyunca hastanede buna yönelik bir tedavi aldığını anlattılar. Karındaki sıvı birikimi için idrar söktürücü bir ilaç verilmiş, antibiyotikler yüzünden de bakteri sayısı azalmıştı. Yemek yiyemiyordu, bu yüzden damar içi damlatma yoluyla besin alıyordu. Ayrıca sarılık belirtileri de gösteriyordu.

Bu kez, o an için en ciddi olan şeyleri inceledim; güçlü korku ve üzüntüydü. Bu duyguları geçersiz kılmak için *hado* suyu hazırladım.

Günde beş kez *hado* suyu almasını istedim. Bardaktan içebilecek bir durumda olmadığı için, anne-babası bu suyu bir enjektör kullanarak bir seferde dilinin altına bir-iki mililitre damlatma yoluyla verdiler. Kişi su içebilecek durumdaysa, genellikle ondan *hado* suyunu sulandırmasını ve günde toplam 800-1000 mililitre olacak şekilde beş kez içmesini isterim.

7 Martta anne-babası üçüncü kez görüşmeye geldiğinde, iyi haberler getirdiler. Yeni *hado* suyu ona iyi gelmiş gibi görünüyordu. Ayın beşinde yapılan incelemede akyuvar sayısının 2.300 gibi yüksek bir miktardan 900'e kadar düştüğü görülmüştü. Sarılığı kaybolmuştu ve akciğerle kalp işlevleri düzelmişti.

Bununla birlikte, kalp çevresinde sıvı birikimi vardı, ayrıca kansızlık çekiyordu. Ben de onun için başka bir *hado* suyu hazırladım.

Bu suyu içtikten sonra, hızla düzelmeye başladı. Kalp çevresindeki sıvı azaldı, artık sağ kol ve bacağındaki damariçi damlatmalara gerek duymuyordu. O zamana kadar, üç yerden damariçi damlatma verilmişti, ama artık sadece sol kolundakine ihtiyacı vardı.

İçmesi için *hado* suyu hazırlama sürecimizi tekrar ettik ve yeni *hado* suyu hazırlamak için yeni koşullarını tekrar inceledikten sonra akyuvar sayısı düzeldi. 22-29 Nisan ve 3-6 Mayıs tarihleri arasında geçici süreyle eve gitmesine izin verildi. Anne-babası kızın yüz ifadesinde dikkate değer bir değişim olduğunu, yüzündeki boş bakışın yerini gülümsemelerin aldığını söyledi.

Bir yandan hazırladığım *hado* suyunu alırken bir yandan da hastanede tedavi görmeye devam etti. Durumundaki düzelmenin birlikte her iki yaklaşımdan kaynaklandığına inanıyorum.

Ne var ki Mayıs ayının ortalarında güçlü anti-kanser ilaçların yan etkilerini yaşamaya başladı ve saçlarıyla vücut tüyleri dökülmeye başladı. Küçük kız için bu büyük bir şoktu. Durumunu incelediğimde yalnızlık, depresyon, derin bir acı, çabuk sinirlenme ve ciddi boyutta aşırı hassaslık gibi duygu-

lar gösterdi. Doğal olarak, bu tür kompleks duyguları etkisiz kılmak uzun bir zaman alır. *Hado* suyu içse bile, bir gecede sağlığını yeniden kazanamazdı.

Ayrıca, vücudunda da birçok rahatsızlık vardı. Bir seferde bir rahatsızlığı düzeltmemiz gerekiyordu, biz de epey bir süre bu işleme devam ettik. Ben *hado* suyu hazırladım, o içti; ben yeni *hado* suyu hazırladım, o içti. Bu süreci on bir kez tekrar ettik.

7 Aralıktaki incelemeyi hiç unutmuyacağım. Kızın beni ofisimde ilk kez görmeye geliyordu. Onu yalnızca resimlerinden tanıyordum; bu kez orada, önümde duruyordu. Çok dokunaklı bir tanışmaydı.

Önceki incelemesi 7 Eylülde yapılmıştı, o zamandan beri üç ay geçmişti. Bu süre boyunca titreşimi nasıl değişmişti acaba? Bilgisini doğrudan almak için *hado* aletini kullanmaya başladım. Hâlâ korku, panik, öz denetimini kaybetme korkusu, bastırma, aşırı hassaslık, ölüm korkusu, baskı ve stres gibi devam eden birçok güçlü duygusu vardı.

O zaman hazırlanan *hado* suyu ona gerçekten çok iyi gelmiş olmalıydı, çünkü durumu hızla düzeldi. Şaşırtıcı bir şekilde, 19 Aralıkta hastaneden taburcu edildi!

Ertesi yılın başından itibaren, kızı haftada bir inceledik. 7 Şubatta, regl dönemine girdi; bir süredir regl dönemi yaşamıyordu. Vücudundaki bu değişim küçük kızı mutlu etti, hastalığı hakkında olumlu şeyler hissediyor olmalıydı. Nisan ayında, liseye başladı, anne-babasının arabasıyla okula gidebiliyordu. Onu her inceleyişimizde, titreşiminde bazı bozukluklar sergiliyordu, ama giderek bu bozukluk azaldı. Sonunda incelemelerini bıraktık.

Bu kız şimdi yirmi dört yaşında. Bir tasarımcı olarak çalışıyor. Anne-babası bana geçenlerde kızın bir tasarımcı olarak tekniklerini sağaltıma nasıl katabileceğini incelediğini söyledi.

## **Doğuştan Kalp Hastalığı Olan Bir Bebek İçin**

### **Hado Konsültasyonu**

Birçok insan konsültasyon için beni görmeye gelmiştir. Aşağıdaki vakayı almamın nedeni, kız bebeği görme tarzının benzersiz olmasıdır. Onun için ilk testi 15 Temmuz 1994'te yaptık. Bu bebeği aile doktoru yönlendirmişti.

Dr. Y. beni görmeye geldiğini, çünkü kitabımı okuduğunu ve uygulamakta olduğum *hado* tıbbının potansiyelinin farkına vardığını söyledi. O gün, bebek gelmemişti, ama doktor yanında bebeğin resmini getirmişti; ben de o resimle bir inceleme yaptım.

Bebeğin resmi öylesine sevimliydi ki elimde olmadan gü-lümsedim. Bana kızın kritik bir evrede olduğu, çünkü tah-minlere göre ancak birkaç ay yaşayabileceği anlatıldı. Batının tıbbi tanuları çerçevesinde, durumu sadece kritik değil, aynı zamanda umutsuzdu.

Durumun hiç de iç açıcı olmadığını hissettim, ama aynı zamanda mücadeleci ruhum da birden ortaya çıkmıştı. Kendime o bebeğin yaşamını korumam gerektiğini söyledim ve Dr Y.'nin açıklamasını dinledim.

Bebeğe 'infantil kalp hipertropisi' denen doğuştan gelen bir kalp hastalığı tanısı konmuştu. Kalp anormal biçimde büyüdüğü için, göğüste giderek daha fazla yer işgal ediyordu. Er ya da geç bu hastalık bebeği öldürecekti. Pek çok örnekte,

bu hastalığı olan bebekler ilk doğum günlerini görmeyeceklerdir.

Bebeğe tanı 24 Mayıs'ta konmuştu. O zaman yapılan incelemede kalbin göğüs boşluğunun % 68,9'unu doldurduğu açığa çıkmıştı.

Sabırsızlanıyordum, çünkü kızın bir yaşma basmasına sadece üç ay kaldığının farkındaydım. *Hado* tıbbına inanıyordum, ama ona zamanında yardım edebilecek miydim?

Daha önce de ifade ettiğim gibi, hastalık moleküler düzeyde, sonra hücre düzeyinde, en sonunda da organlar düzeyinde bozukluğa neden olan atom düzeyindeki bozukluğu başlatan atom altı parçacıklar düzeyindeki titreşimsel bozukluğun sonucudur. *Hado* suyuyla titreşimi düzeltmek için, bu süreç tersine doğru bir düzende uygulanmalıdır. Bu da zaman alır. Aslında, zaman yetersizliği yüzünden insanlara yardım edemeyeceğimiz vakalar yaşadık. Boşa harcanacak zamanım yoktu. Bu yüzden, hemen resmini kullanarak titreşimini ölçmeye başladım.

Genetik düzeyde, *hado* aleti ölüm korkusu, suçluluk, depresyon, güvensizlik ve derin bir üzüntü belirledi. Bu duyguları geçersiz kılmak için *hado* suyu hazırladım.

İkinci görüşme iki ay sonra, 8 Eylül'deydi. O süre boyunca, bebek hastanede muayene edilmişti ve bana kalbinin artık göğüs boşluğunun % 54'ünü işgal ettiği söylendi. İkinci *hado* incelemesinin sonuçları öncekine benzer duygular gösterdi.

Kalp oram % 54'e düşmesine karşın, bir sonraki incelemede % 59'a çıktığı görüldü. İlerleyişi hiç de arzu edilen bir durum değildi, ama 15 Ekimde ilk doğum gününü kutlamayı başardı.

Üçüncü *hado* incelemesinde sabırsızlık, ilgisizlik, önyargı, stres, aşırı korku, baskı, kaygı, anksiyete, yalnızlık, güvensizlik, bastırma, bitkinlik, panik, erteleme ve kendine acıma duygusu açığa çıktı.

O zaman hazırlanan *hado* suyu ona iyi gelmiş olmalıydı, çünkü durumu hastaneden taburcu edilecek bir noktaya gelmişti. O zamandan itibaren, ayda bir kez onu inceledim ve her defasında onun için en iyi *hado* suyunu hazırladım. Kalbinin hipertropik eğilimi giderek azaldı ve oran % 30'a kadar düştü.

23 Nisan 1996'da, yirmi beşinci incelemesinde, mümkün olan en iyi haberi aldım. Bir hafta önce hastanede muayene edilmişti ve kalp değeri normaldi. Bu, o hastayı son görüşüm oldu. Bununla birlikte, yeniden yardımıma ihtiyacı olursa elimden gelenin en iyisini yapacağıma söz verdim.

Aile doktoru Dr. Y., *hado* tıbbına daha çok ilgi duymaya başladı. Hatta dergimize bir makale yazarak katkıda bulundu. O makalede, hem Batı tıbbının hem de *hado* tıbbının değerlerine saygı gösterme ve ikisi arasında bir köprü olma kararlılığını ifade etmişti.

### **Kalıtsal Diye Düşünülen Durumlar**

Kalıtım bireye annesi ve babasından, ayrıca uzak atalarından aktarılan bilgiye karşılık gelir. Ataların bilgisi bir gene açıkça yazılmıştır. Ataların bilgisi çeşitli değerler taşır, ama ne yazık ki sorun yaratabilecek öğeler de içerir.

Hastalık bağlamında, ataların olumsuz duyguları çoğu kez fiziksel olarak kendini gösteren olumsuz bilgi biçiminde aktarılır. Bir *hado* incelemesi yapacağım zaman genellikle hastanın genetik bilgisini inceleyerek başlamamın nedeni budur.

İnsanlar çoğu kez “bir aile kanser hattı” terimini kullanırlar. Belki de böyle bir aile kuşaktan kuşağa kansere neden olması muhtemel duygular taşıyordur. Ben “kalıtım”ı bu şekilde anlıyorum.

Virüsler ve elektromanyetik dalgaların neden olduğu hastalıklar dışında, *hado* tıbbı yöntemi zaman alır, çünkü hastanın genetik bilgisini doğru anlamak ve onun etkilerini birer birer geçersiz kılmak zorundayız. Birçok kuşağın bilgisi tabakalar halinde saklanır. Ben insan bedeninde 12 tabaka olduğuna inanıyorum. Bir hastalığı başlatabilecek bilgiyi geçersiz kılmak için tabaka tabaka ilerlemeliyiz.

Yıllar önce seminerlerimden birine katılan bir çift bana ikinci kızlarının ilerleyici tip kolon kanseri olduğunu anlatmıştı. *Hado* tıbbı da dahil olmak üzere tıbbi bakım o vakayı samimiyetle ele aldı ve kızın kanserinin ilerleyişi durduruldu.

Üç yıl sonra, ilk kızlarına beyin kanseri tanısı kondu. Kısa bir süre içinde, her iki kızları da kansere yakalanmıştı. Anne-babanın cesareti fazlasıyla kırılmıştı. Çevrelerindeki insanların olumsuz duyguları hastaların iyileşmesine yardımcı olmayacaktı. Kızın *hado'sunu* yapısal bir şekilde incelemeye karar verdik.

*Hado* ölçüm aletinden alınan genetik bilginin sonuçlarını o anne-babaya nasıl söyleyeceğim konusunda kaygılanıyordum. Basitçe, “Olumsuz bilgi bir önceki yaşamdan aktarılır,” deseysdim, sonuçta hiç gerek yokken kafalarını karıştırmış olabilirdim. Bu yüzden, onlara inceleme ve sonuçları hakkında ayrıntılı bilgi vermenin gerekli olduğunu düşünmedim ve onlara mümkün olan en az bilgiyi verdim.

Söylediklerimi dinledikten sonra ofisimden ayrılan babası çok geçmeden geri geldi ve "Pekâlâ, söylediklerinizin burada yazılı olan şeyle aynı olup olmadığını merak ediyorum," dedi. Bana akademik bir dergiden alınmış kalın bir makale gösterdi. Başlığı şöyleydi: "Hayatta erginin şafağı: Reenkarnasyon hakkındaki bilimsel araştırmanın ilerleyişi kişinin yaşama bakışını nasıl etkileyecek?" Bu makale Fukushima Üniversitesi, Ekonomi Bölümü'nde asistan profesör olan Dr. Fumihiko Iida tarafından yazılmıştı.

Makalenin sadece alt başlıklarını okuyarak Dr. Iida'nın söylemek istediğinin benim söylemek istediğimle aynı olduğunu fark ettim.

"Doğru. Doğru. Demek istediğim bu. Evet, Fukushima Üniversitesi saygın bir ulusal üniversitedir. Zaman kesinlikle değişti, değil mi? Şimdi böyle bir üniversiteden bir profesör akademik bir dergide böyle bir makale sunuyor cesaretle!"

Yalnızca Batı tıbbının çok olumlu görüldüğü Japonya'da onun makalesinin korkusuzca yayımlandığı görünce elimde olmadan şaşkına dönmüştüm.

## Olumsuz Duygulara Hastalık Tepkisi

Hayatımızı olumlu bir şekilde yaşamak ne kadar da önemli!

Ben oldukça iyimser biriyim. Araştırmama başladığımdan beri çok meşgulüm. Özellikle geçen birkaç yıl boyunca, yılda belki ancak beş gün tatil yapabildim. Birden, baktım ki altmış yaşına gelmişim.

Benim yaşadığım toplumda, emekli olacak yaşa geldim; bununla birlikte, aktif hayatımdan emekli olmaya hiç niyetim yok. Neyse ki dünyanın dört bir yanından, sayısız ülke-

den konferans vermek için davet alıyorum. Konuşma yapmak için bütün dünyada sık sık yolculuk yapmama karşın, fiziksel gücümün daha genç birini bile yenmeye yetecek kadar iyi olduğunu hissediyorum.

Fiziksel gücümün kaynağı, olumlu tutumum. Tersine, olumsuz biçimde düşünenler kolayca hasta olurlar. Aslında, *hado* tedavileri için beni görmeye gelen insanların bir çoğu dengelerini olumsuz bir yönde kaybetmiş olanlardı. Bunun nedeni, çoğunlukla olumsuz duyguların virüsler gibi olumsuz faktörlerle rezonans yapması ve onlara davetiye çıkarmasıydı.

1980'lerin sonundan beri yalnızlık duygusunun beynin bellekten sorumlu bölgesi hipokampusla\* ilişkili olduğunu düşünüyorum. Alüminyumun demansla ilişkili olduğunu da düşünüyorum. *Hado* ölçüm aletini kullandığım analizlerimin sonucunda, bunlar arasında güçlü *korelasyonlar* olduğuna ikna oldum.

Olumsuz yalnızlık duygusu, hipokampusu etkiler. Dolaşısıyla, hipokampusun kendine özgü titreşimi bozulur. Hipokampusun bozulmuş titreşiminin frekansının alüminyumun titreşim frekansı ile rezonans yaptığını buldum. Hipokampusta aşırı alüminyum biriktiği için belleğin bundan etkilendiğini düşündüm.

Sonradan, Amerika Alzheimer Derneği ve başka araştırmacılar alüminyumla Alzheimer arasındaki bağlantı hakkında makaleler yayımladılar.

Ayrıca, olumsuz duygular çoğunlukla virüslerle de rezonans yaparlar. Gelin soğuk algınlığını örnek alalım. Diyelim

---

\* Beynin hafıza ve üçboyutlu uzay algısından sorumlu bölgesi.

ki; bir ilkokulda, sınıflardan biri soğuk algınlığı salgını yüzünden kapanmak zorunda kalıyor. Bununla birlikte, aynı okuldaki başka bir sınıfta gelmeyen çocuk sayısı az, üstelik çoğu çalışkan. Böyle bir durum sıklıkla meydana gelir.

Soğuk algınlığının nedenlerinden biri virüstür. Durum buysa, bütün okulda soğuk algınlığı riski aynı olmak zorunda değil mi? Peki niçin öyle olmuyor? Ben bu sorunun başlıca yanıtının grup bilinci olduğuna inanıyorum.

A Sınıfında olumsuz bir şekilde düşünme eğiliminde olan çok sayıda çocuk olsun. Soğuk algınlığının bu yıl ciddi olacağı haberini aldıkları için hep soğuk algınlığını düşünüyorlar ve soğuk algınlığına yakalanmanın ne kadar korkunç bir şey olacağını düşünüyorlar. Bu çocuklardan etkilenen diğerleri de soğuk algınlığını düşünmeye başlıyorlar. Diğer yandan, B Sınıfında çok sayıda iyimser çocuk var ve kimse soğuk algınlığını düşünmüyor. Önceki gece izledikleri eğlenceli televizyon programlarını hatırlıyorlar ya da yaklaşan öğle yemeğini güçbela bekleyebildiklerini düşünüyorlar.

Hangi sınıfta daha fazla sayıda çocuğun soğuk algınlığına yakalanması daha olası, A Sınıfı mı, yoksa B Sınıfı mı? Yanıt çok açık olmalı. *Enfeksiyon* anlamına gelen *kanji* karakteri iki karakterden oluşur: *Hissetme* ve *Bulaşma*.

Olumsuz düşünceler durumu daha da kötüleştirecek olan daha olumsuz faktörlerle rezonans yapar. Bu yalnızca hastalıklarla sınırlı değildir. İnsanlar çoğunlukla intihar hakkında bir tür materyal okuduktan sonra intihar ederler. Yaklaşık yirmi yıl önce, Japonya'daki gencecik bir idol intihar etti. Bu haber yayıldıktan kısa bir süre sonra, birçok çocuk onun açtığı yoldan gitti. Bir kez hayalet bir katil olayı oluşmaya görsün, bu başkalarını da aynı şeyi yapmaya itiyor gibi görünüyor.

Bunun nihai bir örneği uçak kazaları olacaktır. Niçin uçak kazaları art arda meydana gelir? Pilotların, mekaniklerin ve yolcuların devasa bir *hado* oluşturacak şekilde birleşmesi ve bir sonraki kazayı tetiklemesi mümkün değil midir?

Sağlıklı bir yaşam sürmek için düşüncelerinizi olumlu tutun. Ben bir tıp doktoru değilim, ama bütün doktorların sağaltıcı olmanın yanı sıra filozof olmaları gerektiğine inanıyorum. Doktorun derin içgörüsü ve duygudaşlığı hastaları iyileştirir.

Hastalar olumsuz duygularından kurtulabildiklerinde, kendilerini iyileştirme yetilerini kullanabileceklerdir. Eski zamanlarda, doktorlar rahipler ya da şamanlar gibi dinle çok ilgili olan kişilerdi. Geçmişte yaptıkları gibi, doktorlar hastalarının iyileşmelerine ve akıllarının rahat, huzurlu olmasını sağlamalarına yardımcı olabilirlerse, hastaların hastalıkla rezonansı kesilecektir.

### Niçin SARS Oluşturdu?

Birkaç yıl önce, insanların daha önce hiç karşılaşmadığı yeni bir virüs her tarafa yayıldı. Bu virüse SARS (*severe acute respiratory syndrome*/şiddetli akut solunum yolu sendromu) dendi.

Dürüst olmak gerekirse, ben bu virüsün önceden sezildiğini hissediyorum. Onu dünyanın zayıflamış hali yüzünden varlık bulan bir virüs olarak gördüm.

1. Bölüm’de de ifade ettiğim gibi, dünyanın nüfusu 1900 yılında aşağı yukarı 1,5 milyardı. Şimdiyse 6 milyarın üstünde. İ.S. 1 yılında dünya nüfusunun 180 milyon olduğuna inanılıyor. Bu demektir ki nüfus 1900 yıl boyunca sadece 1,3 milyar artarken son yüz yıl boyunca 4,5 milyar artmış. Kuşkusuz bu insanı hayrete düşüren bir rakam.

Dünyayı yaşayan tek bir beden olarak görürsek, bu devasa bedenin nüfus patlaması nedeniyle titreşiminin bozulduğunu anlayabiliriz. Dünya bir insan bedeniyle karşılaştırılacak olursa, onun titreşimindeki bozulma atom altı parçacık, atom düzeyi ya da moleküler düzeydeki bozulmanın ötesine geçmiş olmalı. Belki de çoktan hücre düzeyine ulaştı, hatta organların titreşimi etkilenmiş olabilir.

Bu yüzden, dünyanın bağışıklığı ve kendini iyileştirme gücünün muazzam ölçüde azaldığının farkına varmalıyız. Bu azalan bağışıklıkla olumsuz sosyal anksiyete duyguları birleştğinde, aynı frekansa sahip olan bir virüsle rezonans yapması daha kolay olur.

2003'te, Kanada'daki insanlar SARS'tan etkilenip hayatını kaybederken, ben en ciddi etkilenen şehir olan Toronto'da dahil olmak üzere ülkeyi ziyaret ediyordum. Oradayken aklıma bir fikir geldi.

Tokyo'daki ofisimle temas kurdum ve onlardan yeni su kristali fotoğrafları çekmelerini istedim. Bir şişe damıtılmış suya hem Japonca hem de İngilizce "*şiddetli akut solunum yolu sendromu*" sözcüklerini gösterirsek ne olacağını merak ediyordum.

Normalde, damıtılmış su kristaller oluşturacaktır. Aslında, suya sözcükleri göstermeden önce, kristaller oluştu. Peki ya suya bu sözcükleri gösterdikten sonra ne oldu?

Beklendiği gibi, su hem Japonca hem de İngilizce bu sözcükler gösterildikten sonra, ancak güzel kristaller olmaktan çok uzak meşum şekiller oluştu. Bu hastalığın adı damıtılmış suyun kristal oluşturmasını engellemeye yetecek olumsuz bilgi içeriyordu.

Bu deneyi bitirdikten sonra, başka bir deney yapmaya karar verdik. Hastalığın adı gösterildikten sonra niteliği değişmiş olan aynı suya yeni bir bilgi verdik. Bu kez bilgi doğası itibariyle olumluydu. Şişedeki “*şiddetli akut solunum yolu sendromu*” yazılı kağıdı kaldırıp yerine “*sevgi ve minnettarlık*” etiketini yapıştırdık. Bunu hem Japonca hem de İngilizce olarak yaptık.

Sonuçta su yeniden kristaller oluşturdu. Japonca ve İngilizce olarak bilgi verilen her iki su örneğinde de güzel kristaller oluştu. (Bkz. şekil 3.1.)

Belki sunduğumuz bu sonuçlara inanmayı güç bulan ve “Bu basit bir rastlantı olmalı” ya da “Yalan söylüyor olmalısınız” diyebilecek kişiler vardır. Ama bu yadsınamaz bir gerçek. Su kendisine sunulan bilgiye göre çarpıcı biçimde değişti.

### **Dikkatini Vermek Enerji Vermenin Bir Yoludur**

Aşağıdaki vaka, *The Hidden Messages in Water* (Beyond Words Publishing, 2004) adlı kitabımda sunulduğu için bazı okuyucular bunu hatırlayabilirler. Bu kitaptan bir alıntı yapıyorum:

Dergimize abone olan bir aile ilgi çekici bir deney yaptı. İki cam kavanoza pirinç koydular ve bir ay boyunca her gün birine “*Teşekkür ederim*” diğetine ise “*Sen aptalsın*” dediler ve bu dönem içinde pirincin nasıl değişim gösterdiğini izlediler. Çocuklar bile, okuldan eve döndüklerinde, pirinç kavanozlarına bu sözcükleri söylediler.

Bir ay sonra, kendisine “*Teşekkür ederim*” denen pirinç malt kokusuna benzer olgun, yumuşak bir kokuyla mayalan-

maya başlarken, “*Sen aptalsın*” denen pirinç çürüdü ve karrdı. [Bkz. şekil 3.2.]

Bu deneye yayımladığım kitapta [*Messages form Water*, C.1] yer verdim, bunun sonucunda bütün Japonya’da yüzlerce aile aynı deneyi kendileri yaptı. Herkes aynı sonuçları bildirdi. Ailelerden biri deneyde ufak bir değışikliğe gitmişti: diğerkleri gibi onlar da ilk pirinç şişesine “*Teşekkür ederim*” ikincisine de “*Sen aptalsın*” demişler ve üçüncü bir şişe daha hazırlayıp ona aldırılmamışlardı.

Sizce ne oldu? Kendisine aldırılmayan pirinç gerçekten de “*Sen aptalsın*” sözüne maruz bırakılan pirinçten daha önce çürümüştü. Başkaları da aynı deneyi yapmaya çalıştıklarında, sonuçlar yine aynı oldu. Öyle görünüyor ki alay edilmek aslında aldırış edilmemek kadar zarar verici değil.

Bu deneyin sonucu çok anlamlı. Hayatta en zor şey aldırış edilmemek ve dikkatini vermemektir. Bir şeye dikkatini vermek, enerji vermenin bir yoludur. Bitki yetiştiren biri banna, sularken bitkilerle konuşulursa daha hızlı büyüyeceklerini ve daha güzel çiçekler vereceklerini söylemişti. Dikkatini vererek hayat daha iyi bir yönde ilerlemek için enerji alabilir.

Aynı durum insan toplumu için de geçerlidir. Durgun bir ekonomi yüzünden, yeniden yapılanma birçok Japon şirketi arasında popüler bir uygulama haline geldi. Şirketler, çalışanları acımasızca kendi işlerinin temel etkinlikleri dışında gereksiz sayılan şeylere itiyorlar. Daha da kalpsiz şirketler onları bir yeniden yapılandırma odasına koyuyorlar, onlara gerçek işlerini vermiyorlar. Onların bakış açısına göre, patronları tarafından şiddetli biçimde azarlanmak daha kolay kaldırılacak bir şey.

Yapacak hiçbir iş ve konuşacak hiç kimsenin olmadığı bir konumda olmaktan daha zor hiçbir durum yoktur. Böyle bir duruma artık dayanamaz hale geldiklerinde, kendi istekleriyle şirketten ayrılırlar. En kötü durum senaryosu ise intihar etmeye yönlendirilmeleridir.

Gelin tersini düşünelim. Çalışanlarımızın işlerini daha iyi yapmalarını istiyorsak, onlarla daima teşvik edici bir şekilde konuşalım.

Hastalandıysak ya da yaralandıysak, gelin bundan etkilenen hücreleri şefkatle tedavi edelim. Etkilenen bölüme bütün dikkatimizi vermek iyileşmesini hızlandıracaktır. Vücudumuzun o bölgesi yüzünden hayatımızı sağlıklı bir şekilde yaşayabileceğimizi unutmamalıyız, bu yüzden ona karşı minnettarlık hissetmeliyiz.

Çevremizdeki insanlar hastaysa, gelin onlara bir şeyler söyleyelim. Yaptıkları katkılarla hayatımızı daha zenginleştirdiklerinin farkına vararak gelin onları bütün samimiyetimizle olumlu sözlerle yüreklendirelim. Bunu yaparak onların daha hızlı iyileşeceklerini umabiliriz.

### **Sözcüklerimizdeki Güç**

Su duyarlıdır ve söylediğimiz şeye tepki verir. Olumlu sözcükler söyleyerek suya iyi *hado* gönderdiğimizde, su bize güzel kristaller gösterecektir. Ayrıca, dualarımız da enerji yayar ve suyun niteliğini değiştirir. Suya dua ederek, suya *hado* göndeririz ve böyle bir su dualarımıza potansiyel olarak yanıt verme gücü kazanır.

Bunu yapmada ustaca bir püf noktası var. Dualarımızı gelecek zaman yerine geçmiş zaman kullanarak edersek daha güçlü *hado* gönderebiliriz.

Örneğin, annesi kanser olan bir çocuğun onun suyuna iyileşmesi için dua ettiğini varsayalım: “Annemin kanserinin iyileşeceğini umuyorum.” Böyle bir duanın kötü olduğunu söylemiyorum. Elbette, bu duanın *hado*’su suyu etkiler. Aynı duayı farklı sözcüklerle kullanarak etmek, suyu değiştirmek için daha etkili bir yol olabilir: “Annemin kanseri iyileşti.”

Dilbilgisi bakımından konuşmak gerekirse, geçmiş zaman bir anlam ifade etmez, çünkü olay daha gerçekleşecektir. Bununla birlikte, düşüncelerimizi ve niyetimizi geçmiş zamanda söyleyerek daha güçlü hale getirebiliriz. Gelecek zamanda “iyileşecek” demek yerine, geçmiş zamanda “iyileşti” demek güçlü irademizi daha etkin bir şekilde aktarabilir. Dua ederken, bir tedavinin biz dile getirir getirmez güçlü bir imgesini oluşturmak önemlidir.

Bir şeyi imgelemek nihai sonuç için dua ettiğimiz anlamına gelir. Örneğin, büyüdüğümüzde Birleşmiş Milletler genel sekreteri olmak istediğimizi varsayalım. Bu ifadeyi gelecek zamanda dile getirmeye kıyasla, bir yandan emin bir şekilde, “Ben genel sekreter oldum,” derken, bir yandan da kendimi otuz yıl ya da elli yıl sonra Birleşmiş Milletler’in bir toplantısına başkanlık ederken imgeleyerek hayatımızı daha sorunsuz yaşamayı umabiliriz. Bu ancak bir imge oluşturulduktan sonra gerçekleştirilebilir.

Burada ele aldığım imge, umudumuzdur. Bir olumlu bilgi biçimidir. Bu bilgiyi güçlü sözcüklerle tekrar ettiğimizde, su da doğal olarak bize yardımcı olacaktır. Deneyimlerime göre sözcükleri yüksek sesle dile getirmek onları bir kağıda yazmaktan daha güçlü bir *hado* yayar.

Dindar biri değilim, gereksiz yere dinleri övmek de istemiyorum. Bununla birlikte, bir din tarafından uzun bir süredir kullanılan duaların güçlü bir *hado* enerjisi vardır. Dinimize imanla inanır ve duaları kuşku duymadan edersek, daha etkili bir güçle kutsanacağımızı düşünüyorum.

Duaları suda muazzam miktarda bir değişime yol açan dindar bir adama tanık olmuştum. Japon Ezoterik Budist tapınağından Baş Keşiş Houki Kato ile birlikte Gunma Bölgesinde Fujiwara Barajı'm görmeye gittiğimizde, onun efsun ve dualarını dinlemiştim. Bu tür efsun ve duaları birkaç kez yapmıştı. Onun dualarından önce ve sonra çekilen Fujiwara Barajı'ndaki baraj rezervuarlarının fotoğraflarını görmüş-tüm. Karşılaştırıldığında, iki "önce" ve "sonra" resmin renkleri kesinlikle farklı görünüyordu. Fazlasıyla ilgimi çektiği için, Keşiş Kato'ya sonraki dua edişinde onunla birlikte git-meme izin verip veremeyeceğini sordum.

Dualarına başlamadan önce, rezervuardan bir su örneği aldık. Keşiş Kato efsunlarına ve dualarına başladı. Çevresinde oldukça ağırbaşlı bir atmosfer yaratarak bir saat boyunca dua etmeye devam etti.

Dualarını bitirdikten sonra, onun konuşmasını dinliyorum. Belki de dualar bittikten yaklaşık on beş dakika sonrasıydı. Bana eşlik eden personel haykırdı, "Vay canına! Bak, rezervuarın rengi hızla değişiyor!"

Gerçekten o çok büyük rezervuarın suyu berraklaşıyordu. Duadan önce, su bulanık olduğu için yüzeyinde hiçbir yansıma yoktu. Şimdiyse çevredeki ağağlar net imgeler oluşturarak yüzeyinde yansiyordu. Japonca'da *kotodama* (sözcük-

lerin ruhu) diye bir sözcüğümüz var. Kesinlikle, Keşiş Kato'nun sözcükleri o ruha sahip olmalıydı. Ruhun gücüne iş başında tanıklık ediyordum.

Su kristali resimleri çekmek için gideceğimiz Tokyo'ya götürmek için duadan sonra da sudan örnek aldık.

Ne kadar uğraşırsak uğraşalım, dualardan önceki su örneğinde hiçbir kristal oluşmadı. Diğer yandan, dualardan sonraki su göksel bir güzellik taşıyan bir kristal oluşturdu. Dıştaki güzel altıgenin içinde çift yapıli küçük bir altıgen vardı. (Bkz. şekil 3.3.) Bu kristal aynı zamanda *The Hidden Messages in Water* adlı kitabımın kapağında da yer alıyor.

### **“Sevgi ve Minnettarlık” Bağışıklığı Arttırır**

“İyi su” yapmak için mümkünse başlangıç olarak damıtılmış su alın. Özel herhangi bir şey yapmadan damıtılmış sudan güzel buz kristali resimleri alabiliyoruz. Bu da suyun iyi ve saf olduğı anlamına gelir. Bununla birlikte, damıtılmış su bulmak kolay değıl. O durumda sıradan musluk suyu da kullanılabilir.

Şişedeki suya dua edin. Fujiwara Barajı'ndaki rezervuar suyunu değıştiren Keşiş Kato gibi efsunlar ve dualar edebilmemiz en iyisi olacaktır. Bununla birlikte, bizim gibi sıradan insanlar için onun yaptığı şekilde “sözcüklerin ruhu” ile dualar etmek zor olacaktır. Özel bir eğitim almadığımız için bütün diğ er düşüncelerimiz dikkatimizi dağıtacaktır.

O yüzden suyla konuşmanız yeterli. Bir dileğiniz varsa, daha önce de ifade ettiğim gibi bu dileğı bir yandan başarını-

zı imgelerken bir yandan da geçmiş zamanda vurgulu bir ifade olarak dile getirmek isteyebilirsiniz.

İdeal olarak, dualarınızı sürekli yüksek sesle etmelisiniz. Bununla birlikte, günümüzün meşgul insanları için her gün birkaç saat suya dua etmek pek mümkün olmayabilir. Söyleyeceğinizi bir kağıt parçasına yazıp bu kağıdı suyun okuyabileceği şekilde içinde bulunduğu kaba yapıştırmanızı öneririm. Ayrıca, suyla arada sırada konuşun ve şişeyi sallayın; bu suyu harekete geçirmeye yardımcı olur ve titreşimlere katkıda bulunur.

Sadece bunları yaparak kendi şahsi *hado* suyunuzu yapabilirsiniz. Bu sudan günde beş bardak içmenizi öneririm.

Peki, özel bir isteğiniz yoksa ne yapacaksınız? Yapılacak en iyi şey suya “sevgi ve minnettarlık” sözcüklerini gösterip onunla konuşmak olacaktır. Uzun bir süre boyunca, suya bilgiler verip buz kristali fotoğrafları çektim. Kristal resimleri çekmek için suya aklımıza gelebilecek birçok olumlu bilgi – güzel sözler, güzel manzara fotoğrafları ve güzel müzik – verdik. Bunların hepsi güzeldi, ama bana göre en güzeli suya “sevgi ve minnettarlık” sözcükleri gösterildikten sonra oluşan kristaldi.

“Sevgi” mutlaktır, “minnettarlık” görecelidir. Mutlaklık aktif bir enerji, görecelilik ise pasif bir enerjidir.

Ancak karşımızda bir alıcı olursa biz bir verici olabiliriz. Sevginizi vermek için ne kadar uğraşırsanız uğraşın, alacak biri yoksa, bunu yapamazsınız. Bu Doğa’nın takdiridir. Güneş verici taraftadır, ay ise alıcı tarafta. Erkek ve kadın arasındaki aşk için, dünyaya getirme konusundaki verme eyle-

mi için de bu geçerlidir. Bu eylemler alıcı olduğunda mümkündür.

Muhteşem bir şekilde, su kristalleri bize Doğa'nın takdirini ve hayat olgusu kavramını sunar.

Sadece sevgi değil. Sadece minnettarlık değil. Ancak ikisi bir olduğunda Doğa'nın işleri kendini gösterebilir.

Belki bu iki sözcükten daha iyi bilgi olmadığını fark etmeye başladım. Suyun oranı bire ikidir, bir oksijen, iki hidrojen. Bu yapıdan öğrendiklerime dayanarak, suyun bir pay sevgi, iki pay minnettarlık anlamına geldiğine inandığımı bile söylemeye cüret edebilirim.

## D Ö R D Ü N C Ü B Ö L Ü M



### Suyun Gerçek Gücünün Hayatımızda Kullanılması

#### İyi Hado'su Olan Yiyecekler Yiyin

**S**u olmadan yaşayamayız. Su titreşim, enerji kaynağı taşır. Bazıları, "Peki ya yiyecek? Yiyecek olmadan da yaşayamayız!" diyebilirler. Bu doğru. Gerçekten de yiyecek olmadan yaşayamayız. Yiyecek elbette bizim için önemlidir; ama dinç bir hayat yaşamak için esas olan şey, onun titreşimidir.

Yaşayan her şey titreşim yapmaya devam etmek zorundadır. Başka bir deyişle, her bir hücre de titreşim yapmaya devam etmek zorundadır.

Titreşim ona yol açan bir şey olmadan sonsuza dek süremez. Bu yaşamdaki her şey için aynıdır. Örneğin, bir topaç sonsuza dek dönemez; biz döndürmeye devam etmezsek eninde sonunda durur. Durmasını engellemek için, topacı bir iple çevirerek ona bir tür şok veririz. Canlı yaratıkların titreşimi bakımından bu rolü yiyecek oynar.

Her yiyeceğin belli bir titreşimi vardır. Çileklerin kendilerine özgü, elmaların kendine özgü titreşimleri vardır. Elbette, bedenimizin her organı ya da hücresi de kendine özgü bir titreşime sahiptir. Yiyeceklerin titreşimleri organlarımız ve hücrelerimizin titreşimleriyle rezonans yapar. Bedenin organları ve hücrelerinin bu rezonansı ile hayat devam eder. Bedenin birçok organını iyi titreşimle etkilemek için çeşitli yiyecekler yemek önemlidir. Beslenme açısından bakıldığında, dengesiz bir beslenme biçiminden kaçınmak için çeşitli yiyecekler yememiz söylenir. Bunun nedeni, organlarımız ve hücrelerimizin yiyeceklerden alınan titreşimlerle mümkün olduğunca rezonans yapmasını sağlamamız gerektiğidir.

Bir süre önce, Dr. Akiko Sugahara adlı bir diyetisyenle birlikte yiyeceklerin *hado'su* üzerine bir araştırma yaptık. Dr. Sugahara, doktora derecesini Tokyo Üniversitesi, Tıp Bölümü Lisansüstü Birimi'nden almıştı. Ünlü bir araştırma enstitüsünde çalıştıktan sonra Sugahara Enstitüsü'nü kurdu. Bayan Sugahara, kendi alanında bir otorite olarak görülür. Kitaplarımdan birini okuduğu için *hado'ya* ilgi duymuştu.

*Hado'yu* ölçmek için bir alet kullanarak birçok yiyeceğin *hado'sunu* ölçtük. Bu incelemenin sonuçlarından bazılarını görmek için aşağıda verilen Tablo 2'ye bakabilirsiniz.

**Tablo 2. Yiyeceklerin hado değ erleri**

**Sebzelerin hado değ erleri**

|                           | Bağışıklık<br>hado'su | Anti-stres<br>hado'su | Anti-depresyon<br>hado'su |
|---------------------------|-----------------------|-----------------------|---------------------------|
| Haşlanmış ıspanak         | +7                    | +7                    | +21                       |
| Çiğ molokheiya            | +21                   | +20                   | +21                       |
| Tane molokheiya           | +21                   | +21                   | +12                       |
| Tatlı yerelması           | +8                    | +7                    | +3                        |
| Kulkas                    | +4                    | +2                    | +3                        |
| Çin yerelması             | +19                   | +10                   | +8                        |
| Sarımsak                  | +21                   | +17                   | +5                        |
| Lahana                    | +4                    | +5                    | +7                        |
| Kıvırcık                  | +7                    | +8                    | +7                        |
| Çin lahanası              | +8                    | +8                    | +12                       |
| Japon maydanozu           | +8                    | +9                    | +9                        |
| Yeşil soğan               | +10                   | +10                   | +12                       |
| Mitsuba maydanozu         | +12                   | +11                   | +15                       |
| Japon kırmızıturp k       | +15                   | +14                   | +12                       |
| Japon kırmızıturp yaprağı | +9                    | +7                    | +16                       |
| Havu                      | +14                   | +14                   | +15                       |
| Dulavratotu k             | +13                   | +12                   | +20                       |
| Lotus k                   | +18                   | +18                   | +11                       |
| Shiitake mantarı          | +10                   | +12                   | +16                       |
| Mantar                    | +21                   | +15                   | +16                       |
| Maitake mantarı           | +21                   | +21                   | +16                       |

Daha önce de ifade edildiği gibi, bu aletle elde ettiğimiz en yüksek ölçüm, 21/21'dir. *Hado'*yu ölçtüğümüzde, bu paydası 21 olan bir kesir olarak ifade edilir; bununla birlikte, basit olması için, ben burada yalnızca payları kullanacağım.

**Tablo 2 (devamı)**  
**Balık ve kabukluların hado değerleri**

|                      | Bağışıklık<br>hado'su | Anti-stres<br>hado'su | Anti-depresyon<br>hado'su |
|----------------------|-----------------------|-----------------------|---------------------------|
| Abalon               | +7                    | +9                    | +9                        |
| Deniz tarağı         | +16                   | +12                   | +15                       |
| Turban kabuklusu     | +20                   | +20                   | +20                       |
| Shijimi deniz tarağı | +15                   | +14                   | +9                        |
| Denizkestanesi       | +16                   | +16                   | +16                       |
| Ahtapot              | +16                   | +16                   | +14                       |
| Denizhiyan           | +19                   | +16                   | +18                       |
| Tonbalığı            | +12                   | +5                    | +12                       |
| Wakame kökü          | +19                   | +19                   | +20                       |
| Kuru wakame yosunu   | +20                   | +20                   | +20                       |
| Çiğ wakame yosunu    | +20                   | +21                   | +21                       |
| İse hijiki yosunu    | +21                   | +21                   | +21                       |
| Chiba hijiki yosunu  | +17                   | +20                   | +17                       |

### Etler ve yumurtanın hado değeri

|                           | Bağıışıklık<br>hado'su | Anti-stres<br>hado'su | Anti-depresyon<br>hado'su |
|---------------------------|------------------------|-----------------------|---------------------------|
| Sığır eti                 | +17                    | +5                    | -12                       |
| Domuz eti                 | +9                     | -7                    | +7                        |
| Koyun eti                 | +10                    | +10                   | +6                        |
| Piliç eti                 | +8                     | 014                   | +6                        |
| Ciğer                     | +10                    | +0                    | +13                       |
| Tavuk eti                 | +18                    | +16                   | +9                        |
| Ördek                     | +18                    | +15                   | +12                       |
| Yumurta (fertilize değıl) | +9                     | -13                   | +3                        |

### Meyvelerin hado değeri

|                 | Bağıışıklık<br>hado'su | Anti-stres<br>hado'su | Anti-depresyon<br>hado'su |
|-----------------|------------------------|-----------------------|---------------------------|
| Elma            | +14                    | +14                   | +14                       |
| İncir           | +19                    | +20                   | +20                       |
| Kivi            | +18                    | +19                   | +18                       |
| Yuzu ağačkavunu | +14                    | +14                   | +14                       |
| Kumkat          | +19                    | +19                   | +18                       |
| Kyoho üzümü     | +18                    | +19                   | +19                       |
| Mandalina       | +11                    | +14                   | +12                       |
| Kuru erik       | +20                    | +18                   | +21                       |

## Kabuklu yemişler ve çekirdeklerin hado değerleri

|                 | Bağışıklık<br>hado'su | Anti-stres<br>hado'su | Anti-depresyon<br>hado'su |
|-----------------|-----------------------|-----------------------|---------------------------|
| amfıstığı      | +21                   | +21                   | +21                       |
| Ceviz           | +20                   | +21                   | +21                       |
| Lycium meyvesi  | +20                   | +20                   | +20                       |
| Ginko yemişi    | +19                   | +20                   | +19                       |
| Kabak ekirdeği | +18                   | +18                   | +18                       |
| Mahun cevizi    | +16                   | +16                   | +17                       |
| Ay ekirdeği    | +21                   | +21                   | +21                       |
| Susam tohumu    | +20                   | +20                   | +21                       |

*Hado'y*u bağışıklık, anti-stres ve anti-depresyon yönünden inceledik. Genel olarak sebzelerin skoru yüksek ıktı. Başka bir deyişle, hastalık, stres ve depresyona karşı koyma bakımından etkiliydiler. Bununla birlikte, her sebze biraz farklılık gösterdi. Sebzelerde elde ettiğimiz sonuçlar çeşitli yiyecekler yemenin önemini destekliyor.

Dikkate değer bir test de ıspanak üzerinde yapıldı; ıspanağın, çiğ olduğunda iyi bir *hado'su* vardı. Ne var ki; haşlandığında, iyi özelliklerinin bir kısmını kaybetti. Ben aradaki farkın bu kadar önemli olacağını beklemiyordum. Bu sonuçlar Dr. Sugahara'yı da şaşırttı.

Daha sonra, balıklar ve kabukluların *hado'sunu* ölçtük. Genelde iyi *hado* gösterdiler. Dr. Sugahara bu sonuçları analiz etti ve deniz mineral bakımından zengin bir depo olduğu için, bu yiyeceklerin genellikle karadakilere daha yüksek skorlar aldığını söyledi.

Etleri incelediğimizde ilginç sonuçlar çıktı. Tavuk ve ördek eti bağıışıklık, anti-stres ve anti-depresyon kategorilerinde genelde yüksek skorlar aldılar. Diğer yandan, sığır, domuz ve koyun etinin skorları o kadar yüksek çıkmadı. Özellikle anti-stres kategorisinde, kümes hayvanlarıyla aralarında açık farklar vardı.

Sonra incelememize meyveler ve yemişlerle devam ettik. Dr. Sugahara sonuçlardan çok etkilendi ve çoğu kez azizlerin yiyeceğı deneni kabuklu yemişlerin en iyisi olduğunu söyledi. Kabuklu yemişlerin bize en iyi besinleri verdiğini belirtti; söylemek istediğı şeyi, incelememiz de doğruladı. (Bir yan not olarak, niyetim *hado* ile dinler arasında bağlantı kurmak olmamasına karşın, insanların dini eğitimden geçtiğinde neyin iyi *hado*'su olacağını hissedebildiklerini fark ettim.)

Beslenme açısından bakıldığında, kabuklu yemişlerin idrar söktürücü bir etkisi olduğuna ve kan damarlarını esnek tuttuğuna inanılır, bu yüzden serebral tromboz ve beyin kanamasının önlenmesinde iyidirler.

Bunun ardından, pişirme yöntemlerine bağılı olarak *hado*'da herhangi bir değıışim olup olmayacağını bulmaya gelmişti sıra. Bu inceleme için, hamburgeri seçtik. Bir fabrikada seri üretimle imal edilen hazır hamburgerle evde yapılmış bir hamburgeri karşılaştırdık. Bu fikir Dr. Sugahara'dan geldi; şöyle dedi: "Hazır hamburger ile evde yapılmış hamburger arasında *hado* bakımından bir farklılık olabilir. *Hado*'yu geliştirebileceğimize dair iyi bir örnek vereceğim: Bu bizi konuyu anlamaya götürebilir. Tüm kalbimizi vererek evde pişirdiğimiz yemek nasıl da farklı olur!"

Varsayımını sınamak için şu testi yaptık. Dört farklı hamburgeri karşılaştırdık: Hazır hamburger, evde yapılmış ham-

burger, evde kendisiyle sevgi dolu sözcüklerle konuşularak yapılmış hamburger ve evde kendisiyle öfkeli sözcüklerle konuşularak yapılmış hamburger. (Bkz tablo 3.)

**Tablo 3. Hamburger hazırlama yöntemlerinin hado değerleri**

|                                           | Bağışıklık<br>hado'su |
|-------------------------------------------|-----------------------|
| Hazır hamburger                           | -4                    |
| Evde yapılmış hamburger                   | +10                   |
| Sevgi dolu sözcüklerle yapılmış hamburger | +16                   |
| Öfkeli sözcüklerle yapılmış hamburger     | -6                    |

Kullandığımız sevgi dolu sözcükler şunlardı: “Leziz görünüyor”, “güzel kokuyor” ve “kimse yemek için başkasını bekleyemeyecek”. Öfkeli sözcüklerse, “hayal kırıklığı”, “bıktım” ve “Niçin zamanım yokken böyle berbat bir yemek yapmak zorundayım ki!”.

Beklendiği gibi, sonuçta hazır hamburgerle evde yapılmış hamburger arasında fark vardı. Sözcüklerin yiyecek üzerinde ne kadar etkisi olduğunu öğrenmek ise hayal gücümüze bile meydan okudu. Geçmiş deneyimlerime dayanarak, suyun kendisine verilen bilgiden etkilendiğinin tamamen farkındaydım. Bununla birlikte, yiyeceğin kendisiyle konuşulmasına bağlı olarak böyle büyük bir farklılık göstereceğini beklemiyordum.

Bir yemek evde hazırlanabilir, ama sevgiyle yapılması ve kötü sözlerle yapılması arasında bir fark vardır. Aslında; hazır hamburger, evde öfkeli sözcüklerle yapılmış hamburgerden daha iyi *hado* skorları aldı.

Bu yüzden, insanlardan aileleri için yemek yaparken sevgi ve minnettarlıklarını göndermelerini isterim; bu ye-

mekleri yiyen aile fertlerinden sevgi dolu ve minnettar olmalarını dilerim.

### **Mikrodalga Fırının Pişirmesi Hado'yu Bozar**

Normalde güzel kristaller oluşturacak damıtılmış su alıp bunu on beş saniye boyunca bir mikroalgada ısıttık. Bu sudan kristal denmekten çok uzak grotesk fotoğraflar alabildik. (Bkz. şekil 4.1.)

Bir mikrodalga fırının elektromanyetik dalgaları oldukça güçlüdür. Sadece on beş saniye boyunca suyu bu dalgalara maruz bırakarak damıtılmış suyun iyi *hado'su* tamamen yok edilmiş oldu.

Bir süre suyun sıcaklığındaki hızlı değişimin suyun kalitesini bozacağını düşünmüştüm. Böyle düşünmemin nedeni ilk su kristali fotoğraflarımızı çekmeye çabaladığımız zamanlara kadar gidiyor. Saf, temiz su kullandık; o suyu dondurduk, sonra da resimlerini çektik. Sıkıntımız suyu dondurmak için en iyi süreyi bulmaktı. En sonunda, suyu yavaşça dondurmak için yaklaşık üç saat harcarsak su kristalleri bulmamızın daha mümkün olduğunu gördük. Bu bulguya ulaşma süreci kolay olmadı.

Daha kısa dondurma süresinin suyun niteliğinde daha az değişime neden olacağını düşünmekle birlikte, hem sıvı nitrojen hem de iyi bir dondurucu kullanarak yüksek hızda dondurmaya çalıştık. Bununla birlikte, bu süreçlerin ardından hiçbir su kristali elde edemedik. Suyun güzel niteliklerini koruma doğrultusunda, suyu dondurmak için daha fazla zaman ayırmak gerekiyordu. Bence bu su sıcaklık derecesi hızla değişmeye zorlandığında niteliğinin bozulduğu anlama geliyor.

Bir mikrodalga fırın içindeki bir maddenin sıcaklık derecesini hemen arttırma kapasitesine sahiptir. Peki, bu doğal olmayan süreçten sonra, *hado* nasıl değişti? Deneyimizde, aynı ev yapımı hamburgerleri kullandık ve üç farklı pişirme yöntemini karşılaştırdık: Tavada, normal sürede mikrodalgada (iki dakika) ve fazla bir sürede mikrodalgada (üç dakika).

Sonuçlar bizim için şaşırtıcı olmadı. Tavada kızartılan bir hamburgerin *hado*'su +10, mikrodalga fırında normal sürede pişirilen +6, mikrodalgada fazla bir sürede pişirilen ise -2 çıktı. (Bkz. tablo 4.)

**Tablo 4. Hamburger pişirme yöntemlerinin *hado* değerleri**

|                         | Bağışıklık<br><i>hado</i> 'su |
|-------------------------|-------------------------------|
| Tavada kızartma, normal | +10                           |
| Mikrodalgada, normal    | +6                            |
| Mikrodalgada, fazla     | -2                            |

Dr. Sugahara'ya göre, mikrodalgada normal sürede ve fazla sürede pişirme arasındaki süre farkı ancak üçte birdi. Bu süre insanların çoğu kez pişirirken hata yaptığı bir aralık içindedir. Yine de bu tür hatalar *hado* bakımından çok ciddi farklılıklarla sonuçlanabilir. Bu deney bana elektromanyetik dalgalarla çalışmanın ne kadar güç olduğu konusunda bir ders verdi.

## **Cep Telefonları, Televizyonlar ve Kişisel Bilgisayarların Hado'sunu Geliştirmek**

Hızla artan nüfusun yaşayan bir varlık olarak dünyanın *hado'sunu* bozduğunu daha önce ifade etmiştim. Gezegenimizin *hado'sunun* bozulmasındaki bir faktör, bu artan nüfusun elektromanyetik dalgalı birçok alet kullanmasından kaynaklanmasıdır. Elektromanyetik dalgalar üreten aletler sadece dünyanın *hado'sunu* olumsuz olarak etkilemekle kalmaz; sizi, yani bu aletleri kullananları da *hado'nuzu* bozma ve potansiyel olarak sağlığınıza büyük zarar verme bakımından etkiler.

Daha önce, yaptığımız bir deneyde damıtılmış suyu bir mikrodalga fırında yalnızca on beş saniye ısıttığımızda hiçbir kristalin oluşmadığını anlatmıştım; halbuki bu su ısıtılmadığında kristaller oluştuyordu. Umarım, bu size elektromanyetik dalgaların etkisinin ne kadar önemli olabileceğini göstermiştir. Cep telefonları, televizyon setleri ve kişisel bilgisayarlarla yaptığım deneylerden başka örneklerim de var.

İlk örnek, cep telefonu: Damıtılmış suyu bir şişeye koyduk ve bu şişeye bir iple cep telefonu bağladık. Sonra cep telefonunu çaldırdık ve bir dakika boyunca hattı konuşmadan meşgul tutup bunu on kez tekrarladık. Sonraki deneyde bir televizyon seti kullandık. Bir şişe damıtılmış suyu bir televizyon setinin yanına koyduk ve dört saat boyunca orada bıraktık. Aynı şekilde, bir şişe damıtılmış suyu dört saat boyunca bir kişisel bilgisayarın yanında tuttuk.

Sonuçlar su kristallerindeki korkunç etkiyi gösteriyordu. Tıpkı bir mikrodalga fırında olduğu gibi, cep telefonu, televizyon seti ve kişisel bilgisayara maruz bırakılan suda su kristalleri oluşmadı. Görülen tek örüntü çirkin dairesel bi-

çimlerdi. Elektromanyetik dalgaların suyumuzun kalitesini ne kadar olumsuz etkilediğini açıkça anlamıştım.

Hayatımızı elektromanyetik dalgalar üreten aletlerin yakınında geçiririz ve bedenlerimizin had'o'su kesinlikle bunlar yüzünden bozulur. Örneğin, uzun bir süre boyunca, özellikle kendimizi iyi hissetmediğimizde ve bağışıklık sistemimiz tehlikede olduğunda elektromanyetik dalgalara maruz kalırsak, bir hastalık süreci başlayabilir.

Öyleyse, ne yapacağız? İdeal olanı hayatımızı bu aletleri kullanmadan yaşamak olacaktır. Yirminci yüzyılın başında, nüfus patlamasından önce, dünya güzeldi. Büyük çapta enerji üretimi ve tüketimi ya da elektromanyetik dalgalar yoktu. Mikrodalga fırınların, cep telefonlarının, televizyon setlerinin ya da kişisel bilgisayarların olmadığı bir yaşam biçimine geri mi döneceğiz?

Hayır, bu gerçekçi olmaz. Elbette, dağların derinliklerinde inzivaya çekilebilsek ya da havada yaşayabilsek, belki elektromanyetik dalgalardan kurtulabilirdik. Bununla birlikte, herkes işini bırakıp ülkeyi terk edemez. Peki ya ben? Ben de iş ilişkilerimde giderek daha fazla e-posta kullanıyorum.

Günümüzde ve çağımızda, elektromanyetik dalgalar üreten aletleri kullanmadan yaşamak güç. Bunun farkında olduğumuza göre, yapmamız gereken bu aletleri akıllıca kullanmanın bir yolunu bulmak olacaktır. Bu arada, ben harika bir ilaç buldum. İzin verirseniz bunu sizinle paylaşayım.

Yanıt gerçekten basitti. 3. Bölüm'de, "*şiddetli akut solunum yolu sendromu*" sözcüklerine maruz bırakıldıktan sonra niteliği bozulan sudan söz etmiştim. Normalde kristaller oluşturacak damıtılmış su üzerinde "*SARS*" yazılı bir etiket yapıştırıldıktan sonra artık kristal oluşturmadı. Bununla birlikte, o eti-

ketin yerine “*sevgi ve minnettarlık*” yazan başka bir etiket yapıştırdıktan sonra su yeniden canlandı ve kristaller oluştu.

Aynı durum elektromanyetik dalgaların bozduğu ve kristal oluşturamayan su için de geçerliydi. Normal damıtılmış su örneklerine ek olarak, üzerinde “*sevgi ve minnettarlık*” yazan damıtılmış su şişeleri hazırladık ve onları mikrodalga fırının, cep telefonunun, televizyon setinin ve kişisel bilgisayarın elektromanyetik dalgalarına maruz bıraktık. Normal örneklerle aynı koşullarda, “*sevgi ve minnettarlık*” yazan bu örnek grup da güçlü elektromanyetik dalgalarla yıkandı.

“*Sevgi ve minnettarlık*” yazılı su elektromanyetik dalgaların olumsuz etkisinden hiç etkilenmedi. Normal şişelerdeki suyun aksine, “*sevgi ve minnettarlık*” yazılı bütün örnekler güzel kristaller oluşturdu. (Bkz. şekil 4.2.)

“*Sevgi ve minnettarlık*” yazısının gösterildiği su kristallerinin resimleri ya da etiketleri en az sözcüklerin kendisi kadar suyu elektromanyetik dalgaların kötü etkilerinden korumaya yarar.

Bedenimiz sudan oluşur. Artık suyun elektromanyetik dalgaların etkilerine karşı nasıl dirençli kılınacağını biliyoruz. Dolayısıyla aynı zamanda bu dalgalardan kendimizi nasıl koruyacağımızı da biliyoruz demektir.

Kullandığımız aletlerin ürettiği elektromanyetik dalgalardan kendimizi korumak için, o aletleri ne zaman kullanırsak kullanalım “*sevgi ve minnettarlık*” diyebiliriz! Bu güvenilir bir yöntem olacaktır. Ne var ki bu yöntem “*Bu aletlerin hiçbirini kullanmayın!*” demek kadar gerçekdışıdır. Bir yandan “*sevgi ve minnettarlık*” derken cep telefonunda konuşmak nasıl mümkün olabilir?

Bu anlamsız bir gelecek; tabii daha gerçekçi bir yöntem bulamazsak! Ben bu konuyu düşünüp dururken aklıma birden ilginç bir deney fikri geldi.

Elektromanyetik dalgalarla yaptığımız deneylerden önce, NHK'da (Japonya'nın yegane kamu yayımcısı) bir belgesel program izlemiş ve o programdan çok etkilenmiştim. Bu televizyon programı güzeldi ve "iyileştirici" bir etkisi vardı. Bu programı hatırladım ve onu suya izletirsem suyun elektromanyetik dalgaların kötü etkilerine maruz kalmasına rağmen niteliğini koruyarak kristaller oluşturacağım düşündüm. "*Sevgi ve minnettarlık*" sözcüklerinin olduğu kadar elektromanyetik dalgalara dirençli olacaktı.

Bu fikir aklıma geldiğinde, yerimde duramadım. Atasözünde dendiği gibi, hayırlı işler çabuk yapılmalıdır. Hemen o programı kasete çektim ve bir televizyonda gösterdim.

Sonuç beklediğim gibiydi. Bir televizyon setinin yakınına konan su normal koşullar altında güçlü elektromanyetik dalgalardan olumsuz etkilenecekti, ama televizyonda bu program varken belirgin kristaller üretti. (Bkz. şekil 4.3.)

Alınacak ders şu: Olumlu bilgi elektromanyetik dalgalara üstün gelebilir.

Yiyeceğimiz mikrodalga fırında pişirilecekse, o yiyeceğe ve onu hazırlayan kişiye "*sevgi ve minnettarlığımızı*" gönderelim.

Bir cep telefonu kullanırken, konuşmalarımızı neşeli konuşmalarla sınırlayalım. Cep telefonunu iş görüşmeleri için kullanıyorsak, gelin, anlaşmayı sağlamak gibi konular için cep telefonunu kullanalım. Bir başarısızlığı bildirmek için normal bir telefon kullanmak daha iyi olacaktır. Bir çift, cep telefonuyla samimi bir konuşma yapacaksa, belki de elektro-

manyetik dalgaların etkisinden sakınabilirler. Bu konuşma sevgi doluysa, uzun bir süre cep telefonundan konuşmak bile sorun olmayacaktır. Bununla birlikte, bir cep telefonunda ayrılık hakkında konuşmaktan kesinlikle kaçınılmalı. Böyle bir konuşmanın yüz yüze yapılması daha iyi olacaktır.

Televizyon konusuna gelince, gelin doğası itibariyle iyileştirici olan programlar ya da videolar izleyelim. Televizyonda haberleri izlerken çok kötü cinayetler ya da trajik kazalara ilişkin haberler duyabiliriz. Böyle bir durumda, en iyisi kanalı değiştirmek ya da televizyonu kapatmak olacaktır.

Sürekli şiddet içeren programlar ve filmlerden kaçınmak da akıllıca olacaktır. Video oyunları oynarken, dövüşleri öne çıkaran yazılımlardan kaçınmak daha iyidir. Rüştünü ispat etmemiş gençlerin işlediği korkunç cinayetlerin sayısı artıyor; ben onların sanal dünyaya kaydıklarını ve elektromanyetik dalgalardan olumsuz etkilendiklerine inanıyorum. Bu bağlamda, suya pornografik bir video gösterdiğimizde sonucun iyi olmadığını da ekleyebilirim.

Kişisel bilgisayar kullanırken dikkatli olmalıyız. Bilgisayarı iş için kullanıyorsak, gelin işimizi şevkle ve olumlu bir tutumla yapalım ve keyif alalım. Olumlu tutumumuz elektromanyetik dalgalara üstün gelecektir. Diğer yandan, işimizde “Niçin bunu yapmak zorundayım ki?” diyerek sürekli yakınırırsak, kişisel bilgisayardan yayılan güçlü elektromanyetik dalgalar *hado'* muzu bozabilir.

### **Güzel Müzik Hücrelerimize Ulaşır**

Suyunuzun kalitesini arttırmak kendi başınıza yapabileceğiniz bir şeydir. Biz de su olduğumuz için, içtiğimiz suyla *hado'* muzu bozmaktan kaçınmalıyız.

Neyse ki; daha önce de ele aldığımız gibi, suya iyileştirici bilgi vermenin ve su için olumlu düşüncelere sahip olmanın iyi olduğu açıkça kanıtlanmıştır. Güçlü elektromanyetik dalgalar üreten aletlerin yakınına konmuş suyun bile bu tür bilgi verildiğinde kristaller oluşturabildiğini lütfen unutmayın.

Ne tür bilgi iyileştirici etkiye sahiptir? "*Sevgi ve minnettarlık*" gibi dilin öneminden söz etmiştim. Bununla birlikte, bilgi yalnızca sözcüklerle sınırlı değildir. Başka tür bilgiler de suyu geliştirme doğrultusunda iyileştirici özelliklere sahiptir. Su duyarlı olduğu için güzel resimlere ve müziğe de tepki verir.

Aslında, su kristali fotoğrafları çekmeye başladığımızda, ilk başta sözcüklerle deney yapmadan önce suya müzik bilgisi vermek için bir deney yapmıştık. Su kristali fotoğrafları çekmeye kendini kaptıran genç bir araştırmacı bir gün, "Gelin suya müzik dinletelim, sanırım ilginç su kristalleri ortaya çıkacak," dedi. Bu fikir hemen çok ilgimi çekti. Her şey bir yana, müziğe çok düşkünüm. Bir zamanlar ciddi ciddi bir vokalist olmayı bile düşünmüştüm. Neyse, en sevdiğim klasik müzik parçalarını birbiri ardına çalmaya karar verdik. (Bkz. şekil 4.4.)

Deneme ve yanılgılardan sonra, suya müzik çalmak için aşağıdaki yönteme vardık:

1. İki hoparlörün arasına bir su şişesi yerleştirin ve normal ses düzeyinde bir müzik parçası çalın.
2. Müzik bittikten sonra, biraz titreşim vermek için şişenin dibine hafifçe vurun.
3. Şişeyi bir gece orada bırakın, sonra bir dondurucuya koymadan önce yeniden hafifçe şişeye vurun.

Müziği kendi zevk aldığımız koşullarda çaldık. Sonuçlar beklentilerimizi çok aştı. Su, bizim müzikten hissedeceğimiz iyileştirici etkilere benzer bir tepki gösterdi. Özellikle, tam bir orkestranın çaldığı müziğe maruz bırakıldıktan sonra oldukça karmaşık ve girift kristaller oluşturdu.

Belki de farklı enstrümanların yarattığı uyum iyi *hado* ortaya çıkarmıştır. Bedenimiz altmış trilyon kadar hücreden oluşur. Bedenimiz bu hücrelerin icra ettiği uyumdur. Bir orkestranın çaldığı müziğin uyumu bedenimizin her hücresine ulaşabilir ve böylece sağlığınıza yardımcı olabilir.

Klasik müziğin dışında, suya iyileştirici müzik denen müzik de çaldık ve sonuçta güzel kristaller oluştu; diğer yandan, suya heavy-metal dinlettiğimizde hiçbir kristal oluşmadı. (Bkz. şekil 4.5.)

Ben müziğin gerçekten iyileştirici etkileri olduğuna inanıyorum. Müzik dinlerken iyileştirildiğimizi düşünüyorum, çünkü belki de bedenimizdeki su müzik dinleyerek iyileştiriliyordur. Güzel müzik, altmış trilyon hücremizin her birine ulaşır.

Suya müzik çaldıktan sonra fotoğraflar çekmedeki başarımızı bizi suya güzel resimler göstermek ve suya sözcüklerdeki bilgileri okutmak gibi sonraki deneyleri yapmaya götürdü.

Bu kitap için, bedenimizde iyi etkilere sahip gibi görünen müzik türlerini gösterdiğimiz deneylerimizden elde ettiğimiz bazı resimleri seçtim. Bu müzik parçalarının hepsi popüler parçalar; siz de belki sabahları ya da akşam dinlenirken bu parçaları dinlemek isteyebilirsiniz. (Bkz. şekil 4.6.)

Son zamanlarda, müzikle bedenimiz arasındaki ilişki üzerine daha çok düşünüyorum. Tıp alanında, giderek daha

çok sayıda hekim, uygulamalarına “müzik terapisi” katıyor. Hastalarına müzik dinletmenin iyileşme sürecini hızlandırdığını söylüyorlar. Bu terapinin büyük bir taraftarıyım. Biz, su yuz. Müzik suyu mutlu ediyorsa, sudan oluşan hücrelerimi zi de olumlu etkiliyor olmalı.

Ayrıca, her bireyin *hado'sunu* incelemek ve o *hado* ile sıkıca eşleşecek sesler yaratmayla ilgileniyorum.

Geçmişte, bireylerin *hado'sunu* ölçüp inceledim ve onların bozulmuş *hado'larını* düzelterek bilgiyi içeren suyu yaptım. Her bireyin kendine özgü bir *hado'su* vardır; bu yüzden, suyun taşıyacağı bilgi herkes için farklılık gösterir. Kişi için en uygun *hado'yu* bulduktan sonra su kişiselleştirildiğinde çok etkili oldu. Aynı şeyi seslerle de yapabileceğimize inanıyorum.

Shicuoka City'deki Shibuya Beyin Cerrahisi Kliniğini kuran Dr. Naoki Shibuya “ses-enerjisi terapisi”ni kullanan uygulamasıyla tanınır. Dr. Shibuya Nagoya Üniversitesi lisanüstü biriminde beyin tümörleri ve kemoterapi alanındaki araştırmalarıyla doktora derecesini almıştır. Japonya Beyin Cerrahisi Topluluğu'ndan sertifikasyon sahibi önde gelen beyin cerrahlarından biri olan Dr. Shibuya Nagoya ve Tokai Üniversitelerinin Beyin Cerrahisi Bölümlerinde çalıştı.

1997 yılında, *Subeteno Inochie: Something Great Karano Okurimono* (Bütün canlılara: Harika bir şeyden bir hediye) (Sougohourei Publishing) başlıklı bir kitap yazdı. Bu kitapta, ses-enerjisi terapisini sesin *hado'sunu* kullanarak çeşitli hastalıkları tedavi etme yöntemi olarak tanıttı. Ayrıntılı bilgi için lütfen Dr. Shibuya'nın kitabına bakınız. Temel olarak, Dr. Shibuya bu terapiyi sesinden bireyin *hado'sunu* bulmak ve ona bozuklukları düzelterek sesi dinletmek olarak açıklıyor.

Bu terapisinin sistemi Robert Roy adlı Kanadalı bir mühendis tarafından geliştirilmiştir. Robert Roy, kırk beş yıl boyunca kendisini bu konuyu incelemeye adanmıştır. Bir matematikçiye atomik frekansları hesaplamak için matematiksel bir formül geliştirdi. Bu formülü kullanarak, bozukluk görülen frekansı düzeltecek bir ses bulunur.

2003 yılı başlarında, Bay Roy sistemi daha da ilerletti ve bir kişiye on beş saniye boyunca seslendirme yaptırdıktan sonra uygun bir ses yaratma kapasitesine sahip bir yazılım geliştirdi. (Melodisi olan bir müzik parçasının tersine, bu sistemde çeşitli örüntülerde tek bir ses kullanılıyor.) Bu yazılım eski versiyonuna göre çok daha kolay bir şekilde sesler oluşturmayı mümkün kılıyor. İşlemin tamamlanması yaklaşık üç dakika sürüyor. (Bkz. şekil 4.7.)

Sistemi şahsen denedim. Denizaşırı bir yolculuğun ardından çok yorulduğum ve yazma işiyle fazlasıyla meşgul olduğum için omuzlarım çok gergindi ve biraz ağrıyordu. Otuz dakika boyunca, bu yazılımın oluşturduğu sesi dinledikten sonra, omuzlarımdaki gerginlik aniden yok oldu.

Bu yeni sistem popüler olursa, müzik terapisi önemli bir atılım yapabilecektir; çünkü en uygun bilgiyi içeren ses, ayrı ayrı hücrelerimize gönderilebilir. Şirketimde, bu ses-enerjisi sistemini inceliyoruz.

## **Kendimizi Sağlık ve Mutluluğun**

### **Dalga Boyuna Ayarlamak**

Sabah uyandığımda, oturup sakinleşirim. Sonra bakışlarımı önceden yatağımın yanına koyduğum su bardağına dikerim.

Aşağı yukarı otuz saniye boyunca, “*Teşekkür ederim, senden bugünün güzel bir gün olmasını isterim,*” gibi şeyler söyleyerek minnettarlığımı sözle ifade ederim. Sonra suyun yarısını içerim. Bunun ardından o gün boyunca yapmam gerekenleri düşünürüm. Her işimi tamamladığımı imgeler ve bunun verdiği başarı duygusuyla birlikte suya “*Her şey iyi gitti, teşekkür ederim,*” derim. Sonra da suyun kalanını içerim.

Bunu yaparak iyi bilgi sadece bardaktaki suya değil, aynı zamanda çevredeki havadaki neme de gönderilmiş olur. Hem bardaktaki su hem de havadaki nemle rezonans yapmak mümkündür.

Kalkar ve banyoya giderim. İşimi bitirdikten sonra, akıp giden suya minnettarlık duygumla birlikte “*teşekkür ederim*” derim.

Sonra duş alırım. Banyo suyunda klor vardır ve deri için iyi değildir. Bu suyun *hado’sunu* düzeltmek için *sevgi ve minnettarlık* gerekir. Bu, deri sorunları olanlar ve bir duş filtresi taktıramayanlar için özellikle önemlidir. Suyun *hado’sunu* düzeltmek için banyonun duvarına “*teşekkür ederim*” ve “*sevgi ve minnettarlık*” gibi sözler asmak da iyi bir fikirdir.

Sabah zamanım varsa, yürüyüşe çıkmaya çalışırım. Sabah güneşinde güneşlenmek kalbimi aydınlatır. Acele etmeden yürürken olumlu şeyler düşünürüm.

Bazı insanlar “Sabahları hiç zaman ayıramam” diye düşünebilirler. İsterseniz sabahları kendinize zaman yaratabilirsiniz. Erken kalkmak için erken yatmanız gerekir. Çok fazla alkol içmekten kaçınılmalıdır. Sadece sabahları zamanınızı acele etmeden geçirerek sizin için iyi olan düzenli, yolunda bir hayat yaşamayı umabilirsiniz.

Sonra kahvaltı gelir. Genellikle, kahvaltımı eşimle birlikte yaparım; ama kendi başıma kahvaltı yapsam bile, daima şükran duamı ederim: “İtadakimasu” (*Bu yemekten keyif alayım*).

Bu bölümün başında da ifade edildiği gibi, yemek için çeşitli malzemeler kullanmak daha iyidir. Benim bu isteğime karşılık olarak eşim zamanını ve emeğini pişirmeye ayırır. Ona minnettarım.

Kahvaltımı ederken, lokmalarımı iyi çiğnemeye dikkat ederim. Böyle yaparak, yemeğe zaman ayırırım. Aceleyle atıştırmak yemeğimi yemenin vereceği zengin hazzı almamı engeller. Keyifli bir yemek için zaman ayırmanın üzerimde sakinleştirici bir etkisi vardır.

Yemeğimi bitirdikten sonra, hiç acele etmeden çay içerim. Bir atasözünde dendiği gibi, “Sabah fincanındaki bir çay sapı sana şans getirecektir.” Ben bunu şöyle yorumluyorum: “Kahvaltını zaman ayırarak yap, böylece fincanındaki bir çay sapını fark edebilirsin.” Fincanımda gerçekten bir çay sapı varsa, minnettar olurum ve günüm hakkında daha olumlu hissederim. Bu olumlu tutum gün içinde olumlu sonuçlar almamı sağlayacaktır.

Kahvaltımın sonunda, tek başıma kahvaltı yapmışsam bile, “*Yemeğimden çok keyif aldım*” ya da “*Çok teşekkür ederim*” derim.

Toplumda neler olup bittiğini bilmem gerektiği için, genellikle televizyonda sabah haberlerini ve konuşma programlarım izlerim. Bununla birlikte, olumsuz konulara odaklanıyorlarsa, kanalı değiştiririm. *Hado* bakımından, sıkıntı veren programlar yerine beyzbol birinci ligini izlemek daha sağlıklı olacaktır. Spor karşılaşmalarını izlemek bize iyi bilgi verir; çünkü bir spor karşılaşmasını izlerken, zaman zaman

güzel bir oyundan etkileniriz. Bunun derin izlenimi iyi *hado* etkisine sahiptir ve bedeninizle rezonans yapar.

Sonra işe giderim. Evden işe giderken, kendimi olumlu düşünmeye iterim. O gün işte yapacaklarımda nasıl başarılı olacağımı imgelerim. Beni görmeye gelen bir konuşğun ve yaptığımız güzel bir sohbetin imgesini canlandırırım. Ya da şöyle düşünmeye başlayabilirim: “Güzel, çalışanlarım sıkı çalışıyor. Onlara bir ‘teşekkür ederim’ olayı düzenlemeliyim. Örneğin gelecek yılın Şubat ayında bütün çalışanlarla birlikte Hawaii’ye bir grup yolculuğu nasıl olur?” Sonra o yolculuğu imgelerim. Çalışanlarımın yazın hiç sıkılmadan Hawaii’den keyif alan ve gülümseyen hallerinin görüntüsü beni bunu yapmaya iter.

Ofisime varırım. Konuşğumu görürüm ve sohbetimize başlarım. Söyleşirken birçok fikir ortaya çıkabilir. Ziyaretçilerin bazıları dikkatlice ofisimi süzer ve sorar: “*Hado* bakımından, bir ofis ya da bir ev için iyi bir plan var mı? Peki ya mobilyalar? *Hado* üretmek için iyi ya da kötü belli bir tür mobilya var mıdır?” Bu Feng Shui uzmanlarının alanına girer. Böyle bir bilgiye sahip değilim; bu bakımdan verebileceğim bir öğüt yok. Bununla birlikte, *hado* bakış açısından eklemek istediğim bir şey var.

Havayı değiştirmek için elinizden geldiğince sık pencereleri açmak iyi olur. Hava durgunlaştığında, niteliği bozulur. Su bir nehirde akıyorsa, kirlenmez. Bununla birlikte, bir havuzdaysa ya da göldeyse, çabuk bayatlar. Aynı durum havadaki nem için de geçerlidir. Bu yüzden bir hava akışı yaratmaya dikkat ederim.

İşten sonra, canım bazen içmek ister, bu yüzden çoğunlukla çalışanlarımı dışarı çıkarırım. Böyle bir olayın ücretsiz ve rahat bir parti olmasını ve başkanlarıyla bile olsa rahatça konuşmalarını sağlarım.

İçmenin en büyük değeri insanların gerçek duygularına göre konuşmak için daha özgür olmalarıdır. Zırlarımızdan soyunabiliriz. Samimi sohbetlerimiz sırasında, düşündüklerini beklenmedik bir şekilde öğrenmek çoğu kez beni etkiler. Bu tür derin izlenimler iyi *hado* üretir ve hücrelerimize sızar.

Benimle birlikteyken grup halinde hiçbir olumsuz konunun konuşulmasına izin verilmez. Çoğu kez bir grup işçinin birlikte içip patronlarının hastalığından söz ettiklerini görürüm. Bu tür bir içkili grup iyi değildir. Bu insanlar sanki birbirine çekilir ve kendi olumsuz titreşimleriyle rezonans yapmaktan keyif alırlar.

İlginçtir, bu insanların gittikleri yerler olumsuz doğası olan benzer grupları çeker gibidir. Belki de her bir grubun titreşimi diğeriyle rezonans yapıyordur. Bu tür yerler benim emmek istemediğim *hado* ile doludur. Bu anlamda, parti yapmak için gideceğiniz yeri seçmek önemlidir.

Alkolün kendine özgü *hado'sunun* iyi olduğuna inanıyorum. Hem su hem de yağla birleşir. Su, ruhsallık ve maddencilik arasında köprü kurabilen ender maddelerden biridir. Alkolün insanların ihtiyacı olan bir *hado'ya* sahip olduğu düşünülür. Elbette, ertesi sabah kalkamayacak kadar alkol içmeniz iyi değildir, bu yüzden içkinizi ılımlı bir miktarla sınırlayın.

Yatmadan önce su içerim. Sabah ritüelime benzer şekilde, gün için duyduğum minnettarlıkla üç dakika kadar suyla konuşurum.

Günümün suyla başlayıp suyla bittiğini açıkça söyleyebilirim. Ben suyum, bu yüzden bunun çok doğal olduğunu düşünüyorum.



## B E Ŗ İ N C İ B Ö L Ü M



### Yaşadığımız Sürece Gelin Suyla Diyalog Kuralım

#### Her Şey Sizin Zihinsel Tutumunuza Bağlı

**D**r. Joan Davis, *hado* hakkında okumak ve kitaplarımdaki su kristalleri resimlerine bakmaktan etkilenen okuyuculardan biri. Dr. Davis, Zürih Teknik Üniversitesi'nden emekli bir profesör; üstelik otuz yılı aşkın bir süre boyunca suyu araştırmış.

Dr. Davis bana şunları söyledi:

“Sudan buz kristali resimleri çekme konusundaki araştırmanız bize iki önemli noktayı hatırlatıyor:

Birincisi suyun hassas enerjiye bile tepki verdiğinin farkında olmak. Bilim insanları ve resmi görevlilerin de günümüzde su için sağlanan neredeyse hiçbir koruma olmadığını bilmelerini istiyorum. Bu tekniğin sağlık ve tıbbi bakım alanlarında kullanılabileceğini düşünüyorum.

Diğer nokta ise suya daha çok saygı göstermek. Önemli olan şey suya saygılı davranma isteğimizi yeniden kazanmaktır.

Antik Yunan'da, insanlar suya gerçekten saygı gösterirlerdi; ayrıca birçok Yunan miti de suyun korunması ögesine dayanır. Ama sonra bilim ortaya çıktı ve bu mitleri bilimsel olmadıkları için reddetti. Su mistikliğini kaybetti ve sadece bir başka madde haline geldi.

Çağdaş kültürümüzde, suya saygı gösterme tutumumuzu kaybettik ve teknolojinin gerekli olduğunda temizleyebileceği bir yönde ilerlemeye başladık. Bazen 'Arıtılmış su arı değildir' deriz. Arıtma fabrikalarında işlenen su güzel kristaller oluşturan su değildir. Suyun gerek duyduğu şey arıtılması değil saygı gösterilmesidir."

Onun "*Suya saygı gösterin*" sözü beni derinden etkiledi. Bunlar İsviçre'de, yani su araştırması alanında gelişmiş bir ülkede çalışan bir bilim insanının sözleri.

### Dualar Suyu Değiştirir

Arı su teknolojik olarak arıtılmış sudan farklıdır. Dr. Davis'in bu etkiye yaptığı gönderme bana bir süre önce yaptığımız bir deneyi hatırlattı.

Dr. Nobuo Shioya'nın sözcüklerin ruhu hakkında ileri sürdüklerine göre büyük bir deney yapmaya karar verdik. II. Dünya Savaşı'ndan önce, Dr. Shioya Kore, Seul'da, Keiyo Imperial Üniversitesi'nde ders veren bir asistan profesördü. Japonya'ya dönüşü üzerine, bir dahiliye kliniği açtı. Seimeisen Chiryo'yu (*Yaşam boyu terapi/Lifeline therapy*) araştırdı ve uygulamasında bunu kullandı. Yüz yaşını aşkın bir yaşta, hâlâ her gün golf oynayacak kadar sağlıklı. Dr. Shioya bize "*Büyük Bildiri*" adını verdiği duasını etmeye teşvik eder: "*Evrenin sınırsız gücü donar ve donar; dünya gerçekten harika ve huzurlu oldu.*" Altı çizilecek nokta bunu

geçmiş zamanda (yani “oldu” şeklinde) olumlu olarak söylemektir. Bundan etkilenmiştim.

Peki deneyimiz neydi?

25 Temmuz 1999’da saat 04.30’da, 350 kadar kişi Japonya’daki en büyük göl olan Biwa Gölü yakınında bir araya geldi. Gelenek şöyle der: “Biwa Gölü’nün suyu temizlendiğinde, bütün ulusun suyu temizlenir.”

Biwa Gölü kirlenmişti. Kirlenmiş suyu kötü kokuyordu ve güzel kamışları yok olmuştu. Yaz aylarında, Kanada’dan gelen bir alg, anormal bir şekilde büyüyor ve bölgedeki insanların ortak bir sorunu haline gelen iğrenç bir koku yayıyordu.

Bu üzücüydü. Biwa Gölü, Japonya’nın ana gölüydü. Anenin rahmindeki amniyon sıvısı kirlenirse, bunun bütün ulus üzerinde ne tür bir olumsuz etkisi olurdu?

Bu yüzden *hado* gücüyle Biwa Gölü’nün suyunu arıtmak için harekete geçmeye karar verdik. Yaz sabahının taze havasında erken bir saatte, Dr. Shioya bize Büyük Bildiriyi on kez okumada öncülük etti.

Bir ay sonra, 27 Ağustosta, Kyoto gazetesinde “Bu yaz anormal alg gelişimi olmadı, hiç koku yok” manşeti altında bir yazı çıktı. Yazıda şu paragraf vardı:

“...Bununla birlikte, bu yıl gölün yüzeyini kaplayan neredeyse hiçbir koloni yok, küçük Kanada alglerinden kaynaklan kokuya dair bir şikayet de yok. Toplanan alg miktarı geçen yıl 1.500 tona ulaşmıştı, ama bu yıl, diğer alg türleri de dahil olmak üzere, aşağı yukarı 110 tonda kaldı. Bölgeden sorumlu kişi [bölgenin eko-yaşamı geliştirme bölümü] şu yorumda bulundu: ‘Miktarın bu kadar düşük

olduğu başka bir örnek aklıma gelmiyor. Uzmanların fikrini sormayı ve nedenlerini araştırmayı planlıyoruz.”

Bölgenin valisinin bilmek istediği nedenin Büyük Bildirinin *hado'su* olduğunu varsaymak doğal. Siz ne düşünüyorsunuz? (Bkz. şekil 5.1.)

*Hado'nun* gücünün Japonya'daki en büyük gölü değiştirebileceğine inanmakla birlikte, ertesi yılın 16 Nisan tarihli *Sankei* gazetesindeki bir manşet gözüme takıldı: “Ültrason sudaki dioksini ayrıştırıyor: Göller ve bataklıkların arıtılması için çok faydalı.” Bu makalede Osaka Bölgesi Üniversitesi, Mühendislik Fakültesi'nden Profesör Yasuaki Maeda'nın araştırma sonuçları veriliyordu. Bu beni çok etkiledi, çünkü fikrim için bilimsel bir kanıt arıyordum.

Sudaki dioksin ve PCB (poliklorinat bifenil) gibi organik maddeler ultrason dalgalar kullanılarak neredeyse tamamen ayrıştırılıyor; Osaka Bölgesi Üniversitesi, Mühendislik Fakültesi'nden Profesör Yasuaki Maeda tarafından geliştirilen teknoloji, aym 15'inde bunu açığa çıkardı. 200 kilohertzlik ultrason dalgalar sudan geçirildiğinde kimyasal bileşenleri emen oldukça küçük kabarcıklar yaratıyor. Bu kabarcıklar patladığında, kimyasal bileşenler ayrışıyor. Hem göller ve bataklıklardaki kirli suyun arıtılması hem de atmosferin ozon tabakasını yok eden fluorokarbonun ayrıştırılması için kullanılabilir. Bunlar ayrıştırılması zor maddeler olarak karakterize ediliyor; bu nedenle, çözülmesi gereken bir sorun olmuştu. Bu teknoloji pratik kullanıma uygun hale geldiğinde hem yurtdışında hem de yurtdışında bir sansasyon yaratacak.

Ültrason dalgalar insanların duyabileceği ses eriminden daha yüksek olan seslerdir (16.000-20.000 hertz). Suyun altın-

daki presürizasyon ve depresürizasyon yüzünden ,dalgalar mikron büyüklüğünde kabarcıklar yaratıyor. Bir kabarcık kısa ömürlü, patlaması ancak 0,1 mikro-saniye (1/100.000 saniye) sürüyor. Yeni incelemeler bir kabarcığın çevresindeki su basıncı yüzünden patladığında geçici süreyle 5.000 <sup>0</sup>C'den yüksek bir ısı ve aşağı yukarı 1.000 atmosferlik bir basınç oluşturduğunu gösteriyor.

Organik klorinat/klorlanmış bileşenlerin suya karşı çekim gücü düşük olduğu için kabarcıklara yapışıyorlar. Patlayan kabarcıkların ısısı ve basıncı yüzünden bileşenler zararsız karbonik asit gazlar ve klor iyonları halinde ayrışıyorlar. Deneyde, 10 PPM'lik PCB çözeltisinden otuz dakika boyunca 200 kilohertz ültrason geçirildiğinde PCB'nin % 95'i ayrıştı; dioksin ve fluorokarbon için de benzer sonuçlar elde edildi. Sudan kimyasal maddeleri ayırmanın bir yolu olarak, ozon ve ultraviyole ışınlarla tutarak bileşenleri de-klorlama/de-chlorinate yöntemi artık pratik kullanıma çok yakın. İnsan bedeni için zararsız olan 200 kilohertzlik ültrason kullanma yönteminin suyun güvenli ve ucuz bir şekilde işlenmesini sağlayacağı söyleniyor.

Suyun, kalitesini arttıran ültrason dalgaların titreşimleriyle nasıl rezonans yaptığı konusundaki bu makaleyle aynı zamanda, Büyük Bildirinin sesleri Biwa Gölü çevresindeki bütün bölgede yankılanıyordu.

Bu sözcüklerin Doğa'nın seslerine dayandığına ve Doğa'dan öğrenerek geliştirildiğine inanıyorum. Dolayısıyla, "evren" sözcüğünü söylediğimizde, bu evrenle aynı *hado*'ya sahip olur; bu yüzden evrene ulaşmış olması gerektiğine inanıyorum. Büyük Bildiri'de "Evrenin sınırsız gücü ..." deniyor. Duamızın arı *hado*'su evrenin çok uzak köşelerindeki ült-

rason kuşağından geçmiş, onunla rezonans yapmış ve göle geri dönmüş olmalı.

Bu olayın devamı vardı.

*Hado* kavramı, çağdaş bilimin her derde deva olduğunu düşünen çoğu kişi tarafından genellikle iyi karşılanmıyor ve doğru anlaşılmıyor. Çağdaş bilim tarafındaki insanlarla çalışabilirsek ve birbirimizin sonuçları hakkında bilgi alışverişi yapabilirsek, *hado* hakkındaki mesajlarımızı halka yaygın biçimde gönderebileceğimizi düşünüyordum.

Bahsettiğim *hado* ve Profesör Maeda'nın yeni teknolojisi bir makalede birlikte işlenecekti. 13 Mart 2003'te *Sankei* gazetesinde "Su bilimi" başlıklı bir dizi makalenin altıncısı olarak yayımlandı. "Ültrasona tepki olarak, zararlı maddeler ayrışıyor" alt başlığı altında Profesör Maeda'nın araştırmasının sonuçları yeniden aktarıldı. Ek olarak, benim yapmış olduğum suya müzik çalma hakkındaki araştırma da vardı.

Gelecekte, *hado* enerjisinin çok daha yaygın ve samimi bir ilgi göreceğine inanıyorum.

Araştırmam, *hado*'nun suyu değiştirdiğini gösteriyor. Olumlu bir tutum ve saygıyla suyla diyalog kurarsak su kesinlikle değişecektir. Büyük bir göldeki su bile değişebilir. Bedeninizdeki su da değişebilir.

### "Yap!" Yerine "Haydi Yapalım!"

Su kristali resimlerimizle ilgilenen insanlardan biri de Manuela Kihm adlı hoş bir İsviçreli hanımefendiydi. Bir organizasyon şirketi işleten Bayan Kihm kitabımdaki resimleri takdir etti. Şöyle dedi: "Su kristali fotoğraflarının harika yanı, onları kendi gözlerimizle görebilmemiz. Sonuç olarak, bilincimiz hızlı bir sıçrama yapıyor. Bu bilinç uyanışı çok çabuk

oluyor. Düşündüğümüz ve hissettiğimiz şeylerin kendi gözlerimizle görülebileceği gerçeği bu değişimi hızlandırıyor.” Sonra beni İsviçre’de bir konferans vermeye davet etti. O zaman elde edilen başarı her yıl konferans vermek için Avrupa’ya gitmeme yol açtı.

Bayan Kihm sözlerine şöyle devam etti: “İki çocuğum olduğu için, onlarla sevgi dolu sözcüklerle konuşmanın ya da onlara sadece emir vermenin büyük bir fark yarattığını biliyorum. ‘Haydi yapalım!’ ya da ‘Yap!’ demek arasında fark var. Ayrıca, bunu bedenimizin her hücre düzeyinde hissettiğimizi anlıyorum.”

“Haydi yapalım!” ve “Yap!” ifadelerinin her ikisini de ane-babalar çocuklarını terbiye ederken sıkça kullanırlar. Bu ifadeleri duyan çocuklar kullanılan ifadeye bağlı olarak farklı şeyler hissedeceklerdir. Çocuk olsaydınız, kendinizle nasıl konuşulmasından hoşlanırdınız?

İki şişe suya “Haydi yapalım!” ve “Yap!” sözlerinin yazılı olduğu etiketler yapıştırıp fotoğraflarını çektik. (Bkz. şekil 5.2.)

Beklendiği gibi, “Haydi yapalım!” etiketli suda bir kristal oluştu. Güzelden çok şirin denebilecek bir biçimi vardı. Diğer yandan, kendisine “Yap!” etiketi gösterilen suda yalnızca korkutucu bir daire şekli oluştu. Her şeyden önce, talepler ve emirler iyi *hado* taşımaz.

### “Sevgi ve Minnettarlık” Dünyayı Değiştirir

Su çocuklarla konuşurken kullanılan sözcüklere tepki verdi. Bu bana suyun sevgilerini çocuklarından esirgemeyen anneler ve babalar ilgili bilgiye tepki verebileceğini düşündürdü. Kağıtlara çeşitli sözcükler yazdıktan sonra, onları suya gösterdik.

Annelerle ilgili bilgi için, “annenin pişirdiği yemeğin tadı”, “annenin ilgisi”, “eş ve kayınvalide”, “göbek kordonu”, “mutlu ev”, “doğum”, “anne sütü”, “çocuk bakımı” ve “güvenlik duygusu” sözlerini seçtim. Biri dışında hepsi harika kristallerle sonuçlandı. Tam bir kristal oluşturmayanı “eş ve kayınvalide” sözüydü. Bu ifade olumsuz bir bilgi içeriyor gibi görünüyor.

Babalarla ilgili bilgi için, “babanın hobisi”, “babayla yakalamaca oynamak”, “aile yolculuğu”, “babanın öğretmesi”, “baba örneği” ve “evin temel direği” (ailesini geçindiren kişi) ifadelerini seçtim. Hepsi beklediğimiz gibi kristaller oluşturdu.

Beklentimin tersine olan bir durum ise Japonca “evin temel direği” sözcüğünün gösterildiği su örneğiydi. Ben suyun büyük ve etkileyici bir kristal şekli oluşturacağını düşünmüştüm. Bununla birlikte, oluşan kristal yoğun ve oldukça küçüktü. “Evin temel direği” sözü babaların hâlâ ailenin reisi olarak düşünüldüğü zamanlarda suya gösterilmiş olsaydı, su farklı bir kristal oluşturabilirdi. Elde ettiğimiz kristal biraz daha az saygı gördüğünü hisseden günümüz babalarının gerçekliğinin bir yansıması olabilir. (Bkz. şekil 5.3.)

Ne olursa olsun, su bir ailenin “sevgi ve minnettarlık” ile ilgili bilgisine duyarlı bir şekilde tepki verdi.

Su, “sevgi ve minnettarlık” duygularıyla titreşimden etkilendi. Bu su olan siz ve içinde yaşadığınız dünya için de geçerli olmalı.

Bayan Kazue Kato Japonya’da kadınların özgürleşmesi doğrultusunda bir eylemci ve bir politikacı olarak tanınıyordu. II. Dünya Savaşı’ndan sonraki ilk seçimde sandalye kazandı ve Japonya’da Ulusal Meclisin ilk kadın üyesi oldu. Bayan Kato yeni öneriler sunmaya devam etti ve Japonya’da

kadınların sosyal statüsünün geliştirilmesine büyük ölçüde katkıda bulundu. 104 yıl yaşadı. Yüzüncü doğum gününde yapılan bir röportajda, "Uzun ömrün sırrı nedir?" diye sorulduğunu hatırlıyorum. Şu yanıtı vermişti: "Her gün kalbime hitap eden on deneyim yaşıyorum. Uzun bir ömrümün olmasının sırrı bu."

Bunun harika olduğunu düşündüm. Ne kastettiğini gayet iyi anlayabiliyorum. Kalbimize hitap eden deneyimler yaşayarak iyi *hado* ile rezonans yapabiliriz; bu da sonrasında bedenimizin kendine özgü *hado*'sundaki herhangi bir bozukluğu düzeltecektir.

Sabah, kalkıp dışarıya, güneşe bakmaya çıkarım. Parılda-yan güneşin güzelliği kalbime hitap eder, hayatta olduğum için minnet duyarım. Güneşe ibadet ediyor gibi hissedirim kendimi. Bahçeye bakarken güzel gündüzsefası çiçeklerinin de kalbime hitap ettiğini görürüm.

Bu şekilde, günüme kalbime hitap eden deneyimlerle başlayabilirsem, günüm harika olacaktır.

Kalbime hitap edilmesi deneyimini abartılı terimlerle anlatacak olursam, bu yaşamsal kuvvetlerimizin alışverişi olacaktır. Birbirimizle rezonans yaparız. Güneşten ve gündüzsefası çiçeklerinden titreşim alırım. Buna karşılık, güneşe ve gündüzsefası çiçeklerine kendi titreşimimi gönderirim. Harika titreşimleri alıp verebildiğimizde, yaşamlarımızı paylaştığımızı söyleyebiliriz.

Parlayan güneşi ve açan gündüzsefası çiçeklerini fark etmiyorsanız, belki de onların harika titreşimleriyle rezonans yapmaya hazır değilsinizdir. Kendinize özgü titreşiminiz böyleyse, sağlığınız da tehlike de olabilir.

Hiç titreşim olmaması ölüm demektir. Harika bir şeyle karşılaştığımızda, gelin kalbimize hitap edildiğini hissedelim, gelin taze titreşimlerle rezonans yapalım.

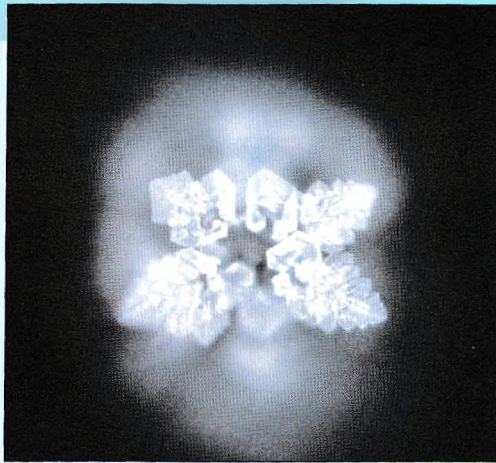
Suya saygı göstermeliyiz, sevgi ve minnettarlık duymalıyız ve olumlu bir tutumla titreşimler almalıyız.

Sonrasında su değişir, siz değişirsiniz, ben değişirim.

Çünkü siz de ben de, hepimiz suyuz.

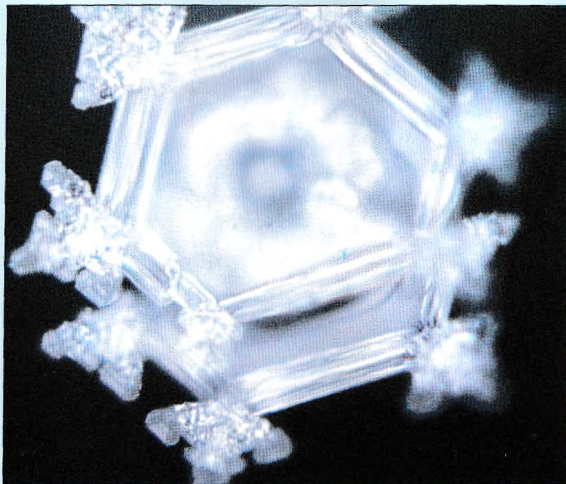
### Şekil 2.3

“Üzüntü hastalıklara sebep olur” lafının içindeki gerçek.



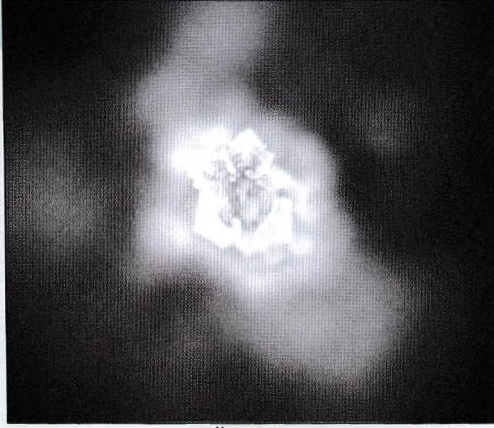
Stres

“Stres” kelimesi bir şişe suyun üzerine yapıştırıldı. Kristal bize baskı altında ve büzülmüş izlenimi verdi.



Stres → Relaks

“Stres” yazan kağıt çıkarılıp yerine “Relaks” yazan konduğunda kristalin şekli değişti. Bu örtülmüş kristalin de gösterdiği gibi; relaks olduğumuzda insanlar doğal olarak etrafımızda olurlar.



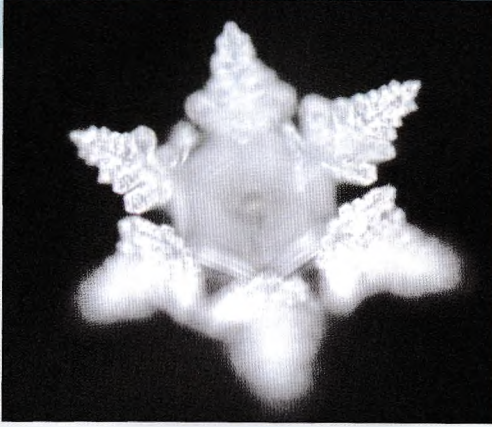
Üzüntü

Su kristali “üzüntü” kelimesi gösterildiğinde “Stres” kelimesindekine benzer şekil aldı. Fotoğraf bize kristal kendi kabuğunda boğulmuş izlenimini verdi.



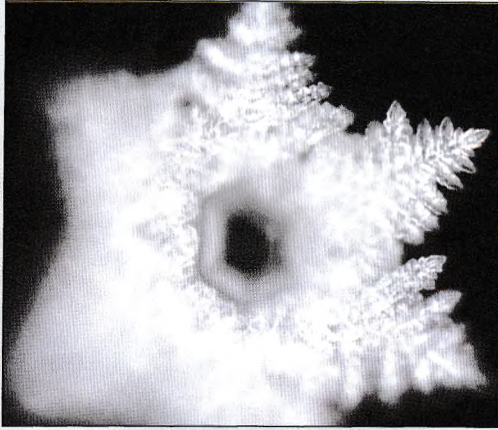
Üzüntü → Uyum

“Üzüntü” yazan etiket “uyum” yazan ile yer değiştirildiğinde tarifsiz güzellikte bir su kristali oluştu. Bu fotoğraf bize uyumun (Japonca; Kiraku) önemini anlatıyor.



Anksiyete

Kristal hiç beklenmedik bir biçimde iyi bir forma büründü. Sanıyorum ki; su, kelimenin orjinal anlamına cevap verdi. Japonca anksiyete "Kokorukubari" dir ve bu da "dikkat etmek" anlamına gelir.

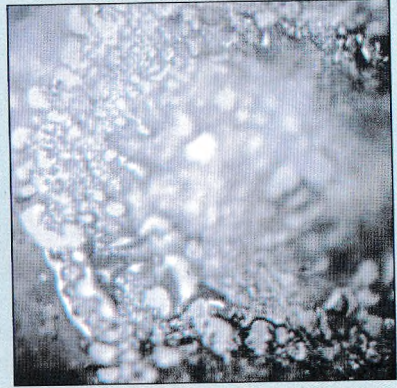
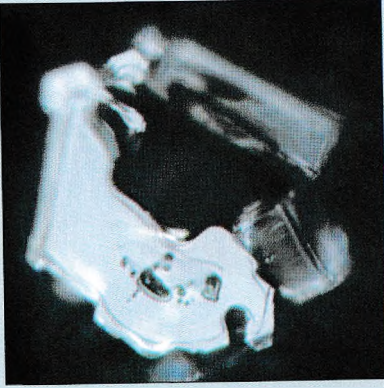


Anksiyete → Gevşeme

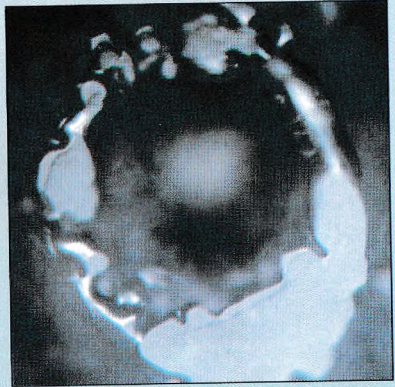
"Anksiyete" yazan kağıt, "Gevşeme" yazan ile değiştirildiğinde mükemmel detaylı bir kristale dönüşüyor. ( Bulanık görünmesinin nedeni; fotoğraf makinesi kristalin bir kenarına netlendiğinde diğer kenarların bulanık çıkması.)

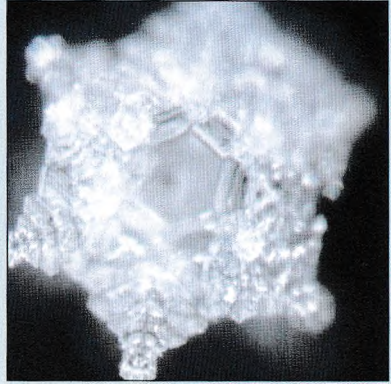
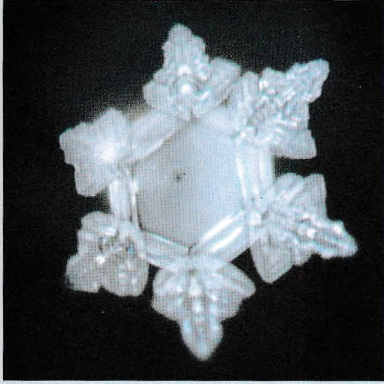
### Şekil 3.1

Su SARS kelimesine nasıl tepki verdi?

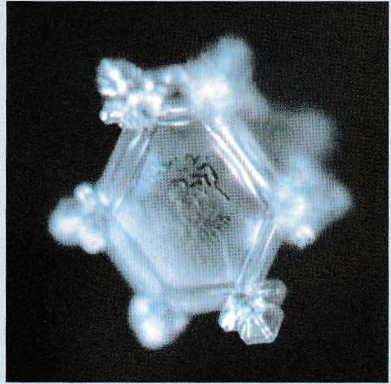
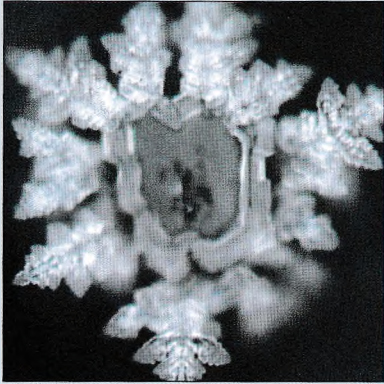


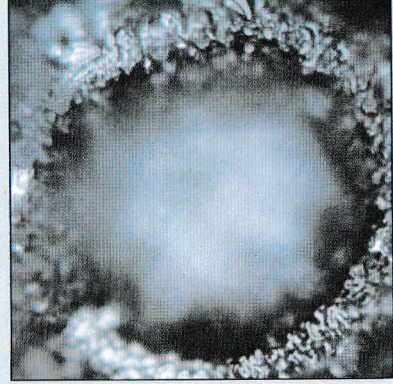
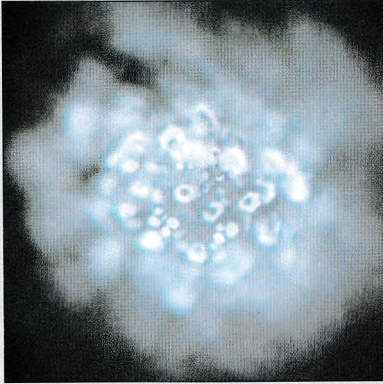
Bir şişe suyun üzerine SARS kelimesi yapıştırıldığında kristaller büzülmüş ve karmaşık görünüyor.



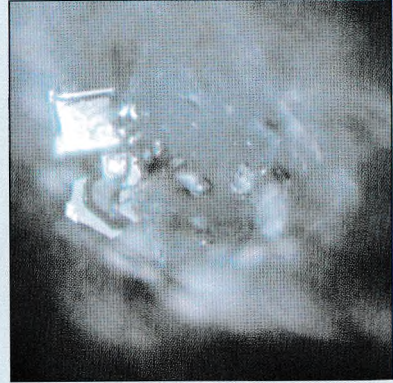


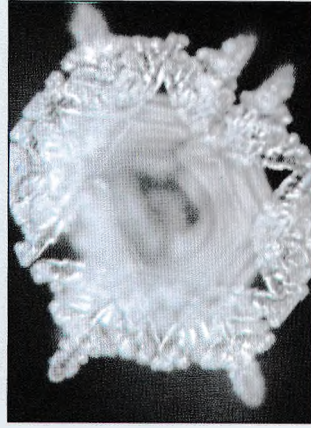
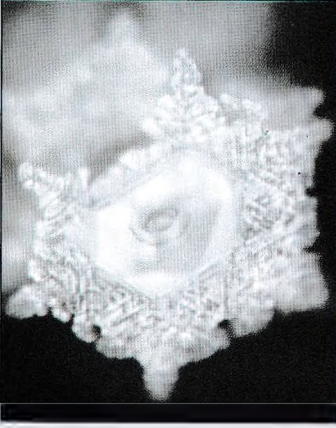
Bu sayfadaki fotoğraflarda; kristallerin SARS kelimesinin (Japonca) ardından “Sevgi ve Şükran” kelimelerine verdiği tepkinin dönüşümü görülüyor.



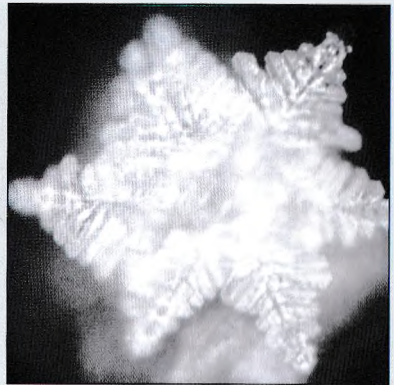
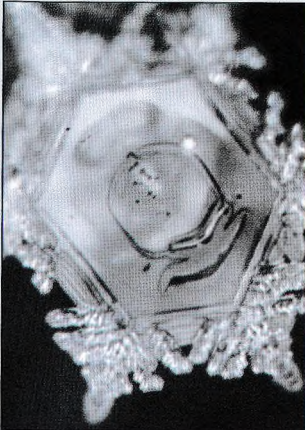


Suyun SARS ( İngilizce) kelimesine verdiği tepki. Bir hastalığın isminin bile dünyayı nasıl allak bullak edebileceğinin en büyük kanıtı.



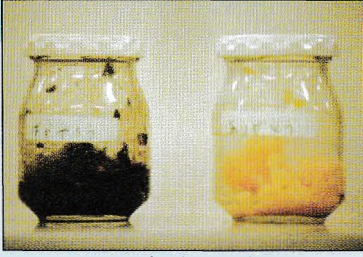


Bu sayfadaki fotoğraflarda; kristallerin SARS kelimesinin (İngilizce) ardından “Sevgi ve Şükran” kelimelerine verdiği tepkinin dönüşümü görülüyor. Bir kez daha gördük ki; Sevgi ve Şükran’ın ifade edilişi dil engeli tanımıyor.



### Şekil 3.2

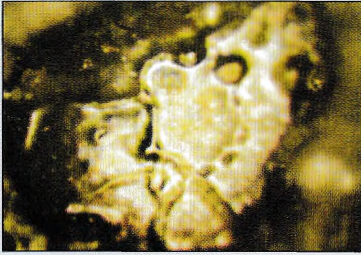
Pişmiş pirinçle konuşulduğunda...



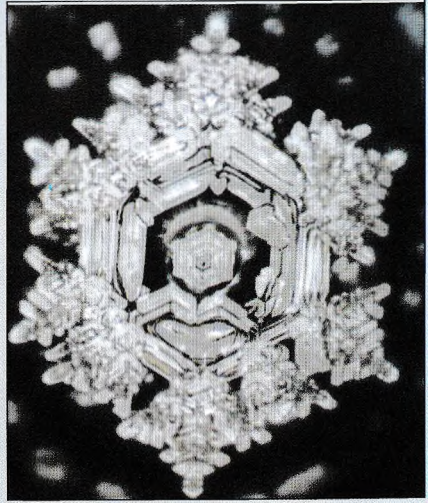
"Aptal" (solda) ve  
"Teşekkürler" (sağda)

### Şekil 3.3

İnsanların bilinci barajdaki kirli suyu bile değiştiriyor.



Fujiwara Barajı'nda duadan  
önceki su.

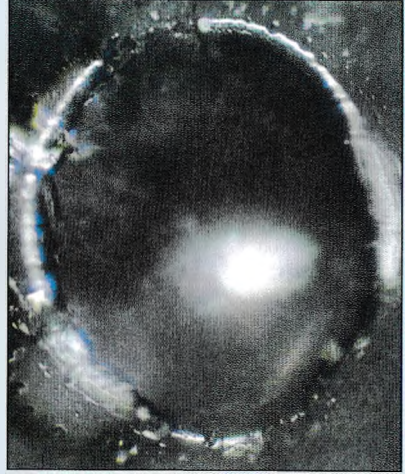
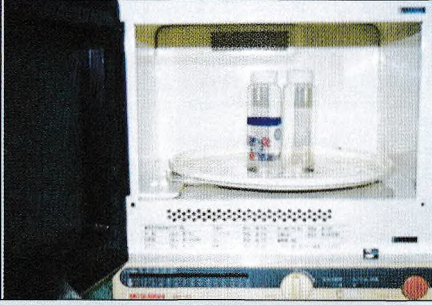


Fujiwara Barajı'nda duadan  
sonraki su.

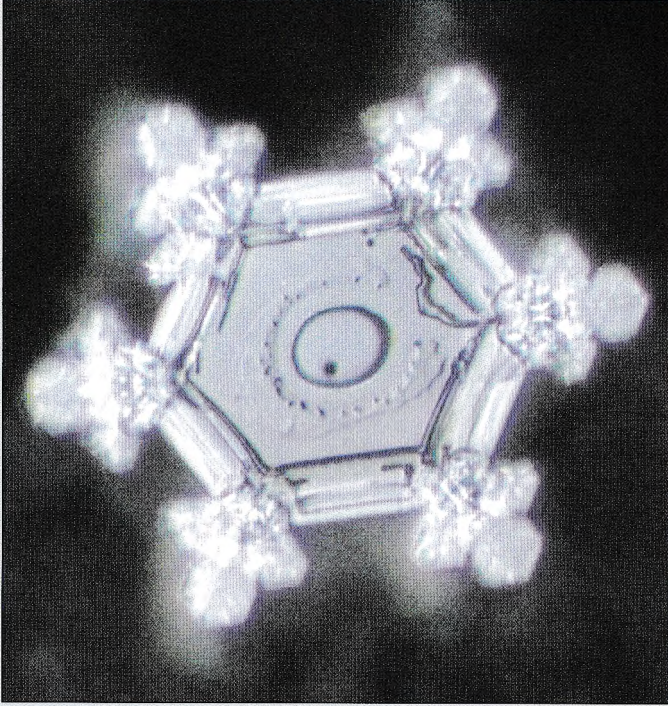
Duadan önce barajdaki su kirliydi. Suyun şekli acı çeken bir insanın yüzünü andırıyordu. Duadan sonra bir fotoğraf daha çektiğimizde kristalin muhteşem parıltılar saçtığını gördük.

#### Şekil 4.1

Su mikrodalga fırında ısıtıldığında ne olur?



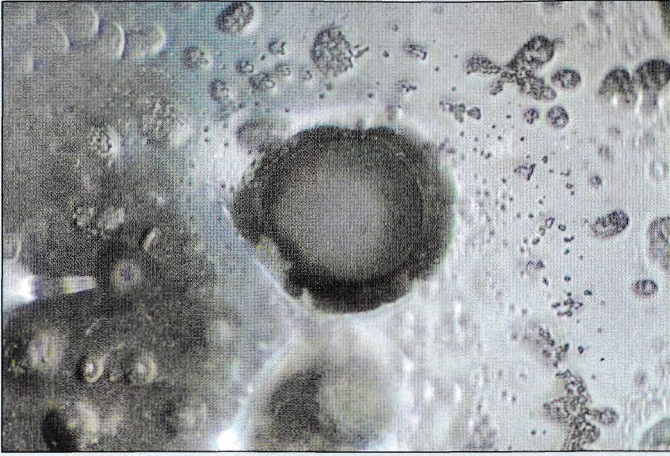
İki şişe su hazırladık ve birinin üzerine “Sevgi ve Şükran” kelimelerini, diğerinin üzerineyse hiçbir şey yapıştırmadık. Suları 15 saniye mikrodalga fırında ısıttık.



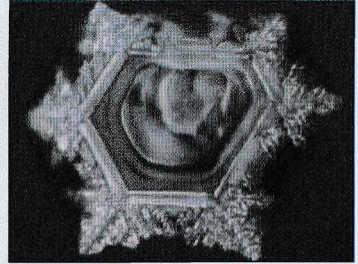
Üzeri yazılı olan şişedeki su kristali diğerinden oldukça farklı sonuç verdi. Fotoğraflardan da göreceğiniz gibi, bu dengeli kristal insana güven duygusu veriyor.

#### Şekil 4.2

Suyu cep telefonu, bilgisayar ve televizyon gibi elektrikli aletlerin yakınına koyduğumuzda ne olur?

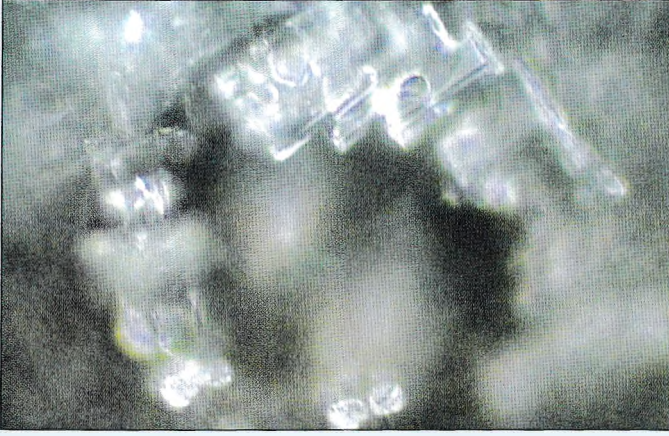


Su cep telefonundan elektromanyetik dalgalar alır.



“Sevgi ve Şükran” yazılı şişedeki suyun cep telefonundan elektromanyetik dalga almış hali.

Damıtılmış suyu bir şişeye koyup iple cep telefonuna bağladık. On kere cep telefonunu arayıp hattı 1 dakika sessiz bıraktık. Üstteki resimde “Sevgi ve Şükran” kelimelerine verdiği tepki görülüyor.

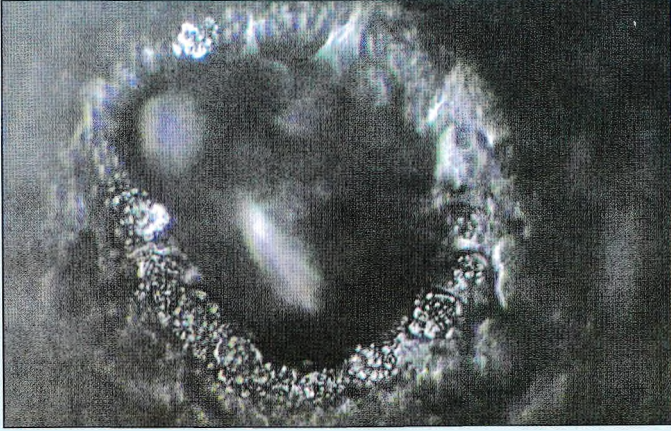


Televizyondan saatlerce elektromanyetik ışınlar alan suyun kristalleri.



Televizyondan saatlerce elektromanyetik ışınlar alan suyun “sevgi ve şükran” kelimelerine verdiği tepki.

Kristal fotoğrafları saatlerce açık bırakılmış bir televizyonun yanına yerleştirilmiş bir şişe sudan alındı. Kristale bakmak bile gözlerimizi yoruyor. Diğer tarafta aynı suyun “Sevgi ve Şükran” yazılı etiket değiştirildikten sonraki hali.



Bilgisayardan saatlerce elektromanyetik ışınlar alan suyun kristalleri.

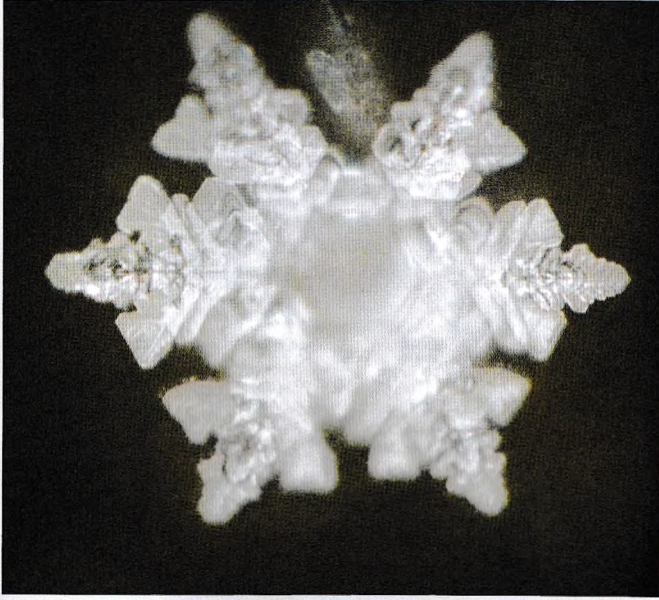


Bilgisayardan saatlerce elektromanyetik ışınlar alan suyun "sevgi ve şükran" kelimelerine verdiği tepki.

Kristal fotoğrafları saatlerce açık bırakılmış bir bilgisayarın yanına yerleştirilmiş bir şişe sudan alındı. Diğer tarafta aynı suyun "Sevgi ve Şükran" yazılı etiket yapıştırıldıktan sonraki hali.

### Şekil 4.3

İyi televizyon programları suyu iyileştirebilir.



Suya televizyon belgeseli gösterildiğinde formu kristalleşiyor. Televizyon programının niteliğine bağlı olarak su kristalinde değişimler gözlemlendi.

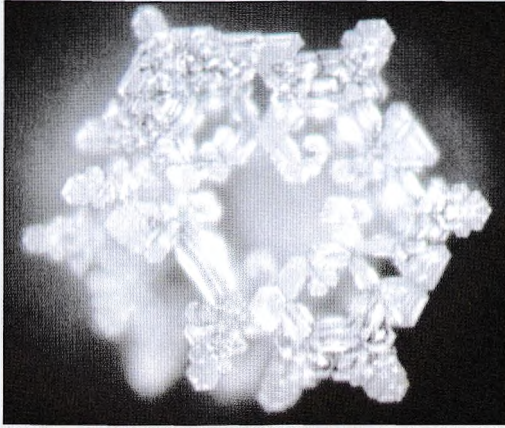
### Şekil 4.4

İki hoparlör arasma yerleştirilmiş bir şişe su.



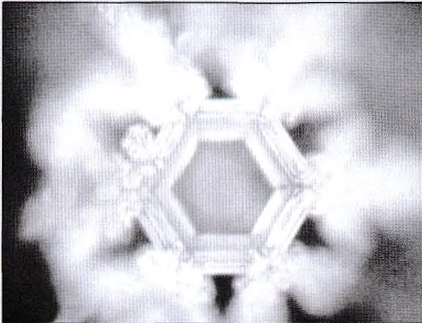
#### Şekil 4.5

İyi müzik suyu iyileştirip güzelleştiriyor.

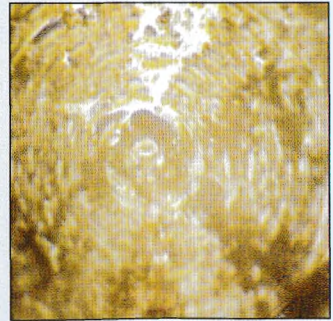


"Canon - D Major", Pachelbel

Su bu güzel klasik müzik parçasına zarif kristallerle cevap verdi. Fakat bir heavy-metal parçaya verdiği tepki oldukça kötüydü. Bu, bütün heavy-metal şarkılara aynı tepkiyi vereceği anlamına gelmez; bu şarkının lirikleri oldukça karamsardı.



"Time to Say Goodbye", Sarah Brightman ve Andrea Bocelli



Bir heavy-metal parça

#### Şekil 4.6

Vücudumuz, aklımız ve su iyi müziğe cevap verir.



“Canon- D Major”, Pachelbel

Duygusal hado: Huzursuzluk ve kaygı.

Fiziksel hado: Rahim ve yumurtalıklar.

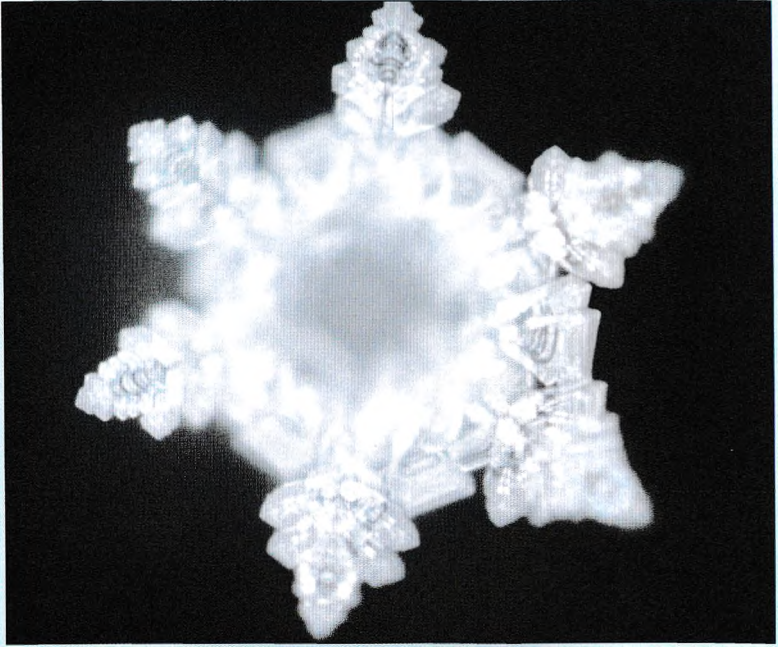
Su kristalleri bu parçayı dinledikten sonra eşsiz bir şekle büründü. Bu fotoğraftaki motifin kristalleri oldukça katmanlı. Müzik, vücut parçalarından rahim ve yumurtalığa etki ediyor.

Eşim bu parçayı çok seviyordu ve hamileliğinde sık sık dinlemişti. Bu parça, anne karnındaki bebeğe oldukça iyi gelir. Huzursuzluk ve kaygı, fetüse de etki eder.



“Tokkata ve Füg - D Minor”, Bach  
Duygusal hado: Atalet.  
Fiziksel hado: Beynin sağ tarafı.

Bu kristal mükemmel görünüyor. Bu parça, cennete yükselirken duyulan orgun sesini andırıyor. Bu parça çalarken ölçülen *hado*, müziğin beynin sağ kısmına etki ettiğini ve ataleti sildiğini göstermiştir. Bach'ın bu parçasının dinleyenleri motive ettiği görüldü. Bu parça, yetenekli bir org sanatçısı ve tıp araştırmacısı olarak bilinen Dr Schweitzer'ın favorisi. Sanıyorum ki, tokkata ve füg onun çalışmalarında itici güç oluşturuyor.

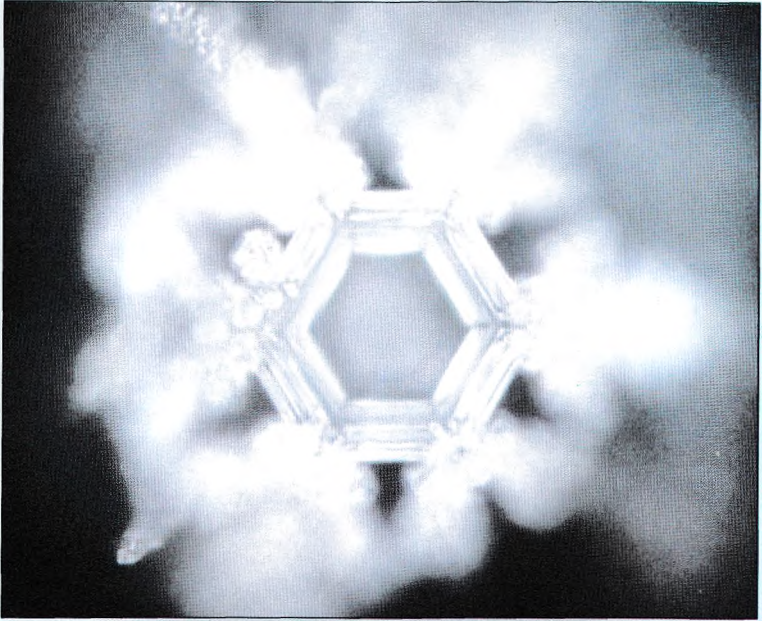


“Marş No.1”, Elgar

Duygusal hado: Ürkeklik ve utangaçlık.

Fiziksel hado: Omurga ve omurilik.

Bu parçayı dinledikten sonra su kristali kuvvetli, kararlı ve ağırbaşlı bir görünüm aldı. Cesaret ve güven olmadan kararlı bir şekilde yürüyemeyiz. Bu marş omurgamızın doğal olarak güçlenmesini sağlar. Bu parça insanlarla iletişim kurmakta zorlananlar için ideal.



"Time to Say Goodbye", Sarah Brightman ve Andrea Bocelli

Duygusal hado: Pasiflik ve negatiflik

Fiziksel hado: Bağırsak ve rektum.

Bu parça bütün dünyada ilgi gördü. Oldukça hüznü bir şarkı gibi görünse de şarkıda pozitif bir "elveda (goodbye)" var. Bu parça sevilen kişiden ayrı düşmek ile ilgili. Ayrılık vedayı da beraberinde getirir; ama, bunu pozitif tarafından yaşarsak hayatımızda takıldığımız problemleri de çözmüş oluruz.

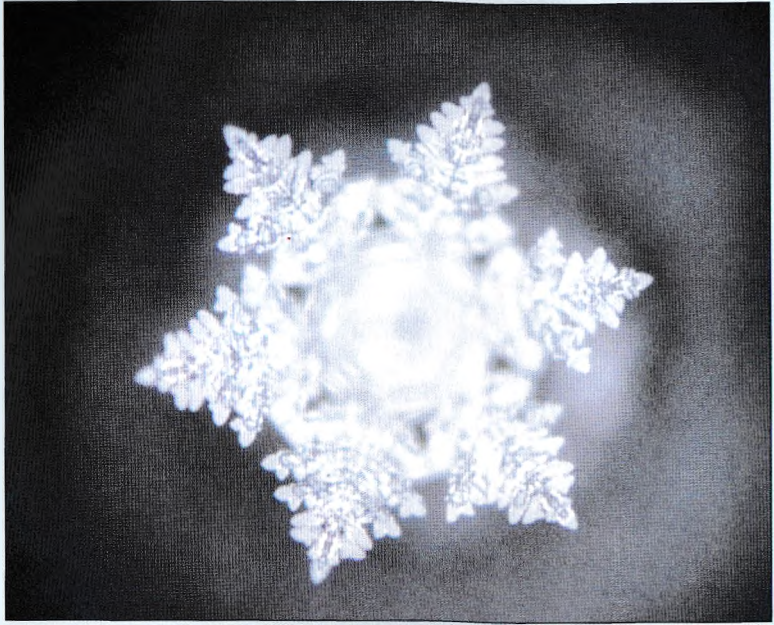


Carmen, Bizet

Duygusal hado: Baskı.

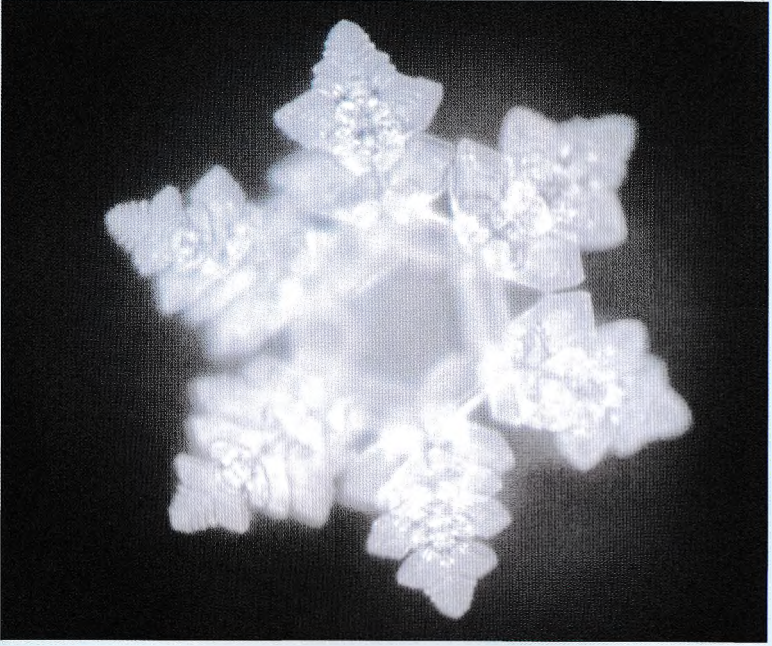
Fiziksel hado: Dolaşım sistemi.

Operanın kahramanı Carmen gibi bu kristal de özgür ve teklifsiz. Trajik sonunun aksine, bu parça dinleyeni yükseltiyor. Deneyimlerim doğrultusunda söyleyebilirim ki; su kristali eşsiz ve kusursuz bir eserde ancak bu şekle gelebilir. Carmen hiçbir şeyden çekinmeden yaşamını sürdürmüştür. Tutkulu bir ritimde flamenko yapmış, hayatını nasıl istediye öyle yaşamıştır.



Moldau, Smetana  
Duygusal hado: Tedirginlik.  
Fiziksel hado: Lenfler.

Bu parça çalındığında *hado* enerjisinin tedirginliği yok ettiği görüldü. Fiziksel *hado* lenflere etki eder. Tedirgin hissettiğinizde bu, baskıdan uzaklaşmanız ve sakin olmanız gerektiğine dair bir işaret anlamına gelir. Kendinize karşı nazik olun, böylelikle zihniniz daha da berraklaşacak.

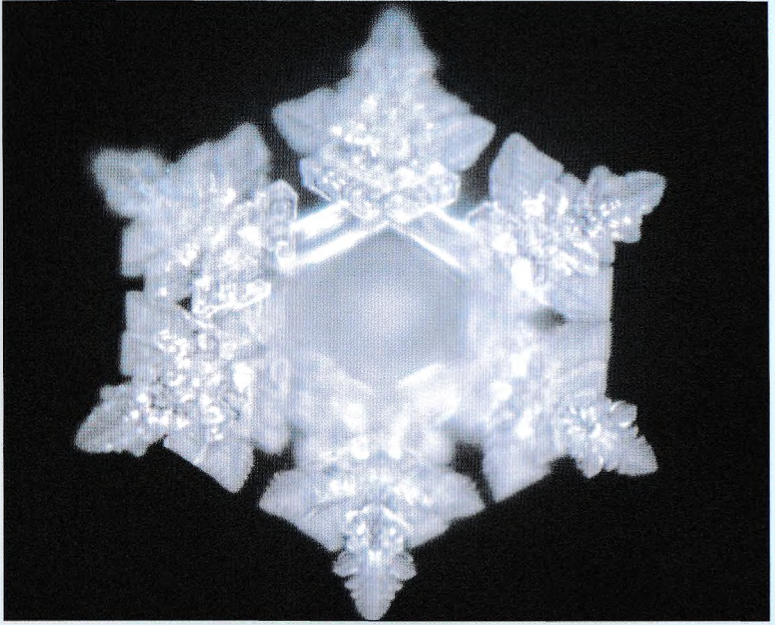


“Mavi Tuna”, Johann Strauss Jr.

Duygusal hado: Yorgunluk ve tahammülsüzlük.

Fiziksel hado: Merkezi sinir sistemi.

Bu parça merkezi sinir sistemi organlarına şifa veriyor. Ruhunuzda ve vücudunuzda büyük bir gevşeme ve rahatlık hissedeceksiniz. İçten ve gerçek anlamda şu anda kim olduğumuzu çocukluğumuzda edindiğimiz alışkanlıklar belirler. Aslında hücreleriniz “ Daha fazla dayanmak zorunda değilsin. Hadi özgürce yaşayalım!” diye bağırır.

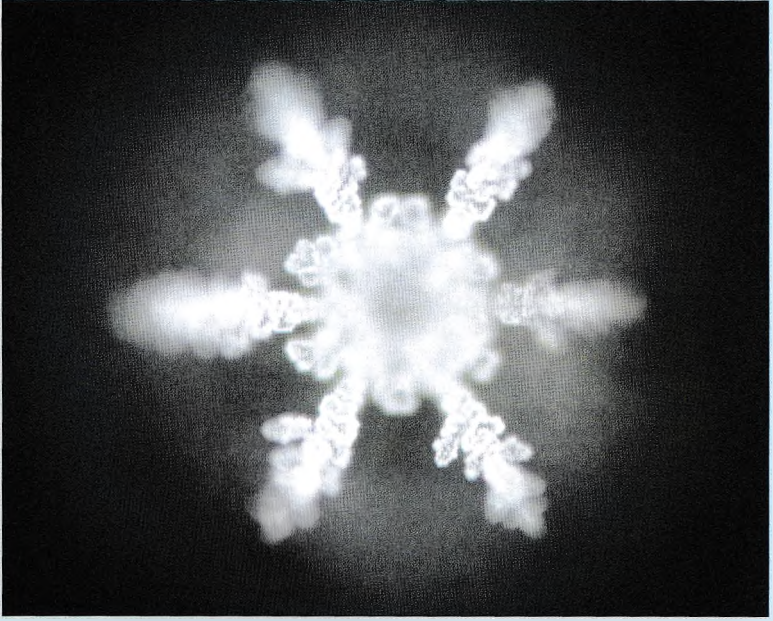


“Tuna Dalgaları”, Joseph Ivanovitch

Duygusal hado: Baskı.

Fiziksel hado: Dolaşım sistemi.

Bu parçayı dinlemek duygularınızı bastırmadan ifade etmenize yardım eder. Kalbiniz gerçek duygulara açık olduğunda ağırlaşan kan dolaşımı hızlanır; böylece hücreler daha aktif hale gelir. Baskının dışındaki diğer *hado* duyguları inatçılık, açgözlülük ve endişe de kan dolaşımını ağırlaştırır.



Kuşu Gölü, 2. bölüm, Tchaikovsky  
Duygusal hado: Obsesyon  
Fiziksel hado: Eklemler

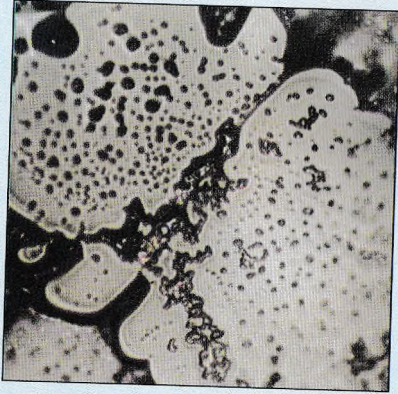
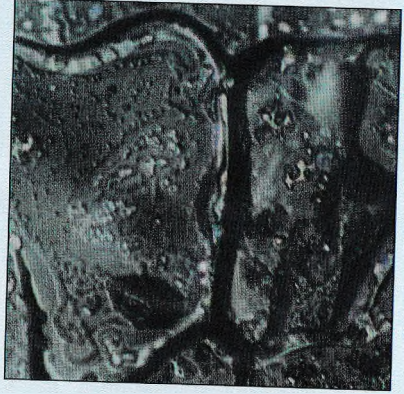
Kuşların göldeki dansı gibi, hadi gelin kalıplaşmış düşüncelerimizden kurtulalım! Kuşu Gölü'nü dinlerken vücudunuzu daha özgürce hareket ettirmek isteyeceksiniz. Bütün eklemlerinizi birlikte düşünceleriniz de esneyecek.



Mikrofon vasıtasıyla kişinin sesi kaydediliyor. Daha sonra bilgisayar kişinin bozulmuş *hadosunu* düzeltecek sesi yaratıyor.

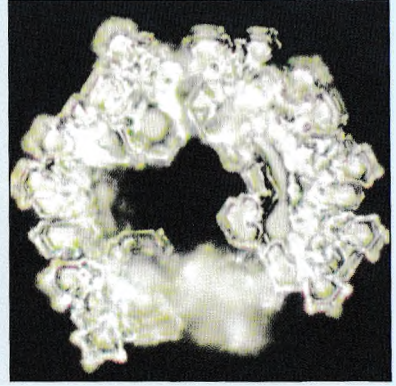
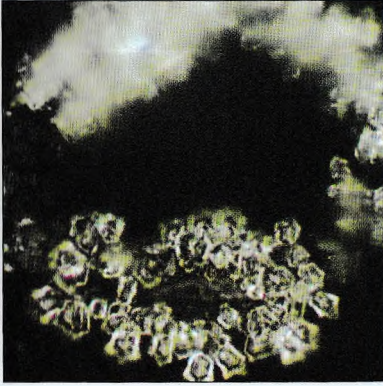
### Şekil 5.1

Dualar Biawa Gölü'nü arıttı.

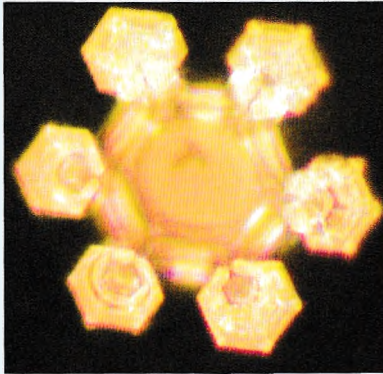


Deneyden önceki su.

Bu fotoğraflar Haziran 1999'da Biawa Gölü'ndeki denemelerden önce çekildi. Görüldüğü üzere, su korkunç durumda.



Suyun deneyden hemen sonraki hali.

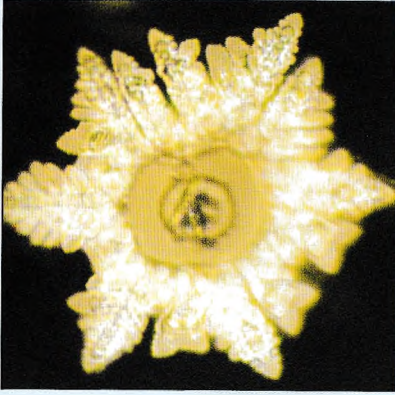


Suyun 6 ay sonraki hali.

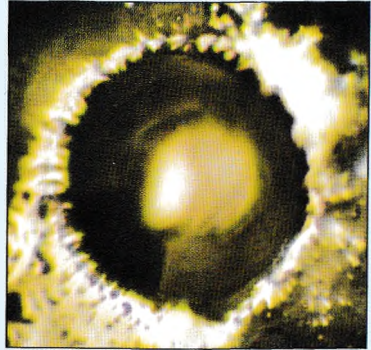
Deneyden sonra su örneği alıp buz kristallerini fotoğrafladık. Bu bize suyun arıtma işleminin başarıya ulaştığını gösterdi. 1999 yazı boyunca Biwa Gölü'nde herhangi bir kötü koku olmadı. Ocak 2000'deki su örneğinde, duadan tam 6 ay sonra, suyun daha kristal bir forma büründüğü görüldü.

## Şekil 5.2

Su, bize kelimelerin gücünü gösteriyor.



Hadi yapalım!

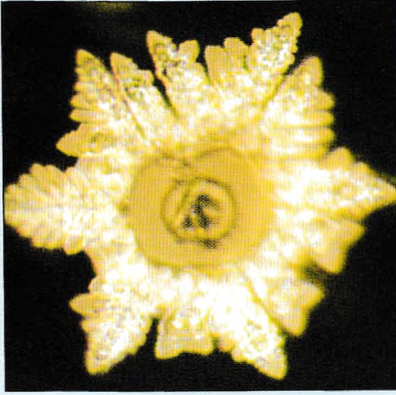


Yap!

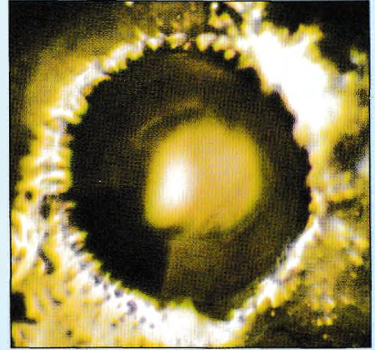
Elbette ki emretmek doğanın takdirinin bir parçası değil. “ Hadi yapalım!” rahat ve şirin bir kristal yapısı oluştururken, “Yap!” yukarıda gördüğünüz gibi kuru bir çember oluşturuyor. Siz hangisini seçerdiniz?

### Şekil 5.3

Su “baba” ve “anne” kelimelerine nasıl tepki verir?

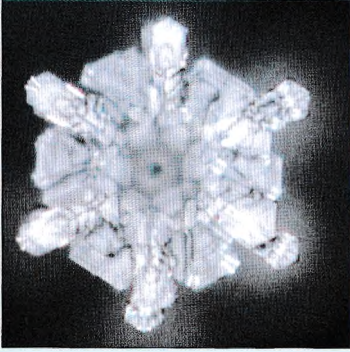


Annemizin yaptığı  
yemeğin lezzeti



Hazır yemek

Herkesin annesinin yaptığı yemeğin lezzeti farklılıklar göstermesine rağmen, su kristali muhteşem bir form oluşturdu. Kuşkusuz bunun nedeni, annenin yemeği hatırlandığında onunla birlikte gelen hoş ve tatlı hatıralar. Diğer tarafta hazır yemeğin oluşturduğu kristal hiç de güzel değildi.

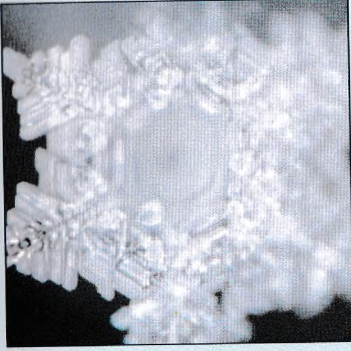


Anne şefkati

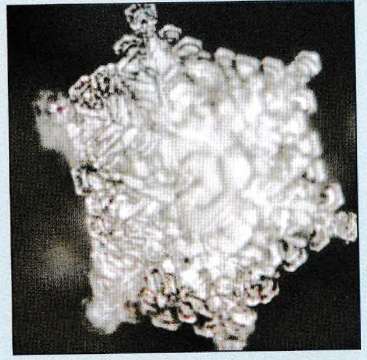


Gelin-Kaynana

Bu sayfada gördüğünüz “Anne şefkati” kristali pembeye yakın bir renk. Uzmanlara göre pembe şefkatin, sevginin ve aktif yaşam enerjisinin rengi. Kanji karakterinde yazılan “gelin” evdeki kadın, “kaynana” ise yaşlı kadın anlamına geliyor. Niye hiç anlaşılamadıklarına şaşmamak lazım.



Aile gezisi



Babayla kovalamaca oynamak



Aile reisi

Yorgun ve meşgul olduğunuzu söylemek yerine, ailecek çıkılacak bir gezi düzenlemek en iyisi.