

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>

DR. WAYNE W. DYER

New York Times Bestseller

NİYET ETMENİN GÜCÜ

*Yaşamınızı kendi tarzınızla
şekillendirmeyi öğrenmek*


DHARMA®



(Sanskrit dilinden bir sözcük...)

- ☐ Gerçek özümüzü belirleyen şeyler;
- ☐ Doğruluk;
- ☐ İnsanlığın manevi niteliklerinin temeli;
- ☐ Evrensel düzeni oluşturan yasalar;
- ☐ Tüm öğretilerin temeli...

Yazar hakkında

Dr. Wayne W. Dyer, kişisel gelişim alanında uluslararası bir üne sahip yazar ve konuşmacıdır. Yirmiden fazla kitap yazmış, çok sayıda televizyon ve radyo programına konu olan CD, görsel ve işitsel kaset yayınlamıştır. *Manifest Your Destiny* (Kaderinizi Tayin Edin), *Wisdom of the Ages* (Çağların Bilgeliği), *There's Spiritual Solution to Every Problem* (Her Sorunun Ruhani Bir Çözümü Vardır) ve *New York Times* listesinde en çok satan kitaplar arasında yer almış, *10 Secrets for Success and Inner Peace*'in de (Başarının ve İç Huzurun 10 Sırrı) aralarında bulunduğu dört kitabı, National Public Televizyonu'nda yayınlanırken, *Niyet Etmenin Gücü* adlı bu kitabının da, söz konusu kanalda yayınlanması planlanmaktadır. Dyer, Wayne Eyalet Üniversitesi'nde eğitim danışmanı doktorudur ve New York St. John's Üniversitesi'nde yardımcı profesörlük görevini sürdürmektedir.

Web sitesi: www.DrWayneDyer.com



Kişisel Gelişim

Niyet Etmenin Gücü / Wayne W. Dyer
("The Power of Intention", 2004)

1. Basım: Mart 2005, Dharma Yayınları

Yayıncı: Namık Kemal Atalay
Kapak tasarımı/uygulama: Bekir Akgün
Türkçesi: Mehmet Gürsel
İnternet sorumlusu: Nusret Kurar

Kitap Matbaası'nda basılmıştır.

Bu kitabın Türkçe yayın hakları
Kesim Ajans aracılığıyla
Dharma Yayınları'na aittir.
Yayıncının yazılı izni olmaksızın çoğaltılamaz.
Kaynak gösterilmek koşuluyla alıntı yapılabilir.

Dharma Yayınları:
Molla Fenari Sokak, 17/2, Cağaloğlu 34410, İstanbul
Tel: (212) 512 81 21 • Faks: (212) 512 50 21
dharma@dharma.com.tr
www.dharma.com.tr
internet satış adresi: www.dharma.com.tr/dukkân

Kütüphane Bilgi Kartı (CIP):
Dyer, Wayne W.
Niyet Etmenin Gücü
1. Kişisel Gelişim 2. Psikoloji
İstanbul, Dharma Yayınları, 2005, 312 sayfa
ISBN: 975-8729-71-3

Niyet Etmenin Gücü

yaşamınızı
kendi tarzınızla
şekillendirmeyi
öğrenmek

Dr. Wayne W. Dyer

Türkçesi: Mehmet Gürsel





*Şakıyan sesi,
meleklerle özgü ruhuyla
kusursuz uyum sağlayan
kızım Skye Dyer'a...
Seni seviyorum!*



*İnsanların algılamaları her şeyden çok,
hepimizin ait olduğu ilâhi kaynakla benzerlikler taşır.*

(Michelangelo)

*Benliğimizi her yönüyle idrak etmek,
varlığımızın kaynağıyla bilinçli bir biçimde
bağlı olduğumuz anlamına gelmektedir.
Bu bağlantıyı bir kere sağladıktan sonra,
hiçbir şeyin ters gitmesi söz konusu olamaz...*

(Swami Paramananda)

İçindekiler

Önsöz	9
-------------	---

I: NİYET ETMENİN ESASLARI

Bölüm 1: Niyet etmeye yeni bir bakış açısı	13
Bölüm 2: Niyet etmenin yedi yüzü	35
Bölüm 3: Niyet etmeyle bağlantı kurmak	51
Bölüm 4: Niyet etmeyle bağlantı kurmanın önündeki engeller	81
Bölüm 5: Niyet etmeyle bağlantı kurduğunuzda diğer insanlar üzerindeki etkiniz	115
Bölüm 6: Niyet etmek ve sonsuzluk	141

II: NİYET ETMEYİ İŞLER HALE GETİRMEK

(Sekiz bölümde ayrı ayrı özel bilgiler verilmekte ve bu prensipleri adım adım günlük yaşama uygulamak doğrultusunda bir rehber sunulmaktadır.)

Bölüm 7: <i>Niyetim</i> : Her koşulda kendime saygı duymaktır	165
Bölüm 8: <i>Niyetim</i> : Yaşamımı belli bir amaç doğrultusunda sürdürmektir	181
Bölüm 9: <i>Niyetim</i> : Akrobalarım ile gerçek ve huzurlu ilişkiler kurmaktır	201
Bölüm 10: <i>Niyetim</i> : Kendimi başarılı hissetmek ve bereketi yaşamıma davet etmektir	213
Bölüm 11: <i>Niyetim</i> : Stresten uzak, sakin bir yaşam sürmektir	229
Bölüm 12: <i>Niyetim</i> : Bana yararı, katkısı olacak insanları yanıma çekmek ve mükemmel ilişkiler kurmaktır ...	247
Bölüm 13: <i>Niyetim</i> : Yeteneğimi, şifa bulmak ve şifa dağıtmak adına en üst seviyeye çıkartmaktır	263
Bölüm 14: <i>Niyetim</i> : Dehamın kıymetini bilmek ve dehamı ortaya koymaktır	283

III: BAĞLANTI

Bölüm 15: Niyet etmek alanına bağlı bir insanın portresi	299
--	-----

Teşekkür

Yirmi yıldan fazla bir süredir editörlüğümü yapan Joanna Pyle'a teşekkür etmek isterim. Joanna, fikirlerim ve okunması zor yazım, senin sayende kitap denilen ikna edici formata dönüştü. Sensiz bu işi başaramazdım, sevgi dolu varlığın için çok müteşekkirim.

Menajerim Maya Labos! Yirmi beş yıldır benim için çalışıyorsun ve bu süre içinde bir kez bile, "Bu benim işim değil," demedin. Diğer yazarlar ve konuşmacılar her yıl yirmi beş yardımcı değiştirirlerken, yirmi beş yıldır benim sadece bir tek yardımcım oldu. Sağol, varol!

Hay House'daki yayıncım ve yakın arkadaşım Reid Tracy! Bu projeye en başından beri inandın ve gerçekleşmesi adına her şeyi yapmakta istekli davrandın. Sağol arkadaşım. Seni seviyorum, sana ve cesaretine saygı duyuyorum.

Son olarak, Ellen Beth Goldhar, sevgi dolu esin kaynağım! Bu kitabı yazmamda bana rehberlik ettin. Önerilerin ve hepimizi yaratan, hepimizin tekrar bağlantı kurmak gibi yüksek bir gaye edindiğimiz sevgi dolu Kaynak'ın, niyet etmeyle aynı anlama geldiğine ilişkin analizin için teşekkürler...



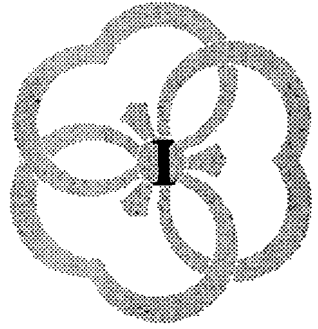
Ö n s ö z

Elinizde tuttuğunuz kitap ve içindeki bilgiler bir zamanlar, niyet etme olgusunun görünmez alanında düzensiz biçimde gezinen fikirlerdi. *Niyet Etmenin Gücü*, kitapta yazan prensiplerin içinde yaşadığımız dünyaya uygulanmasıyla ortaya çıkmıştır. Benim yaptığım şey, sahip olduğum enerjiyi İlâhi Kaynak'la örtüş-türmeyi başararak, kitapta yazılı sözcüklerin ve fikirlerin doğrudan size akmasını sağlamak oldu. Elinizde tuttuğunuz kitap, evrensel İlâhi Kaynak'la uyumlu biçimde var olmayı sürdürürken, zihnimizde tasarlayabildiğimiz herhangi bir şeyin var olabileceğinin kanıtıdır.

Bu kitaptan nasıl yararlanabileceğinizi, içindeki bilgileri düşünerek, hissederek, uygulayarak, yaşamınızı nasıl biçimlendireceğinizi öğrenmek istiyorsanız, kitaba, Niyet etme olgusuna bağlı bir insanın portresi başlığıyla sunulan, son kısmı okuyarak başlamanızı öneririm. Hayatı bu bakış açısıyla yaşadığınızda, niyet etmenin gücü hakkında bilgi sahibi olacak, bunu yaşamınıza uygulayabileceksiniz. Önünüzü aydınlatan yeşil ışığın yaşamınız boyunca eksik olmaması dileğiyle!..

Dr. Wayne W. Dyer
Maui, Hawaii 2004

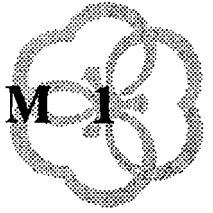




NİYET ETMENİN ESASLARI

*Nehir, yaşamın kutsal ağacının yanında
akmaya başlamadan önce,
Orada cenetten çıkma, varlığımın nedeni,
Babam ikâmet ediyor, yuvam onun ruhunda yaşıyordu.*

Esenîler'in *Huzur İncili*'nden...



NİYET ETMEYE YENİ BİR BAKİŞ AÇISI

*Evrende, şamanların niyet diye adlandırdıkları
ölçülmesi ve tarif edilmesi olanaksız bir güç vardır
ve kozmosta var olan her şey,
bu 'niyet' olgusuyla bağlantılıdır.*

Carlos Castaneda

Niyet etme olgusu beni o kadar cezbediyordu ki, geçtiğimiz birkaç yıl boyunca psikolojik, sosyolojik ve ruhani konularda yazan yazarların, antik ve modern çağdaki âlimlerin onlarca kitabının yanı sıra, konuyla ilgili akademik araştırmalar da okudum. Kendi araştırmalarım sonucunda niyet etmenin, yaygın olarak, güçlü biçimde hedefe yönelme olgusuyla beraber, arzulanan sonuca varma yönünde kararlılık şeklinde tanımlandığını gördüm. Niyet eden insan, içsel arzusuna ulaşmak amacıyla, bu amaç doğrultusunda önüne çıkan her türlü engeli altedecek iradeye sahip insan olarak tarif ediliyordu. Ben de, insanın bir şeyleri çözmesi veya kararlı olmasına dair, bir çeşit güçlü bir olgu hayal ettim. Kolay pes etmeyen, içsel dünyanızı, hayallerinizi gerçekleştirmek adına itici

güç olarak kullanan bir insansanız, niyet etmiş bir insan tanımı size uyacaktır. Aslında siz daha çok, tuttuğunu koparan ve karşısına çıkan fırsatların bilincinde olup, bunlardan yararlanmayı bilen bir insansınız.

Yıllar boyunca, niyet etmeyle ilgili benzer inançları ben de taşımış ve niyet etmenin gücü hakkında yukarda tanımladığım şekliyle yazılar yazıp, konferanslar vermiştim. Ancak, çeyrek yüzyılı aşkın bir süredir tamamıyla psikolojik ve kişisel gelişime önem veren bu düşünce yerini, kişinin şifa bulması, mucizeler yaratması, kendini ortaya koyması ve ilâhi zekâyla bağlantı kurmasının gerçek olanakları yarattığını vurgulayan, ruhani yapıya uyum sağlama inancına bıraktı.

Bu, akademik ve profesyonel geçmişimi bir kenara atmak için yapılmış kasti bir girişim değil, daha çok, insan ruhuyla daha fazla bilinçli iletişim kurmaya başladıkça yaşadığım doğal değişimle ilgili bir şey. Şimdi, düşüncelerimde daha üst seviyede bir yaşam bilincine ulaşip, daha yoğun enerjilerden faydalanmaya başladıkça, sorunlara ruhani çözümler bulunabileceğine dair inanca daha sıkı bağlı olduğumu hissediyorum. Şimdi sahip olduğum görüş, niyet etmenin kararlı bir ego veya bireysel iradeden çok daha büyük bir şey olduğu yönünde. Bence niyet etmek, tamamıyla farklı bir şey. Belki de bu düşünce, hayatımda egonun birçok aşamasını geride bırakmamdan kaynaklanıyor, ama beni farklı düşünmeye sevk eden şeyin daha çok Carlos Castaneda'nın kitabında okuduğum iki cümleden kaynaklandığını hissediyorum. Yazarlık hayatım boyunca bir kitabı yazarken, içimde beni yeni bir kitap daha yazmaya sevk eden gücün filizlenmesi durumuyla sık sık karşılaştım. Castaneda'nın *The Active Side of Infinity* (Sonsuzluğun Faal Yüzü) kitabındaki söz konusu iki cümleyi okumam, kalp krizine neden olan tıkalı damarlardan birinin açılması için ameliyat geçirdiğim günlere rastlar.

Castaneda'nın sözleri şöyleydi: "Niyet etmek, evrende var olan bir güçtür. Büyücüler (ki bunlar İlâhi Kaynak'ta yaşarlar) niyet etmeyi davet ederler, böylece niyet etme olgusu kendilerine gelerek,

bir şeylere erişmenin, hünerli olmanın yolunu açar, ki, bu da, büyü-cülerin yapmak istedikleri her şeyi başarmaları sonucunu doğurur.”

Bu sözlerin, niyet etmenin gücünü idrak etmek konusunda sahip olduğu netlik, beni şaşkına çevmişti. Bir an için, niyet etmenin size ait bir eylem değil de, evrende var olan görünmez bir enerjinin gücü olduğunu hayal edin! Ben, Castaneda’nın bu sözlerini okumadan evvel, niyet etmeye hiç bu gözle bakmadığımı söylemeliyim.

O günden sonra bu iki cümleyi bir kâğıda döküp, bilgisayarda kartona yazdırdım ve ameliyat sürecinde hayatı bir önemi olan son-da laboratuvarına giderken yanımda götürdüm. O andan beri beni dinlemeye hevesli herkesle niyet etmenin gücü hakkında söz etmeye başladım, verdiğim konferanslarda her konuşmanın bir bölümünü niyet etme olgusuna ayırıyordum. Bu fikirleri yalnızca iyileşme-katması olması için değil, başka insanların da niyet etmenin gücünden yararlanırken tam donanımlı olmalarını sağlamak için de kullanacaktım. O dönemlerde *satori* denilen, ‘anında uyanma’ egzersizleri yapıyordum ve idrak ettiğim birtakım şeyleri diğer insanlara sunmak niyetindeydim. O günlerde niyet etmenin gücüne varmış olmanın, sırf irade gücü sayesinde isteklere ulaşmak için harcanan yoğun çabanın, altından kalkılması olanaksız gibi görünen sorunları çözmek için ortaya konan gayretlerin getirdiği sıkıntıları hafiflettiğini çok açık biçimde görüyordum.

İşte o belirleyici andan sonra, hemen her gün niyet etmenin gücü hakkında kafa yordum, kitaplar, makaleler okudum, konuşmalar yaptım, insanlarla fikir alışverişinde bulundum, konuyla ilgili kitaplar üzerinde çalıştım; tüm bu çabalar bu yolda devam etmeme vesile oldu ve böylece *Niyet Etmenin Gücü* isimli, elinizde tuttuğunuz kitap ortaya çıktı. Bu kitabın, niyet etme hakkında size yeni bir bakış açısı kazandıracağını ve Patanjali’nin yirmi yüzyıl evvel, “Keşfedilmemiş güçler, melekeler ve yetenekler canlanır ve siz, hayalini bile kurmadığınız şekilde çok daha iyi bir insan olduğunuzu idarak edersiniz,” sözleriyle vurguladığı gibi, kendinizi geliştirmek adına yaşamınızda uygulamaya öncülük edeceğini umarım.

Patanjali'nin, "Keşfedilmemiş güçler," sözü, beni niyet etme konusunda yazmak için ilk adımı atmaya sevk etti. Patanjali bu sözleriyle, var olmayan veya ölü görünen güçleri kastetmiş ve kişinin ilham aldığı anda hissedeceği güçlü enerjiye atıfta bulunmuştur. Siz de bir amaç veya çağrı doğrultusunda ilham aldığınızda, içinizde Ruh'un harekete geçtiği duygusunun uyandığını bilirsiniz. İlham alma kelimesi, ruhaniliği içeren bir kelimedir. Yaşamımın önemli anlarında içten içe başarmayı arzuladığım şeyleri gerçekleştirmemde bana yardımcı olan keşfedilmemiş güçleri kullanabilme fikri üzerinde çok kafa yorduğumu hatırlıyorum. Peki nedir bu güçler? Nerede bulunurlar? Bu güçleri kullanmak için, elde etmenin yolları nedir? Kimlerin bu güçleri kullanmasına izin verilmez? Ve bunun nedeni nedir?... Bu ve benzeri sorular, araştırma yapmamda ve bu kitabı yazmamda beni motive eden ve sonunda, niyet etmeye tamamen farklı bir bakış açısıyla bakmama neden olan şeylerdi.

Karmaşık bir gerçeği farkına varmanın verdiği heyecanla yazarken, niyet etmenin hepimizin içinde varolan bir güç olduğunu biliyorum. Niyet etmek, normal, alışkanlık haline gelmiş günlük kalıpların erişiminin ötesinde görünmeden akan, bir enerji alanıdır, fiili kavramlarımızdan bile önce gelir. Bu enerjiyi kendimize çekmemiz ve yaşamımızda heyecan verici biçimde kullanmamız için birtakım araçlar vardır.

Niyet Etmek Denilen Bu Alan Nerededir?

Önde gelen bazı araştırmacılar zekânın, yaratıcılığın ve hayal etmenin, beynimizdeki bazı düşünce veya elementlerde var olmasından çok, niyet etme enerjisi alanıyla etkileşimine inanmaktadır. Başarılı bilimadamı David Bohm, *Wholeness and the Implicate Order* (Bütünlük ve Karmaşık Düzen) adlı kitabında, ilham almanın ve bilginin, görünmez ve keşfedilmemiş bir yerde veya daha üst algılama seviyesinde var olduğuna ve ihtiyaç duyulduğu anlarda çağrılabilirliğini ileri sürer. Ben de yaptığım araştırmalar sırasında bu tür bir bulguyu destekleyecek binlerce örnekle karşılaştım. Bilimsel

kanıtlara önem veriyorsanız, Lynne McTaggart'ın, Alan: Evrenin Gizli Gücünün Araştırılması kitabını okumanızı salık veririm. Bu kitap, daha üst algılama seviyesinde, içine girilebilecek ve herkesçe kullanılabilir çok daha yoğun bir enerji boyutu veya niyet etme alanının varlığını kanıtlayan çalışmalarla doludur.

Bu alan nerededir? sorusunun yanıtıysa; heryerdedir şeklinde olacaktır, çünkü evrendeki her şey, bir amaç doğrultusunda, belli bir niyet, maksatla yaratılmıştır. İster bir antilop olsun, ister gül ağacı, ister bir dağ, bu her türlü yaşam biçimi için geçerlidir. Sivrisineğin yaratılışında ve var olmasında bir amaç vardır. Düşünme ve geleceğe dair planlar yapma gücü olmadığı aşikar ufak bir meşe palamudunun, görünmeyen alanda bir amacı, niyeti vardır. Meşe palamudunu kesip açarsanız dev bir meşe ağacı göremezsiniz, ama orada olduğunu bilirsiniz. Bahar mevsiminde filizlenen elma, başlarda sevimli, minik bir çiçektir, ama bu çiçeğin içinde yaratılışından gelen bir niyet inşa edilmiştir ve yaz geldiğinde kendini elma olarak ortaya koyacaktır. Niyetin hatası olmaz. Meşe palamudu asla balkabağı haline gelmez veya elma çiçeği asla bir portakala dönüşmez. Doğanın her halinde, istisnasız biçimde bir niyet vardır ve bildiğimiz kadarıyla doğadaki hiçbir şey niyet etmeyi sorgulamaz. Doğa, niyet etme alanından gelen belli bir amaç doğrultusunda uyumlu biçimde gelişimini sürdürür. İnsan olarak bizler de bu alanın enerjisinden gelen belli bir amaç, niyetle tasarlanmışızdır.

DNA'larımızda, bazılarının geleceğin pistonu olarak adlandırdığı, hepimizin yaratılışında var olan bir şey vardır. Yaratılış anında, insan protoplazmasının son derece minik bir damlası yumurtayı dölediğinde fiziksel hayat başlar ve amaç, niyet, gelişme sürecini yönetir. Beden yapımız, fiziksel özelliklerimiz, yaşlanma süreci dahil olmak üzere gelişimimiz, işte o yaratılış anında tasarlanmıştır. Cildin sarkması, kırışıklıklar, hatta ölümümüz bile oradadır. Peki yaratılış anında tam olarak neler olup biter? Yaşam, niyetin doğması hangi noktada başlar?

Spermle yumurtanın, aslını keşfetme dansını incelerken,

yaratılışa doğru geri gittiğimizde önce molekülleri, sonra atomları, sonra elektronları, daha sonra atomdan küçük zerrecikleri ve en sonunda atomdan küçük zerreciklerden de küçük zerrecikleri görürüz. Nihayetinde, bu minik, en ufak enerji kaynağı olan atomdan küçük zerrecikleri, siklotrona koyup çarpıştırarak, yaşamın kaynağına parmak basmak istediğimizde karşımıza Einstein ve onun bilimsel keşfi çıkar: Kaynak'ta zerrecik yoktur, zerrecikler daha çok zerrecik yaratmazlar. Niyetin kendisi Kaynak'tır ve bu, saf, ölçülme ve gözlemlemeye gelmeyecek kadar çok büyük bir hızla titreşen sınırsız bir enerjidir; görünmez, hiçbir şekle girmez veya sınırlanamaz. Yani, bizler Kaynak'ta belli bir kalıbı olmayan enerjizdir ve niyet, bu halde titreşen enerjinin ruhani alanının içindedir. Olaya biraz daha kişisel baktığımda, var olmamın ardından geçen yirmi beş yıl sonunda artık saçlarımın çıkmayacağını belirleyen şeyin, bir şekilde beni yaratan sperm damlasının ve yumurtalığın içine girmeyi başarmış olması, niyetin varlığını bana kanıtlamış oluyor. Ve elli yıl içinde kafamda bitmeyen saçlar bu kez burnumdan ve kulaklarımdan tüy olarak çıkmaya başladığında, benim (gözlemci olarak) olan biteni izlemek ve tüylerimi aldirmaktan başka yapabileceğim bir şey yok!

Bu niyet alanı, sözcüklerle tanımlanamaz, çünkü sözcükler de sonuçta bu alanda hâsıl olmaktadır, aynı sorular gibi... Bu yeri olmayan yer, niyettir ve bizlerle ilgili her şeyin belirleyicisidir. Tırnaklarımdan uzamasını, kalbimin atmasını, yemekleri sindirmemi, kitabımı yazmamı sağlar, evrendeki her şey ve herkes için bu ve benzeri şeyleri gerçekleştirir. Bu durum bana Chuang Tzu tarafından nakledilen, çok sevdiğim eski bir Çin öyküsünü anımsatıyor:

Bir zamanlar Hui denilen, tek bacaklı bir ejderha varmış. Bir gün karşısına bir kırkayak çıktığında ejderha ona, "Bu kadar bacağı birden nasıl idare ediyorsun? Ben bir tanesiyle bile zor başa çıkıyorum," dediğinde, kırkayak, "Aslına bakarsan," demiş, "bacaklarımı ben idare etmiyorum."

Her şeyi idare eden şey, görünmez ve herhangi bir şekle bürünmemiş bir alandır. Bu evrenin niyeti, fiziksel dünya içinde ve ruhunuz, düşünceleriniz, duygularınız ve tabii fiziksel bedeniniz de dahil olmak üzere her yönünüze vakıf biçimde kendini milyarlarca farklı şekilde ortaya koyar ve siz bu niyetin bir parçasısınız. Yani niyet, evrendeki her şeyi belirliyorsa ve niyet her yerde, her zaman varsa, bu niyetin bulunmadığı yer yoktur anlamına gelir, peki öyleyse çoğumuzun kendimizi birçok durumda niyetten kopuk hissetmemizin nedeni nedir? Daha da önemlisi, niyet her şeyi belirliyorsa, çoğumuzun sahip olmaktan hoşlanacağı bir şeyden yoksun kalmamızın nedeni nedir?

Her Yerde ve Her Zaman Varolan Niyetin Anlamı

Her yerde var olan bir güç hayal etmeye çalışın. Onun olmadığı bir yerde bulunma şansınız yoktur, bu güç bölünebilir ve gördüğünüz, dokunduğunuz her şeyde vardır. Şimdi bilincinizi, belli bir kalıbın ve sınırın ötesindeki bu sonsuz enerji alanına taşıyın. Bu sonsuz, görünmez güç her yerdedir, yani hem fiziki, hem de fizik ötesidir. Fiziksel bedeniniz, bu enerjiden hâsıl olan, bütünlüğünüzün bir parçasıdır. Anlık yaratılış sırasında niyet, fiziksel görünümünüzün nasıl olacağını belirler, gelişme ve yaşlanma sürecinizin nasıl gelişeceğini ayrıntılarıyla ortaya koyar, ayrıca duygularınız, düşünceleriniz ve mizacınız gibi fiziksel olmayan unsurlarda da belirleyici rol üstlenir. Bu açıdan bakıldığında niyet, bu dünyadaki fiziksel ve fiziksel olmayan görünümünüzü faal hale getiren sonsuz bir potansiyeldir. Siz, bu zamanda ve mekânda var olmak için, her yerde, her zaman hazır olandan şekillenmişsinizdir. Bu dünyadaki fiziksel varlığınızın ortaya çıktığı andan itibaren, her zaman her yerde hazır olması dolayısıyla bu enerji alanına girmeniz olanaklıdır. Söz konusu keşfedilmemiş gücü harekete geçirmenin tek yolu, onunla bağlantınızın kopuk olduğuna inanmaktır.

Niyeti harekete geçirmek, Kaynak'ınıza tekrar kavuşmak ve modern zamanların büyücüsü haline gelmeniz anlamını taşır. Büyücü haline gelmek demek, çok eskiye dayanan ve tasavvur olunmaz şeylerin olduğu yere ulaşabilecek bir bilinç düzeyine gelmek demektir. Carlos Castaneda'nın söylediği gibi, "Büyücülerin misyonu, sonsuzlukla (niyet) yüzleşmek ve bunu, balıkçıların oltalarını denize daldırmaları gibi, günlük hayatın içine daldırmak, sokmaktır." Niyet, enerji alanı olarak her yerde varolan bir güçtür; fiziksel gelişmeyle sınırlanmamıştır. Bu, fiziksel olmayan gelişmenin de kaynağıdır. Bu niyet alanı şu anda burdadır ve ona her an erişmeniz olanaklıdır. Bu gücü harekete geçirdiğinizde, yaşamınızdaki amacı hissetmeye başlayacaksınız ve bu esnada sonsuz benliğiniz size rehberlik edecektir. Benim niyet diye adlandırdığım şeyi, bir ruhani liderin şiir aracılığıyla nasıl tanımladığını görmek açısından şu örneğe bakalım;

*Tanrım, sen kumlu sahillerin ta kendisisin,
Tıpkı akıntının ortasında var olduğun gibi;
Önünde saygıyla eğiliyorum.
Sen ki çakıtaşının ta kendisisin,
Tıpkı denizin engin durgunluğunda varolduğun gibi,
Önünde saygıyla eğiliyorum.
Her şeye kâdir Tanrım,
Sen ki kıraç topraksın,
Ama aynı zamanda en kalabalık mekânlardasın,
Önünde saygıyla eğiliyorum.*

Veda XVI'dan, Sukla Yajur

Bu gücün önünde mecazi anlamda saygıyla eğildiğinizde, aslında kendinize olan saygıyı vurgulamış olursunuz. Niyetin her yere yayılan enerjisi, içinde bir nabız gibi atar ve anlamlı bir hayat yaşama potansiyelini harekete geçirir.

Niyet'le Bağınızın Kopuk Olduğunu Nasıl Anlarsınız?

Niyetin her zaman, her yerde hazır olan gücü diye bir şey varsa ve bu güç yalnız benim içimde değilse, o zaman her şeyde ve herkes-te vardır, öyleyse hepimizin her yere yayılmış Kaynak sayesinde her şeyle, herkesle, ne olmak, neye sahip olmak, neyi başarmak is-tediğimizle ve evrende bize yardım edecek her şeyle bir bağlantımı-zın olması söz konusudur. Gereken tek şey, kendimizi buna hazırla-mak ve niyeti harekete geçirmektir. Ama her şeyden evvel, kurma-mız gereken bu bağı neden kaybettiğimiz sorusu akla gelir. Bağ kurmak konusundaki doğal yeteneğimizi nasıl oldu da yitirdik? As-lan, balık ve kuşlar bu bağı kaybetmemişlerdir. Hayvan, bitki ve eş-ya dünyasının daima Kaynak'larıyla bağlantısı vardır ve niyetlerini asla sorgulamazlar. Ancak insan olarak bizler, görüldüğü kadarıyla onlara kıyasla sahip olduğumuz üstün beyin fonksiyonları sayesin-de, ego diye adlandırdığımız ve kim ve ne olduğumuzu tanımlayan bir şeye sahibiz.

Ego, söz konusu güçle bağımızın kopuk olduğunu hissetmemi-zin nedenini teşkil eden başlıca altı unsurdan oluşur. Egonuzun, ya-şamda izleyeceğiniz yolu belirlemesine izin vermekle, niyet etme-nin gücünü çalışamaz hale getirmiş olursunuz. Egoya ait altı unsu-ru aşağıda kısaca belirttim. Söz konusu unsurlar daha önce yazdı-ğım birçok kitapta, özellikle *Your Sacred Self* (Kutsal Benliğiniz) isimli kitabımda ayrıntılı olarak incelenmiştir.

1. Neye sahipsem, oyum. Beni, sahip olduğum şeyler tanımlar.
2. Ne yapıyorsam, oyum. Beni, başarılarım tanımlar.
3. Diğer insanlar hakkımda ne düşünüyorlarsa, oyum.

Beni, insanların gözündeki konumum tanımlar.

4. Herkesle bağım kopuk. Bedenim, beni yalnız olarak tanımlar.
5. Yaşamımda eksikliğini hissettiğim her şeyle bağlarım kopuk.

Yaşam mekânımın, arzularımla bağlantısı kopuk.

6. Tanrı'dan kopuk yaşıyorum. Yaşamım, Tanrı'nın değerimle ilgili takdirine bağlıdır.

Ne kadar çok çaba gösterirseniz gösterin, niyete ego yoluyla ulaşamassınız, o nedenle bu altı unsuru tanımak ve kendi açınızdan yeniden düzenlemek için zaman ayırmalısınız. Yaşamınızda egonun üstünlüğü zayıflamaya başladığında, niyeti aramaya ve potansiyelinizi en üst seviyeye çıkarmaya başlayabilirsiniz.

Tramvayın Kayışına Tutunmak

Bu, niyeti faal hale getirmek istediğimde bana ziyadesiyle yardımcı olduğunu düşündüğüm bir alıştırmadır. Denediğinizde, sizin için de olumlu sonuç verdiğini göreceksiniz. (Niyete ulaşma yollarına ayrıntılı biçimde değinen 3. Bölüm'e bakınız.)

Annemle ilgili eskilerden kalma ve aklımda yer eden anılardan biri, beni ve iki erkek kardeşimi tramvayla Detroit'in doğu tarafından Waterworks Park'a götürdüğü güne aittir. O zamanlar iki veya üç yaşlarındaydım ve tramvayda otururken başımı kaldırdığımda, tavandaki bardan sarkan tutunma kayışlarını gördüğümü hatırlıyorum. Yetişkinler kayışlara tutunabiliyorlarken benim yapabildiğim tek şey, uzun boylu olup, başımın üzerinde sarkan kayışlara erişebilmenin nasıl bir şey olacağını hayal etmekten ibaretti. Bir süre sonra havada süzülüp, sarkan kayışlara tutunduğumu düşündüm. Sonra kendimi emniyette hissettiğimi ve tramvayın yol üstünde bekleyen yolcuları alıp, hızlı veya yavaş, beni belli bir hedefe doğru taşıdığını canlandırdım kafamda.

Belli bir yaşa geldiğimde o gün yaşadıklarımı, niyet etmeye geri dönme konusunda bana anımsatmada bulunması için kullanmaya başladım. O anlarda, erişebileceğim mesafeden çok uzakta, başımın bir buçuk iki metre üzerinde asılı duran kayışları hayal ederim. Kayış, bara bağlıdır ve bar, niyetin akmakta olan gücünü sembolize eder. Benim açımdan ya bu gücün akıp gitmesini izlemem, ya da bara, yani güce erişmekte yalnızca geçici bir zorluk yaşadığım gözle bakmam söz konusudur. Stres, endişe, kuruntu, hatta fiziksel

bir rahatsızlık hissettiğim anlarda gözlerimi kaparım ve havada süzülüp, bardaki kayışı yakaladığımı hayal ederim. Kayışı yakaladığım anda büyük bir rahatlama duygusu sarar içimi. Bunu yaptığımda egomu bir kenara bırakmış ve niyete erişmem için kendime zemin hazırlamış olurum. Bu gücün, gerekli yerlerde durarak, yol boyunca bana eşlik edecek insanları alıp, beni hedefime götüreceğine olan güvenim tamdır.

Yazarlık hayatımın ilk dönemlerinde bu süreci üstatlığa giden yol olarak adlandırırdım. Niyeti harekete geçirmek konusunda size yardımcı olacağını düşündüğüm dört yolu aşağıda belirttim:

Niyete Etmeye Giden Dört Yol

Niyet etmenin gücünü harekete geçirmek, doğal benliğinizle bağlantı kurmak ve ego tanımlarının tümünü bir kenara bırakmakla ilgili bir süreçtir. Bu süreç dört aşamada tamamlanır.

1. Disiplin ilk aşamadır. Yeni bir misyon yüklenmek, bedeninizi arzularınız doğrultusunda eğitmekle alakalıdır. Egonun bir kenara atılması, bedeninizle bağlantınızı keseceğiniz anlamına gelmez, daha çok arzularınızı harekete geçirmek için bedeninizi eğitmek demektir. Bunu spor yaparak, bedeni zehirleyen sigara ve benzeri alışkanlıkları bırakarak, sağlıklı beslenerek gerçekleştirebilirsiniz.

2. Dirayet ikinci aşamadır. Disiplinle bütünleşmiş dirayet, düşüncelerinizi, zekânınızı ve duygularınızı bedeninizin çalışmasıyla uyumlu hale getirirken, odaklanma ve sabırlı olma yeteneğinize katkıda bulunacaktır. Çocuklarımızı okula gönderirken onlara, “Disiplinli ol” ve “Kafanı kullan” diye öğütlerde bulunur ve bunun adına eğitim deriz, ama bu sözlerin ‘üstatlığa giden yol’da çocukları yönlendirmede çok yetersiz kaldığı da bir gerçektir.

3. Sevgi üçüncü aşamadır. Bedeni dirayetle disipline sokup, aklımızı kullanarak misyonunuzu anladıktan sonra, üstatlığa giden süreçte yaptığınız şeyi sevmek ve sevdiğiniz şeyi yapmak önem kazanır. Herkesin bir şeyler satmaya çalıştığı dünyada, ben buna sunduğunuz şeye âşık olmak diyorum ve sevginizi veya çabanızı potansiyel müşterilere satmak gözüyle bakıyorum. Tenis oynamayı öğrenmek, vuruşlara çalışmanın yanı sıra oyun stratejisini kurmakta ustalaşmayı da gerektirir. Aynı zamanda topa vurma hissinden, korta çıkmaktan ve oyunla ilgili her türlü şeyden hoşlanmak da bunun bir parçasıdır.

4. Teslimiyet ise dördüncü aşamadır. Bu niyet etmenin bulunduğu, bedeniniz ve zihninizin her şeyden arınmış bir halde niyete doğru hareketlendiği yerdir. Carlos Castaneda bunu, “Evrende, şamanların niyet olarak adlandırdıkları ölçülemez, tarif edilemez bir güç vardır ve tüm kozmosta var olan her şey, bir kanalla niyete bağlanmıştır,” şeklinde tanımlar. Bu aşamada gevşeyip, tramvayın kayışını yakalarsınız ve meşe palamudunu ağaca, meyva baharını elmaya, mikroskopik noktaları insana dönüştüren aynı gücün sizi taşımasına izin verirsiniz. Tramvayın kayışına tutununuz ve söz konusu güçle kendinize has, eşsiz bağlantıyı kurunuz. Tüm kozmosta var olan her şeye siz ve disiplininiz, dirayetiniz, sevgi dolu benliğiniz, tüm düşünce ve duygularınız da dahildir. Teslim olduğunuzda, kendinizi hafiflemiş hissedecek ve sonsuz ruhunuza danışmak olanağına kavuşacaksınız. Sonra niyetin gücü, sizi varmak istediğiniz hedefe götürecek şekilde kendini gösterecektir.

Niyet ve teslimiyetle ilgili bu açıklamalar, özgür iradenizin bu süreçte nerede konumlandığına dair aklınıza bir soru getirebilir. Bu durumda özgür iradenin var olmadığı veya sizin, programınızın gerekleri doğrultusunda söylenenleri yaptığınız gibi bir sonuca meyiletmeniz söz konusu olacaktır. Şimdi, iradenize ve niyet etmeye dair yeni bakış açısından, nerede konumlandığına bir bakalım. Aşağıdaki iki bölümü, okuduklarınız hayatınız boyunca inandığınız bazı

şeylere ters düşse de, önyargısız ve yeniliğe açık bir bakış açısıyla değerlendirmenizi rica ediyorum!

Niyet Etmek ve Özgür İradeniz Paradokstur

Paradoks, temeli iyi kurulmuş olsa bile, mantığa aykırı veya içinde çelişkiler barındıran beyandır. Niyet ve özgür irade kesinlikle birbirine aykırı kavramlardır ve paradoksal olarak değerlendirilir. Söz konusu iki kavram, neyin mantıklı veya olası olduğuna dair hakkımda peşin hüküm verilmiş fikirlerle çatışır. Bir yandan özgür iradeye sahip olup, diğer yandan da bedeninizi ve potansiyelinizi şekle sokmak konusunda nasıl niyet edebilirsiniz? Bu iki ayrı kavramı bir potada eritmek için niyetin sonsuzluğuna ve özgür iradeyi kullanma kapasitenize inanmanız gerekir. Amacınıza ulaşmak için uymanız gereken kurallar ve yaratacağı sonuçlar hakkında mantıklı düşünebildiğinize göre, bu konuda zekânızı kullanmanızı öneririm.

İki sonsuzluk kavramına sahip olmak açıkça mümkün değildir, her biri, diğeri tarafından sınırlanacağından, bunlardan biri gerçekten sonsuzsa, diğeri için aynı şey söz konusu olmayacaktır. Sonsuzluğu parçalara bölmezsiniz. Aslında sonsuzluk evinizdeki hava gibi bir bütündür, devamlılıktır, birliktir. Mutfağınızdaki hava nerede birer, oturma odanızdaki hava nerede başlar? Evinizin içindeki hava nerede kesilir ve dışarıdaki hava başlar? Ya nefes alırken alıp verdiğiniz hava? Hava, sonsuz, evrensel, her yerde, her zaman hazır olan Ruh'u anlamamıza yardım edecek en iyi örnektir. Düşüncelerinizde bir şekilde, bireysel var oluş fikrinin ötesinden, evrensel varlığın birliğine ve sonra bunun ilerisindeki evrensel enerji fikrine doğru bir yolculuğa çıkmalısınız. Tüm var oluşun bir parçasının bir yerde, diğer parçasının bir başka yerde olduğunu düşünürseniz, bütünlük kavramından uzaklaşırsınız. Bir kaç satır evvel söz ettiğim yeni fikirlere açık olma düsturunu yitirmedığınız sürece, bu güce ulaşacaksınız! Zamanın herhangi bir anında Ruh, dikkatinizi yönelttiği-

niz noktada yoğunlaşmış haldedir. Onun için, söz konusu anda siz, tüm yaratıcı enerjiyi birleştirebilir, pekiştirebilirsiniz. Bu, sizin iş-başındaki özgür iradenizdir.

Zihniniz ve düşünceleriniz de ilâhi aklın düşünceleridir. Evrensel Ruh, düşüncelerinizde ve özgür iradenizdedir. Düşüncelerinizi Ruh'tan egoya kaydırdığınızda, niyetin gücüyle bağlantınızı kaybetmiş olursunuz. Özgür iradeniz ya Evrensel Ruh'la birlikte ve onun gelişimiyle hareket edecek, ya da egonun hâkimiyetine girmek üzere Ruh'tan uzaklaşacaktır. Özgür irade Ruh'tan uzaklaştıkça yaşam gözünüze bir mücadele olarak görünecek, yoğun olmayan ve yavaş hareket eden enerjiler içinize akacak ve kendinizi umutsuz, çaresiz ve kaybolmuş hissedeceksiniz. Halbuki özgür iradenizi daha üst düzeydeki, yoğun enerjilerle bütünleşmek için kullanabilirsiniz. Gerçek, hiçbir şeyi tek başımıza yaratmadığımızdır; hepimiz Tanrı'nın yarattığı insanlarız. Özgür irademiz, zaten yaratılmış olanı bir araya getirecek ve yeniden düzenleyecektir. Bu sizin seçiminizdir! Özgür irade demek, Ruh'la bağlantıyı kurup, kurmama seçiminizin olması demektir.

Yani Özgür iradem var mı? ve Niyet etme, her yere yayılmış evrensel güç olarak benimle işbirliği yapar mı? sorularına verilecek yanıt, Evet'tir. Bu paradoksla yaşayabilir misiniz? Düşünürseniz, var olduğunuzdan beri her an paradokslarla yaşadığınızı göreceksiniz, aynı anda, doğumu ve ölümü söz konusu olan bir beden olduğunuzu, ayrıca belirli sınırlar dahilinde ve zaman ve mekânla tanımlanmış görünmez, belli bir kalıbı olmayan, sınırsız, düşünen ve hissedenden bir yaratık olduğunuzu da fark edeceksiniz. Peki siz hangi tanıma uyuyorsunuz? Özdek mi, yoksa öz varlık mısınız? Varlığınız fiziksel mi, yoksa fizik ötesi olarak mı açıklanabilir? Belli bir şekliniz mi var, yoksa ruhtan mı ibaretsiniz? Bu soruların yanıtları birbirinden farklı gibi görünse de, aslında yanıt hepsidir. Özgür iradeniz var mı? Niyet etmenin kaderinin bir parçası mısınız? Evet... Aykırıkları bir potada eritin, farklılıkları harmanlayın ve inancın her iki tarafıyla birlikte yaşayın. Sürece, Ruh'un sizinle işbirliği yapmasına izin vererek başlayın ve niyet alanıyla bağlantınızı kurun.

Niyet Etme Kavramında, Ruh Sizinle İşbirliği Yapacaktır!

Özgür iradenizle, niyetin gücüne tekrar bağlantı kurmaya bilinçli bir şekilde karar verdiğinizde, özgür iradenin gideceği yönü değiştirir ve Ruh'un birliğini onaylayıp, ona saygı göstermenin getirdiği hoş duyguyu hisseder, birey olarak bu duyguya yoğunlaştığınızı duyumsarsınız. Ben, egomu ve zihnimdeki diğer düşünceleri kafamdan atmama yardımcı olması için, maksat ve niyet kelimelerini içimden tekrarlar, Castaneda'nın *Power of Silence* (Sessizliğin Gücü) kitabında yer alan şu sözleri sık sık düşünürüm: "Her şeyin kaynağına geri dönmek konusundaki umutlarını yitiren sıradan bir adam, teselliye bencilliğinde arar." Şahsen ben, her gün, her şeyin kaynağına geri dönmek için çaba gösteririm ve Castaneda'nın tanımladığı 'sıradan adam' olmayı reddederim.

Uzun yıllar önce içkiyi bırakmaya karar vermiştim. İçimde yatanı tuttuğunu hissettiğim işi yapmamı sağlayacak yeteneklerimi geliştirmek için, bana zihin açıklığı verecek ve süreklilik arzedecek bir itidallik sürecine girmek istiyordum. O günlerde yazılarımda ve konuşmalarımda, kendine güven temasını işlemek istediğimi hissediyordum. Birçok insan itidalli olmanın, yapılan işin olmazsa olmaz bir parçası olduğunu söylemişti. Hayatımdaki bu dramatik değişim sürecinin başlarında, akşamları birkaç bardak bira içmek gibi eski alışkanlığıma geri dönme sinyalleri verdiğim durumlarda, bir gücün bana yardım ettiğini hissediyordum. Gel-gitler yaşadığım bir akşam bira almak için sokağa çıkmış, ama yanıma para almayı unutmuşum. O güne kadar yanıma para almadan sokağa çıktığımı asla hatırlamıyorum!

Bunu fark ettiğimde birkaç dakikada eve dönüp parayı alacak, bu arada bira almam için bana izin veren özgür irademi yeniden sorgulayıp, sonra amacım, niyetim doğrultusunda hareket etmeyi seçecektim. Bu olayın üzerinden birkaç hafta geçtikten sonra ben-

zer şeylerin düzenli biçimde yinelenmekte olduğunu gördüm. O dönemde içinde bulunduğum koşulların, içki içerek yoldan çıkma noktasına gelmekten beni kurtardığını fark ettim. Örneğin telefonun çalması, beni yoldan çıkma noktasına gelmekten alıkoyuyor, aile içinde yaşanan ufak bir tartışma, olası bir yanlış hareket yapmamı engelliyordu. Bugün, aradan geçen onca yıldan sonra, daha önceden anlattığım şekilde tramvay kayışına sıkı sıkıya tutunmanın ve çok uzun süre önce ulaşmak için çağrıda bulunduğum niyetin, beni hedefe götürecek yoldaki engelleri temizlediği inancını kesin olarak taşıyorum. Bugün bilincinde olduğum diğer şeyse, özgür irademin, niyetin gücünün aykırı bir ortağı olduğudur.

Egomun başarmak zorunda olduğu bir şeyden çok daha farklı bir anlam ifade eden, yeniden bağlantı kurmam için bana güç veren niyetin varlığının bilincinde olma duygusu, çalışma hayatımda olumlu birçok değişikliğin yaşanmasına önayak oldu. Farkında olma duygusunun, yazılarımda ve konuşmalarımda niyet etme alanında kendini ortaya koyması, bana çok büyük yararlar sağladı. Kendimi fazla önemseme duygusunu ve egomu bir kenara attığımda, sahip olduğum yaratıcı enerjinin beni şaşkına uğrattığını söylemeliyim. Konuşma yapmak için mikrofonu elime almadan evvel egoyu otelin lobisine yolluyor veya dinleyiciler arasında kendine bir yer bulmasını söylüyordum. Niyet etme kelimesini içimden sürekli tekrarlıyor, kendimi niyet etmenin enerji alanına doğru süzülüyormuş gibi hissediyordum. Teslimiyet duygusunun beni ele geçirmesine izin verdiğimde içim huzur doluyor, konuşmamın ortasındaki en ufak detayları bile anımsıyor, yolumu şaşırmadan, dinleyicilerle aramda oluşan eşsiz bağın tadını çıkarıyordum. Bu arada hiçbir yorgunluk, açlık hissetmiyor, tualete gitme gereksinimi bile duymuyordum! Dinleyicilere vermek istediğim mesaj için gerekli olan her şey, neredeyse hiçbir çaba sarf etmeme gerek kalmadan orada beni bekliyordu sanki.

Özgür İradeyi Niyet Etmeyle Bütünleştirmek

Matematikte, iki açının birbirlerine mükemmel bir uyum sağlayacak şekilde kesiştiği söylenir. Kesişmek sözcüğü şans veya hatayı tanımlamaz, mükemmel biçimde birbirine uyum sağlamayı ifade eder. Özgür iradeyi niyet etmeyle bütünleştirdiğinizde, evrensel zihinle uyum sağlamış olursunuz. Bu işi, niyet etmek denilen bu gücün dışında kendi zihninizde gerçekleştirmek, bu kitabı okumak gibi, niyet etmeyle her anda uyum içinde olmaya çalışmak demektir. Hayat size oyunlar oynar gibi görüldüğünde, şansınızın yaver gitmediği durumlarda, karşınıza yanlış insanlar çıktığında veya tekrar yoldan çıkıp, eski kötü alışkanlıklarınıza geri döndüğünüzde, niyet etmeyle olan uyumu kaybettiğinizin sinyallerini alırsınız. Bu durumda, sizi hedefinize geri döndürecek, doğru yolu bulmanızı sağlayacak bağlantıyı tekrar kurabilirsiniz ve kuracaksınız.

Kendimden bir örnek vermem gerekirse, yazarken, benliğimi evrensel Ruh'un sağlayacağı olanaklara açarım ve düşüncelerimin, okuyucuya yardımı dokunacak, anlaşılır bir kitap yazma konusunda kaderle işbirliği yapmasına izin veririm. Bu arada içki alışkanlığımdan kurtulduğum günleri yeniden düşündüğümde, kitabın bu bölümünde niyet etmenin, gereksinim duyduğumuz şeyleri bize sağlama adına içinde bulunduğumuz koşullarla nasıl işbirliği yaptığına dair bir başka örneğe yer vermek istedim.

Yakın bir zaman öncesinde on dokuz yaşındaki kızım Sommer, bir restoranda yer gösterici olarak çalıştığı geçici işinden ayrılacağını, ama üniversite eğitimine başlayana kadar zamanını nasıl değerlendirmek istediğinden emin olmadığını söyledi bana. Ona kendisini en mutlu hissettiği ve anlamlı olarak gördüğü şeyin ne olduğunu sorduğumda, çocuklara ata binmeyi öğretmekten söz etti, ama yıllar önce performansının takdir görmediği, çok uzun saatler boyunca, az bir ücret karşılığında çalıştırıldığı o çiftliğe geri dönmeyi de istemediğini ekledi.

Kızımla bu telefon konuşmasını yaparken, Maui'de niyet etme-

ye yeni bakış açısının ilk bölümünü yazmakla meşguldüm. Kızımın sözleri üzerine, ona niyet etmenin evrendeki bir güç olduğuna dair ikna edici olduğumu düşündüğüm fikirlerimi aktardım ve düşüncelerini doğru biçimde yeniden değerlendirmesi gerektiğini söyledim. “Arzuladığın yardımı almak üzere benliğini aç,” dedim. “Niyet etmeye güven. Sana yardım etmek için orada hazır bekliyor. Daima tetikte ol ve önüne çıkacak her türlü rehberliği kabullenmede istekli davran. Bize her şeyi sağlayan Kaynak’la uyumunu kaybetme.”

Ertesi gün, kitabın bu bölümüne koymak üzere başka bir örnek arayışında olduğum anda telefon çaldı. Arayan Sommer’dı ve heyecanı sesine yansıtıyordu. “Baba, söyleyeceklerime inanmayacaksın, aslında inanmayacağına eminim. Dün bana niyet etmeye karşı kendimi açmam gerektiğinden söz etmiştin ya? Bu sözlerini şüpheyile karşılamış, hatta bir ara, şu benim garip babam yok mu diye de düşünmüş, ama sonuçta denemeye karar vermiştim. Seninle konuştuktan sonra bir telefon kulübesinin üzerinde “At Binme Dersi Verilir” diye bir ilan gördüm ve altında yazan telefonu not ederek, eve döndüğümde aradım. Konuştuğum kadın bana genç çocuklara dağ yolunda ata binmeyi öğretecek, güvenilir birini aramakta olduklarından söz etti. Bu arada maaş olarak, restoranda aldığımın tam iki katı para ödeyeceğini söyledi. Yarın onunla görüşmeye gidiyorum, harika değil mi?”

Tabii ki harikaydı! Burada oturmuş, kitabımda yer vermek üzere iyi bir örnek ararken, bu yardımı tam da bir gün önce kızıma yapmasını önerdiğim şey olarak bulmuştum. İşte bir taşla iki kuş vurmak diye buna denir herhalde!

Bireysel Düşüncelerinizi, Evrensel Zihin’le Birleştirmek

Bireysel düşüncelerimiz, niyet etmenin evrensel zihninde bir prototip yaratır. Siz ve niyet etme gücünüz ayrı değilsiniz. Yani benliğinizde Ruh’la orantılı bir düşünce şekillendirdiğinizde, sizi niyete bağlayacak ruhani bir prototip şekillendirmiş ve arzularınızı ortaya

koyacak şekilde harekete geçirmiş olursunuz. Başarmayı arzuladığınız şey neyse, o zaten Ruh'ta var olmaktadır. Zihninizi karşılaştığınız zorluklar, sınırlamalar veya gücün ortaya çıkmama olasılığı gibi şeylerden arındırmalısınız. Bu, zihninizde ve niyet etmenin zihninde aynı anda huzurlu biçimde var olursa, fiziksel dünyadaki gerçekliğin içinde de filizlenmeye başlayacaktır.

Bunu daha basit biçimde ifade etmek istersek, İncil'deki bir ayette yazan şu sözlerle kulak vermek yeter; "İstediğin ve olmasını arzu ettiğin şeyi, ne olursa olsun, elde ettiğine ve elde edeceğine inan." Kutsal Kitap'tan yapılan bu alıntıda, insanın arzu ettiklerine zaten nail olduğuna inanması, böylece başarının geleceği ifade ediyor. Bilmeniz gereken şey, düşüncelerinizin veya dualarınızın karşılığının zaten var olduğudur. Bütün şüphelerden arındıktan sonra, evrensel zihin veya niyetle uyumlu bir düşünce yaratabilirsiniz. Bu şüphe ötesi şeyin varlığını kabullenirseniz, bu varlık gelecekte zaten kendini gösterecektir. Bu, işbaşında olan niyet etmenin gücüdür.

Bu kısmı, en sevdiğim yazarlardan biri olan Aldous Huxley'nin sözleriyle kapatmak isterim: "Ruhani yolculuk, kişinin daha önceden sahip olmadığı bir şeyi elde etmesi veya kişiliğinin dışında biri haline dönüşmesi anlamına gelmez. Söz konusu yolculuğun anlamı, kişinin cahilliğinin uzantısı olan kendisi ve hayatıyla ilgili kaygıları bir kenara atması ve ruhani uyanışın başlangıcı olan anlayışa yavaş yavaş kavuşmasıdır. Tanrı'yı bulmak, insanın kendini bulmasıdır."

* * *

Bu ilk bölümde, sizden niyet etmek adını verdiğim evrensel, her zaman ve her yerde olan gücün varlığına dair tüm şüphelerinizden arınmanızı istedim ve sizi niyet enerjisindeki hedefinize taşıyacak ve sizi ona bağlayacak kanaldan söz ettim. Şimdi, bunu pratikte işe yarar hale getirmek için birkaç öneri sunuyorum.

Bu bölümdeki fikirleri hayata geçirmek için beş öneri:

1. *Kendinizi çaresiz, kayıp, hatta hırçın bir havada hissettiğinizde, niyet etme alanından gelen, başınızın bir buçuk, iki metre üstünde asılı duran tramvay kayışını hayal edin. Havaya doğru süzüldüğünüzü düşünün ve barın sizi, niyetin içinde var olan benliğinize taşımasına izin verin. Bu, pratik hayatta teslimiyeti uygulamanız için kullanacağınız bir araçtır.*
2. *Endişeli, vesveseli olduğunuz anlarda veya çevrenizde olup biten her şeyin sizi misyonunuzu gerçekleştirmekten alıkoyduğunu düşündüğünüz zamanlarda, maksat veya niyet etmek kelimelerini içinizden sürekli tekrarlayın. Bu huzurlu ve sakin olmanıza dair bir anımsatmadır. Niyet ruhtur ve ruh fark ettirmeden insana mutluluk verir.*
3. *Kendinize hayatta bir misyonunuz olduğunu söyleyin ve istediğiniz her an ulaşabileceğiniz sessiz bir ortağınız olduğu gerçeğini kabullenin. Ego, neye sahip olduğunuzu veya ne yaptığınızı belirlediğinde veya sizi diğer insanlarla kıyasladığında, bu düşünceleri kafanızdan silmek için özgür irade gücünüzü kullanın. Kendi kendinize, “Burada bir amaç için bulunuyorum, arzuladığım her şeyi başarabilirim ve bunu evrenin her yanına yayılmış yaratıcı güçle uyum içinde yaparım,” sözlerini tekrar edin. Bu, hayata karşı verilecek otomatik bir yanıt haline gelecek ve bununla eşzamanlı olarak istediğiniz sonuçları almaya başlayacaksınız.*
4. *Arzuladığınız şey zaten elinizin altındadır. Peşinde olduğunuz her şeyi zaten elde ettiğinize, bunun ruhta var olduğuna inanın ve arzularınıza nail olacağınızı bilin. Başarı ve iç huzuruna kavuşmanın sırlarından biri, kendinize olmak istediğiniz insanmış gibi davranmanızdır.*

5. *Gizemli, eski bir Musevi tarikatı olan Hasidler'e ait şu sözleri bir kenara yazıp, bir yıl boyunca yanınızda taşıyın. Bu, niyet etmenin gücüne ve her gün, her şekilde size nasıl yararlı olacağına dair bir anımsatmadır.*

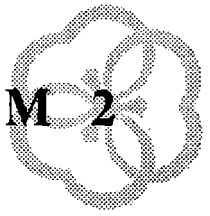
Saf, temiz, mübarek zihninle tarlada yürürken, bütün taşlardan, büyümekte olan her şeyden, tüm hayvanlardan ve hepsinin ruhlarından çıkan kıvılcımların seni sarınlamasına izin ver, bu kıvılcımlar saf hale geldiklerinde, içinde kutsal bir ateş olarak yanacaktır.

* * *

Bir sonraki bölümde niyet etme alanının görebileceğiniz bir şekle nasıl büründüğünü ve niyet etmenin neye benzediğini anlatacağım. Bu kısmı Carlos Castaneda'nın öğretmeni Don Juan Matus'tan bir alıntıyla kapatmak istiyorum: "... Ruh herkese kendini aynı yoğunlukta ve tutarlılıkta gösterir, ama yalnızca savaşçılar görünmeyi, gizli olanı görme gibi durumlara istikrarlı biçimde uyum sağlayabilirler."

Okuyucu ve savaşçı birbirine benzer, her ikisi de niyet etmenin gücüne ulaşmak için özgür iradenin ruhunda ilerleyeceklerdir.





NİYET ETMENİN YEDİ YÜZÜ

*Dört bin ciltlik metafizik kitapları
hize ruhun ne olduğunu öğretmez."*

Voltaire

Niyet Etme Hakkında Düşünmekten, Niyet Etmeyi Bilmeye Geçiş

Dün, bu kitabı yazmak üzere Maui'de masama oturduğumda, size birazdan açıklamaya çalışacağım, gizli bir şeyden haberdar olma duygusunu yaşadım. Japon bir kadın sörf yaparken denize düşüp, boğulmuş ve çok miktarda su yutmaktan bedeni şişmişti. Ben de diğer insanlar gibi kadının başına gidip, ona kalp masajı yapmaya ve ölüyü diriltmek gibi sonuç alınması olanaksız bir çaba göstermeye çalışırken, kadının Japon arkadaşları feryat figan bağırıyordu. O anda aniden, kadının yaşamını kurtarıma çabaları esnasında ruhunun hemen üzerimizde gezindiği gibi bir farkında olma duygusu kapladı içimi. Plajda kadını kurtarıma gö-

rüntülerini izlerken, insana mutluluk ve huzur veren enerjinin varlığını hissettim, o anda anlaşılmaz biçimde, kadının yeniden canlanmayacağını ve aralarında benim de bulunduğum, onu hayata döndürmek için çaba sarf eden insanlara rağmen, ruhunun bedeniyle bağlantıyı kopardığını anladım.

Bu, sessiz sedasız ortaya çıkan gizli bir şeyden haberdar olma duygusu, ayağa kalkmama ve ellerimi birleştirip, içimden kadın için dua etmeme önayak oldu. Artık kadınla bu dünyanın farklı kesimlerine aittik ve onunla aynı dili bile konuşmamamıza rağmen, ben onunla bağlantı kurduğumu hissediyordum. Ruhumun, onun ruhuyla fiziki hayatın faniliğinin, kısa ömürlülüğün gizemli doğasında bir şekilde bağlantıda olduğunun bilinciyle içimi huzur kaplamıştı.

Kadının yanından uzaklaşırken, zihnime hâkim olan şey ölümünün verdiği acı değildi. Kadının, şimdi cansız, şişmiş bedeninden ayrılan ruhunun açıklanamayacak biçimde, mükemmel, ilâhi düzenin bir parçası olduğunu biliyor ve hissediyordum. Bunu ispat edemez, bu gerçeğe ilgili bilimsel bir kanıt ileri süremezdim. Aslına bakarsanız gerçeğin böyle olduğunu düşünmüyor, biliyordum. Gizli bir şeyden haberdar olma olgusunu sessiz sedasız hissetmekten kastım bu, ve yaşadıklarımın bu konuda çok iyi bir örnek olduğuna inanıyorum. Aradan geçen yirmi dört saat sonrasında bu satırları yazarken hâlâ kadının varlığını hissediyorum. Carlos Castaneda, *Sessizliğin Gücü* kitabında gizli bir şeyden haberdar olmayı, “hepimizin sahip olduğu bir olgudur. Bu, içinde dört başı mamur hünerliliği, her şeyden bilgi sahibi olmayı barındıran bir şeydir. Ama düşünemediği için, bildiğini kelimelere dökemez... Mantığın hüküm sürdüğü dünyada insanlar, gizli bir şeyden haberdar olma olgusunu sessiz biçimde hissetmek gerçeğini dışlamışlardır. İnsan bu gerçeği ne denli dışlarsa, o denli fani olacaktır,” şeklinde açıklar.

Niyet etme, bu kitapta tüm fiziksel biçimlerin vârisi, görünmez enerji alanı olarak sunulduğu için, açıklanamaz biçimde maddi olmayan Ruh dünyasının bir parçası olarak ele alınmıştır. Ruh, onu açıklamak, tanımlamak yolundaki çabalarımızı boşa çıkarır, çünkü

başlangıç ve son kavramlarının, sınırların, sembollerin ve kendisinin ötesinde bir boyuttur. Sonuç itibarıyla, yazıya ve söze dökülen kelimeler, iletişim kurmamıza yarayan semboller, bu dünyadaki deneyimlerimiz, fiziksel dünyayı açıklamaktaki yeterliliklerini, Ruh konusunda göstermekten aciz kalır.

Bu kısmın başında alıntı yaptığım Voltaire'in sözlerine katılıyorum ve Ruh'un ne olduğunu veya neye benzediğine dair anlaşılır bir resim çizememe aczimi itiraf etmeye seve seve hazırım. Benim yapabileceğim şey, niyet alanını görmemizi engelleyen, duysal algılamamızın ve mantık sınırları içinde hareket eden aklımızın üzerindeki örtüyü bir şekilde kaldırma olasılığını gözeterek, niyeti etmeyi bir biçimde kavramsal olarak tanımlamaktan ibarettir. Bu noktada sizi niyetin yedi yüzü diye tanımladığım bir kavramla tanıştırmak istiyorum. Bu kavramı oluşturan unsurlar, niyet etmenin gücünün neye benzediğine dair hayalimde oluşturduğum resmi temsil ediyorlar.

Niyet etme, inancıma göre hepimizin hissedebileceği, bağlantı kurabileceği, anlayabileceği ve güvenebileceği bir şeydir. Bu, açıkça hissettiğimiz içsel bir farkında olma duygusudur, ama aynı zamanda sözlerle tam anlamıyla ifade edilemez. Ben bu kavramı, yaratıcılığın kaynağı olan niyet etmenin gücüne erişebilmemde bana rehberlik etmesi ve bu gücü günlük yaşamımda harekete geçirip, uyguluyabilmemde yardımcı olması amacıyla kullanıyorum. Umarım siz de kendi yaşamınızda niyeti harekete geçirmeye başlamanın bir gereklilik olduğunu kavrama noktasına geleceksiniz.

Aşağıda belirtilen tanımlamalar, bilge öğretmenlerle yaşadığım tecrübelerden, geride kalan otuz yıl boyunca, konuyla ilgili diğer insanlarla yaptığım işbirliği ve profesyonel çalışma hayatımın sonuçlarından, okuduğum fizik ötesi kitaplardan ve kişisel evrimim sonucu damıtılmış bilgilerden oluşmaktadır. Bu kitabı yazmakla, niyet etmeyle bağlantı kurmanın insana sağladığı olağanüstü faydaların bilincinde bir insan olarak bildiklerimi okuyucuya aktarma çabasını ortaya koydum. Umarım niyetin gücü gibi gizli bir şeyden haberdar olma olgusunu hissetmek size de ilham verecek ve hem

kendinize, hem de yaşamınızdaki insanlara gittikçe artan biçimde büyüleyici birtakım deneyimler yaşama ve yaşatma şansına kavuşacaksınız.

Gizli bir şeyden sessiz sedasız haberdar olma olgusu, yaşamınızda faal bir rol oynaması için niyet etmenin gücünü davet etmenizle başlar. Bu açıklanması veya savunulması gerekmeyen, tamamen özel ve kişisel bir seçimdir. Söz konusu içsel tercihi yaptığınızda, gizli bir şeyden haberdar olma olgusu yavaş yavaş normal, günlük farkında olma duygunuzun bir parçası haline gelecektir. Kendinizi niyet etmenin gücüne açmakla, ana rahmine düşmenin, doğum ve ölümün, yaratılışın enerji alanının doğal unsurları olduğunu algılamaya başlarsınız. Niyet etmeyle olan bağınız hakkında düşünmek veya bu durumu mantıklı bir çerçeveye oturtmak çabası boşa giden bir çaba olacaktır. Şüphelerden arınmak ve sezgilerinize güvenmekle niyetin gücünün akmasına olanak veren bir mekân yaratmış olursunuz. Bu sözler kulağınıza bir çeşit büyü gibi gelebilir, ama ben buna zihnimi boşaltmak ve gizemin kalbine girmek gibi görmeyi tercih ediyorum. Burada mantıklı düşünmeyi bir kenara koyarak, benliğinizi yeni farkında olma duygularının aydınlatıcılığına ve heyecanına açmayı öneriyorum.

Hayatımdaki en önemli öğretmenlerden biri olan J. Krishnamurti'nin bir zamanlar gözlemlediği gibi; "Boş, tamamen boş olmak korkulacak bir şey değildir; tam tersine, bu, zihnin bilinmeyen derinliklere ulaşabilmesi için ona çok gerekli, işgal edilmemiş; boş, herhangi bir şeyi düşünmek veya yapmaya zorunlu olmamak gibi bir zemin hazırlayacaktır."

Şimdi bir an için kitabı elinizden bırakıp, kendinizi fizik dışı benliğinizin farkında olma tecrübesini yavaşça yaşamaya ve buna güvenmeye hazırlayın. Önce gözlerinizi kapatıp, zihninizi mantıklı düşüncelerden ve her türlü fıkirden arındırın. Sonra, zihninizde şüphenin belirttiği her an, bunu kafanızdan silin. En sonunda benliğinizi boşluğa açın. Şimdi niyet etmenin gücünden sessiz biçimde haberdar olmayı keşfetmeye başlayacaksınız. (Kitabın bir sonraki kısmında, niyetle tekrar bağlantı kurmanın ve bu gücün daha da derin-

lerine erişmenin yolları hakkında bilgiler verilmektedir.)

Şimdi, plajdaki Japon kadının ruhu gibi, bedenimizin üzerinde süzülüp, benliğimizin dışına çıkmayı başardığımızda neler olduğunu tanımlamaya çalışacağım. Bu açıdan, niyet etmenin yüzüne, daha üst düzeydeki titreşimleri görme yeteneği olan gözlerle baktığımı hayal ediyorum.

Niyet Etmenin Yedi Yüzü

1. Yaratıcılık yüzü. Niyet etmenin yedi yüzünden ilki, bizi yaratan, bu dünyaya getiren ve gereksinmelerimizle uyumlu bir çevre yaratan, niyet etmenin gücünün yaratıcı görünümüdür. Niyet etmenin gücü yaratıcı olmak zorundadır, yoksa hiçbir şey var olma noktasına gelemez. Bu durum bence, niyet / ruh hakkında aksi iddia edilemez gerçeği ortaya koymaktadır, çünkü amaç, yaşamı uygun bir çevrede var etmektir. Niyet etmenin yaşam veren gücünün bizleri bu dünyaya getirmek niyeti olduğunu ve bunun için oldukça elverişli bir ortam yarattığı sonucuna neden vardım? Çünkü aksi doğru olsaydı, hayat bildiğimiz haliyle belli bir kalıpta ortaya çıkmazdı.

Nefes aldığımız ve hayatı yaşadığımız gerçeği benim açımdan, hayat veren Ruh'un doğasının, özünde yaratıcı olduğunun ispatıdır. Bu durum sizin için aşikâr olabildiği gibi, aslında kafa karıştırıcı veya konu dışı olarak da görülebilir. Ama belli olan bir şey vardır ki, o da; burada fiziksel bedeniniz içinde bulunmanızdır; bir zamanlar siz embriyo olmadan, spermadan ve belli bir kalıbı olmayan enerjiden de öncesi vardı. Belli bir kalıbı olmayan enerji içinde bir niyet ortaya çıkmış, bu da sizi hiçlikten, buraya getirmiştir. Farkında olma duygusunun en üst düzeylerinde niyet, sizi kaderinize doğru giden yola sokmuştur. Yaratıcılığın yüzü, niyetin gücü doğrultusunda yönlendirdiğiniz herhangi bir şeyi yaratmanız için sizi sürekli bir yaratıcılığa doğru itmek için tasarlamıştır. Yaratıcı enerji sizin bir parçanızdır; sizi tasarlayan, yaşam veren Ruh'tan meydana gelmektedir.

2. Şefkat yüzü. Yaratma ve enerjiyi fiziksel bir forma dönüştürme gereksinimi olan herhangi bir güç, doğadan kendine miras kaldığı biçimde şefkatli bir güç olmak durumundadır. Olaya, yine aksi olseydi ne olurdu şekliyle bakmak istiyorum. Niyet etmenin her şeyi yaratan gücü, özünde şefkatsiz, kötü niyetli veya acı verici olsaydı, o zaman yaratılışın kendisi olmazdı. Kötü niyetli enerji belli bir şekle girdiği anda, hayat veren Ruh ortadan kalkardı. Halbuki niyet etme gücünün şefkatli olma yüzü vardır. Bu, yarattığı şeyin serpilmesi, gelişmesi ve yaratılanın mutlu ve arzularına nail olması niyetini taşıyan şefkatli bir enerjidir. İnsan olarak varlığımız, bana göre niyetin şefkatli olduğunun ispatıdır. Şefkatli olmayı seçmek, niyetin gücünü hayatınızda faal hale getirmeyi seçmektir.

Şefkatli olmanın bağışıklık sistemi üzerinde ve beyinde serotonin salgılanmasındaki olumlu etkisi, yapılan araştırmalarla kanıtlanmıştır. Serotonin vücutta salgılanan ve daha rahat, huzurlu ve hatta mutlu hissetmemizi sağlayan bir hormondur. Aslında antidepresan ilaçların oynadığı rol, depresyonu azaltmak için serotoninin kimyasal olarak salgılanmasını harekete geçirmekten ibarettir. Yapılan araştırmalar, insanın karşısındakine yönelik en basit bir şefkat gösterisinin bağışıklık sisteminin işler hale gelmesini sağladığını ve hem bu davranışta bulunan kişiyi, hem de muhatabını söz konusu hormonu salgılanmasını için uyardığını göstermektedir. İşin daha da şaşırtıcı yönü, bu durumu uzaktan izleyen üçüncü bir kişinin de diğer iki insanla benzer yararlar sağlıyor olmasıdır. Bir düşünün! İyi davranmak, hem bu davranışta bulunanın, hem muhatabının, hem de bunu gözleyen üçüncü kişinin, yani işin içinde bulunan herkesin fiziksel ve duygusal açıdan olumlu etkilenmesini sağlıyor! Burada hem şefkatin yüzü, hem de yaratıcılığın yüzü bize gülümsemektedir.

Karşınızdakine kötü davrandığınızda şefkatin yüzünün görünmesine engel olur, niyet etmenin gücünden uzaklaşırsınız. Kötü niyetli düşünceler zayıflayıp, olumlu, şefkatli düşünceler güçlendiğinde, ister Tanrı, ister Ruh, ister Kaynak, isterseniz niyet etmek, ne ad verirsenez verin, işte bu güçle olan bağınız da kuvvetlenmiş olacaktır. Yaratıcılık ve şefkat, niyet etmenin yedi yüzünden ikisidir.

3. Sevgi yüzü. Niyet etmenin yedi yüzünden üçüncüsü sevgi yüzüdür. Niyet etmenin gücünün doğasında hayat verme olgusunun bulunması, aksi inkâr edilemez bir sonuçtur. Peki biz, tüm yaşamı cesaretlendiren, güçlendiren ve destekleyen bu niteliğe sevgi adı vermeyeceğiz de ne ad vereceğiz? Sevgi, niyetin Evrensel Ruh'unu harekete geçiren ana güç kaynağıdır. Ralph Emerson'ın dediği gibi; "Sevgi sahip olduğumuz en üstün kelimedir ve Tanrı ile eşanlamlıdır."

Niyetin enerji alanı, içinde saf sevgiyi besleyen ve tamamen işbirliği amacını taşıyan bir çevredir. Yargılama, öfke, nefret, korku veya önyargı bu alanda var olamaz, barınamaz. Yani, sonunda bu alanı görme olanağına kavuştuğumuzda, sevginin sonsuz alanında ki yaratıcılığını ve şefkatini de görmüş olacağız. Niyet etme alanına erişmeden önce, fiziksel dünyanın sınırları ve saf sevginin evrensel güç alanına giden yolun başındayızdır. Sevginin bir ifadesi olan niyet etmenin bu yüzü, yalnızca serpilip, gelişmemizi ve gelebileceğimiz noktaya kadar gelmemizi arzu etmektedir. Sevgi enerjisiyle uyumlu olmadığımızda, niyetten uzaklaşmış ve sevginin ifade edilmesine giden yolda niyet etmeyi harekete geçirme yeteneğimizi zayıflatmış oluruz. Örneğin, sevdiğiniz bir işi yapmıyorsanız, niyet etmenin gücü zayıflamıştır, bu durumda sevginin yüzünü yansıtmayan daha birçok tatminsizliği hayatınıza sokmaya açıksınız demektir. Sonuç olarak, hayatınızda karşılaşmayı istemediğiniz daha birçok şeyle karşılaşsınız.

Düşünce ve duygular saf enerjidir; bunlardan bazıları diğerlerine göre daha yüksek düzeyde ve daha hızlıdır. Yüksek enerjiler, daha alt düzeydeki enerjilerle aynı alanı işgal ettiklerinde, alt düzeydeki enerjiler, yüksek enerjilere dönüşür. Bu konuda verilecek en basit örnek, karanlık bir odanın, iyi aydınlatılmış bir odaya göre daha alt düzeyde bir enerjiye sahip olduğudur. Işık, karanlığa göre daha hızlı hareket ettiğinden, karanlık odaya bir mum getirdiğinizde karanlık yalnızca çözülüp, ortadan yok olmakla kalmaz, aynı zamanda sihirli biçimde aydınlığa dönüşür. Aynı şey sevgi için de ge-

çerlidir, çünkü sevgi, nefret enerjisine göre daha yüksek ve daha hızlı bir enerjidir.

Aziz Francis, ünlü duasında Tanrı'ya şöyle yazar: “Nefretin olduğu yerde bana sevgi nasip eyle.” Aziz Francis bu sözleriyle nefreti yok edecek ve sonunda sevgi enerjisine dönüştürecek gücün arayışında olduğunu ifade etmektedir. Sevgi enerjisi ortaya çıktığında nefret, sevgiye dönüşmektedir. Bu sizin için de geçerlidir. Kendinize veya başkalarına yöneltmiş nefret, niyet etmenin hayat verici, sevgi bağışlayıcı yaşam gücüne dönüştürülebilir. Pierre Teilhard de Chardin bunu şöyle açıklar: “Sonuç hiç değişmez: Sevgi, dünyanın en bilinmeyen ve en güçlü enerjisidir.”

4. Güzellik yüzü. Niyet etmenin yedi yüzü olarak adlandırdığım olgunun dördüncü yüzü, güzelliğin yüzüdür. Yaratıcı, şefkatli olup da, sevginin ifadesini yansıtan şey güzellikten başka ne olabilir? Niyet etmenin düzenleyici zekası, kendisine karşıt herhangi bir kalıpta ortaya çıkmayı tercih eder mi? Tabii ki etmez. Sonuçta niyetin doğasının, sevgi ve güzellikle sonsuz bir iç içe geçmişlik halinde olduğunu ve niyet etmenin yaratıcı, şefkatli, sevgi dolu gücünün yüzüne, bir de güzellik ifadesi kattığını söylemek olasıdır.

Genç, romantik ve çok yetenekli bir şair olan John Keats, “Bir Grek Kül Vazosu Kasidesi”ni şu sözlerle bitirir: “Güzellik gerçektir, gerçek ise güzellik, işte bu kadar / Bu dünyada bilme gereksinimi duyduğumuz tek şey budur.” Açıkça, gerçek her şeyin yaratılışında var olmaktadır ve bu dünyada belli bir şekle girmiş halde ortaya çıktığı doğrudur. Güzellik, görünmez yaratıcı gücün ifadesine bürünmüş halde kendini göstermektedir. Ben de Keats gibi, gerçeğin ve güzelliğin bir ve aynı olduğunu, gizli de olsa var olan bu olguyu bilmemiz gerektiğine dair sözlerine katılıyorum. Ruh'un, niyet etmenin gücünün bir ifadesi olduğu gerçeği, güzellik için de geçerlidir. Bunu bilmek, bireysel iradenizin, hayal gücünüzün ve sezgilerinizin gerçek hayata uygulanmasıyla alakalı olarak, kavrama gücünüze değerler katmasına olanak verecektir.

Güzelliğin önemini, niyet etmenin yüzlerinden biri olarak idrak

çtmek için şunu anımsamakta fayda vardır: Güzel düşünceler, güzel ruh inşa eder. Çevrenizdeki güzellikleri göreceksiniz ve hissedeceksiniz. Alıcı olma noktasına geldiğinizde, sizin de dahil olduğunuz doğal dünyanın içindeki her şeyde var olan niyet etmenin yaratıcı gücüyle uyum sağlamaya başladınız demektir. Her şeyin içinde var olan bu güzelliği görmeyi seçtiğinizde, fakirlik ve cehalet içinde doğmuş bir insan bile olsanız, niyet etmenin gücünü yaşamayı başlarsınız. Güzelliği, bireysel bir niyet sonucu en kötü koşullarda bile aramak, insanın niyet etmenin gücüyle bağlantı kurmasını sağlar. Bu çaba kesinlikle işe yarayacaktır, yaramak zorundadır. Diğer insanlar bunu göremese de, güzelliğin yüzü daima var olmaktadır.

1978 yılında Viyana’da bir panelde Viktor Frankl ile birlikte olmuş ve bundan büyük bir şeref duymuştum. Onun, her koşulda hayatın güzelliklerini görme yeteneğinin, hayatımıza anlam kattığı yönündeki iddiasını benimle ve panele katılan dinleyicilerle paylaştığını çok iyi anımsıyorum. Frankl, *Man’s Search for Meaning* (İnsanın Anlam Arayışı) adlı kitabında, İkinci Dünya Savaşı sırasında toplama kampındayken Naziler tarafından yemesi için kendisine verilen, içinde bir balığın bulunduğu pis suyla dolu bir kaptan söz eder. Frankl kendini, bu yemeğin verdiği iğrenç görüntüden çok, olayın güzel tarafını görmek üzere eğitmiştir ve bu korkunç kamptan sağ salım kurtulabilmek için, her şeyde bir güzellik görmek gibi hayati yeteneğinin önemine atıfta bulunur, çirkin olana odaklandığımızda, düşüncelerimize, sonra duygularımıza ve en sonunda hayatımıza daha da çok çirkinliği davet ettiğimizi anımsatır. İnsan, en kötü koşullarda bile iradesinin bir köşesine tutunmayı seçerek, dünyasında, değer bilmenin ve güzelliğin enerjisini devreye sokar ve içinde bulunduğu koşulları aşacak bir fırsat yaratmaya olanak tanır.

Rahibe Teresa kendisine sorulan, “Misyonunuzu gerçekleştirmek adına her gün Kalküta’nın sokaklarında ne yapıyorsunuz?” sorusu üzerine, yukarda sözü edilen niteliği verdiği şu yanıtla açıklamıştır; “Her gün birçok farklı kılığa bürünmüş ve farklı bedenlerde hayat bulmuş İsa’yı görüyorum.”

5. Büyüme, gelişme yüzü. Hayatın doğasının temelinde büyüme, gelişmek ve kendini daha farklı şekillerde ifade etmeye yönelik arayışlarını artarak sürdürmek vardır. Niyet etmenin yüzlerine çok dikkatli biçimde odaklanabilirsek, karşımıza çıkan şey bizi sersemletirdi. Ben, görebileceğimiz yüzlerden birinin, niyet etmenin gücünün sürekli biçimde büyüyen, gelişen ifadesi olduğunu hayal ederim. Bu yaratıcı ruhun doğası, daima büyüme, gelişme üzere faaliyettedir. Ruh, gelişen bir güçtür ve yaşamın daha fazla yaşam ortamı yaratacak şekilde gelişim göstermesi anlamına gelen, büyüme prensibine sahiptir. Bildiğimiz şekliyle hayat, belli bir şekli olmayan niyetten meydana gelmiştir. O nedenle niyetin yüzlerinden birini, sonuza dek gelişim gösteren, evrim geçiren, sürekli biçimde kendi suretini çıkaran, sonra kendi kendine genişleyip ve ileri doğru hareket ederken, bu arada büyümeye, gelişmeye ve kendini ifade etmeye devam eden bir zerrecik olarak da görebiliriz.

Fiziksel dünyamızda olan biten de budur işte. Niyetin beşinci yüzü, ifade ettiği şeyin şekline bürünür. Bunun başka bir yolu yoktur, çünkü sonuza dek büyüyen, genişleyen bu güç, kendinden hoşnut olmasa veya niyet etmeyle bağının kopuk olduğunu hissetse, kendi kendini yok ederdi. Ancak olay bu şekilde yürümez. Niyetin gücü kendini sürekli büyüyen bir yaratıcılık, şefkat, sevgi ve güzellik şeklinde ortaya koyar. Niyetin bu yüzüyle kişisel ilişkinizi kurduğunuzda, hayatınızı niyet etmenin gücüne doğru genişletirsiniz, ki bu, yaratıcı niyetin özünden gelen bir unsurdur ve daima öyle olacaktır. Niyetin gücü, hayatınızı her anlamda geliştirmek gücüdür. Bunun istisnası yoktur! Bu, büyüme, gelişme şeklinde kendini ifade eden niyetin doğasıdır, yani sizin için de geçerlidir.

Niyetin, bu ileri doğru hareketinin tek şartı, onunla her yerde işbirliği yapmak ve büyüme ruhuna sizin aracılığınızla, sizin için ve ilişkide bulunduğunuz herkes için kendini ifade etmesine izin vermektir. Böylece hiçbir şeyden endişelenmenize veya kuruntuya kapılmanıza gerek kalmayacaktır. Gelişmenin yüzüne güvenin ve yapmakta olduğunuz şeyi yapmaya devam edin, çünkü yaptığınız şeyi

seviyor ve sevdiğiniz şeyi yapıyorsunuz. Gelişmenin size yararı dokunacak sonuçlarının, sahip olduğunuz tek olanak olduğunu bilin.

6. Sınırsız bereket yüzü. Niyet etmenin bu altıncı yüzü kendini, sınırları olmayan, her yerde her zaman bulunan ve sonsuz bir bereketle sahip olarak ifade eder. Sadece devasa olmakla kalmadığı gibi, asla durmaz. Harikulade bir hediye olan bu bereket, sizi yaratan şeyden hâsıl olmuştur. Yani siz de bereketten payınızı alırsınız. Aslında var olmanız, bereket kanunlarına nail olduğunuzu gösterir. Bu hediye size hava, güneş, su ve atmosfer olarak sınırsız bir bereket şeklinde karşılıksız ve bütün olarak olarak verilmiştir.

Çoğumuz küçük yaşlardan itibaren sınır kavramıyla haşır neşir olmuşuzdur. Benim mülkümün sınırları burdan başlar, seninki ise oradan... Böylece sınırlarımızı belirlemek üzere çitler çekmeye başlarız. Ancak Antikçağ âlimleri dünyanın potansiyelinin sonsuz olduğuna dair insanlara bir farkında olma duygusu aşılamışlar, çok daha eski çağlarda astronomiyle uğraşan âlimler ise insanları, dünyanın üstünün devasa bir kubbeyle kaplı olduğuna bile inandırmışlardı. Bizlerse, ışık uzaklığıyla ölçülen galaksilerin bir yıl içinde hareketlerini tamamladıklarını öğrendik. İki yıllık bilim kitapları, artık güncelliğini kaybetmiş sayılıyor. Fiziksel cesaretimizin sınırlarını ortaya koyan atletizm rekorları, hayret uyandırıcı biçimde ve sürekli olarak ardı ardına kırılmaya devam ediyor.

Tüm bunlar, insan olarak, ortak bir var oluşun parçası bir birey olarak potansiyelimizin sınırı olmadığı anlamına geliyor. Bu hemen hemen doğru bir ifadedir, çünkü hepimiz sınırsız bereketli niyetten hâsıl olmuşuzdur. Niyet etmenin gücünün bir yüzü sınırsız bereketse, niyet ettiğimiz şeyleri gerçekleştirmek ve sahip olmak istediklerinizi cezbetmek potansiyeli için de aynı şeyler söylenebilir. Bereketin yüzü kesinlikle sınırsızdır. Tüm objelerin yaratıldığı kaynağın enginliğini hayal edin, sonra diğer her şeyin üzerinde bulunan tek bir kaynağı düşünün. Bu zihniniz ve insanlığın ortak zihni olacaktır. Zihniniz nerede başlar, nerede biter? Zihninizin sınırları nedir? Nerede ikâmet eder? Daha da önemlisi nerede ikâmet etmez? Sizin-

le birlikte mi doğmuştur, yoksa yaratılışınızdan evvel mi var olmuştur? Sizinle birlikte ölür mü? Ne renktir? Hangi şekle bürünmüştür?... Tüm bunların yanıtı, kendini sınırsız bereketlilik ifadesinde bulur. Siz de aynı sınırsız bereketten yaratılmışsınızdır. Niyetin gücü her yeredir. Bu güç, her şeyin tezahürüne, büyümesine ve sonsuz biçimde beslenmesine izin verir.

Bu yaşam gücüyle bağlantılı olduğunuzu ve herkesle ve mahrum kaldığınızı düşündüğünüz her şeyle paylaştığınızı bilmelisiniz. Benliğinizi sınırsız bereket yüzünün ifadesine açtığınızda, hayatınızı bu güçle beraber istediğiniz biçimde şekillendirmeye başlayacaksınız. Şairlerin, idrak etmemiz zor gibi görünen şeyleri bir kaç kelimeye sığdırıp, çok etkili biçimde ifade ettikleri sık görülen bir şeydir. Walt Whitman'ın "*Benliğimin Şarkısı*" şiiriyle bize nasıl seslendiğine bakalım. Şiiri okurken, niyet etmenin gücünün ne olduğuna dair değişik bir tat almanız için, dizelerdeki Tanrı kelimesini sonsuz bereketin yüzü olarak okumanızı tavsiye ederim.

*Her nesnede Tanrı'yı duyuyor ve Tanrı'yi
gözlemliyorum, ama Tanrı'yı zerre kadar
anlamış değilim...*
*Günün yirmi dört saatinde ve her an Tanrı'ya dair
bir şeyler görüyorum,
Erkeğin ve kadının yüzünde, cama yansıyan
kendi yüzümde Tanrı'yı görüyorum;
Sokaklarda Tanrı'nın bıraktığı ve onun adıyla
imzalanmış mektupları buluyorum,
Ve onları olduğu yerde bırakıyorum,
çünkü nereye gidersem gideyim,
Diğer mektupları da, şaşmaz biçimde olması gereken
zamanda ve yerde bulacağımı biliyorum.*

Entelektüel anlayış yeteneğine sahip olmanız gerekmez. Görünmeyen bu gücü bilmeniz ve hayatınızı, bu sonsuz bereketin yüzünün varlığının bilincinde olarak sürdürmeniz yeterli olacaktır.

7. Kabul etme, Alıcı olma yüzü. Niyet etmenin yedinci yüzü, alıcı eğiliminde olmaktır. Niyet etmenin bu yüzü, her şeyi kabul eden, bünyesine her şeyi alan niteliğe sahiptir. Hiç kimse veya hiçbir şey, niyet etmenin bu yüzü tarafından reddedilmez. Bu yüz herkesi ve yaşayan her şeyi, hiçbir yargıda bulunmaksızın kucaklar; niyet etmenin gücü bazı insanlara bahşedilmiş ve söz konusu insanların tekelinde olan bir güç asla değildir. Niyetin kabul etme yüzü benim açımdan, tüm doğanın harekete geçmesi için çağrı beklediği anlamına gelir. Gereksinim duyduğumuz tek şey, bunu tanımaya ve kabul etmeye, kucklamaya istekli olmamızdır. Siz bu gücü tanımakta başarısız olursanız, niyet size yanıt veremez. Şansın ve raslantıların hayatınızı ve dünyayı yönettiğine inanıyorsanız, o zaman niyetin evrensel zihni herhangi bir düzen veya güçten yoksun bir güç olarak göreनेcektir gözünüze.

Basit biçimde ifade etmemiz gerekirse, kabul etmeye, almaya açık olmamak, niyet etmenin gücüyle bağlantı kurmanıza engel olur. Niyet etmenin her şeyi kapsayan kabul ediciliğinden yararlanmak için, benliğinizde evrensel zihne denk bir zekâ üretmek zorundasınız. İnsani niyetlerinizi ortaya koymak adına size rehberlik edecek şeyi elde edebilmeniz için yalnızca kabul edici olmanız yetmez, aynı zamanda bu enerjiyi dünyaya geri vermeyi de kabullenmelisiniz. Meslek yaşamımın süresince yaptığım konuşmalarda ve ilk dönem kitaplarımda değindiğim gibi, göreviniz nasıl diye sormak değil, evet demektir! Evet, istekliyim. Evet, niyetin gücünün evrensel olduğunu biliyorum. Bu herkese açık bir güçtür.

Gereksinim duyduğum şeyler Kaynak'tan bana akar ve Kaynak, kitaplarımı, konuşmalarımı, video kasetlerimi ve kendi adıma yaratma şansı bulduğum herhangi bir şeyi yaratmamda yardımcı olması için ona yaptığım çağrıyı kabul eder, işte o an kabul etme yüzü bana gülümsemektedir. Kabul etmeye açık olmakla, niyet etmenin evrensel yaratıcı gücüyle uyum sağlamış olurum. Bu durum sizin yaşamınızda da kendini birçok farklı şekilde gösterecektir. Örneğin, doğru insanların sihirli biçimde karşınıza çıktığını, bedenini-

zin şifa bulduğunu göreceksiniz; isteğiniz doğrultusunda daha iyi bir dansçı, kâğıt oyuncusu veya sporcu olduğunuzu fark edeceksiniz! Niyet etme alanı, her şeyin belli bir kalıba dönüşmesine izin verir ve sınırsız potansiyeli, (baştaki doğum sancılarıyla kendini ifade etmesinden önce bile) her şeyin içinde var olagelmıştır.

* * *

Bu bölümde, niyet etmenin yedi yüzüyle ilgili kavramları gördünüz. Niyet etmenin yedi yüzü yaratıcı, şefkatli, sevgi dolu, güzel, sonsuz biçimde gelişen, sonsuz bereketi olan ve her şeyi kabul eden, her şeye karşı alıcı olma eğilimi taşıyan niteliklere sahiptir ve siz, niyetin bu cezbedici alanıyla bağlantı kurabilirsiniz. Aşağıda, bu bölümde verilen önemli mesajları günlük hayatınızda uygulamanız için verdiğim beş öneriyi bulacaksınız.

Bu bölümde verilen bilgileri günlük hayatınızda uygulamanız için beş öneri:

1. *Niyet etmenin gücünü gözünüzde canlandırın.* Enerji alanını, ki bu niyet etmenin gücüdür, zihninizde belirmesi için gözünüzde canlandırabilecek şekilde davet edin. Enerji alanı kavramını gözünüzde canlandırırken, ortaya çıkan şeyi kabul etmeye hazır olun. Bunun görünmez olduğunu bilseniz de, gözlerinizi kapayın ve hayalinizde canlanan görüntüleri benimseyin, niyet etmenin yedi yüzünü temsil eden yaratıcı, şefkatli, güzel, gelişen, bereketli ve kabul edici sıfatlarını içinizden tekrar edin. Bu kelimeleri ezberleyin ve hayalinizde canlandırıdığınız şekliyle, niyet etmenin gücüyle birlikte hayatınıza uyum getirmesi doğrultusunda kullanın. Niyet etmenin yedi yüzü hakkında şüpheye kapıldığınızda, niyetin gücüyle bağlantınızın kopacağını anımsatın kendinize. Yedi kelimenin, hayalinizde canlandırıdığınız

niyetin gücünü süslemesine, ona katkıda bulunmasına izin verin ve bu güçle bağlantınızı sağladıktan sonra, bakış açınızdaki değişimi fark edin.

2. *Yansıtıcı olun.* Bir ayna, yüzeyine yansıyanları çarpıtmadan veya yargılamadan olduğu gibi yansıtır. Siz de bir ayna olduğunuzu düşünün ve hayatınıza giren şeyleri yargılamadan ve üzerinde bir fikir yürütmeden yansıtın. Hayatınıza giren insanlardan, kalıcı, gidici olmalarını talep etmeyin veya kaprisleriniz doğrultusunda hareket etmelerini beklemeyin. Bu tür davranış tarzından uzak durun. Kendinizi veya diğer insanları çok şişman, çok uzun, çok çirkin vb. sıfatlarla yargılamaktan vazgeçin! Niyet etmenin gücü sizi kabul edip, yargısız biçimde yansıttığında, siz de karşınıza çıkan şeylere aynı şekilde davranın. Ayna gibi olun!
3. *Güzellik beklentisi içinde olun.* Bu öneri, kendinizi, çevrenizdekileri severek ve hayatınız boyunca saygı göstererek, güzelliğin yanı sıra, şefkat ve sevgi beklentisi içinde olmanızı ifade eder. Nerede olursanız olun yaşanacak bir güzellik vardır. Şu anda çevrenize bir bakının ve etrafınızdaki güzelliklere odaklanın. Bunun, alışkanlık haline getirdiğiniz acı, öfke veya gücenme hissi duymaktan çok farklı bir duygu olduğunu fark edeceksiniz. Güzellik beklentisi içinde olmak, hayatınızda niyet etmenin gücünü idrak etmenize yardım edecektir.
4. *Takdir etmenin önemini düşünün.* Tüm canlı varlıklarla ve hatta sizden önce yaşamışlarla, şimdi ve gelecekte paylaştığınız, paylaşacağınız enerjinin değerini takdir edin. Düşünmenize, uyumanıza, hareket etmenize, yediklerinizi sindirmenize ve hatta düşünmenize izin veren yaşam gücünün varlığını hissedin. Niyetin gücü, değer bilirliliğiniz karşılığında gereken tepkiyi verecektir. Bedeninizdeki yaşam gücü, arzularınızın anahtarıdır. Yaşam gücünüzü, niyet etmenin gücünün bir temsilcisi olarak takdir ettiğinizde, içinizi kararlılık ve bilinç dalgası kaplayacaktır. Ruhunuzun bilgeliği, takdir etmenin önemini düşünmenize pa-

ralel olarak ipleri eline alacak ve atacağınız adımlar konusunda sizi yönlendirecektir.

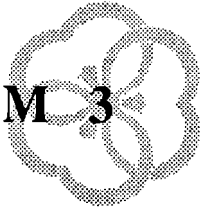
5. *Şüpheyi yok edin.* Şüphenin ortadan kalktığı yerde bereket serpilir ve her şey olanaklı hale gelir. Hepimiz, seçtiğimiz dünyayı yaratmak üzere düşüncelerimizi kullanmak eğilimindeyizdir. Niyet ettiğiniz dünyayı yaratmak yolunda yeteneğinizden şüphe duyuyorsanız, niyet etmenin gücünü reddediyorsunuz demektir. Hayatınızda arzuladığınız şeyi elde edeceğinize dair hiçbir işaret olmasa bile, şüphe kavramını göz önünde bulundurmayı kesinlikle reddedin. Unutmayın ki niyetin tarmvay kayışı, sizi arzuladığınız yere götürmek üzere havada süzülüp, onu yakalamanızı bekler.

Shakespeare’ın dediği gibi, “Şüphelerimiz haindir, harekete geçme konusunda içimize korku tohumu ekip, iyiyi elde etmemize engel olur.” Aynı konuda Rāmana Maharshi’nin gözlemi ise şöyledir; “Teslimiyet duygusunun yokluğunda, şüphe ortaya çıkar.”

Diğer insanların size söyledikleri veya hissettiğiniz şeyler konusunda şüphe duymanızın bir sakıncası yoktur, ama iş, niyet etmenin evrensel gücünün sizi yaratması ve burada bulunmanızı sağlaması konusuna geldiğinde, şüphenizi bir kenara atmalısınız! Enerji alanından yaratıldığınıza ve enerjinin her zaman ulaşılabilir olduğuna şüphe etmeyin.

* * *

Bir sonraki bölümde, niyet etmek dediğimiz büyüleyici enerji alanıyla aranızdaki bağlantı kanalının iyileştirilmesi ve yeniden tesisi hakkında, size alışlagelmişin dışında gibi görünebilecek yöntemleri anlatacağım.



N İ Y E T E T M E Y L E B A Ğ L A N T I K U R M A K

*Cisimlerin suda yüzmesine dair fizik yasası,
suya batan cisimler değil, doğal biçimde yüzen
cisimlerin düşünülmesi ve sonrasında
akıl yürüterek, niçin böyle hareket ettiklerinin
araştırılmasıyla keşfedilmiştir.*

Thomas Troward

20'nci yüzyılın başlarında yaşamış önemli bilim adamlarından biri olan Thomas Troward'ın yukarıdaki gözlemini irdeleyelim. Gemilerin inşa edilmeye başlandığı ilk günlerde ahşap malzeme kullanılıyordu ve bunun nedeni olarak, ahşabın suda yüzerken, demirin batması olarak gösteriliyordu. Ancak günümüzde, bütün dünyada gemiler demirden yapılıyor. İnsanlar suyun kaldırma kuvveti prensibini incelemeye başladıklarında, cismin, yerini kapladığı sıvıdan daha hafif olması durumunda, her şeyin yüzebileceği keşfedilmişti. Günümüzde demirin suda yüzmesi, demirin

suda batmasına neden olarak gösterilen aynı prensipten hareketle, olanaklı hale getirilmiş durumda. Olmaya niyetlendiğiniz her şeyle bağlantı kurma konusunda bu bölümde verilen bilgileri okurken ve bunları hayatınızda uygularken, bu örneği aklınızın bir köşesinde hep bulundurun.

Niyet etmenin engin potansiyelinden ve gücünden yararlanmaya başladığınızda, buradaki anahtar kelime düşünmek olacaktır. Niyetle bağlantı kurabilmelisiniz, niyet etmenin ve çabayı ortaya koymanın olanaksızlığını düşünürseniz, niyete ulaşamazsınız ve niyetle birlikte çalışamazsınız. Eksik olan şeyleri düşündüğünüzde, yaratıcılığın kanununu keşfedemezsiniz. Hâlâ uykuda olan şeyleri düşünüyorsanız, uyanmanın gücünü keşfedemezsiniz. Arzuladığınız herhangi bir şeyin tezahürünün sırrı, içsel dünyanızın niyet etmenin gücüyle uyum sağlaması için istekli olmanız ve kendinize çeki düzen verme yeteneğinizin bulunmasıdır. Çevrenizde gördüğünüz ve yararlandığınız modern dünyaya has her ilerleme, birilerinin niyetini gerçekleştirme sonrasında yaratılmıştır. (Yaratma, tam da bu kitapta yaptığımız şeydir.)

Ruh'la bir ilişki tesis etmenin ve bu yaratıcı prensibin gücüne ulaşmanın yolu, sürekli olarak kendinizi, yaratmak istediğiniz koşullarla çevriliymiş gibi düşündürmektir. Yukarıdaki satırların hem kitapta, hem de zihninizde altını çizmenizi ve söz konusu satırlarda vurgulanan fikri iyice benimsemenizi öneriyorum. En yüce, sonsuz gücün, arzularınızı yerine getireceği fikrine sıkı sıkıya sarılın. Bu güç, evrenin yaratıcı gücüdür ve ortaya çıkan her şeyden sorumludur. Niyet ettiğiniz şeyin gerçekleşmesi adına gerekli koşulların sağlanacağına güvendiğinizde, niyet etmeyle bağlantı kurabilir, bu bağlantının sürekli olmasını sağlayabilirsiniz.

Wright kardeşler havacılık tarihinin ilk motorlu, kesintisiz uçuşunu gerçekleştirirken cisimlerin yerde durmasını değil, tersini düşünmüştür. Alexander Graham Bell telefonu icat ederken iletişim kurmamayı değil, tersini düşünmüştür. Thomas Edison ampulü icat ederken karanlığı değil, aydınlığı düşünmüştür. Bir fikrin gerçeklik

dünyanızda yüzmesi için, idrak edilemezliğe dalıp, sonrasında ayaklarınız üzerine düşmeye istekli olmalı, sahip olmadığınız şey yerine, istediğiniz şeyi düşünmelisiniz. Sonra arzularınızı batırmak yerine, yüzdürmeye başlayacaksınız. Tezahür kanunu da tıpkı suyun kaldırma kuvveti prensibine benzer, siz de bu kanunun işlemediğini değil, sizin için çalıştığını düşünmek zorundasınız. Bunu, enerjinin görünmeyen, belli bir şekle girmemiş alanıyla, yani niyet etmenin gücüyle güçlü bir bağ kurarak başaracaksınız.

Niyet Etmenin Ruhuna Ulaşmak

Bir şey yaratmaya niyet etmek, her şeyi var eden aynı hayat verici niteliğin ortaya çıkmasıyla alakalıdır. Herhangi bir şeyin ruhu, her şeyin belli bir şekle girmesine izin veren nitelik, genel prensipler düşünüldüğünde, neden içinizde de faal hale gelmesin sorusunu gündeme getirir. Niyet etmenin gücü oradadır ve yalnızca bağlantıyı kurma yeteneğini sergilemenizi beklemektedir.

Niyetin, fiziksel niteliklerle ölçülebilen maddi bir şey olmadığından daha önce söz etmiştik. Buna örnek olarak sanatçıları verebiliriz. Sanatçıların yarattığı şeyler yalnızca boyanın, fırçanın, tuvalin veya kullandıkları materyallerin bir araya gelmesiyle ortaya çıkan fonksyonelliğinin niteliği olarak değerlendirilmez. Bir yapıtın nasıl yaratıldığını idrak edebilmek için, sanatçının düşüncelerini ve duygularını da göz önüne almamız gerekir. Yapıtın yaratılış sürecini kavrayabilmemiz için, sanatçının yaratıcı zihninin hareketini ve zihnini tanımamız gerekir. Sanatçılar yoktan var ederler! Sanatçının düşünceleri ve duyguları olmazsa, sanat da olmaz. Sanat anlamında yaratıcılık dediğimiz şeyi vücuda getirmek için niyetle bağlantı kuran şey, sanatçının düşünen yaratıcı zihnidir. Niyet etmenin gücü, sizi yaratırken de bu şekilde hareket etmiş, sizi yepyeni, diğer insanlardan tamamen farklı bir insan olarak, yoktan var etmiştir. Niyet etmenin gücünün sizinle ifade bulduğunu idrak etmek de-

mek, yaratıcı dürtüyle ilişkiye girmek ve bu gücün, sizin kişiliğinizde kendini ifade edeceğini bilmek demektir.

Hissettikleriniz, nasıl düşündüğünüzün, ne düşündüğünüzün ve içsel sesinizin nasıl formüle edildiğinin göstergesidir. Niyet etmenin gücüne şöyle bir dokunup, hissedebilseniz, onun sürekli büyüyen, güven verici bir güç olduğunu duyumsarsınız, çünkü bu, gelişme eğiliminde olan ve hedefinden asla şaşmayan bir güçtür. Bu güç daima gelişir ve yaratır. Ruhun ileriye doğru hareketi insanlık için bir hediyedir. Niyetin gücü, tıpkı bir sanatçının duygularının, fikirlerinde ve düşüncelerinde dolu dolu ifade bulması gibi, hayatın dolu dolu ifade edilmesinin peşindedir. Duygularınız, kaderiniz ve potansiyeliniz hakkında ipuçları verir, hayatın, sizin aracılığınızla dolu dolu ifade edilmesinin arayışı içindedir.

Hayatı ifade eden duygulardan meydana gelen niyetin ruhuna nasıl ulaşabilirsiniz? Şaşmaz ruhani büyüme kanununun, hayatınızın bir parçası olması beklentisini hiç kaybetmeksizin bu ruhu besleyebilirsiniz. Bunu, çok eski dönemlerde daha üst düzey titreşimleri görmemizi sağlayan hayali kapasitemiz aracılığıyla gördük ve çağlar boyunca var olmuş ruhani liderlerin hediyesi olan seste duyduk. Bu ruh her yerdedir ve hayatı ifade etmek istemektedir. Bu, hareket halinde olan sevgidir, doğasında tereddüt barındırmaz. Ve en önemlisi nedir bilir misiniz? Siz de bu ruhun bir parçası olmanıza rağmen, bu gerçeği unutmuşsunuzdur. Kendini sizin aracılığınızla ve sizin isteğiniz doğrultusunda ifade etmesi için, Ruh'a güvenme yeteneğinize itimat etmeniz yeterli olacaktır. Göreviniz hayatın, sevginin, güzelliğin ve şefkatin enerjisini düşündürmektir. Niyetin bu yaratıcı prensibiyle uyumlu olan her hareket, sahip olduğunuz niyetin gücüne bir anlam katacaktır.

İradeniz ve Hayal Gücünüz

Özgür iradenizin varlığından şüphe edilemez. Siz, seçim yapabilecek yetenekte, akli olan varlıksınız. Gerçekten de hayatınız boyunca sürekli olarak bilinçli seçimler yapma durumuyla karşılaşmışsınızdır. Bu özgür iradenin, önceden tasarlanmış kaderle karşı karşıya gelmesi olayı değildir. Ancak isteklerinize ulaşmak amacıyla nasıl hareket edeceğinize dair yeteneğinize nasıl güvendiğinizi dikkatle inceleyin. Bu kitapta niyet etmeye, yalnızca güçlü bir isteğe sahip olmak ve bunu büyük bir kararlılıkla desteklemek gözüyle bakılmaz. Belirlenen hedeflere ulaşmak için güçlü bir iradeye ve azme sahip olmak, egoyu hayatınıza rehberlik edecek güç olarak davet etmek demektir. Ben bunu yapacağım, asla aptallık etmeyeceğim, asla pes etmeyeceğim... Bunlar takdir edilen özelliklerdir, ama niyet etmeyle tekrar bağlantı kurmanızı sağlamaz. İrade gücünüz, niyet etmenin gücüyle bağlantı kurmanızı sağlayan hayal gücünüze göre çok daha etkisizdir. Niyet etmek, içinde var olan evrensel zihnin hareketidir. Hayal gücünüz, yaratılış eylemine katılmanızı sağlayan, içsel resmi yaratır. Bu, kendi kaderinizin tezahürüne bağlanan görünmez bir kanaldır.

Bir an için, hayal gücünüzün sizden yapmasını istemediği bir şeyi yapmak için kendinizi zorladığınızı farz edin. İradeniz, bir yönünüzle sizin diğer insanlardan, başarmak istediğiniz veya elde etmek istediğiniz şeyden ve Tanrı'dan ayrı olduğunuza inanan egodur. Bu, aynı zamanda sizi siz yapan şeyin kazanımlarınız, başarılarınız ve diğer insanlardan aldığınız övgüler olduğuna da inanır. Bu ego iradesi, ne kadar önemli olduğunuza dair sizden sürekli kanıt talep eder, üstünlüğünüzü kanıtlamanız ve aşırı bir azim ve kararlılıkla arzularınızın peşinde koşmanız için sizi sıkıştırır. Diğer taraftan hayal gücünüz, içinde var olan Ruh'a ait bir kavramdır. Bu içinde var olan Tanrı'dır. William Blake'in aşağıda göreceğiniz hayal gücü tanımını okumanızı salık veririm. Blake, hayal gücü sayesinde istediğimiz her şey olma gücünü elde ettiğimize inanmaktadır.

*Ulvi görevimi yerine getirmeden bana huzur yok!
 Ki görevim, Sonsuz Dünyaların kapısını,
 İnsanlığın ölümsüz Gözü'yle görebileceği
 Düşünce Dünyalarına,
 Sonsuzluğa ve sürekli gelişime açmaktır.
 Görevim,
 Tanrı'nın Bağrı'nda var olan
 İnsanlığın Hayal Gücünü göstermektir.*

Jarusalem'ten (William Blake)

Şimdi, hayal gücünüzün hayır dediği bir şeyi yapmak üzere kendinizi zorlama konusuna geri dönelim. Bu noktada, ateş üzerinde yürüme örneğini vermek isterim. Gözünüzü kızgın kömürlere dikip, ateşin üzerinde yürümek için kendinizi zorlayabilirsiniz ve irade gücünüze çok güveniyorsanız, sonuçta ateşin üzerinde yürüyüp, ayaklarınız yara bere içinde karşı tarafa geçersiniz. Ama ilâhi bir güç tarafından korunduğunuzu hayal edip, Blake'in sözleriyle Tanrı'nın Bağrı'nda olduğunuzu düşünürseniz, bedeninizin ötesinde bir şey olmayı ve ateşin üzerinde yara almadan yürümeyi başardığınızı hayalinizde canlandırabilirsiniz. Kızgın kömürlerin size hiçbir şekilde etkilemediğini hayal ettiğinizde, kendinizi bedeninizin ötesinde bir şey olarak hissetmeye başlarsınız, kendinizi ateşten daha güçlü olarak görürsünüz. Her şeyden arınmış, sizi koruyan hayal gücünüz, kömürlerin üzerinde yürümek için sizi teşvik edecektir. Güvende olmanızı sağlayan şey hayal gücünüzdür. Onsuz, yara bere içinde kalırsınız!

Hayatımda ilk kez, kırk kilometreden daha fazla süren maraton koşusunu tamamlamayı hayal ettiğim günü anımsıyorum. Beni üç buçuk saat boyunca sürekli koşmaya sevk eden şey iradem değil, içsel hayal gücümdü. İçsel hayal gücüme kilitlendim ve iradem aracılığıyla, sınırlarını zorlaması için bedenimi harekete geçirdim. Hayal gücüm olmasaydı, iradem bu dayanıklılık isteyen işi tamamlama konusunda kesinlikle yetersiz kalırdı.

Söz konusu durum her şey için geçerlidir. Mutlu, başarılı, zengin, gözde, ünlü olmak için kendinizi teşvik etmeniz egodan doğan bir fikirdir ve sonuçta söz konusu hedeflere varmak sizde takıntı haline gelecektir. Bu irade gücünün etkisiyle, önünüze çıkan insanların hakkını yemeye, hile yapmaya, çalmaya ve kişisel amaçlarınıza ulaşmak adına aldatmaya başlarsınız. Ancak bu ve benzeri tutumlar, sonuçta sizi felakete sürükleyecektir. Bir şeye niyetlenip, belirlediğiniz fiziksel hedeflere ulaşabilirsiniz, ama hayatınızın gerçek anlamda yaşandığı yerde, yani içinizde huzur bulmanıza izin verilmeyecektir.

Ben, irademden üstün tuttuğum hayal etmenin gücünü, çalışma hayatımda üretken olmak için kullanmaya devam ediyorum. Örneğin, bu kitabı yazmayı bitirdiğimi şimdiden görebiliyorum. Bu son-
dan başa doğru düşünme sistemi, yaratmak istediğim şey zaten elimin altındaymış gibi hareket etmemi sağlıyor. Benim düsturum şudur; Olmak istediğim şeyi hayal ediyorum ve oluyorum ve bu hayalden hiç kopmuyorum. Kitabı, irademin güçlü olması sayesinde yazmıyorum. Yani bu hayalin, içimde, Wayne Dyer adındaki bedende olduğuna inanıyorum ve her şeyi, hayal gücümün fiziksel sınırlarının bulunmadığı ve Wayne Dyer adında birinin olmadığı noktasında gerçekleştiriyorum. Hayal gücüm, niyetimin ‘hık demiş bur-
nundan düşmüş’ bir suretidir. Bana gereksinim duyduğum şeyleri sağlar, burada oturup yazmama olanak verir, kalemime ve elime rehberlik eder, tüm boşlukları doldurur. Ben, Wayne Dyer olarak bu kitabın gerçekleşmesi için istekli değilim. Bununla ilgili zihnimde canlandırdığım resim o kadar net ve kesin ki, kitap kendini ortaya koyuyor zaten. Antikçağ’da Hermes adında ilâhi bir varlık şöyle yazmış;

O ki, çok aşikârdır;

*O ki tezahür etmemiştir, geçmişte vardır ve var olacaktır,
Ama ölü değildir;*

*O ki Tanrı’nın sonsuz bir eylemi olan,
her şeyi yaratan ruhtur.*

Niyet etmeye yeniden bağlanmayı ve hayalinizde var olan her şeyi yaratma gücünü elde etmeyi düşündüğünüzde, yukardaki sözler, üzerinde uzun uzun düşünmeye değer önemli sözlerdir. Siz, bedeniniz ve egonuz niyet etmezsiniz, yaratmaz, hiçbir şeye hayat vermezsiniz. Egonuzu bir kenara atın. Hayatta her anlamda bir hedef belirleyin ve kesin kararlı olun, ama kalbinizden geçenin, iradeniz aracılığıyla tezahür edeceği yanılmasından kurtulun. Bu kitabı okurken hayal gücünüze odaklanın ve gerçekleştirmekte kararlı olduğunuz hedeflerin ve eylemlerin, hayal gücünüzün çalışması, rehberliği, cesaretlendirmesi ve hatta, siz daha yaratılmadan önce bile niyetin orada olduğu noktasına sizi itmesi sayesinde gerçekleşeceği gözüyle bakın. Siz hayal gücünüzün ve Yaratılışın Kaynağı'nın, titreşim uyumunun peşinde olacaksınız.

Hayal gücünüz, bir şeyi sondan düşünmek gibi harikulade bir lüksü serer önünüze. Hiçbir şey, insanı bir şeyi sondan başa düşünmekten alıkoyamaz. Arzularınızla bağlantı kurmak için çeşitli araçlar ve kuvvetli sınırlamalar yaratırsınız. Hayal gücünüzü kullanırken sondan düşünün, arzu ettiğiniz şeyin maddi dünyada var olduğuna ve onu elde etmeniz için her şeyi yaratan Kaynak'ın tüm unsurlarını kullanabileceğinize dair sonsuz bir güveniniz olsun. Her şeyi yaratan Kaynak'ın, doğası itibarıyla faziletli bir işleyiş yapısına sahip olması ve cezbedici niteliklere sahip yedi yüzü sayesinde, siz de niyetlendiğiniz her şeyi onun yardımıyla yaratmak adına sadece ve sadece bu yöntemi kullanacaksınız. Şüphelerden uzak durun, iradenizi göreve çağırmayın. Hayal gücünüze güvendiğiniz sürece, öngörülerinizin gerçeklik dünyasında elle tutulur hale geleceğine itimat edin. Niyetle tekrar bağlantı kurmak, her şeyi yaratan Kaynak'ın aşikâr olmayanı, aşikâr hale getirmek için kullandığı aynı yedi yüzü ifade etmek anlamına gelir. Hayal gücü Tanrı için işlevselse, sizin için de işe yarayacağı kesindir. Tanrı, hayal gücü aracılığıyla her şeyi gerçek kılar. Bu, aynı zamanda sizin yeni stratejiniz olacaktır.

Niyet Etmeyele Bağlantı Kurmak için Yedi Yüz Kavramanın Uygulanması

Hayatının büyük bir bölümünü kişisel gelişim konusunda çalışmalar yaparak geçirmiş bir insan olarak en sık karşılaştığım soru, “İstedığimi nasıl elde edebilirim?” sorusu olmuştur. Şu anda oturmuş, bu kitabı yazarken buna vereceğim yanıt, “Düşündüğünüz gibi biri olduysanız ve düşündüğünüz şey, istediğiniz şeyse, o zaman isteme noktasında ısrar edin,” olacaktır. Yani bir anlamda, istediğimi nasıl elde edebilirim yanıtı, soruyu şu yeni çerçevede sormakta yatar: “Yaratmaya niyetlendiğim şeyi nasıl elde edebilirim?” Bu soruya yanıtımsa, karşılığın, kitabın bu kısmına ait kalan sayfalarda olduğu yönündedir, ama kısaca yanıt vermem gerekirse şunu söyleyebilirim: “Yaratmaya niyetlediğiniz şeyi elde edebilmek için, her türlü yaratılıştan sorumlu olan niyet etmenin gücüyle uyum içinde olmalısınız.” Niyetin kendisi gibi hareket edin, bu sayede düşündüğünüz her şeyi onun yardımıyla gerçekleştirirsiniz. Niyetle bir olduğunuzda, egonun hâkimiyetindeki zihinden üstün olacak ve her şeyi yaratan evrensel zihne dönüşeceksiniz. *A Spiritual Philosophy for the New World* (Yeni Dünyanın Ruhani Felsefesi) adlı kitabında John Randolph Price şöyle der: “Egoya üstünlük sağlayıncaya dek, dünyaya daha fazla çılgınlık getirmekten başka bir şey yapamazsınız. Bu ifade, omuzlarınızdan büyük bir yük alacağı için, sizde mutsuzluk yaratmak yerine, memnun etmeli.”

Ego denilen ağır yükü omuzlarınızdan atmaya başlayın ve niyet etmeye tekrar bağlantı kurun. Egoyu bir kenara bırakıp, hâsıl olduğunuz asıl kaynağa geri döndüğünüzde, niyet etmenin gücünün çok farklı yollarla sizinle birlikte, sizin için ve sizin aracılığıyla çalıştığını hemen görmeye başlayacaksınız. Aşağıda niyet etmenin yedi yüzü, hayatınızın bir parçası haline gelmesini sağlamak adına yeniden ele alınmıştır.

1. Yaratıcı olun. Yaratıcı olmak demek, kendi amacınıza güvenmek ve gün içindeki düşüncelerinizde ve eylemlerinizde sarsılmaz bir niyet gösterisine soyunmak demektir. Yaratıcı olmaya devam etmek demek, niyetinize bir şekil vermek demektir. Niyetinize bir şekil vermeye başlamanın yolu, niyetinizi yazıya dökmektir. Örneğin ben burada, Maui'deki çalışma mekânımda niyet ettiğim şeyleri yazıyorum. Ben yazmaya devam ederken gözünü bana dikmiş, bakan, niyet ettiğim şeylerden bazılarını şöyle sırlayabilirim:

- Niyetim, tüm eylemlerimin Ruh tarafından yönetilmesidir.
- Niyetim, sevmek ve sevgimi yazıya ve bunları okuyanlara yaymaktır.
- Niyetim, benim aracılığım ile ortaya çıkan ve Ruh'a aracılık eden her şeye, hiçbir yargıda bulunmaksızın güvenmektir.
- Niyetim, Ruh'u, Kaynak'ım olarak tanımak ve egomdan ayırmaktır.
- Niyetim, niyet etmenin üstün gücünden hâsıl olan Ruh'la yakından ve uyumlu bir ilişki tesis etmek için, ortak bilinci elimden geldiğince yüceltmektir.

Yaratıcılığınızı ifade etmeniz ve niyetinizin tezahür dünyasında yer almasını sağlamak için, ilk kez Hindu dininin en eski kutsal kitapları olan Veda'da ortaya konmuş bir teknik olan Japa tekniğini uygulmanızı öneriyorum. Japa meditasyonu, tezahür etmesine niyetlendiğiniz şeye odaklanırken, aynı anda Tanrı'nın adını sürekli tekrarlamaya dayanan bir tekniktir. Dileğinizi söylerken Tanrı'nın adını tekrarlamanız, isteklerinizin tezahürünü sağlayacak yaratıcı enerjinin hâsıl olmasını sağlar. Ve istekleriniz, içinizdeki evrensel zihnin hareketidir. Şimdi, böyle bir şeye kalkışmanın ne gibi yararlar getireceği konusunda şüpheli olabilirsiniz. Sizden isteğim, niyetle aranızdaki yaratıcı kanalın bir ifadesi olarak kendinizi Japa fikrine açmanızdır. Burada söz konusu yöntemi ayrıntılarıyla tarif etmeyeceğim, çünkü bu yöntemden Hay House'ın, *Getting in the*

Giap: Making Conscious Contact with God Through Meditation (Uçurumu Aşmak: Meditasyon Sayesinde Tanrı ile Bilinçli İletişim Kurmak) adlı CD'sine eşlik eden bir kitapçıkta söz etmiştim. Şimdilik, meditasyon ve Japa tekniğini uygulamanın, niyetin gücüyle bağlantı kurma serüveninizde hayati bir önem arz ettiğini söylemekle yetineceğim. Söz konusu güç Yaratılış'tır ve niyet etmenin gücüyle işbirliği yapabilmeniz için, kendinize has yaratıcılık düzeninde bulunmanız gerekir. Meditasyon ve Japa sayesinde bunları başaracağınıza hiç şüphe yoktur.

2. Şefkatli olun. Üstün yaratıcı gücün temel vasfı, şefkatli olmaktır. Şefkat her şeyi başarmak üzere tezahür eder. Başarmak ve iyi olanı çoğaltmak üzere yarattığı şeyi arzulamak, şefkatli bir gücün işidir. Böyle bir şey söz konusu olmasaydı, yaratılan her şeyin, onu yaratan aynı güç tarafından yok edilmesi durumu çıkardı ortaya. Niyetle tekrar bağlantı kurmak için, siz de niyetin kendisiyle aynı şefkatli dalga boyunda olmalısınız. Neşeli ve şefkatli bir hayat tarzı benimsemek için gayret gösterin. Bu, üzüntü veya kötü niyet enerjisinden çok daha üst düzeyde bir enerjidir ve arzularınızın tezahürünü olanaklı kılar. Bu güç, aldığımızı vermek suretiyle kendini gösterir; diğer insanlara yöneltilen ve bağışıklık sistemimizi güçlendiren, hatta serotonin hormonunun seviyesini yükselten şefkat eyleminin aracılığıyla ortaya çıkar.

Bizleri zayıf düşüren ve sonuçta utancın pençesine atan düşünceler, düşük düzeyde enerji barındıran öfke, nefret, yargılama ve korku gibi düşüncelerdir. Bu tür düşünceler direncimizi azaltır ve istediklerimizin gerçekleşmesine engel olurlar. İstedığımız gibi biri olduysak, ancak, istediğimiz şey aynı zamanda öfkeli, utanç ve korku dolu bir insan haline gelmemize neden olmuşsa, bunun nedeni eylemlerimizi bu tür kötü düşünceler doğrultusunda gerçekleştirmiş olmamızdır. Düşüncelerinizde, duygularınızda ve eylemlerinizde şefkatli olursanız, kendinize niyet etmenin gücü gibi olma olanağını tanımış olursunuz. Bunun tersi düşünce ve eylemler içinde oldu-

ğunuzda ise niyet etme alanını terk eder ve niyetin her şeyi yaratan Ruh'u tarafından aldatılmış hissine kapılırsınız.

– *Kendinize şefkatli davranın.* Kendinizi şöyle düşünün: Tüm doğada yaşayan evrensel bir zekâ vardır ve bu zekâ her insanda tezahür etmiştir. Siz de bu tezahürlerden birisi, evrensel zekânın bir parçasısınız. Bu ifadeyi, 'siz de Tanrı'nın bir parçasısınız' diye okumak da olasıdır. Sonuçta Tanrı her şeyi iyi olarak yarattığından, siz de Tanrı'ya karşı iyi bir tutum benimsemelisiniz. Kendinize de iyi davranmalısınız. Siz Tanrı'nın bir tezahürsünüz ve bu, kendinize şefkatli davranmanız için yeterli bir nedendir. Günlük hayatınızda aldığınız kararlar konusunda kendinize şefkatli davranmanız gerektiğini unutmayın. Yemek yerken, spor yaparken, oyun oynarken, çalışırken, severken ve her türlü durumda kendinize iyi davranın. Bu tarz bir tutum benimsemek, niyetle bağlantı kurmak yeteneğinizi güçlendirecektir.

– *Başkalarına şefkatli davranın.* Hedeflerinizi gerçekleştirmek adına başkalarından yardım almak için onları ikna etmenin, insanlarla iyi geçinmenin ve mutlu olmanın temel prensibi, insanların size yardım etmelerini ve sizin için çalışmalarını sağlayacak bir cazibe merkezi oluşturmaktır. Başkalarına şefkatli davrandığınızda, karşılığında da aynı şeyi görürsünüz. Çalışanlarına karşı şefkatli davranmayan bir patron, onlardan istediği verimi alamaz. Çocuklara karşı kötü davranmak, onlardan yardım almak bir yana, size aynı tarzda karşılık vermeleri sonucunu doğurur. İyilik, iyiliği doğuracaktır. Niyetle bağlantı kurmak ve hayatta istediklerini elde etmiş bir insan olmak arzusundaysanız, birçok insanın yardımına gereksinimiz duyacaksınız. Şefkati her yere yaymak çabasını gösterdiğinizde, tahminlerinizin ötesinde destek bulursunuz.

Şefkatini her yere yaymak çabası, yardıma muhtaç, yaşlı, zihinsel özürlü, fakir, sakat insanlara nasıl davrandığınızla yakından alakalı bir durumdur. Tüm bu insanlar, Tanrı'nın mükemmeliyetinin bir parçasıdır. Onların da ilâhi bir amacı vardır ve hepimiz, birbiri-

imizle Ruh aracılığıyla bağlı olduğumuzdan, onların amacı ve niyeti size de bağlıdır. Aşağıda konuyla ilgili, dokunaklı kısa bir öykü okuyacaksınız. Öyküde, kendilerine bakmaktan aciz insanların da niyetin mükemmeliyeti hakkında bizlere öğretebilecekleri bir şeylerin olabileceği fikri işlenmektedir. Öyküyü okuduğunuzda bu tarz düşüncenin, duygunun ve davranışın şefkatli tutumunuzla örtüşmesi sayesinde, niyetle bağlantı kurmakta size güç katacağını anlayacaksınız.

New York, Brooklyn’de özürlü çocukların devam ettiği Chush adında bir okul vardır. Bazı çocuklar tüm okul hayatını Chush’ta geçirirken, bazıları da belli bir süre sonra normal okullara geçiş yapabilmektedirler. Okula gelir sağlanması için düzenlenen bir gecede, çocuğu Chush’a devam etmekte olan bir baba, davete katılan insanların asla unutmayacakları bir konuşma yapar. Adam konuşmasının başında okulu ve değerli hizmetler veren çalışanlarını övdükten sonra, “Her şeyi mükemmel yaratan Tanrı, oğlum Shaya’yı unuttu mu acaba? Benim çocuğum, diğer çocukların anlayışına sahip değil, olayları ve gerçekleri onlar gibi kavrayamıyor. Peki Tanrı’nın mükemmeliyetine ne oldu?” der. Dinleyenler, adamın bu sözleriyle şok olmuşlardır, babanın ıstırapı karşısında acı duymakta ve sözlerine nasıl yanıt vereceklerini bilemez halledirler.

Baba kendi sorusuna yanıt olarak, “İnanıyorum ki,” der, “Tanrı böyle bir çocuğu dünyaya göndermekle mükemmeliyeti, diğer insanların ona karşı davranışlarında aramaktadır.” Sonra, oğlu Shaya hakkında aşağıdaki öyküyü anlatmaya başlar.

Bir öğleden sonrasında Shaya ve babası, çocukların beyzbol oynadıkları bir parka giderler. Shaya, “Sence benim de oynamama izin verirler mi?” diye sorar babasına. Babası, Shaya’nın spora yatkın olmadığını ve çocukların bir çoğunun onu takımlarında oynamasını istemediğini bil-

mektedir. Ama Shaya'yı takımlarına aldıkları takdirde, oğlunun bir şeylere ait olma duygusunu yaşayacağını da bilincindedir. Parka geldiklerinde, Shaya'nın babası çocuklardan birinin yanına yaklaşıp, ona Shaya'yı aralarına alıp almayacaklarını sorar. Çocuk bu soruya yanıt vermeden önce yardım almak istercesine takım arkadaşlarına bakar. Onlardan bir işaret gelmediğini görünce insiyatifi eline alıp, "Altı sayı gerideyiz ve oyuncular yedinci vuruşlarını tamamladılar. Sanırım onu da takıma alıp, dokuzuncu vuruş öncesinde vurucu pozisyonunda oynatabiliriz," der.

Bu sözler üzerine oğlunun yüzündeki gülümsemeyi gören Shaya'nın babası çok mutlu olmuştur. Shaya'ya eldivenleri giymesi ve orta sahadaki yerini alması söylenir. Sekizinci vuruşların ortasına gelindiğinde Shaya'nın takımı üç sayı kazanır, ama hâlâ üç sayı geridedirler. Dokuzuncu vuruşların ortasına gelindiğindeyse Shaya'nın takımı skoru beraberliğe taşır ve takım, oyunu kazanma yolunda ümitlendiği anda vuruş sırası Shaya'ya gelir. Takım, oyunun bu kritik anında Shaya'nın vuruş yapmasına izin verip, oyunu kazanma şansını tepmeye razı olacak mıdır?

Ancak çocuklar herkesi şaşırtan bir kararla, vuruş yapması için sopayı Shaya'ya veririler. Ancak değil vuruş yapmak, sopayı doğru dürüst tutmayı bile beceremeyen Shaya'yla oyunu kazanmanın olanaksız olduğunu herkes bilmektedir. Shaya vuruş yapacağı alana gelince, atıcı topu, Shaya'nın en azından bir şekilde temas edebilmesi için özellikle hafif biçimde ona doğru atar, ama Shaya sopayı beceriksizce sallamış ve topu iskalamıştır. Sonra takım arkadaşlarından biri Shaya'nın yanına gelir ve sopayı onunla birlikte kavrar, ikisi bir sonraki atışı beklemeye koyulurlar. Karşı takımdaki atıcı topu Shaya'ya yine yumuşak biçimde gönderir. Top üzerlerine geldiğinde Shaya ve takım arkadaşı sopayı savuru ve bu kez topa vururlar, ama top

atıcının önüne düşmüştür. Atıcı, topu ilk çizgide bekleyen takım arkadaşına kolaylıkla gönderilecek ve Shaya'nın oyundan çıkmasını sağlayıp, kendi takımı adına oyunu rahatlıkla kazandırabilecek durumdadır. Ancak atıcı böyle yapmak yerine topu yerden alır ve sahanın sağ kanadında, ilk çizgide beklemekte olan takım arkadaşının çok uzağında duran arkadaşına doğru fırlatır. O an herkes, "Shaya, koş," diye bağırmaktadır. Ama Shaya hayatında başkalarından daha hızlı hiç koşamamıştır ki! Shaya olan bitenden ürkmüş bir halde gözlerini fal taşı gibi açıp bitiş çizgisine doğru seğirtir. İlk çizgiye vardığında sağ kanat oyuncusu topu tutmuştur. Sağ kanat oyuncusu topu, ikinci çizgide beklemekte olan ve hâlâ koşmakta olan Shaya'yı oyun dışı bırakabilecek arkadaşına rahatlıkla atabilecek durumdadır.

Ancak atıcının ne yapmak istediğini fark eden sağ kanat oyuncusu, topu üçüncü çizgide beklemekte olan takım arkadaşının başının çok üzerine doğru diker. Şimdi herkes Shaya'ya, "İkinci çizgiye koş," diye bağırmaktadır. Diğer koşucular pozisyonlarını almaya çalışırlarken, Shaya ikinci çizgiye doğru koşmaya başlar. İkinci çizgiye vardığında, ikinci ve üçüncü minder arasında oyanayan rakip oyuncu ona doğru koşup, Shaya'yı üçüncü çizgiye doğru yöneltir ve, "Üçüncü çizgiye koş," diye bağırır. Shaya üçüncü turunu tamamladıktan sonra her iki takımın oyuncularını da bu kez arkasından, "Shaya merkeze koş," diye bağırmağa başlarlar. Shaya merkez alanına geldiğinde on sekiz oyuncu birden onu omuzlarına alıp, Shaya'yı "en büyük skoru yapmış" ve oyunu kazandırmış bir oyuncu gibi kahraman ilan ederler.

Öyküyü anlatan baba gözünden yaşlar boşalırken, "O gün," der, "o, on sekiz çocuk, Tanrı'nın mükemmeliyetine erişmişlerdi."

Bu öyküyü okuduktan sonra kalbiniz hoplamamış, gözünüz yaşarmamışsa, her şeyi yaratan Kaynak'ın şefkatiyle bağlantı kurmanın ne gibi bir sihir yaratacağını anlamanızın zor olduğunu söyleyebilirim.

– *Hayatın her anında, her durumda şefkatli olun.* Eski bir öğreti olan Patanjali, yaşayan tüm canlıların, kendilerine yönelik kötü düşüncelerin, eylemlerin söz konusu olmadığı durumlardan olumlu etkilendiğini söyler. İster büyük, ister küçük bütün hayvanlara, ormanlar, çöller, plajlar ve yaşamın nabzının attığı dünya üzerindeki tüm yaşam alanlarına şefkatli davranmaya çalışmalısınız. Doğal çevrenin yardımı olmaksızın Kaynak'la yeniden bağlantı kuramaz ve hayatınızda niyet etmenin gücünü idrak edemezsiniz. Siz de bu doğal çevreye bağlanmışsınızdır. Yer çekimi olmadan yürüyemezsiniz. Su içmeden günün sonunu getiremezsiniz. Ormanlar, gökyüzü, atmosfer, bitkiler olmaksızın arzularınızın tezahürünün ve niyete ulaşmanızın bir anlamı yoktur.

Şefkatinizi her yere yayın. Dünyaya karşı şefkatinizi yolunuza çıkan bir çöpü yerden kaldırarak veya yağmura, çiçeklerin rengine, hatta ağaçların hediyesi olan elinizde tuttuğunuz kâğıt parçasına minnet duyarak gösterin. Evren, şefkati çevrenize yaymak için gösterdiğiniz çabalara aynı şekilde karşılık verecektir. Kalbinize ve sesinize yansıttığınız şefkat duygusuyla, “Size nasıl yardımcı olabilirim?” diye sorduğunuzda, evren de, “Ben de sana nasıl yardımcı olabilirim?” diye karşılık verecektir. Bu karşılıklı oluşan bir enerjidir. Bu, niyetin özünden ortaya çıkan ve hayatın her anında kendini gösteren, doğasında işbirliği olan ruhtur. Niyetle yeniden bağlantı kurmak arzusundaysanız, şefkat ruhuyla uyum sağlamayı öğrenmek zorundasınız. Bir keresinde kızım Sommer bana, minik bir şefkat eyleminin nerelere kadar uzanabileceğini gösteren bir mektup yazmıştı:

Yağmurlu bir gün öğleden sonrasında arabamla paralı yol gişesinin önünde durmuş, çantamdan para çıkarmaya çalışıyordum. Gişedeki kadın bana gülümseyerek, “Sizden önce geçen araba paranızı ödedi,” dedi. Ben parayı vermekte ısrar edip, yalnız yolculuk ettiğimi söylediğimde kadın, “Evet, ama o arabadaki adam parayı ödedi ve benden gişeye gelecek ilk kişiye iyi günler dileklerini iletmemi istedi,” dedi. Bu ufak iyilik gösterisi gerçekten de günümü renklendirmiş, hiç tanımadığım bir insanın jesti karşısında kendimi iyi hissetmiştim. Bu olay üzerine ben de başka birine bir jest yapıp, gününü nasıl renklendirebilirim diye düşünmeye başladım. En yakın arkadaşımı aradım ve ona yaşadıklarımın söz ettim. O da böyle bir şeyin aklına hiç gelmediğini ve bunun harika bir fikir olduğunu söyledi. Arkadaşım Kentucky Üniversitesi’ne gidiyor, bu konuşma üzerine, her gün okula giderken arkasındaki ilk arabanın parasını ödemeye karar verdiğini söyledi bana. Onun samimiyetine güldüğümde bana, “Şaka yaptığımı düşünüyorsun herhalde,” dedi, “ama dediğin gibi, topu topu her gün elli cent fazla vereceğim.” Telefonu kapattığımda, o gün paramı ödeyen adamın, düşünceli davranışının Kentucky’ye kadar uzanacağını tahmin edip, etmediğini merak ediyordum.

Bir gün markete alışverişe gitmiş ve market arabasını, oda arkadaşımınla birlikte iki hafta boyunca paylaşacağımız şeylerle ağzına kadar doldurmuştum. İşte o gün, bana yapılan iyilik gösterisini başkalarına yansıtmaya şansım oldu. Ödeme yapmak için sıraya girdiğimde, arkama çocuklu bir kadın geldi, kadının arabası benimki kadar dolu değildi. Kadına, “Neden siz öne geçmiyorsunuz? Ne de olsa işiniz daha kısa sürecek,” dedim. O an kadın bana uzaydan gelmişim gibi baktı ve, “Çok teşekkür ederim,” dedi. “Burada başkalarına karşı düşünceli davranan insan bulmak çok zor. Biz Virginia’dan geldik, ama buranın çocuk yetiş-

tirmek için iyi bir yer olup, olmadığı konusunda ciddi şüphelerimiz vardı, hatta yeniden oraya dönmeyi bile düşünüyorduk.” Kadın, aileye ciddi bir maddi yük getirecek olsa da, buradan taşınmayı göze aldıklarından söz etti ve, “Kendi kendime şöyle bir karar almıştım, günün sonuna dek buranın yaşanmaya değer bir yer olduğuna dair bir işaret almadığım takdirde, eşime Virginia’ya geri dönmek konusunda ısrar edecektim, ama siz iyi bir işaret oldunuz,” dedi.

Kadın bana bir kez daha teşekkür ederek, yüzünde gülümsemeyle marketten ayrıldı. Yaptığım ufak jestin, bütün bir aileyi etkilemesinden dolayı şaşkına dönmüştüm. Kasa-ya yanaştığımda, konuşmaya şahit olan görevli bana, “Kızım, beni bile mutlu ettin,” dedi. Marketten çıkarken, yaptığım ufak iyiliğin daha kaç insanı etkileyeceğini merak ediyordum.

Ertesi gün sabah kahvaltısı için kendime sandviç ve kahve alırken, yanımda çalışanlara çörek götürmenin iyi olacağını düşündüm. Ahırlarda beraber çalıştığım dört adam, çiftliğin karşısındaki küçük dairelerde yaşıyorlar. Hiçbirinin arabası yok, ortak olarak kullandıkları bir bisikletle işe geliyorlar. Çörekleri adamlara verdiğimde, yüzlerinde beliren şükran ifadesinin değeri benim için paha biçilmezdi. O çiftlikte insanlarla samimiyet kuracak kadar uzun çalışmayacaktım ve aldığım çöreklerin daha çabuk kaynaşmamız için vesile olduğunu düşünüyorum. O davranışım, aradan geçen bir hafta sonunda başka olumlu sonuçların yaşanmasına ve daha iyi bir çalışma ortamı yaratılmasına da yardımcı oldu.

3. Sevin ve sevgiye açık olun. Şu sözü ezberlemenizi öneririm: Tanrı sevgidir, “ve sevginin içinde ikâmet eden O, benim içimde, ben de Onun içinde yaşarım.” İncil’den alınma bu sözleri Tanrı’nın

sözleri olarak da kabul edebilirsiniz. Kitabın bu kısmının ve aslında tüm kitabın ana temasının, varlığınızın nedeni enerji gibi olmayı öğretmek, sonra, niyetle tekrar bağlantı kurmanız için kesinlikle gerekli olan sevgiye açık bir kişiliğe sahip olmanızı sağlamaktır. Sevginin sonucu var olan insan, niyetini, amacını gerçekleştirmek için sevgi dolu olmalıdır. Sevgi hakkında ciltler dolusu şey yazılmıştır, onu tanımlayan şeylerin çokluğu kadar, ona gereksinim duyan insan sayısı da azımsanamaz. Bu kısmın amacı, sevgiye aşağıda belirttiğim iki açıdan bakmanızı sağlamaktır.

– *Sevgi rekabetten çok, işbirliğidir.* Fiziksel bir kalıp içinde yaşadığımız bu dünyada sahip olmanızı istediğim şey, ruhani düzlemin niteliği, özüdür. Bunun olası olması, hayatınızın, sevginin bir tezahürü olduğu anlamına gelir. Bunu kabullendiğinizde, her canlının uyum içinde yaşadığını ve birbiriyle işbirliği içinde olduğunu görür, hayatın hâsıl olduğu niyet etmenin gücünün, gelişmeyi ve hayatta kalmayı temin edecek şekilde tüm canlılarla işbirliği yaptığını hissedersiniz. Hepimizin aynı yaşam gücünü paylaşmakta olduğumuzu, aynı görünmez gücün, dünyada yaşayan herkesin kalbinin atmasını sağladığını fark edersiniz.

Sevgi, Tanrı'nın iradesinin ardındaki güçtür. Burada sevgi derken his veya muhabet olarak tanımlanan şeyden söz etmiyorum, başkalarını memnun etmek veya iyilik yapma türünden bir hissiyat olarak da sevgiden bahsetmiyorum. Niyet etmenin gücü türünden bir sevgiyi, her türlü yaratılışın arkasındaki enerjinin sevgisi gibi bir sevgi hayal edin. Bu, belli bir kalıbı olmayı somutlaştırmak, ona bir ifade kazandırmak adına ilâhi niyetler taşıyan ruhani bir titreşimdir. Yeni biçimler yaratır, varlığın özünü değiştirir, her şeye hayat verir ve kozmosu zaman ve mekânın ötesinde bir arada tutar. Bu hepimizin içinde vardır. Tanrı neyse, bu da odur.

Şu anda yaşadığınız çevredeki herkese ve her şeye karşı sevgi göstermenizi ve bu çabayı sürekli hale getirmenizi öneririm. Zihni-

nizdeki her türlü kötü düşünceden arının ve tüm düşüncelerinize, sözlerinize ve eylemlerinize sevginin hâkim olmasını sağlayın. Çevrenizdeki yakınlarınız ve ailenize sevgiyle bağlanın. Sonuçta başkalarına gösterdiğiniz bu sevgi, yaşadığınız topluma ve tüm dünyaya yayılacaktır. Sevginizi, size bilerek zarar verdiğini hissettiğiniz ve acı çekmenize neden olan insanlara karşı da gösterin. Sevgiyi ne kadar çok yayarsanız, sevmeye o kadar çok yaklaşırsınız. Niyete erişildiği ve tezahürün serptiği noktada sevginin varlığı söz konusu olacaktır.

4. Güzelliğe ve güzel olmaya açık olun. Emily Dickinson, “Güzellik, araç değil, amaçtır,” der. İlâhi doğanızı harekete geçirdiğinizde, baktığınız, dokunduğunuz ve yaşadığınız her şeyde güzellik görmeye ve güzelliği takdir etmeye başlarsınız. Kitabın daha önceki bölümleride yer alan John Keats’in, “Grek Kül Vazosu Kasidesi”nde vurgulandığı gibi, güzellik ve gerçek eşanlamlı kelimelerdir. “Güzellik gerçek, gerçek güzelliştir.” Bu, yaratıcı Ruh’un, sınırları olan bir dünyada başarılı olmak, serpmek ve gelişmek amacıyla hareket ettiği anlamına gelir. Ruh’un tezahür ettiği her yaratılışta, ki buna siz de dahilsiniz, bir güzellik var olmasaydı bundan söz etmek olanaksız olurdu. Aynı şekilde, Kaynak’ınızın gücünü yeniden kazanmak adına Kaynak’la bilinçli bir bağlantı kurmak demek, giriştiğiniz her işte güzelliği aramak ve yaşamak demektir. Yaşam, gerçeklik ve güzellik... Bunların hepsi aynı şeyin sembolü, Tanrı’nın gücünün bir suretidir.

Bu bilinci kaybettiğinizde, niyetinizle bağlanma olanağını da kaybedersiniz. Siz bu dünyaya, sizi güzelliğin bir ifadesi olarak sunan gücün sayesinde geldiniz. Bu güç size güzelliği değil de, çirkinliği öğretmiş olsaydı, yaratma kuvvetine sahip bu gücün, istediğinde yaratma gücünü kullanmaması tercihinin de elinde bulundurduğundan, varlığınız söz konusu olmazdı. Gücün güzelliği tercih etmiş olması, sizin sevgi dolu güzelliğin ifadesi olduğunuz varsayımını da doğrulamış oluyor. Bu durum, niyetin gücünden hâsıl olmuş her şey ve herkes için geçerlidir.

Aşağıda, bir zamanlar uzak olduğunuz, güzelliği takdir etme kavramıyla ilgili en çok sevdiğim öykülerden birini okuyacaksınız. Öykü, Swami Chidvilasananda, bilinen adıyla Gurumayi'nin *Kind-
le My Heart* (Kalbimin Ateşini Yak) adlı kitabından alınmıştır.

*Karısının akrabalarıyla arası iyi olmayan bir adam var-
mış. Adam akrabalarının, evinde olması gerekenden daha
fazla yer işgal ettiğini düşünüyor ve onlardan hoşlanmıyor-
muş. Bir gün adam, yakınlarda oturan ve hakkında iyi şey-
ler duyduğu bir hocaya gitmiş ve ona, "Lütfen bir şeyler
yapın! Karımın akrabalarına daha fazla dayanamayaca-
ğım. Karımı seviyorum, ama ailesinden nefret ediyorum!
Evimde her yeri işgal etmiş durumdalar, sürekli yoluma çı-
kıyorlar," diye dert yanmış.*

*Hoca bu sözler üzerine adama, "Tavuk besliyor mu-
sun?" diye sormuş.*

Adam, "Evet," diye yanıt vermiş.

"Öyleyse bütün tavukları eve al."

*Adam eve dönüp, hocanın dediğini yapmış ve birkaç
gün sonra geri gelmiş.*

Hoca, "Sorun çözüldü mü?" diye sormuş.

*Adam, "Hayır!" demiş, "tam tersine, daha da kötüleş-
ti."*

"Peki, koyun besliyor musun?"

"Evet."

"Bütün koyunları eve al."

*Adam eve dönüp, hocanın öğüdünü yerine getirmiş ve
yine birkaç gün sonra geri gelmiş. Hoca, "Sorun çözüldü
mü?" diye sormuş.*

"Hayır! Daha da kötüleşti!"

"Köpeğin var mı?"

“Evet, birkaç tane var.”

“Bütün köpekleri eve al.”

Sonunda adam hocanın karşısına dikilip, “Bana yardım etmen için geliyorum, sense hayatımı daha da zora sokmak-tan başka bir şey yapmıyorsun!” demiş.

Hoca bu sözler üzerine, “Şimdi bütün tavukları, koyun-ları ve köpekleri evin dışına çıkar!” demiş.

Eve dönüp, bütün hayvanları dışarı alan adam birden evinde ne kadar çok boş alan olduğunu fark etmiş. Hocaya gidip, “Teşekkür ederim,” demiş. “Sayende bütün sorunla-rım çözüldü.”

5. Her zaman büyümeye, gelişmeye açık olun. Çiçeklerle dolu bir bahçe gördüğünüzde, canlı, hayat dolu çiçekleri iyi gözlemleyin ve sonra onları ölü olduğunu düşündüğünüz çiçeklerle kıyaslayın. Ara-da ne gibi fark gördünüz? Canlı çiçeklerin hâlâ büyüyüp, gelişirken, kurumuş, ölü çiçeklerin artık büyümediğini fark etmişsinizdir. Sizi var eden ve hayatın başlangıcı olan, her şeyin hâsıl olduğu evrensel güç daima büyür ve sürekli olarak gelişir. Niyetin yedi yüzünde ol-duğu gibi, evrensellik boyutu itibariyle bu niteliğin sizinle de ortak bir doğası olmalıdır. Sürekli biçimde büyümeye, gelişmeye açık ol-makla ve zekâ, duygu ve ruhani anlamda gelişim göstermekle, siz de evrensel zihinle birlikte tanımlanmış olursunuz.

Düşünmeye veya olmaya alıştığınız şeyle bağlantınızın bulun-madığı, her şeye hazır olma durumuna eriştiğinizde ve bir şeyi son-dan düşünmeye ve ilâhi rehberliği kabul etmeye açık olma durumu-na geldiğinizde, gelişme ve büyüme kanununa tabi olur, niyetin gü-cünü kucaklamaya hazır hale gelirsiniz.

6. Bereket kavramını benimseyin. Niyet, sonsuz biçimde bereket-lidir. Evrendeki Ruh'un görünmez dünyasında kıtlık diye bir şey yoktur. Kozmosun kendisi sonsuzken, evren için bir sondan bahse-

dilebilir mi? Öyle bir şeyin olduğunu farz edelim, o zaman son kavramında karşımıza ne çıkar? Bir duvar mı? Peki bu duvar ne kalınlıktadır? Ve diğer tarafında ne vardır? Niyete bağlanmayı tasavvur ederken, kıtlığı ön gören bilinçle atılmış bir adımın sizi niyete bağlanmaktan alıkoyacağına bütün kalbinizle inanın. [Niyetin gücünü yaşamınızda etkin hale getirmek için, niyetin nitelikleriyle kendi niteliklerinizin uyumunu sağlamalısınız.]

Tanrının hâkimiyeti, bereket demektir. Tanrı'nın, çok yoruldum, bugün daha fazla oksijen üretemeyeceğim; evren yeterince büyük zaten, o duvarı inşa edip, gelişme sürecine bir dur demenin zamanı geldi sanırım, diye düşündüğünü hayal edin. Bu olanaksızdır! Siz de bu sınırı olmayan bilinçten hâsıl oldunuz. Peki öyleyse zihninizdeki bu sınırsız bilince tekrar kavuşmaktan sizi alıkoyan şey nedir? Sizi alıkoyan şey, hayatınız boyunca etkisi altında kaldığınız koşullanmadır. Tabii bu günden itibaren, hatta çok arzuluyorsanız birkaç dakika içinde, bu durumu değiştirmek sizin elinizdedir.

Zihninizi bereket kavramına açık biçimde farklı bir anlayışta kurgulayın ve sınırsız bir kapasiyete sahip olduğunuzu içinizden sürekli tekrar edin, çünkü sonuçta siz de niyetin tükenmez kaynağından hâsıl olmuşsunuzdur. Bu durumun ortaya koyduğu şekilde, niyetin azimli doğasına uygun davranmaya başlayacaksınız. Başka bir olanağın söz konusu olmadığını bilmelisiniz. Ne düşünüyorsak onu oluruz; Emerson'ın dediği gibi, "Her hareketin geçmişinde bir düşünce yatar." Bolluk ve sonsuz yeterlilik fikri, düşünce tarzınız haline geldiğinde, aslında her zaman bağlı olduğunuz her şeyi yaratan güç, düşüncelerinizle uyumlu biçimde sizin için çalışmaya başlayacaktır. Tıpkı, bolluk, bereket düşüncesinin tam tersi bir düşünce tarzını benimsediğiniz geçmişte de sizin için çalıştığı gibi... Hayatınızda bereketin tezahür etmeyeceğini düşündüğünüzde, niyetin sizinle aynı paralelde hareket ederek, yaşamınızda bereket getirmeyen beklentilerin gerçekleşmesi adına sizinle işbirliği yaptığını görürsünüz!

Ben, içinden geldiğim ruhani dünyanın bereketli niteliğine tam bağlantı sağlamış halde doğduğuma inanıyorum. Evlatlık verildiğim evde, fakirliğin ne demek olduğunu çok iyi idrak etmiş bir çocuk olarak büyürken, bulunduğum ortamın, deyim yerindeyse ‘en zengin’ çocuğuydum. Her zaman para kazanabileceğimi düşünürdüm. O düşünceyi kafama kazıdım ve düşüncem doğrultusunda hareket ettim. O zamanlar boş şişeleri toplayıp satıyor, kar kürüyerek, market müşterilerin poşetlerini taşıyarak, çimen biçerek, şömine temizleyerek, çit boyayarak, bebek bakıcılığı yaparak, gazete dağıtarak, vb. işler yaparak para kazanıyordum. O dönemlerde de bereketin evrensel gücü, karşıma fırsatlar çıkarmak üzere benimle işbirliği yapıyordu. Karın yağması, yolun kenarına bırakılan boş şişeler, paketlerini arabaya taşımak için yardıma gereksinim duyan yaşlı kadınlar, hepsi birer nimet olarak karşıma çıkıyordu.

Bugün, aradan yarım yüzyıldan fazla bir süre geçmesinin ardından, hâlâ bereket mantalitesine sadık bir insanım. Hayatım boyunca her zaman, yapacak birden fazla işim olmuştur. Okul dışındaki saatlerde eğitim danışmanı olarak başladığım kariyerimden önemli paralar kazandım. Daha sonra Port Washington, New York’ta konferanslar vermeye başladım. St. John’s Üniversitesi’nde profesörken, aldığım maaşı takviye etmek üzere pazartesi akşamları otuz civarında dinleyiciye seminerler veriyordum. O seminerler zamanla, bin kişiden fazla dinleyiciye hitap eden bir dizi seminere dönüştü. Her bir seminer bir görevli tarafından kaydediliyordu ve söz konusu kayıtlar sonunda *Hatalı Bölgeleriniz* adlı ilk kitabımın basılması yolunu açtı.

Seminere katılan dinleyicilerden biri, New York’ta kitap ajansı olan bir adamın eşiydi. Kadın, beni eşiyile tanıştırdı ve kitap yazma konusunda beni teşvik etmesini sağladı. Zamanla babam gözüyle bakmaya başladığım o adam, Arthur Pine, New York’taki en önemli yayınevi sahipleriyle tanışmama aracı olacaktı. Sınırsız düşünme kavramından hayatım boyunca vazgeçmedim. Bir şeye sondan bakma düşüncesine sadık kalarak bitmiş halini gördüğüm o ilk kitap, ülkede birçok insana rehberlik eden kitap oldu.

Evrensel Ruh, sınırsız bereket düşüncesini hayatımda işler hale getirmekte daima yardımcı olmuştur bana. Onun sayesinde mucizevi biçimde karşıma doğru insanlar çıkmış, gereksinim duyduğum yardım, yoktan var olmuşcasına tezahür etmiştir. Bugün bile bir anlamda ben hâlâ boş şişeleri toplamaya, kar küremeye, yaşlı kadınların paketlerini taşımalarına yardım ediyorum. Vizyonumda bir değişiklik olmadığı gibi, oyun alanım genişledi. Tüm bunlar, içsel anlamda bereket kavramını benimsemiş, kendimi sınırsız düşünmeye alıştırmış, niyetle uyumlu hale gelip, niyetin rehberliğine açık olmakla ve sonrasında, her şeyin yolunda gitmesini huşu içinde izleyip, içimde müteşşekkiri olma duygusunun kabarmasıyla alakalı şeyler. Sokakta yürürken yerde bir madeni para bulduğumda durup, parayı yerden alır ve cüzdanıma koyarım, sonra yüksek sesle, “Hayatına akmakta olan bu bereket sembolü için teşekkürler Tanrın,” diye haykırım. Bir kez bile, “Daha fazlasına gereksinim duyduğumu biliyorsun, neden sadece bir kuruş Tanrın?” dediğim olmamıştır.

Bugün, yazma irademin, hayal gücümün yardımıyla planladığım şeyi yerine getireceğinin bilincinde, sabah saat dörtte uyandım. Kafamdaki fikirler kâğıda akarken, harfler niyetin bereketli yüzünün tezahürü olarak beni başka bir kitabı okumaya veya konuyla ilgili fikirlerinden yararlanabileceğim bir insanla görüşmeye teşvik ederken ben, her şeyin, bereketin ittifak içindeki doğasında, mükemmel biçimde yürüdüğünün bilincindeyim. Çalan telefonu açtığымda, tam da duyma gereksinimini hissettiğim şey kulaklarımda çınlıyor. Bir bardak su almak için masamdan kalktığымda, gözlerim yirmi yıldır rafta duran bir kitaba takılıyor, ama bu kez onu okumak için kendimi zorluyorum. Kitabı açıyorum ve bir kez daha, uyumlu kaldığım sürece bana yardımcı olacak, rehberlik edecek gönüllü ruhun yönlendirmesiyle hareket ediyorum ve kitaptan işime yaracak şeyler çıkarıyorum. Bu böyle sürüp giderken Mevlâna'nın sekiz yüz yıl önce söylediğı şu şiirsel sözler bana bir kez daha anımsatılıyor; “Becerini sat, seni hayrete düşürecek şeyi satın al.”

7. Kabul etmeye açık olun. Evrensel zihin, bireyle arasında var olan gerçek ilişkiyi tanıyan herkese karşılık vermeye hazırdır. Sizi hangi biçimde etkileyecekse, o kavram içinde yeniden hâsıl olur. Bir başka deyişle, kendisiyle uyumlu olan ve kendisine saygı duyan herkesi kabul etmeye hazırdır. Mesele, niyetin gücünü ne derece kabullendiğiniz, bu güce ne derece açık olduğunuz meselesidir. Niyetin gücüyle bağlantınızı koparmayın ve gücün tüm sunma yeteneğini kavrayacağınız bilincinde olun. Bu yeteneği evrensel zihinden ayrı olarak kendiniz üstlendiğinizde, (aslında bu olanaksız bir şeydir, ancak ego, bunu gerçekleştirebileceğine dair güçlü bir inanca sahiptir) güçle sonsuza dek bağınızı koparmış olursunuz.

Evrensel zihnin doğası sükûnettir, huzur dolu olmaktır. Zorlamaya veya şiddete açık değildir. Her şeyin hâsıl olmasına olanak verecek şekilde kendi zamanlaması ve ritminde çalışır. Hiç acelesi yoktur, çünkü zaman dışıdır, daima şimdiki sonsuzlukta bulunur. Ufak bir domates filizini daha hızlı büyütüp, domates haline gelmesi sürecini kısaltmaya çalıştığınızı düşünün. Evrensel Ruh sükûnetle işbaşındadır, domatesin büyümesini aceleye getirme çabanız veya sebzenin ortaya çıkma sürecine müdaheleniz, tüm süreci yok edecektir. Kabul etmeye açık olmak demek, ‘büyük ortağınızın’ yaşamınızı sizin için düzenlemesine izin vermek demektir. Beni yaratan gücün rehberliğini ve yardımını kabul ediyorum, egomu bir kenara atarak, kendi yolunda sükûnetle yürüyen bilgeliğe itimat ediyorum. Niyetin, her şeyi yaratma gücüne sahip alanı, işte böyle yaratır. Kaynak’ınızla tekrar bağlantı kurabilmek için siz de bu şekilde düşünmelisiniz. Meditasyon yapmanızı önermemin nedeni de, Tanrı’yla bilinçli bir iletişim kurmanın içsel bilincine sahip olmanızı sağlamasıdır. Huzur dolu, sakin ve kabul etmeye açık olmakla, Tanrı’nın imajında kendinize yer açmış ve Kaynak’ınızın gücünü tekrar kazanmış olursunuz.

Bu kısmın ve aslında tüm kitabın anlatmak istediği de budur. Bu, her şeyi yaratan Ruh’un özüyle bağlantı kurmak, niyet etmenin yaratıcı gücünün niteliklerine kavuşmak için gayret etmek ve ev-

rensel zihinle tutarlı olan arzularınızın hayatınızda tezahür etmesidir ki, tüm bunlar yaratıcılık, şefkat, sevgi, güzellik, gelişme, bereket, sükûnet ve kabul etmeye açık olmayı işaret eder.

* * *

1923 yılında Hindistan’da, Shri Mataji Nirmala Devi adında üstün bir bilince sahip bir kadın dünyaya gelmiş, hayatı boyunca kendisine ruhani anlamda danışmanlık yapan Mahatma Gandhi’nin tekesinde yaşamıştır. Devi, hayatını barış içinde çalışmaya adanmış ve her insanın öz bilincine kavuşması adına oldukça sade bir yöntem geliştirmiştir. Devi, Sahaja Yoga adını verdiği yöntemde, kitabın bu kısmında vurgulanan niyet etmeyle bağlantı kurma konusunun mü-kemmel bir özetini çıkarmıştır:

- Sizi yaratan güçle bağlantı kurmadan, hayatınızın anlamını idrak edemezsiniz.
- Siz bu bedende, bu zihinde var olmazsınız, siz Ruh’sunuz... İşte en büyük gerçek budur.
- Ruh’unuzu idrak etmek zorundasınız... Ruh’unuzu idrak etmeden, gerçeği algılayamazsınız.
- Gelişim sağlamanın tek yolu meditasyondur. Başka bir çıkış yolu yoktur, çünkü meditasyon yaparken sükûneti bulur, düşüncelerden arınmış bilince erişirsiniz. Sonra bu bilinç dizginleri eline alır.

Sizi yaratan güçle bağlantınızı kurun, bu gücün doğanızda olduğunu bilin, onunla samimi bir iletişim gerçekleştirin ve bilincin gelişimini sağlayacak biçimde meditasyon yapın. Yukarıdaki ifadeler, üstün bilince sahip bir insanın ortaya koyduğu, size rehberlik edecek çok değerli sözlerdir.

Bu bölümde verilen bilgileri günlük hayatınızda uygulamak için beş öneri:

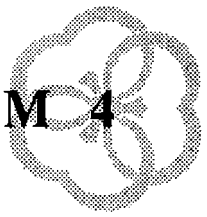
1. *Arzularınızı gerçekleştirmek için, onları içsel sesinizle uyumlu hale getirin.* Bütün içsel konuşmalarınız iyi haberler, iyi sonuçlara odaklanmış olsun. İçsel sesiniz, hayal gücünüzü yansıtır, hayal gücünüz de Ruh'la bağlantı kanalınızdır. İçsel sesiniz arzularınızla çatışıyorsa, kazanan içsel sesiniz olacaktır. Yani arzularınızı içsel sesinizle eşleştirdiğinizde, onlarla uyumlu hale getirdiğinizde, arzuladığınız şeyler sonuçta gerçekleşecektir.
2. *Sondan başa düşünme yeteneğinizi geliştirin.* Bu, her zaman her şeye nâil olma arzusunun içinde olması ve hayatta ne gibi engellerle karşılaşırsanız karşılaştığınız, söz konusu vizyonu kaybetmemeniz anlamına gelir. Sonunda, sondan başa düşünmeye başladığınızda, Yaratılış Ruhu sizinle işbirliği yapacaktır.
3. *Kusursuz olma noktasına erişmek için, azimli niyet gibi davranmalısınız.* Bu, her şeyi yaratan evrensel zihnin azimli niyetiyle uyumlu hale gelmenizi sağlayacaktır. Örneğin ben bir kitap yazmaya koyulduğumda, zihnimde kitabın tamamlanmış haline dair resmi canlandırırım ve bu niyetin ortadan kaybolmasına izin vermem. Bu niyete, arzuma nâil olmamı engelleyecek hiçbir şey yoktur. Bazıları bunu iyi bir disipline sahip olmama bağlasa da, ben gerçek nedenin bu olmadığını biliyorum. Azimli niyetim, kitabın bitmesini sağlayacak, aksi bir duruma meydan vermeyecektir. Bu niyet doğrultusunda teşvik, motive edirim ve niyetimi gerçekleştirmek adına gizemli bir güç tarafından yönetilirim. Zihnimde canlanmış veya harekete geçmeyi bekleyen tüm düşünceler bu resme odaklanmışlardır ve ben, her şeyin yerli yerine oturmasını huşu içinde izler ve karşılığında, minnettarlığımı her zaman vurgulamaktan geri kalmam.
4. *Niyetin yedi yüzünün niteliklerini bir kâğıda yazın.* Bu kâğıdı her gün rahatça görebileceğiniz bir yere asın. Bu her şeyin hâsıl ol-

duğu Ruh’la işbirliğinizi anımsatmaya yarayacaktır. Evinizde ve çalıştığınız yerde her zaman gözünüzün önünde olacak bu not sayesinde niyetle yakın bir ilişki kurmak amacınıza ulaşacaksınız.

5. *Tanrı’nın bereketi düşüncesini aklınızdan çıkarmayın.* Aklınıza başka düşünceler geldiğinde, bu düşünceleri kovup, yerine bu düşüncüyü yerleştirin. Evrenin cimri olmadığını, bunu amaçlamasının olanak dışı olduğunu her gün kendinize anımsatın. Evrenin bereketli yüzünden asla şüphe etmeyin. St. Paul’ün de dediği gibi, “Tanrı her nimetini bereketiyle insanlara nasip etme gücüne sahiptir.” Bereketle ilgili bu sözleri zihninize kazınınca-ya dek tekrar edin.

Böylece, niyetle bağlantı kurmak konusunun sonuna gelmiş oluyoruz. İdrak edilmesi zor olan bu kavramın içine girmeden önce, sizi bu yolda olumsuz etkileyebilecek, üstesinden gelmeniz ve kökünden söküp atmanız gereken size has her türlü engeli iyi incelemenizi istiyorum, çünkü, daha kalp denilen şey ortada bile yokken, kalbinizin içine yerleşmiş niyet etmenin gücünü yeniden yaşamamız, solumanız için atılması gerekli bir adımdır bu. William Penn’in dediği gibi; “Tanrı tarafından yönetilmeyenler, zorbaların hâkimiyeti altına gireceklerdir.” Kitabı okumaya devam ederken, söz konusu zorbaların, işbaşında olan bilinçaltınızı engelleyen şeyler olduğunu daima aklınızda bulundurun.





NİYET ETMEYLE BAĞLANTI KURMANIN ÖNÜNDEKİ ENGELLER

*Bir şeyin öyle olduğuna dair ikna edici bir söylem,
o şeyin gerçekten öyle olduğunu mu gösterir?
'Bütün şairler öyle olduğuna inanır,' diye yanıtlar adam.
Ve hayal gücünün hüküm sürdüğü asırlar boyunca,
ikna edici bir söylem dağları yerinden oynatmıştır.
Ancak şairlerin bir çoğu, aslında herhangi bir konuda
ikna edici olmaktan çok uzaktır.*

Cennet ve Cehennemin Evliliği'nden (William Blake)

William Blake'in, *Cennet ve Cehennem'in Evliliği'nden* alınma bu sözler, niyet etmenin sınırsız gücüne erişmenin önündeki engelleri aşma konusunun temelini oluşturuyor. Blake bu sözlerle, şairlerin bitip tükenmek bilmez hayal güçleri olduğunu söylüyor ve bu paralelde, onların bir şeyleri yapabilme konusundaki sınırsız yeteneklerinden söz ederken, bir yandan da çoğu şairin aslında ikna edici olmaktan uzak olduğunu anımsatıyor bize.

Bir önceki bölümde size, niyetle olumlu anlamda bağlantı kurmaya yarayacak öneriler getirmiştım. Bu kısmı özellikle sonraya bırakmamın nedeni, niyetinizin nimetlerinden yararlanmanızın önünde engel teşkil edecek şeyleri görmeden evvel, gücünüzün neye kâdir olduğunu anlamanızı sağlamaktı. Geçmişte danışman ve terapist olarak çalışırken muhatabımdan öncelikle, hayatında neyin tezahür etmesini istediğini düşünmesini ister ve bu düşünceye hayalinde sıkı sıkıya sarılması için onu cesaretlendirme yoluna giderdim. Ancak bu düşünce sağlamlaştıktan sonra muhatabımın karşısına çıkacak engelleri inceler ve üzerinde kafa yorardım. Muhatabım genellikle söz konusu engellerin farkında olmazdı, bu engelleri kendi yarattığı durumlarda bile... Hayatın bu alanını keşfetmeye istekliyseniz, kendi kendinize yarattığınız engelleri tanımak sizin açınızdan çok aydınlatıcı olacaktır. Böylece, herhangi bir konuda ikna edici olmaksızın sizi alıkoyan engelleri tanımlama şansını bulacaksınız.

Kitabın bu kısmında, niyet etmenin gücüne bağlanmak konusunda tanımlayamadığınız engelleri üç başlık altında inceleyeceğim. Böylece siz de içsel sesinizi, enerji seviyenizi ve kendinize fazla önem verme olgusunu inceleme şansını elde edeceksiniz. Bu üç kategori, niyetle uyumsuzluğun söz konusu olduğu durumlarda, onunla bağlantı kurma konusunda neredeyse başa çıkılamaz nitelikte engeller yaratabilirler. Bu kategorilerin her defasında birini ele almak suretiyle, söz konusu engellerin farkında olma olanağına kavuşacak ve bunlarla başa çıkma yollarını keşfedeceksiniz.

The Match Game (Uyum Oyunu) adında, televizyonda çok uzun süreden beri yayımlanmakta olan bir yarışma programı var. Bu oyunda oyuncular, düşüncelerinin ve verecekleri olası yanıtların, takımdaki diğer oyuncunun vereceği yanıtlarla uyumlu olmasını amaçlarlar. Takımdaki oyunculardan birine bir soru sorulur veya bir konu verilir, karşılığında bununla ilgili olası yanıtlar beklenir. Aynı takımda bulunan oyuncular, verdikleri yanıtların birbirleriyle uyumlu olması paralelinde puan kazanırlar. En çok sayıda uyumlu yanıt veren çift, yarışmada birinci gelir.

Bu bölümde sizinle uyum oyunu oynamak istiyorum. Benim oyunumda, sizden niyetin evrensel Ruh'uyla uyumlu olmanızı bekliyorum. Niyete bağlantı kurmanızı engelleyen, üç kategoride topladığım engelleri incelerken, uyum sağlamayan alanları tarif edeceğim ve uyum sağlayabilmeniz için önerilerde bulunacağım. Hayatınızda niyet etmenin gücünü etkin hale getirme yeteneğinizin, her şeyi yaratan Kaynak'la uyumlu olmasına bağlı olduğunu unutmayın. Bu kaynakla uyumlu olduğunuzda, 'Kaynak ve niyetin gücü gibi olma' ödülünü kazanacaksınız. Uyumlu olmayı başaramadığınızda, niyetin gücünden uzaklaşacaksınız.

İçsel Sesiniz Uyumlu mu, Uyumsuz mu?

İçsel sesinizle ilgili bir anımsatmada bulunmak üzere, Eski Ahit'e kadar uzanalım: "İnsan ne düşünüyorsa odur." Bu sözü genellikle, olumlu düşüncelerimizin, nasıl bir insan olduğumuz konusunda belirleyici olması anlamında algıların, yani olumlu düşünceler, olumlu sonuçlar yaratacaktır. Ancak düşünmek, aynı zamanda olumsuz sonuçlar doğuracak engeller de yaratır. Aşağıda, niyetin evrensel, yaratıcı Ruh'uyla bağlantı kurmanızı engelleyebilecek dört düşünce sistemini bulacaksınız.

1) Hayatınızda eksikliğini hissettiğiniz şeyleri düşünmek. Niyetle uyumlu olmak için, öncelikle eksikliğini duyduğunuz şeyleri düşündüğünüz o anı yakalamanız gerekir. O anı yakaladıktan sonra bu düşüncenin yerini niyetin almasını sağlamalısınız. Hayatımda eksik olduğunu düşündüğüm şeyler yerine, Hayatımda, tezahür etmesine ve günlük yaşamımın bir parçası haline getirmekte kesinlikle niyetli olduğum şeyler şeklinde düşünün. Bu düşünce sisteminden şüpheleniz olmanız, kararsız davranmayın ve mazeret uydurmayın! İşte, hayatınızda nelerin eksik olduğunu düşünme alışkanlığından sizi kurtarmaya yardımcı olacak bazı öneriler. Bu noktada uyum oyununu oynayın ve her şeyi yaratan güçle uyum sağlamaya çalışın.

Uyumsuz: Yeterince param yok.

Uyumlu: Hayatıma sınırsız bereketi getirmeye niyetliyim.

Uyumsuz: Ortağım mızımız ve sıkıcı bir insan.

Uyumlu: Düşüncelerimi, ortağımın beğendiğim yönleri üzerine odaklamaya niyetliyim.

Uyumsuz: Arzuladığım tarzda çekici biri değilim.

Uyumlu: Yaratılış sürecinin ilâhi tezahürü olarak, Tanrı'nın gözünde mükemmelim.

Uyumsuz: Yeterli dayanma gücüm ve enerjim yok.

Uyumlu: Tüm yaşamı oluşturan sınırsız yaşam Kaynak gelgitinin bir parçasıyım.

Bu, boş iddialardan oluşan bir oyun değil, kendinizi niyet etmenin gücüyle uyumlu hale getirmenin ve niyet hakkında ne düşünüyorsanız, düşüncenize paralel bir sonuç alacağınızı anlamanın bir yoludur. Bütün zamanınızı hayatınızda nelerin eksik olduğunu düşünerek geçiriyorsanız, bu düşüncenin hayatınıza yansması da olumsuz olacaktır. İçsel sesinize kulak kabartıp, düşüncelerinizi, istekleriniz ve yaratmaya niyetlendiğiniz şeyle uyumlu hale getirin.

2. İçinde bulunduğunuz koşulları düşünmek. İçinde bulunduğunuz bazı koşullardan hoşlanmıyorsanız, en basit anlamda yapmanız gereken şey, bunları düşünmemektir. Bu kulağınıza çelişkili bir ifade olarak gelebilir, ama amacınız, uyum oyununda yaratılış Ruh'uyla uyum sağlamaktır. Hayal gücünüzü, (evrensel zihnin size doğru aktığı kanal) istemediğiniz şeylerden, istediğiniz şeylere kaydırmak üzere eğitin. Size kulak veren insanlara 'Ne'den şikâyetçi olduğunuzu anlatırken harcadığınız tüm o zihinsel enerji, 'ne'den fazlası' nı hayatınıza çeken bir mıknatıs görevi görür. Siz, ancak siz bu engeli aşabilirsiniz, çünkü niyet yolunuza bir engel olarak bunu

siz koymuşsunuzdur. İçsel sesinizi, sahip olmaya niyetlendiğiniz yeni koşullara yönlendirin. Uyum oyununu oynayarak ve kendinizi niyet alanıyla bir hizaya getirerek sondan başa düşünme yöntemini uygulayın.

Sahip olduğunuz koşullarla ilgili, içsel sesinizin oynadığı uyumlu, uyumsuz oyununa ait bazı örnekleri aşağıda bulabilirsiniz.

Uyumsuz: Yaşadığımız yerden nefret ediyorum; tüylerimi diken diken ediyor.

Uyumlu: Yeni evimizi hayalimde canlandırabiliyorum ve altı ay boyunca burada yaşamaya niyetliyim.

Uyumsuz: Aynada kendime baktığımda, miyop olduğum gerçeğinden ve formumu kaybetmiş olmamdan dolayı kendimden nefret ediyorum.

Uyumlu: Aynadaki görüntümün yerine, görünmeye niyet ettiğim halimi koyuyorum.

Uyumsuz: Yaptığım işten ve takdir edilmediğim gerçeğinden hoşlanmıyorum.

Uyumlu: Rüyalarımı süsleyen işe sahip olmak için sezgilerimi kullanmaya niyetliyim.

Uyumsuz: Sürekli hasta olmaktan nefret ediyorum.

Uyumlu: Sağlığım yerinde. Her gün elimden geldiğince sağlığımı korumak adına, bağışıklık sistemimi güçlendirecek şekilde hareket etmeye niyetliyim.

İçinde bulunduğunuz koşulların sorumluluğunu, suçluluk duygusu hissetmeksizin üstlenmeyi öğrenmelisiniz. İçinde bulunduğunuz koşullar, dünyaya daha önce gelişinizde yaptığınız kötülüklerden doğan bir borcun karşılığı değildir veya cezalandırmanız sonucunda ortaya çıkmamıştır. Sağlığınız da dahil olmak üzere, içinde bulunduğunuz koşullar, sizindir. Bunlar bir şekilde hayatınızda or-

taya çıkmıştır, siz de bu koşulların içinde yer aldığınızı farz edin. İçsel sesiniz, tamamen sizin eserinizdir ve içinde bulunmaktan hoşlanmadığınız diğer koşulların da hayatınıza girmesinden sorumludur. Niyetinizle bağlantı kurun, yaratmak niyetinde olduğunuz şeye odaklanmak için içsel sesinizi kullanın, sonunda Kaynak'ınızın gücünü yeniden kazanmaya başladığınızı göreceksiniz.

3. Hep var olan, süregelen şeyleri düşünmek. İçsel sesiniz, hep var olmuş, süregelen şeylere odaklandığında, bu şeyler hakkında sahip olduğunuz düşünceler doğrultusunda hareket edersiniz ve her şeyi yaratan evrensel güç, söz konusu şeylerin yine aynı biçimde devamına hükmeder. Peki, neden? Çünkü hayal gücünüz, sizi var eden hayalin bir parçasıdır. Bu, yaratılışın gücüdür ve siz de içsel sesinizle, bunu kendinize karşı kullanıyorsunuzdur.

Mutlak Ruh'un şu şekilde düşündüğünü hayal edin: Artık daha fazla hayat yaratamayacağım, çünkü geçmişte işler iyi gitmedi ve çok fazla yanlış yapıldı. Bunları düşünmekten kendimi alamıyorum! Ruh bu şekilde düşünseydi, ne kadar yaratıcı olabilirdi? Niyet ettiğiniz şeylerin sorumlusu olan düşünceleriniz, geçmişte kalmış, hor gördüğünüz şeylere odaklandığında, niyetin gücüyle nasıl bağlantı kurabilirsiniz? Bunun yanıtı oldukça aşikârdır, tıpkı çözümün de aşikâr olması gibi... Geçmişte yaşanmış şeylere odaklandığınız noktada kendinizi frenleyin ve içsel sesinizi, tezahür etmesine niyetlendiğiniz şeye kaydırın. Bu uyum oyununda puanları, mutlak Ruh'la aynı takımda bulunarak kazanacaksınız.

Uyumsuz: Hayatım boyunca fakirdim; yokluk içinde büyüdüm.

Uyumlu: Sınırsız bereketin zenginliğini ve refahını hayatıma sokmaya niyetliyim.

Uyumsuz: İlişkimizde kavgadan başka bir şey yok.

Uyumlu: Huzuru yakalamaya gayret edeceğim ve kimsenin beni üzmesine izin vermeyeceğim.

Uyumsuz: Çocuklarımdan hiç saygı görmedim.

Uyumlu: Çocuklarıma, hayatta herkese ve her şeye karşı saygılı olmayı öğreteceğim ve onlara bu şekilde davranacağım.

Uyumsuz: Bu şekilde hissetmekten kendimi alamıyorum; bu benim doğamda var. Ben hep böyle bir insan oldum.

Uyumlu: Ben, tıpkı Yaratanın gibi düşünme yeteneğine sahip, ilâhi bir varlığım. Yetersizlik duygusu yerine, sevgi ve şefkat duygusunu öne çıkaracağım. Bu kendi seçimimdir.

Uyumlu sözler, her şeyi yaratan Ruh’la uyumu yansıtırken, uyumsuz ifadeler, niyetle uyum sağlamayı engellemek üzere inşa ettiğiniz duvarı temsil eder. Sizi geriye götüren düşünceler, arzularınızın tezahür etmesini engelleyecektir. Hayatta başarılı olmuş bireyler, bir öyküsü olmayan insanın anlamlı bir hayat yaşamaktan uzak olduğunu idrak etmiş bireylerdir. Siz de kendi öykünüzde hep var olmuş, bugüne dek süregelen şeylere odaklanmanıza neden olan kısımları ayıklayıp, bir kenara atın.

4. ‘Başkalarının’ nasıl davranmanız, ne olmanız gerektiği konusunda beklentilerini düşünmek. Büyük bir olasılıkla, çoğunlukla akrabalarınız tarafından ne yapmanız, ne şekilde düşünmeniz, neye inanmanız, nerede yaşamanız, hayatınızı nasıl programlamanız ve özellikle özel günlerde, tatillerde onlara ne kadar zaman ayırmanız gerektiği konularında size empoze edilen şeyler vardır. Birileriyle arkadaş, yakın olduğumuzda, söz konusu insanlarla ilişkimizde hileye, suçluluk duygusuna yer olmadığına inanır ve bu nedenle bu insanlara sık sık tahammül etmek zorunda kaldığımız durumlarla karşılaşırız.

Başka insanların sizi aldatacağına dair beklentilerle şartlanmış içsel sesiniz, hayatınız boyunca bu tarz davranışlarla sık sık karşılaşmaya devam edeceğinize sizi inandırır. Düşünceleriniz, başkalarının sizden ne beklediğine odaklandığında, söz konusu beklentilerden hoşlanmıyor bile olsanız, onların sizden istedikleri biçimde ve beklentileri doğrultusunda hareket etmeye daha açık hale gelirsiniz. Engelleri ortadan kaldırmak demek, içsel sesinizi, yaratmak niyetinde olduğunuz ve hayatınızın bir parçası olmasını arzuladığınız şeylere doğru kaydırmak demektir. Bunu şaşmaz, değişmez bir niyetle ve başkalarının, hayatınızı nasıl yaşamanız gerektiği konusundaki düşünceleri için zihinsel bir enerji harcamama kararlılığıyla yapmalısınız. Bu, başlarda sizin için zor olabilir, ama sonuçta başardığınızda söz konusu zihinsel değişimin yararını göreceksiniz.

Başkalarının sizden beklentilerini düşünmeye başladığınız noktada, kendinize Söz konusu beklentiler, kendi beklentilerimle uyumlu mu?, sorusunu sorun. Sorunun yanıtı olumsuzsa, başkalarının, hayatınızı nasıl yönlendirmeniz gerektiğine dair beklentileri yüzünden üzülmeyin veya sıkıntıya girmeyin ne kadar saçma olduğunu düşünüp, gülüp geçin. Bu, başka insanların eleştirileri karşısında etkilenmemenin ve hayatınızın bir parçası olmasını istemediğiniz bir şeyin, sinsice hayatınıza sızmasını önlemenin bir yoludur. Burada en önemli nokta, söz konusu eleştirilerin, o insanların yargılarının ve ileri sürdükleri fikirlerin anlamsız olduğunu ortaya koyması ve sonuçta sizi etkileme şansının kendiliğinden yok olmasıdır. Dikkatinizi, başkalarının, hayatınızı nasıl yaşamanız konusundaki istek ve beklentilerinin uzağında tutmayı başardığınızda, bir taşla birkaç kuş vurma başarısını göstereceksiniz.

Aşağıda, uyum oyununu nasıl kazanacağınıza dair birkaç örnek bulacaksınız:

Uyumsuz: Ailemden usandım artık. Beni hiçbir zaman anlamadılar zaten.

Uyumlu: Ailemi seviyorum; onların olaylara bakış açısı farklı, ama daha değişik davranmalarını beklemiyorum. Ben tamamen kendi niyetim, amacıma odaklandım.

Uyumsuz: Başkalarını memnun etmeye çalışmaktan bıktım.

Uyumlu: Hayatımı, hedefim ve bu dünyaya gelme amacım doğrultusunda sürdürmeye kararlıyım.

Uyumsuz: Çalışmalarım hiç takdir görmüyor, bazen bu yüzden ağlamak geliyor içimden.

Uyumlu: Kaderimin tayin ettiği şekilde ve amacım doğrultusunda yapmam gereken şeyi yapıyorum.

Uyumsuz: Ne yaparsam yapayım, ne söylersem söyleyeyim, sanki hiçbir zaman başarılı olamayacakmışım gibi geliyor.

Uyumlu: Kalbimden geçeni, sevgi, şefkat ve güzellikle yapıyorum.

Enerji Seviyeniz, Uyumlu mu, Uyumsuz mu?

Bilim adamları enerjinin, yarattığı dalganın hız ve büyüklüğüyle ölçüldüğünü söyler size. Dalganın büyüklüğü alçaktan, yükseğe, yavaştan, hızlıya ölçülür. Dünyamızda var olan koşullara atfettiğimiz her şey, nabız gibi atan söz konusu frekansın bizi etkilemesiyle varlığımız hükümdür. Bu noktada size kendi hükmümü aktarmak isterim: Yüksek yoğunluktaki enerji, alçak yoğunluktaki enerjiden daha iyidir. Neden? Çünkü bu kitap, şifa bulma, sevgi, şefkat, sağlık, hareket, güzellik, ihtiras ve benzer niteliklere inanan bir insan tara-

findan yazılmıştır ve bu niteliklerin tümü de yüksek yoğunlukta ve hızlı enerjilerle ilişki halindedir.

Yüksek ve hızlı frekansın, düşük ve daha yavaş frekanslar üzerindeki etkisi ölçülebilir ve bu paralelde, sizin de hayatınızda niyetle bağlantı kurmanızı engelleyen faktörleri ortadan kaldırmak doğrultusunda önemli bir etkiniz olabileceği sonucu çıkar ortaya. Frekans basamaklarını tırmanmanın amacı, enerji seviyenizin, en yüksek frekansla uyumlu olduğu daha yüksek ve daha hızlı frekansa ulaşabilmenizi sağlayacak şekilde enerji titreşim seviyenizi değiştirmektir. En yüksek frekansın enerjisi, niyetin bizzat kendisinin, her şeyi yaratan Ruh'un enerjisidir. Albert Einstein'ın da dediği gibi, "Bir şeyler harekete geçmeden hiçbir şey olmaz."

Bu evrendeki her şey, enerjinin hareketidir. Yüksek, hızlı enerji, düşük, yavaş enerjiyi çözer ve kendine dönüştürür. Bu gerçeği unutmadan, sizden kendinizi ve enerji sistemi olmanın ne anlama geldiğini düşünmenizi istiyorum. Doğru, siz yalnızca kemik, salgı ve hücreden oluşan bir sistem değil, düşünce ve duygulardan oluşan içsel enerji sisteminizi de içinde barındıran birden fazla enerji sisteminde sahip, aynı zamanda bir enerji sistemisiniz. Bu enerji sistemi sayesinde ölçülebilir ve ayar edilebilirsiniz. Sahip olduğunuz tüm düşünceler, bedeninize ve çevrenize olan etkisi de dahil olmak üzere, enerji anlamında ayar edilebilir. Enerjiniz ne kadar yüksekse, sizi zayıf düşüren düşük enerjileri geçersiz kılmak ve onları dönüştürmek konusunda o kadar başarılı olursunuz ve yakınınızda ve hatta uzaklarda bir yerde bulunan insanları bile olumlu şekilde etkilersiniz.

Bu kısmın ana fikri, enerji seviyenizin ve günlük hayatınızda düzenli olarak yer alan fiili düşünce frekanslarının farkında olmanızı sağlamaktır. Sonrasında, enerji seviyenizi yükseltmekte ustalaşacak ve niyetle bağlantı kurmanızı engelleyen veya bu bağlantıyı zayıflatan enerjileri daimi olarak yok edecek duruma geleceksiniz. Sonuç olarak, hedefiniz en yüksek frekansla mükemmel bir uyum sağlamaktır. Aşağıda, en düşük ve en yavaştan başlayıp, en yüksek

ve en hızlıya doğru hareketlenen, yararlanacağınız beş enerji seviyesine dair oldukça sade bir açıklama okuyacaksınız.

1. Maddi dünya. Kalıplaşmış enerji, sınırları olan bir dünyayı algılama düzeyinizi de aşağı çekecek, sınırlayacak biçimde yavaşlatılmış enerjidir. Gördüğünüz ve dokunduğunuz her şey yavaşlatılmış enerjidir ve her şey tek vücut olmuş gibi görünür size. Gözleriniz ve parmaklarınız bu konuda hemfikirdir ve siz o noktada cismi dünyadassınızdır.

2. Ses dünyası. Ses dalgalarını gözünüzle algılamanız pek nadir olan bir şeydir, ama gerçekte hissedilebilir. Bu görünmez dalgalar da yüksek / alçak ve hızlı / yavaş olabilirler. Enerjinin bu ses seviyesi, Japa meditasyonu veya Uçurumu Aşmak isimli kitabımda oldukça geniş biçimde değindiğim, Tanrı'nın adını tekrarlamak sayesinde en yüksek frekansla bağlantı kurduğunuz yerdir.

3. Işık dünyası. Işık cismi dünyadan ve sestten daha hızlı hareket eder, ancak ışık denen özü kalıba sokacak bir atom yoktur. Kırınımı olarak gördüğünüz şey, gözünüzün belli bir frekansta algıladığı şeydir, mor olarak algıladığınız şeyse, çok daha hızlı ve yüksek bir frekanstır. Karanlık bir ortama ışık geldiğinde karanlık ışığa dönüşür. İşte bu gerçeğin ima ettiği şey oldukça heyecan vericidir. Yüksek enerjiyle karşılaşan düşük enerji, otomatik olarak dönüşüm yaşamaktadır.

4. Düşünce dünyası. Düşünceleriniz, ses hatta ışıktan bile hızlı hareket eden çok yüksek frekansta bir akımdır. Düşüncelerin frekansı ölçülebilir, bedeniniz ve çevreniz üzerindeki etkisi hesaplanabilir. Aynı kural bu noktada da geçerlidir: yüksek frekanslar, düşük frekansları geçersiz kılar, daha hızlı hareket eden enerjiler, daha yavaş hareket eden enerjileri kendilerine dönüştürür. Çok takdir ettiğim

bir meslektaşım olan David Hawkins'ın *Power vs Force* (Güç Kuvvete Karşı) adında sık sık başvurduğum bir kitabı vardır. Dr. Hawkins bu değerli kitabında düşüncenin alçak frekanslarını, bunların duygulara eşlik etmesini ve düşüncenin alçak frekansının nasıl etki altına alınabileceğinin yanı sıra, daha yüksek ve daha hızlı frekanslara nasıl dönüştürülebileceğini ayrıntılı biçimde inceler. Okumanızı salık verdiğim bu kitaptan bazı bulgulara, enerjinizi nasıl yükselteceğinizi açıkladığım bölümde yer verdim. Tüm düşünceleriniz, evrendeki en yüksek ve en hızlı enerjiyle yeniden bağlantı kurmanızı kolaylaştırması veya zorlaştırmasının belirlenmesi amacıyla ölçülebilir.

5. Ruh dünyası. İşte enerjinin en güçlü olduğu yer burasıdır. Buradaki frekanslar o kadar hızlıdır ki, bu noktada düzensizlik, uyumsuzluk, marazın ortaya çıkması olanak dışıdır. Ölçülebilen bu enerjiler, kitabın çeşitli bölümlerinde sözü edilmiş niyet etmenin yedi yüzünden ibarettir. Bunlar yaratılışın enerjileridir. Bu enerjilerin kendi içinizde ortaya çıkmasını sağladığınızda, sizi var olma noktasına getirecek yaşamın yaratıcı niteliğini de ortaya çıkarmış olursunuz. Söz konusu nitelikler yaratıcılık, şefkat, sevgi, güzellik, gelişme, bereket ve kabul etmeye açık olma nitelikleridir. Bunlar evrensel Ruh'un en yüksek enerjileridir. Siz de bu enerjiden var olmuşsunuzdur, düşüncelerinizden, duygularınızdan düşük enerjileri söküp attığınızda söz konusu enerjiyle hızlı biçimde uyum sağlayabilirsiniz.

Atom konusunda yaptığı çalışmalar sonucunda Nobel ödülü kazanan fizikçi Max Planck'ın ödülünü alırken yaptığı şu konuşmaya dikkatinizi çekmek isterim: "Hayatını madde konusunda bir şeyler öğrenmeye ve pozitif bilim doğrultusunda çalışmaya adanmış bir insan olarak atom konusunda yaptığım araştırmaların sonucunda şu kadarını söyleyebilirim: Böyle bir madde yoktur! Maddeler yalnızca, atomun zerreciğini titreşmesini sağlayan ve tam da o anda atomun güneş sistemindeki varlığını bir arada tutan gücün erdemi sa-

yesinde ortaya çıkarlar ve var olurlar... Bu gücün ardında bilinçli var oluşun ve şuurun olduğunu var saymak zorundayız. Söz konusu şuur, tüm maddelere şekil veren ve dayanak teşkil eden şeydir.” İşte sizin uyum sağlamanızı istediğim şey bu şuardur.

Enerji seviyenizi yükseltmek

Sahip olduğunuz düşünceler sizi ya güçlendirecek, ya da zayıf düşürecektir. Niyetin evrensel, üstün Kaynak'ıyla uyumlu bir hale gelmenizin önünde bir engel oluşturduğundan, sizi zayıf düşüren düşüncelerden kurtulma fikri kesinlikle iyi bir fikirdir. Anthony de Mello'nun *One Minute Wisdom* (Bir Dakikalık Bilgelik) eserinde yer verdiği şu gözlemin anlamını düşünmeye davet ediyorum sizi:

Niçin benim dışımda herkes mutlu?

“Çünkü o insanlar her yerde iyilik ve güzellik görmeyi öğrenmişlerdir,” der Usta.

Peki iyilik ve güzelliği ben niçin göremiyorum?

“Çünkü iç dünyanda göremediğin şeyi, dış dünyada da göremezsın.”

Bir şeyi iç dünyanızda görememeniz, dünyanızdaki her şeyle ve herkesle nasıl bir ilişki kurma yöntemi benimsediğinizin sonucudur. İçinizde göreceğiniz dünyayı planladığınızda, içinizde göremediğiniz dünyayı planlamakta başarısız olursunuz. Niyetin evrensel Ruh'unun bir ifadesi olduğunuzu bilerseniz, göreceğiniz şey de buna göre değişecektir. Bunun için enerji seviyenizi, niyet etmenin gücüyle bağlantınızı koparacak herhangi bir olasılığı aşacak şekilde yükseltmeniz gerekir. Hayatın sunduğu olanaklardan, her türlü güzellikten sizi mahrum bırakan şey, duygularınızla uyumsuz hareket etmenizdir! Bu basit gözlemi idrak ettiğinizde, niyete bağlanmanızın önündeki engelleri saf dışı bırakmış olacaksınız.

Düşünce, duygu ve bedeninizin eylemleri titreşim yayar. Sizden istediğim, bu titreşim frekanslarını niyet etmenin gücüne bağlanmanızı sağlayacak seviyeye yükseltmenizdir. Bu size olayı fazlasıyla basitleştirmek gibi görünebilir, ama enerji seviyenizi, parçası olduğunuz mükemmeliyeti yaşamaktan sizi alıkoyan engelleri ortadan kaldırmanın bir yolu olarak idrak ederek, söz konusu enerjiyi yükseltme çabasına girişeceğinizi umuyorum. Bir sorunu, sorunu suçlu göstererek çözme olanağı yoktur. Böyle bir çaba içine girdiğinizde, zaten hayatınıza nüfuz etmiş yok edici enerjiyi daha da güçlendirmiş olursunuz. İlişkide olduğunuz düşük enerjiler aracılığıyla verdiğiniz tepki, daha fazla düşük enerjiye maruz kalmanız sonucunu doğuracaktır. Örneğin biri size kötü davrandığında ve siz de bu kötü davranışın karşılığında ona kötü davrandığınızda, düşük enerji alanının bir parçası haline gelir, o alana giren herkesin olumsuz etkilenmesine neden olursunuz. Çevrenizdekilere öfkeli insanlar olmalarından dolayı öfke duyduğunuzda, olayı kınama yoluyla çözmeye çalışıyorsunuz demektir.

Yakınınızdaki insanların çevrelerine yaydıkları zayıf düşüren enerjileri kullanmayın. Yüksek enerjilerden yararlandığınızda, başka insanların sizi üzmelerini de engellemiş olursunuz. Peki, neden? Çünkü yüksek ve hızlı enerjiler düşük / yavaş enerjileri geçersiz kılarlar ve onları kendilerine dönüştürürler; bunun tersinin olması söz konusu değildir. Çevrenizdeki düşük enerjinin sizi olumsuz etkilediğini hissediyorsanız, bunun nedeni, çevrenizdekilerin enerji seviyesine ayak uyduruyor olmanızdır.

Azimli niyetiniz sağlıklı, çekici ve formdadır. Sizi insan hücrelerinin mikroskobik zerreciğinden var eden, her şeyi yaratan evrensel Ruh'un, hastalıklı, şişman ve çirkin olmadığını, tam tersine sevgiyi, şefkati yarattığını ve güzelliği ifade ettiğini bilirsiniz. İşte niyet etmenin gücü bu niteliklere sahip olmanız için çalışır. Şunu bilmekte yarar var: Bir şeyden nefret ederek, hayatınıza iyilik, güzellik katamazsınız. Neden? Çünkü nefret, çabalarınızı zayıf düşürecek, karşı nefret gücünü yaratır. Dr. Hawkins, *Güç Kuvvete Karşı* adlı kitabında bunu şöyle anlatır:

Kişinin kendine ve yaşayan her şeye karşı gösterdiği şefkat, dönüştürülebilen en kuvvetli güçtür. Yeniliğe karşı tepki üretmez, ileriye bakar, kayıba veya ümitsizliğe asla yol açmaz. Hiçbir karşılık beklemeksizin kişinin gerçek gücüne katkı sağlar. Ama şefkatin azami gücüne erişmek, ancak hiçbir istisnanın olmadığı durumda söz konusudur, bunu yaşamak için bencilce beklentilerden uzak durulmalıdır. Şefkatin etkisi, kişinin şefkatli olma konusunda ustalaşmasına paralel olarak artar. [Şefkat'in, niyet etmenin yedi yüzünden biri olduğunu anımsayın.]

Dr. Hawkins sözlerine şöyle devam eder:

Şefkat yoksunluğunun insana zarar verme kapasitesi, şefkat gün ışığına çıktığında azalacak ve sonunda hepimiz hâsıl olduğumuz bu gücün cazibesine kapılacağız.

Düşük enerji barındıran engelleri ortadan kaldırmak söz konusu olduğunda alınacak ders bellidir. Enerji seviyemizi, aradığımız ışığın, mutluluğun, eksikliğini hissettiğimiz sevginin, hasretini çektiğimiz bereketin bizzat kendimiz olduğu yere yükseltmek zorundayız. Bunu yaptığımız zaman yukarıda sayılan niteliklere açık oluruz. Bu niteliklerin yokluğundan şikayet ettiğimiz durumdaysa, hayatımıza kötülüğün ve uyumsuzluğun akmasını kolaylaştırırız.

Verimsizlik, üzüntü, depresyon, sevgi eksikliği yaşıyorsanız veya arzularınızı yerine getirmekte becerikli değilseniz, söz konusu koşulları hayatınıza girmesine nasıl izin verdiğinize ciddi bir şekilde eğilmelisiniz. Düşük enerji, çekici olma yeteneğine sahip bir kalıptır. Ortaya çıkmasının nedeni, bilinç altında olsa bile, sizin ona başvurunızdır. Bu enerji sizindir ve hâlâ ona sahipsinizdir. Ancak, çevrenizi idrak edebilir olmakla enerji seviyenizi bilinçli bir şekilde yükseltmeye başladığınızda, niyet etmeye doğru hızlı biçimde hareketlenir ve kendi kendinize yarattığınız engelleri ortadan kaldırabilirsiniz. Engeller, düşük enerji tayfında bulunurlar.

Enerji Titreşimlerinizi Yükseltmek İçin Ufak Bir Program

Aşağıda, enerji alanınızı daha yüksek, daha hızlı titreşime doğru hareketlendirmek için bir dizi öneri bulacaksınız. Bu öneriler, engelleri ortadan kaldırmak ve niyetin gücünün sizin aracılığınızla, sizin için çalışmasını sağlamak gibi iki ayrı amaca hizmet edecektir.

Düşüncelerinizin bilincinde olmak. Sahip olduğunuz her düşüncenin üzerinizde bir etkisi vardır. Sizi zayıflatan bir düşünceden, güçlendiren düşünceye doğru geçiş yaptığınızda, enerji titreşiminizi yükseltmiş, kendinizi ve çevrenizdeki enerji alanını güçlendirmiş olursunuz. Bir gün, gelişme çağındaki çocuklarımdan birine, bir davranışını ayıplamak için tam bir şeyler söylemek üzereyken bir anda kendime hâkim oldum ve o anda onu kınamanın bir yarar sağlamayacağını anımsattım kendime. Kınamak yerine, ona sevgiyle yaklaşp, kendisini küçük düşüren bu davranış karşısında neler hissettiğini ve bu durumu düzeltmek için ne yapmayı düşündüğünü sordum. Tavrımdaki bu değişiklik enerji seviyesini yükseltti ve aramızda karşılıklı anlayışa dayalı bir ortamın oluşmasını sağladı.

Enerji seviyesini benim ve kızımın niyet etme gücüne bağlı olduğumuz seviyeye yükseltmek, düşük enerjimin farkında olmamın ve söz konusu enerjiiyi yükseltme kararı almamın hemen sonrasında gerçekleşti. Düşüncelerimizin bilincinde olduğumuzda, hepimizde bu varlığı davet etmek ve niyet etmenin gücünü harekete geçirmek yeteneği vardır.

Düzenli biçimde meditasyon yapmak. Trafikte kırmızı ışıktaki beklerken bile uygulayabileceğiniz meditasyona her gün kısa bir süre ayırmak çok önemlidir. Bir an için de olsa sükûneti sağlayın ve içinizden Tanrı'nın adını tekrarlayın. Meditasyon, Kaynak'ınızla bilinçli bir biçimde bağlantı kurmanıza ve yaratılışın gücüyle uyum-

lu şekilde alıcı olmanızı sağlayarak, niyetin gücünü yeniden kazanmanıza öncülük edecektir.

Bilinçli beslenmek. Enerji düzeyinin düşük veya alçak olmasını belirleyen besinler vardır. Birtakım kimyasal maddeler içeren besinler, siz bu durumun farkında olmadan üzerinizde zayıflatıcı bir rol oynarlar. Tatlandırıcı gibi yapay gıdalar düşük enerjili ürünlerdir. Genel anlamda meyve, sebze, kabuklu yemiş, soya, mayasız ekmek, saf zeytinyağı gibi yüksek alkaliye sahip ürünler güçlü enerjiye sahiptirler ve kas yapısını güçlendirirken, unlu yiyecek, et, süt ürünleri ve şeker gibi asitli besinler düşük enerjilidir ve zayıflamanıza neden olurlar. Bunlar herkesin bünyesinde tıpatıp aynı etkiyi yaratmaz, bu tür yiyecekleri tükettikten sonra kendinizi gözlemlemeniz gerekir. Sonuçta zayıf, uyuşuk ve yorgun hissetmenize neden oluyorsa, hayatınızı düşük enerji sistemlerine açık hale getirmişsiniz demektir.

Düşük enerjili maddelerden uzak durmak. Kitabın birinci kısmında, bilinç düzeyine ulaşmak için itidalli olmayı öğrenmenin ve alın yazım olan başarıya ulaşmanın benim açımdan ne kadar büyük önem taşıdığından söz etmiştim. Alkol ve yasal olsun olmasın her türlü uyuşturucu beden enerjinizi azaltıp, sizi zayıflatır. Dahası, zayıflamanıza neden olan diğer enerjilere açık bir hale getirir. Düşük enerjili maddeleri tüketmenin sonucunda, karşınıza aynı düşük enerjiye sahip insanların çıktığını görürsünüz hayatınızda. Bu insanlar düşük enerjili yiyeceklerle beslenmeniz için kanınıza girecekler, partiler verip, sarhoş olacağınız ortamlar yaratacaklar ve düşük enerjili yiyeceklerin bedeninize verdiği hasarın kaybolmasının ardından, sizi aynı şeyleri yapmaya teşvik edeceklerdir.

Dinlediğiniz müziğin enerji seviyesinin bilincinde olmak. Sürekli aynı ritmin tekrarlandığı sert, yüksek tempolu müzik ve yüksek ses, enerji seviyenizi düşürür ve niyetle bilinçli bir bağlantı kurma

yeteneğinizi zayıflatır. Benzer şekilde nefret, acı, üzüntü, korku ve şiddet içeren şarkı sözleri bilinçaltınıza zayıflatıcı mesajlar gönderen ve benzer enerjilerin hayatınıza nüfuz etmesi sonucunu doğuran düşük seviyeli enerjilerdir. Hayatınıza şiddet davet etmek istediğinizde, şiddet içeren sözler dinleyin ve şiddete yönelik sözler içeren müziği hayatınızın bir parçası haline getirin. Hayatınıza huzur ve sevginin hâkim olmasını istiyorsanız, o zaman arzularınızı yansıtan daha yüksek müzikal titreşimler ve sözler içeren müzik dinleyin.

Ev düzeninizin enerji seviyesinin bilincinde olmak. Tablo, heykel, ruhani sözler içeren yazı, okuduğunuz kitap, dergi, duvarınızın rengi ve hatta mobilyalarınızın düzeni bile, hayatınızın önemli bir bölümünü geçirdiğiniz yerde bir enerji yaratacaktır. Size mantıksız veya aptalca gelse bile, koşullanmış düşüncelerinizi aşmanızı ve her şeye açık bir düşünce sistemi geliştirmenizi öneririm. Eski bir Çin sanatı olan feng shui, varlığını binlerce yıldan beri sürdüren, atalarımızdan kalma değerli bir hediyedir. Bu sanat, ev ve çalışma ortamınızın enerji alanını çoğaltmanın yollarını tarif eder. Yaşadığımız ortamın yüksek enerji barındıran şeylerle çevrili olmasının üzerimizde olumlu etki yaratacağı bilinci hayatımıza güç katar ve niyetle bağlantı kurmanın önündeki engelleri yok eder.

Televizyon programlarının ve reklamların yaydığı düşük enerjiye daha az maruz kalmak. Amerikalı çocuklar on dört yaşına gelmeden, oturdukları yerden on iki bin cinayet vakasına tanık oluyor! Televizyondaki haber programları kötü ve çirkin olanı ön plana çıkartıp, bu niteliklerin hayatımızda daha baskın olmasını, en önemlisi, iyinin dışlanmasına neden oluyor. Bu, yaşama alanlarımızı işgal eden ve benzer kötülükleri daha fazlasıyla hayatımıza davet eden, sürekli bir olumsuzluk kaynağıdır. Televizyon programlarının arasına, ilaç kartellerinin, mutluluğu, ürettikleri haplarda bulacağımızı telkin ettikleri reklamların serpiştirildiği görürsünüz. İşte bu tür reklamların yer aldığı televizyon programlarının en temel besi-

ni şiddettir. Bu programları izleyenlere, insanlığın bildiği zihinsel ve fiziksel her türlü hastalığın üstesinden gelmek için düşük enerjili ilaçlar kullanılması gerektiğine dair mesajlar verilmektedir.

Benim vardığım sonuç, televizyon programlarının büyük bir çoğunluğunun sürekli biçimde düşük enerji yaydığı yönündedir. İşte zamanımın önemli bir bölümünü ticari reklamların bulunmadığı halka açık kanalları desteklememin ve söz konusu kanallarda olumsuzluk, umutsuzluk, şiddet, küfür ve saygısızlık yerine, niyetin prensipleriyle uyumlu daha ulvi amaçlar güden mesajların verilmesine çalışmamın nedeni budur.

Enerji alanınızı fotoğraflarla güçlendirin. İnanması size güç gelse de, fotoğraf türetilmiş enerji formudur ve her fotoğraf bir enerji barındırır. Mutluluk, sevgi anında çekilmiş bir fotoğrafı size ruhani anlamda yararı olması amacıyla yaşadığınız yerde, çalışma odanızda, arabanızda, cebinizde veya cüzdanınızda taşıyın. Yakın çevrenizde doğa, hayvan fotoğrafları, neşe ve mutluluğu ifade eden fotoğraflar bulundurun, bu fotoğrafların enerjisinin kalbinize yayılmasını sağlayın ve sahip oldukları yüksek frekanstan yararlanın.

Yakın çevreniz, arkadaşlarınız ve ailenizin enerji seviyelerinin bilincinde olmak. Kendi enerji seviyenizi, ruhani bilinç düzeyine yakın titreşimler yayan diğer insanların enerji alanında bulunarak yükseltebilirsiniz. Niyet etmeyle bağlantı kurmanızı kolaylaştıracak biçimde duyularınızı harekete geçiren, iyi yönlerinizi görebilen, Tanrı'ya yakın olduğunu hisseden ve Ruh'un varlığından haberdar olduğunun ipuçlarını verecek tarzda bir hayat tarzı benimsemiş insanlarla yakın ilişkiler geliştirin. Yüksek enerjilerin, düşük enerjileri yok edip, kendine dönüştüreceğini, yüksek enerjinin var olduğu alanda bulunmanın ve bununla etkileşime girmenin önemini, Ruh'la bağlantı kurmuş ve hayatını hedefleri doğrultusunda sürdüren yüksek enerjiye sahip insanlarla muhatap olmanın yararlarını hep aklınızda tutun. Yüksek enerjiye sahip insanların enerji alanın-

da kaldığınızda, öfke, nefret, korku ve depresyonunuzun eriyip gittiğini ve söz konusu duyguların sihirli biçimde niyetin ifadesine dönüştüğünü göreceksiniz.

Faaliyetlerinizi ve nerelerde yoğunlaştığını gözlemleyin. Alkol ve uyuşturucu tüketiminin veya şiddete yönelik davranış tarzının hüküm sürdüğü, birtakım dini ve etnik inançların dışlandığı, önyargılı fikirlerin hâkim olduğu toplulukların düşük enerjili alanlarından uzak durmaya bakın. Bu tür ortamlar enerji seviyenizi yükseltmekten sizi alıkoyduğu gibi, daha düşük seviyedeki, zayıf düşüren enerjilere uyum sağlamaya teşvik edecektir. Doğayla bütünleşin, onun güzelliğini takdir edin, zamanınızı açık alanlarda kamp kurarak, spor yaparak, yüzerek, yürüyüş yaparak ve doğal ortamlarda eğlenerek geçirin. Ruhani anlamda sizi rahatlatacak yoga dersleri alın, masaj yaptırın, meditasyon merkezlerini ziyaret edin ve yardıma gereksinim duyan yaşlı, özürlü, hasta insanlara yardım etme olanağını sunan yerlere başvurun. Her faaliyetin bir enerji alanı vardır. Siz de niyet etmenin yedi yüzünü yansıtan enerji alanlarında bulunmaya gayret edin.

İnsanlara karşı şefkatli davranın, karşılık beklemeden onlara yardım edin. Muhtaç insanlara maddi yardımda bulunan organizasyonlara katkı yapın, hiçbir karşılık beklemezsiniz, içtenlikle bu tür faaliyetlerin içinde yer alın. İnsanlara şefkatli davranmayı öğrenirken, bir yandan da takdir edilmeyi bekleyen egonuzu tamamen dışlayın ve zihninizi sürekli faaliyette olacak biçimde harekete geçirin. Bu, niyetle bağlantı kurmak açısından çok önemli bir faaliyetdir, çünkü her şeyi yaratan evrensel Ruh, şefkatli davranışınız karşısında size, “Benim sana nasıl bir iyiliğim dokunabilir?” diye soracaktır.

Sokakta bulduğunuz çöprü yerden kaldırıp, çöp kutusuna atın ve bu tür eylemlerinizi başka insanlara reklam etmeyin. Aslına bakarsanız, sizden kaynaklanmayan düzensizliği, pisliği temizlemek için

birkaç saatinizi ayırmakta çok yarar vardır, çünkü kendinize, başkalarına veya çevrenize yönelik her türlü iyilik, niyetin evrensel gücünde var olan şefkatle uyum sağlamanızı kolaylaştıracaktır. Bu tür faaliyetler itici gücünüzdür ve aynı iyi nitelikteki enerjinin hayatınıza akmasını sağlarlar.

Aşağıda, Ruth McDonald tarafından yazılmış “*The Valentine*” adlı dokunaklı öykü, size biraz önce vurgulamaya çalıştığım anlamda verici olmanın önemini vurguluyor:

Birinci sınıftaki diğer arkadaşları arasında pek popüler olmayan, utangaç bir çocuk, Sevgililer Günü’nün yaklaştığı bir akşam annesinin yanına gidip, sınıf arkadaşlarına bir kart hazırlayabilmesi için, isimlerini bir kâğıda yazmasını rica eder. Çocuk, arkadaşlarının adını tek tek anımsayıp annesine söylerken, annesi de bu isimleri kâğıda dökmeye başlar. Bu arada arkadaşlarından herhangi birinin adını unuturum endişesini taşımaktadır çocuk..

Çocuk mum boyası, resim kartonui ve makas alıp, her bir arkadaşı için ayrı ayrı kart hazırlamaya başlamıştır ve bunun için durmak bilmeden çalışmaktadır. Kartların boyanıp, kesilme işi bittikten sonra çocuğun annesi isim listesini ona verir ve oğlunun isimleri kartlara kopya etmesini izler. Kartlar birer birer hazırlanıp, masanın üzerinde biriktikçe, çocuğun duyduğu mutluluk da o oranda artmaktadır.

Bu arada çocuğun annesi, oğlunun da arkadaşlarından benzer bir karşılık görüp, görmeyeceğini merak etmeye başlamıştır. Çocuk her gün okuldan eve bir koşu gelip, kartları tamamlamak için delicesine çalışırken, bu arada sokakta oyun oynayan arkadaşları çocuğun varlığını hepten unutmuş gibidirler. Annesi, oğlunun, elinde arkadaşlarına olan sevgisinin göstergesi, hazırladığı otuz yedi kartla partiye gidip, karşılığında, hiçbir arka-

daşı tarafından anımsanmadığını görmesinin korkunç bir şey olacağını düşünmektedir. Aklından, çocuğun hazırladığı kartlardan bir ikisini gizlice alıp, önceden arkadaşlarına yollamayı ve bu şekilde oğlunun da en azından bir iki kişi tarafından anımsanmasını garanti altına almak geçer. Ancak çocuk kartlarına öylesine sahip çıkmış, onları öylesine sevgiyle ve özenle korumaktadır ki, oğlana belli etmeden bu işi yapmak olanaksızdır. Kadın sonunda herşeyi zamana bırakmaya karar verir.

Okulda hediye kutusunun açılacağı gün kadın, oğlunun bir elinde içi kurabiye dolu kalp şeklinde kutu, diğer elinde büyük bir emek vererek hazırladığı kartların bulunduğu alışveriş torbasıyla okula gitmek üzere karla kaplı sokağa çıkmasını izler. O anda içinden, "Tanrım, lütfen," diye yalvarır. "İnşallah oğlumu düşünen birkaç arkadaş çıkar da, oğlum hediyesiz kalmaz!"

Kadın o gün sağda solda meşgul olmuş, ama aklı okulda kalmıştır. Saat üç buçuğa geldiğinde elinde örgüsü, sokağı görecektir şekilde koltuğuna oturur. Sonunda oğlu sokakta belirir, çocuk yalnızdır. O an kadının içini büyük bir üzüntü kaplar. Çocuk rüzgarlı havada zar zor yürümektedir. Pencereye yaklaşıp, oğlunun yüz ifadesini görmeye çalışır. Bulunduğu uzaklıktan yalnızca soğuktan pembeleşmiş bir yüz görünmektedir.

Çocuk evin kapısına doğru yöneldiğinde, kırmızı eldivenleri arasında bir kart olduğunu görür annesi. Yalnızca bir tane. Bütün o çalışmasının karşılığında sadece bir tane... Büyük bir olasılıkla o da öğretmeninden gelmiş olmalıdır. Kadın gözlerinin dolduğunu hisseder o an. Keşke, çocuğumu hayatın zalim yönlerinden esirgeyebilme gibi bir olanağım olsaydı, diye düşünür. Elindeki örgüyü bırakıp, çocuğunu karşılamak üzere kapıya yönelir.

"Yanakların pembe pembe olmuş!" der kadın. "Dur

da atkını çözeyim. Kurabiyeler güzel miydi bari?” Çocuk kendisine doğru döndüğünde, yüzüne büyük bir mutluluk ve işini başarmanın verdiği bir sevinç ifadesinin yansımış olduğunu görür kadın. Çocuk annesine, “Ne oldu biliyor musun?” der. “Hiçbir arkadaşımın adını unutmamışım, bir tanesinin bile...”

Enerji seviyenizi yükseltmek ve arzularınızı gerçekleştirmek için niyetinizi açıkça ortaya koyun. Hedeflerinizi bir kenara yazın ve gün boyunca rahatça görebileceğiniz ve okuyabileceğiniz bir yere yerleştirin. Örneğin; Niyetim, arzuladığım işe sahip olmaktır. Niyetim, otuz ay sonra istediğim arabayı satın almaktır. Niyetim, bu hafta iki saatimi yardıma muhtaç insanlara ayırmaktır. Niyetim, sürekli hissettiğim yorgunluğu üzerimden atmak ve sağlıklı olmaktır.

Kâğıda döktüğünüz niyetlerin kendine has bir enerjisi vardır ve enerji seviyenizi yükseltmekte size rehberlik ederler. Bunu kendimden bir örnekle açıklamak isterim. Lynn Hall adında Toronto’da yaşayan bir kadın, hiçbir zaman gözümün önünden ayırmadığım hari-ka bir plaket gönderdi bana. Plaketle beraber yolladığı notta şunlar yazıyordu: “Bu satırları, varlığınızın hayatımda ne kadar çok şey ifade ettiğini anlatmak ve size karşı beslediğim şükran duygusunu vurgulamak amacıyla yazıyorum. Bu hassasiyetin, bu dünyada yaşayan talihli insanların evrensel ortak dili olduğuna eminim. Umarım başka insanlara yaymaya çalıştığınız ışık ve sevgi, en bereketli haliyle size geri dönecektir.” Plaketin üzerindeyse, büyük bir içtenlikle yazılmış şu satırlara yer verilmişti:

*Ruh
İçinizde,
Titreşen gerçeklerle
Ve neşe dolu bir parlaklıkla
Ses buldu.
Ruh*

*Sizin aracılığınızla
Ve yansıtıcı kişiliğinizle
Başkalarına yansıma
Olanağı buldu.*

*Ruh
Sizin aracılığınızla
Sonsuz bir mekânda
Ve sonsuz biçimde
Başkalarına ulaşma sevincini yaşadı.*

*Yeteneğinizin
Değerini kavrayan
Ve bu sayede
Gözü açılan insanların
Farkında olduğu gibi*

*Ruh
Hem
Kanatlandı
Hem de
Işık saçmaya başladı.*

Ruh'la olan bağlantımı bana anımsatması ve kelimelerin kalbimden size akmasını sağlaması için her gün bu satırları okurum, arzularıma nâil olduğumu görür, fikirlerimin aynı şekilde size de yardımı olmasını dilerim.

Sık sık bağışlayıcı olma düşüncesine sarılın. İntikam düşüncesine sahip bir insan zayıf düşerken, bağışlayıcı olan insan ise güç kazanır. İntikam, öfke ve nefret, evrensel gücün ifadesiyle uyum sağlamanızı engelleyen ve fazlasıyla düşük enerji barındıran olgulardır. Geçmişte sizi kızdırmış birine karşı sergileyeceğiniz bağışlayıcı

cı tutum, sizi Ruh'un seviyesine yükseltecek ve bireysel arzularınızı gerçekleştirmekte size yardımcı olacaktır.

Ruh'a aklınızla hizmet edeceğiniz gibi, yine aklınızın aracılığıyla Ruh'tan uzaklaşabilirsiniz. Ancak niyet etmenin yedi ruhani yüzüne bağlı kalan insan, söz konusu güçle bağlantı kurabilir. Buna bağlı kalmadığınızda kendinizi önemseme duygunuz, egonuz ipleri eline alacaktır.

Niyetle bağlantı kurmanın önüne geçen son engel budur.

* * *

Kişinin Kendini Fazla Önemseme Duygusu

The Fire from Within (İçimizdeki Ateş) adlı kitabında Carlos Castaneda büyücü hocasından şu sözleri duyar: "Kendini fazla önemseme duygusu, insanın en büyük düşmanıdır. Onu zayıflatan şey, arkadaşlarının yaptığı veya yapmadığı şeylerden dolayı duyduğu gücenme hissidir. Kendini fazla önemseme duygusu, kişinin hayatının büyük bölümünde bir şeye veya bir kimseye gücenme hissi duymasından beslenir." Bu, niyete bağlanmakta engel teşkil eden başlıca unsurdur; bu noktada niyetle uyumsuzluk yaratmak çok kolaydır.

Temel anlamda kendinizi fazla önemseme duygusu, kendinizi özel hissetmenize neden olan duyguyla aynı şeydir, o nedenle özel olmak kavramı üzerinde duralım biraz. Aslında kendinize yönelik güçlü bir benlik kavramı geliştirmek ve kendinizi eşsiz hissetmeniz çok önemli ve olumludur. Burada sorun, kendinizi gerçek anlamda bedeniniz, başarılarınız ve sahip olduklarınız olarak tanımladığınızda, işte o an yanlışla düşüyor olmanızdır. Bu bakış açısıyla daha az başarı kazanmış veya başarısız olmuş insanları ikinci sınıf insanlar olarak görmeye başlarsınız ve kendinizi fazla önemsemenin getirdiği üstünlük duygusu, şu veya bu şekilde başkalarına gücenmenize neden olur. Söz konusu yanlış tanımlama, hem kendinizin, hem de

bütün insanlığın birçok sorununa kaynak teşkil eder. Kendini özel hissetmek, insanın kendini fazla önemsemesine yol açar. Castaneda hayatının sonraki dönemlerinde, büyücülük dünyasına adım attıktan uzun yıllar sonra, kişinin kendini fazla önemsemesinin ne kadar abes olduğunu yazar: “Bu konuyla ilgili daha çok kafa yordukça, arkadaşlarımla konuşup, kendimi ve onları daha çok gözlemledikçe, kendimize odaklanmaksızın bir şeyler yapmaktan, karşılıklı etkileşimde bulunmaktan veya bir şeyler düşünmekten aciz hale geldiğimize dair inancım daha da güçlendi.”

Kendinizi odak noktası haline getirdiğinizde, diğer tüm insanlardan ayrı bambaşka bir varlık, bir beden olduğunuza dair yanılsamaya teslim oluyorsunuz. Bu ayrışma duygusu, sizi diğer insanlarla işbirliğine gitmekten çok, onlarla rekabet etmenize yol açar. Sonuçta bu duygunun Ruh’la uyumsuzluğu ortadadır ve niyetin gücüyle bağlantı kurmanızın önünde büyük bir engel teşkil eder. Kendinizi fazla önemseme duygusundan kurtulmak için, söz konusu duygunun hayatınıza nasıl sızdığının bilincinde olmalısınız. Ego, kim olduğunuza dair fikirdir ve bunu hep yanınızda taşırsınız. Ego operasyonu geçirip, onu vücudunuzdan söküp atamazsınız! Bu, kim olduğunuza dair fikir, niyetle bağlantı kurmanız olasılığını yok edecektir.

Yok etme şansınızın bulunmadığı Ego’nun üstesinden gelmenin yedi aşaması

Aşağıda, içinizde yer etmiş kendinizi fazla önemseme duygusunu aşmakta size yardımcı olacak yedi öneri okuyacaksınız. Tüm öneriler sizi, kendini fazla önemseyen egonun doğrultusunda kendinizi tanımlamak yanılsından uzak tutacak şekilde oluşturulmuştur.

1. Başkalarına gücenmek duygusundan kurtulun. Başka insanların davranışları, hareketsiz kalmanıza mazeret olamaz. Sizi gücendiren şeyler, zayıf düşmenize neden olmaktan başka bir işe yaramaz. Gücenmek için fırsat arıyorsanız, bu fırsatı her an bulabilirsiniz. Olayların bu şekilde olmaması gerektiği konusunda sizi ikna eden işbaşındaki egonuzdur. Ama siz tam tersine hareket edip, hayatı takdir edebilir ve Yaratılışın evrensel Ruh'uyla uyum sağlayabilirsiniz. Gücenmiş bir insan olarak niyetin gücüne ulaşamazsınız. Her anlamda, egonun tanımından hâsıl olmuş yılgınlık dünyasını yaşamınızdan söküp atmalı, huzur bulmalısınız. Mucizelerin Yönü'nün bize anımsattığı gibi; Tanrı huzur demektir, siz de Tanrı'nın bir parçası olarak huzur bulmadan ona sığınmış sayılmazsınız. Gücenmiş olmak, ilk etapta gücenmenize yol açan aynı yok edici enerjinin yaratılmasına meydan verecek, sonuçta saldırıya, karşı saldırıya ve çatışmaya neden olacaktır.

2. İlla kazanmalıyım duygusundan kurtulun. Ego, insanları kazananlar ve kaybedenler olarak ikiye ayırmayı çok sever. Sürekli kazanmanın peşinde koşmak, niyetle bilinçli bağlantı kurmaktan insanı alıkoyan en etkili araçtır. Peki, neden? Çünkü sürekli kazanmak diye bir şey olamaz. Sonuçta sizden daha hızlı, daha şanslı, daha genç, daha güçlü ve daha zeki birileri çıkacak ve bunun paralelinde kendinizi değersiz ve önemsiz hissetmenize neden olacaktır.

Siz başarılarınız ve zaferleriniz değilsiniz. Rekabet etmekten ve kazanmanın her şey olduğu dünyada var olmaktan hoşlanabilirsiniz, ama düşüncelerinizle orada bulunmak zorunda değilsiniz. Aynı enerji kaynağını paylaştığımız dünyada kaybeden yoktur. Bu konuda yalnızca, belirli bir günde performansınızın seviyesinin diğer insanların performans seviyesiyle kıyaslandığında hangi noktada olduğunu söyleyebilirsiniz. Ama bugün, başka insanlarla rekabet edeceğiniz, farklı koşulların göz önüne alınması gereken bambaşka bir gündür. Siz hâlâ, düne göre bir gün daha yaşlanmış beden içindeki sonsuz varlıksınız. Kazanmanın zıt anlamının kaybetmek olduğu

düşüncesini reddederek, illa kazanmam gerekir duygusundan kurtulun. Bu egonun korkusudur. Bedeniniz bugün kazanmak adına bir performans ortaya koymuyorsa, özellikle egonuzla tanımlanmadığınız zamanlarda bu sizi etkilemeyecektir. Her günü bir gözlemci gibi her şeyin farkında olan ve günün tadını çıkaracak biçimde, illa kazanmalıyım hissini duymadan yaşamaya bakın. Huzurlu olmaya gayret edin ve niyetin enerjisiyle uyum sağlayın. Her ne kadar farkında olmakta güçlük çekseniz de, illa kazanmalıyım duygusundan kurtulduğunuzda elde ettiğiniz zaferler, bu duyguyu yaşarken elde ettiklerinizden daha fazla olacaktır.

3. İlla haklı çıkmalıyım duygusundan kurtulun. Ego, çatışma ve anlaşmazlık kaynağıdır, çünkü diğer insanları hatalı göstermeye sevk eder sizi. Başkalarına düşmanca bir tutum beslediğinizde niyet etmenin gücüyle bağlantınızı yok edersiniz. Yaratıcı Ruh şefkatlidir, sevgi doludur, alıcıdır ve öfke, darılma ve acı verme gibi olumsuz nitelikleri yoktur. Tartışmalarda ve ilişkilerde illa haklı çıkan taraf ben olmalıyım duygusundan kurtulmak, egoya, “Ben senin esirin değilim. Ben şefkati kucaklamak istiyorum ve illa haklı çıkmak gereksinimini reddediyorum. Aslında karşımdaki insana haklı olduğunu söyleyerek ve gerçeği görmemde bana yardımcı olmasından dolayı teşekkür ederek, kendisini daha iyi hissetmesi için ona bir şans vereceğim,” demektir.

İlla haklı çıkmalıyım duygusundan kurtulduğunuzda niyetin gücüyle bağlantınızı güçlendirmiş olursunuz. Ancak egonun kolay kolay pes etmeyeceğini aklınızdan çıkarmayın. İlla haklı çıkma duygusundan kurtulmak yerine ölmeyi tercih edecek insanlar tanıdım, bu duygudan kurtulmaktansa çok iyi gitmekte olan ilişkilerini bitirmeyi göz alan insanlar gördüm. Sizden beklediğim, biriyle tartışırken, tartışmanın ortasında bir an durup, kendinize Haklı çıkmak mı, mutlu olmak mı istiyorum? diye sorarak, egonun hâkimiyeti altındaki illa haklı çıkmak gereksiniminden kurtulmanızdır. Mutluluğu, sevgiyi seçtiğinizde niyetle bağınız güçlenecektir. İşte seçiminizi

bu yönde yaptığınızda sonuçta niyetin gücüyle yeni ve güçlü bir bağ kurarsınız ve evrensel Kaynak niyet ettiğiniz şeylerin yaratılmasında sizinle işbirliği yapmaya başlar.

4. Üstün olmalıyım duygusundan kurtulun. Gerçek asalet, başkalarından daha iyi olmak anlamına gelmez. Gerçek asalet, kendinizi aşmaktır. Bu dünyada kimsenin kimseden daha iyi olmadığı bilincini sürekli kılarak, kendi gelişiminize odaklanın. Hepimiz aynı yaratıcı yaşam gücünden hâsıl olduk. Var olmamızın nedenini idrak etmek gibi bir misyonumuz vardır, tek gereksinimimiz bize verilen görevi yerine getirmektir. Kendinizi başkalarından üstün gördüğünüzde bunların hiçbirisi gerçekleşmez. Oldukça eski, ama bir o kadar da doğru şu söze kulak kabartın; Tanrı'nın gözünde hepimiz eşitiz... Her insanın içinde Tanrı olduğu bilinciyle, illa üstün olmalıyım duygusundan kurtulun. Başkalarını görünüşleri, başarıları, sahip oldukları ve egonun tayin ettiği diğer sıfatlardan yola çıkarak değerlendirmeyin. Üstün olma duygusuna kapıldığınızda bu sizi başkalarına darılma ve sonucunda, onlara karşı düşmanca hisler besleme noktasına sürükleyecektir. Bu tür duygular sizi niyetten uzaklaşan araçlardır. *A Course in Miracles* (Mucizelerin Yönü), özel ve üstün olma duygusuna şöyle bakar; Özel olma duygusu, insanı kendini başkalarıyla kıyaslamaya iter. Bu duygu başka insanların iyi yönlerini görme eksikliği üstüne kurulmuştur ve araştırmacı olma, önyargısız hareket etme gibi niteliklerin yokluğu ile beslenir.

5. Daha fazlasını isteme duygusundan kurtulun. Egonun düsturu hep daha fazla istemektir. Ego yetinmeyi bilmez. Ne kadar çok şey elde etmiş, ne kadar çok başarı kazanmış olsanız da egonuz bunun yeterli olmadığına ısrar edecektir. Egonuzun esiri olduğunuzda sonunda kendinizi sürekli bir şeylerin açlığını duyarken bulursunuz ve bu durum, sonuçta tatmin olma olasılığınızı elinizden alır. Ancak gerçekte zaten bir noktaya gelmişsinizdir ve o anı nasıl değerlendireceğiniz tamamen sizin seçiminizdir. İronik biçimde, daha

fazlasını istemekten vazgeçtiğinizde arzularınızın daha fazlasını gerçekleştirdiğini görürsünüz. Bu duyguyla bağlarınızı kopardığınızda, söz konusu duyguyu başka insanlara kolayca aktardığınızı göreceksiniz, çünkü tatmin olmak ve huzur bulmak için ne kadar az şeye gereksinim duyduğunuzu idrak etmişsinizdir.

Sürekli gelişen ve yeni yaşam yaratan, bencilce amaçları için yarattıklarına sıkı sıkıya sarılma çabasına asla girmeyen Evrensel Kaynak'ın özü, içeriği kendisidir. Evrensel Kaynak yaratır ve yarattığına müdahale etmez. Siz de daha fazlasını isteyen egodan kurtulduğunuzda, söz konusu Kaynak'la bir olur, onunla bütünleşirsiniz. Yaratıcı olur, Kaynak'ı kendinize çeker ve ondan daha fazlasını asla istemezsiniz. Elde ettiğiniz şeylerin değerini bilmek anlamında Assisili Aziz Francis'in şu sözleri çok öğreticidir: "... Kazanımlarımız, verdiklerimizin eseridir." Bereketin sizin aracılığınızla akmasına olanak sağladığınızda, Kaynak'la uyum sağlar ve söz konusu enerjinin akışını garanti altına alırsınız.

6. Kendinizi, başarılarınızı temel alarak tanımlamaktan vazgeçin. Kendinizi neyi başardıysam, oyum şeklinde tanımlıyorsanız, bu paragrafta sözü edilen şeyleri kabullenmeniz zor olabilir. Bütün besteleri Tanrı yapmıştır, bütün şarkıları Tanrı söyler, bütün binaları Tanrı inşa etmiştir. Tanrı başarılarımızın kaynağıdır sözlerini duyduğunuzda, egonuzun yüksek sesle bu sözlerle karşı çıktığını duyabiliyorum. Ancak ne olursa olsun siz yine de bu fikre sıkı sıkıya sarılın. Her şey Kaynak'tan hâsıl olmuştur! Siz ve Kaynak birsiniz! Siz, bedeniniz ve başarılarınız değilsiniz. Siz gözlemcisiniz. Bunu idrak edip, size bahşedilen yeteneklere, sizi başarıya götüren motivasyona ve sonucunda sahip olduğunuz şeylere şükredin. Tüm bunların ardında sizi var eden ve bir parçası olduğunuz niyet etmenin gücünün olduğunu bilin. Başarılarınızı kendinize mal etmek gereksiniminden kurtulduğunuzda, niyet etmenin yedi yüzüyle bağlantınızı koparmadığınızda daha başarılı olacak, kendinizi başarıya bağımlı hissetmekten kurtaracaksınız. Başarıya bağımlı olduğunuzda

ve her şeyi tek başınıza yaptığınıza inandığınızda, Kaynak'ınıza minnet duymaktan ve huzur bulmaktan uzaklaşırsınız.

7. Şan, şöhreti bir kenara atın. Toplumda yaptığınız isim, içinde var olan bir şey değildir, başkalarının zihninde ikâmet eder, bu nedenle kontrol etmeniz söz konusu değildir. Otuz ayrı insanla ilişki kurduğunuzda, hakkınızda otuz ayrı fikir oluşacaktır. Niyet etmeyle bağlantı kurmak demek, kalbinizin sesini dinlemek, içsel sesinizin amacınıza işaret ettiği doğrultuda hareket etmektir. Hakkınızda başka insanların ne düşündüğünü fazlasıyla önemseydiğinizde, niyetle bağlantınızı koparır ve davranışlarınızı başkalarının görüşleri doğrultusunda şekillendirmeye başlarsınız. Bu işbaşındaki egodur. Sizinle niyet etmenin gücü arasında duran bir yanılsamadır. Kaynağın gücüyle bağlantı kurmadan ve amacınızın diğer insanlara ne kadar üstün olduğunuzu göstermenin ve enerjinizi diğer egolar arasında bir ün kazanmak adına harcamanın yanlışlığına ikna olmadan, bu konuda yapabileceğiniz bir şey yoktur. Kaynak'la hep bağlantıda kalan ve ona karşı daima müteşekkîr olan içsel sesinizin sizi yönlendirmesine izin verin. Amacınıza kilitlenin, dış etkenlerden uzak durun ve içinde ikâmet şeyin, yani karakterinizin sorumluluğunu üstlenin. Şan, şöhreti bir kenara atın, bırakın bu başka insanlar arasında tartışma konusu olsun. Bu konuda, bir kitaba ad olarak seçilen şu sözlerle kulak verin: Hakkımda ne düşündüğün umurumda bile değil!

Böylece niyete bağlanmakta önünüze çıkan başlıca üç önemli engel konusunda, düşünceleriniz, enerjiniz ve kendinizi fazla önemseme konusunda söyleyeceklerimizin sonuna geldik. Aşağıda engelleri aşmak ve niyet etmenin gücüyle sürekli biçimde bağlantı kurmak konusunda sunduğum beş öneriyi bulacaksınız.

Bu bölümde verilen bilgileri günlük hayatta uygulamanız için beş öneri

1. *İşsel sesinize kulak verin.* İşsel sesinizin hayatınızda eksik olan şeylere, olumsuz koşullara, geçmişe ve diğer insanların görüşlerine ne kadar çok odaklandığını anlayın. İşsel sesinizden ne kadar çok haberdar olursanız, alışkanlık haline gelen hayatımda bazı şeylerin eksik olmasına çok içerliyorum düşüncesinden, istediğim şeyleri hayatıma sokmaya ve hoşuma gitmeyen şeyleri düşünmekten vazgeçmeye niyetliyim düşüncesine geçiş yapmak sizin açınızdan o kadar kolay olacaktır. Söz konusu bu yeni işsel ses, niyetle bağlantı kurmanızı sağlayan bir kanal haline dönüşecektir.
2. *Şüphe ve depresyon anınızda ışığı görmeye çalışın.* Yaratılışınızın üstün nitelikleriyle uyuşmayan anların bilincinde olun. Niyetle uyum sağlama yeteneğinizin olmadığı düşüncesini bir kenara atın. Işığa sadık kalmak, iyi bir fikirdir. Son günlerde yaşadığım bazı zorluklardan haberdar olan bir arkadaşım bana şunları söylemişti; “Unutma Wayne, güneş bulutların arasından parlıyor.” Hiçbir zaman kaybolmayan ışığa sadık kalın.
3. *Düşük enerjinin bilincinde olun.* Düşünceleriniz dahil her şeyin, sizi zayıf düşürme veya güçlendirme konusunda belirleyici olacak bir enerji frekansına sahip olduğunu anımsayın. Kendinizi düşük enerjiye sahip, zayıf düşürecek düşüncelerle sarmalanmış bulduğunuzda, gücünüzü yok eden söz konusu durumun karşısına daha yüksek bir titreşimle çıkmayı planlayın.
4. *Egonuzla konuşun ve bugün sizi kontrolü altına alamayacağını söyleyin.* Aşağıda okuyacağınız sözleri çerçeveleterek, her gün görebilecekleri şekilde çocuklarıma Maui'deki yatak odalarının duvarına astım. Başlarda benimle alay edip, eğlenseler de zamanla bu sözlerin verdiği mesajı algıladılar ve ben dahil, gün içinde üzgün gördükleri herkese yüksek sesle bu sözleri anımsatmaya başladılar.

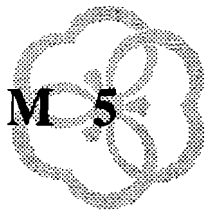
*Günaydın,
Tanrı'nız konuşuyor.
Bugün tüm sorunlarınızla
Ben ilgileneyeğim
Yardımaınıza gereksinimim yok,
Siz mucizevi bir gün
Yaşamaya bakın.*

5. Azimli niyetinizin gücünün dolaşımını sağlamak için, önünüzdeki engeller kadar, karşınıza çıkacak fırsatları da düşünün. Azimli sözcüğü kendisini gayet iyi ifade ediyor; Kaynak'ımla bağlantıda kalmaya ve bu sayede Kaynak'ımın gücünü kazanmaya niyetliyim. Bu, huzurlu olmak, sizi çevreleyen koşullardan ayrılmak ve kendinizi bir kurbandan çok bir gözlemci olarak görmek ve sonra her şeyin Kaynak'ınıza dönmesini sağlayarak, sonunda arzuladığınız rehberliği ve yardımı alacağınızı bilmek anlamına gelir.

* * *

Bu bölümde niyet etmenin gücüne bağlanmanın önündeki engelleri ve bu engelleri aşmaya dair önerileri inceledik. Bir sonraki bölümde, enerji seviyenizi en üst ruhani frekansa yükselttiğinizde, çevrenizdeki insanları nasıl etkileyeceğinizi ve niyetle bağlantı kurmuş halde hayatınızı nasıl yaşayacağınızı açıklayacağım. Niyet etmenin gücüyle bağlantı kurduğunuzda, gittiğiniz her yer, karşılaştığınız her insan sizden ve yaydığınız enerjiden etkilenecektir. Niyetin gücü haline geldiğinizde rüyalarınızın mucizevi biçimde gerçekleştiğini ve yalnızca varlığınız sayesinde diğer insanların enerji alanlarında dalgalar yaratıldığını göreceksiniz.





NİYET ETMEYLE BAĞLANTI KURDUĞUNUZDA DİĞER İNSANLAR ÜZERİNDE YARATTIĞINIZ ETKİ

*Bu hayatın en anlamlı taraflarından biri,
başkalarına içtenlikle yardım etmek isteyen insanın,
muhakkak kendine de yardımı dokunmasıdır...
Hizmet eden, hizmet görür.*

Ralph Waldo Emerson

Niyet etmenin yedi yüzüyle uyumlu hale geldikçe, başka insanları yeni birtakım yollarla etkilediğinizi keşfedeceksiniz. Söz konusu etkinin doğası, niyet etmenin gücünü kullanmak yolunda sınırsız bir öneme sahiptir. İçinizde hissettiklerinizi diğer insanlarda da görmeye başlayacaksınız. Bu durum, karşınızdaki insanların kendilerini rahat ve huzurlu hissetmelerine olanak sağlayacak ve niyetle bağlantı kurmanızda dolaylı yoldan sizinle gönüllü işbirliği yapacaktır.

Hafız'ın birazdan okuyacağınız şiirinde vurguladığı gibi o, kendisi için hiçbir şey istemez; 'ağız sulanmış' adamın karşısında duran potansiyel bir kurban olsa bile... Hafız'ın idrak ettiği tek şey, niyetin gücüyle bağlantı kurduğunuzda diğer insanlarda göreceğiniz ilâhi değerdir.

Kuyumcu

*Saf ve çaresiz bir adam
Satmak üzere
Kasabadaki tek kuyumcuya
Değerli bir taş getirdiğinde,
Kuyumcunun gözleri,
Dünyadaki birçok insanın sana baktıklarında alacağı
ifadeye benzer
Hilekâr bir ifadeye bürünmüştür.*

*Kuyumcu sakın görünmeye çalışır,
Taşın gerçek değerini belli etmek niyetinde değildir
Bu işin sonunda ne kadar para kazanacağını hesap ederken,
Karşısındaki adamı korkutup, açgözlülüğü ile
onu tutsak almak ister.*

*Ama dostum, bana kısa bir zaman ayır da
Hafız'ın senden hiçbir şey, ama hiçbir şey
istemediğini göstereyim sana,
Benim gibi bir Usta'nın karşısında oturduğunda
Kazancını düşünüp, ağzın sulanıyor olsa bile,
Heyecanla parlar her şeye rağmen
Senin İlâhi Değeri'ni gören o gözlerim.*

Hafız

Başkaları İçin Ne Temenni Edersen, Onu Elde Edersin

Evrensel niyetin niteliklerini gözden geçirip, aynı anda söz konusu nitelikleri kazanmak için kendi kendinize söz verirken, diğer insanlar için temenni ettiğiniz şeylerin önemini idrak etmeye başlayacaksınız. Onlar adına huzur temenni ettiğinizde, siz de huzur bulursunuz. Başka insanlar için sevgi dileğinde bulunduğunuz da siz de sevgi görürsünüz. Başkalarında yalnızca güzellik ve değer gördüğünüzde aynı nitelikler sizin için de geçerli olacaktır. Ancak kalbinizde olanı verebilir ve karşılığında verdiğinizizi alırsınız. Bu çok önemsemeniz gereken bir gerçektir. İster yabancı olsun, ister akrabanız, iş arkadaşınız veya komşunuz, başka insanlar üzerindeki etkiniz, niyet etmenin gücüyle olan bağlantınızın sağlamlığının bir kanıtıdır. Bu noktada ilişkilerinizi kötü ve iyi kavramlarıyla değerlendirelim.

İyi ilişkiler, muhataplarının niyet etme gücünün yüksek enerji seviyesine çıkmasını kolaylaştırır. Kötü ilişkiler ise muhataplarının enerjisini düşük, yavaş seviyede tutar. İlişkilerinizde mükemmeli yakaladığınızda potansiyelinizi en üst seviyeye çıkarma olanağına kavuştuğunuzu anlarsınız. Başka insanların iyi taraflarını idrak ettiğinizde onları niyet etme gücünün ilâhi ifadeleri olarak görür ve siz de hiçbir karşılık beklentisi içine girmeden insanları o gözle değerlendirmeye başlarsınız. Bu noktada ironik olan şey, karşınızdakine bu şekilde yaklaştığınızda o insanın, kendi arzularınızı gerçekleştirmek adına sizin bir yardımcınız haline dönüşecek olmasıdır. Bu insanlardan hiçbir beklentinizin olmaması, onlardan hiçbir şey talep etmemeniz karşılığında bu iyiliğe aynen yanıt vereceklerdir. Tam tersine, onlardan bir şey talep ettiğinizde, sizi memnun etmelerini beklediğinizde, onları aşağıladığınızda, onlara birer hizmetkâr gözüyle baktığınızda alacağınız karşılık da aynı olacaktır. Başkalarından ne istediğinizi ve muhataplarınızla ilişkinizin iyi mi, kötü mü olduğunu tam anlamıyla bilmek çok önemlidir.

İyi ilişkiler. Kendi gelişim sürecim içinde idrak ettiğim gerçeklerden biri, diğer insanların iyi yönlerini görmeyi ve bunlara gereken değeri vermeyi başaramadığımda, kendi mükemmeliyetimi anlayanın olanaksız olduğuuydu. Kendinizi niyet etmenin geçici bir ifadesi ve tüm insanlığın bir parçası olarak görmek yeteneği, iyi ilişkilerin karakteristik özelliğidir. Bu, hepimizin bir olduğu mekân-da söz konusu olgunun coşkusunu yaşamak ve bu olguya saygı göstermek demektir.

Kötü ilişkilerde kendinizi diğer insanlardan ayrı olarak görürsünüz. Bu, egonun dürtülerini tatmin etmek için başka insanları kullanmak ve hayatınızda eksikliğini hissettiğiniz şeyleri gerçekleştirmek adına söz konusu insanlardan yardım almak hissidir. Hehangi bir ilişkide kişinin kendini diğer insanlardan ayırması ve onları kullanması, kendisi ve niyet etmenin gücü arasında bir engel yaratılmasına neden olur. Kötü ilişkilerin emareleri oldukça aşikârdır: İnsanlar savunmacı, korku dolu, ilgisiz olurlar, birbirlerine düşmanca davranırlar, gerçek anlamda arkadaşlık kurmaktan uzaktırlar.

Düşünce kalıbınızı enerji titreşimlerinizi yükseltmek ve egonuzun taleplerini azaltmak doğrultusunda değiştirdiğinizde, diğer insanlarla saygılı, iyi ilişkiler geliştirmeye başlarsınız. Sonra herkesi bir bütün olarak idrak edersiniz. Başka insanların ilginç, eğlencili yönlerinden zevk almaya başladığınızda egonun dürtüleriyle hareket etmekten uzaklaşıyorsunuz demektir. İyi bir ilişki, evrenin Yaratılış Kaynağı'yla uyum sağlamanın ve neşeli, huzurlu olmanın bir yoludur. İyi olarak nitelenebilecek herhangi bir ilişki, kişinin benliğini ve niyetin gücüyle uyarıcı bağlantısını keşfetmesi olgusunun bir araya gelmesidir.

Geçenlerde bir süpermarkette deniz ürünleri satan asabi bir tezgahara, tütsülenmiş somon balığını hangi reyonda bulabileceğimi sordum. Balığı açıkta satın almak istemiyordum. Tezgahtar o an, hayal kırıklığını açıkça belirtmiş olmasına rağmen, onunla bağlantı kurduğumu hissettim. Yanımda duran adam ne istediğimi duymuş ve karşılığında tezgahtarın olumsuz yaklaşımını fark etmişti. Adam

gülümseyerek marketin başka bir tarafına gitti, elinde ambalajlanmış somon balığı paketiyle geri döndü ve bana uzattı. Tam da aradığım markayı getirmişti! Acaba bu bir tesadüf müydü? Sanmam. Başka insanlarla bağlantı kurduğumda ve iyi ilişki kurma yönünde enerji yaydığımda, insanlardan da iyi karşılık alıyorum ve onlardan niyetimi gerçekleştirmek adına yardım görüyorum.

Bu konuda bir başka örnek daha vermek isterim. Bir gün uçağımın teknik bir arıza yapması nedeniyle, bileti satın aldığım havayoluyla değil de, başka bir havayoluyla uçmak durumunda kalmıştım. Uçağı arıza yapan, yaşadığım yere bağlı havayolunun yetkilileri beni tanıyorlardı ve bana hep yardımcı olmuşlardı. Bilet gişesinde, bavullarımı teslim ettiğim yerde, uçaktaki görevlilerle herkesle iyi ilişkiler kurmuştum önceden. O gün ise, elimde kitap ve kaset dolu yedi koliyi uçağı teslim etmek için havaalanının diğer ucuna yollanmıştım. Yardımcım Maya'yla, bavullarımız ve yedi ağır koliyle birlikte diğer havayolunun gişesine gittiğimizde havayolu yetkilisi, kişi başına iki bavuldan başka yük almaya izin veremeyeceklerini, diğer üç koliyi bırakmam gerektiğini söyledi bana. Kurallar böyleydi.

İşte bu noktada, iyi ilişkiler kurduğunuz bir yabancıнын arzularınız yönünde size yardımcı olma potansiyelinin, kötü ilişki kurduğunuz bir yabancıya göre çok daha fazla olduğu kanıtlanacaktı. Havayolu yetkilisine, gereksinimlerim doğrultusunda bana hizmet vermek durumunda olan bir kişi gözüyle bakarak o tarz bir ilişki kurmak yerine ben, ikimizin bir olduğu noktada buluşmayı seçtim. Ona bu kural nedeniyle sitem bile etmediğimi söyleyerek, diğer havayolunun uçağının arızalanması nedeniyle kendisinin başa çıkması gereken yolcu sayısının ne kadar fazla olduğunu tahmin ettiğimi ve durumu anlayışla karşıladığımı belirttim. Onunla bağlantı kurduğumu hissettim ve arıza nedeniyle uçamadığım havayolunun tüm bagajlarımı kabul edeceğini önceden beyan etmesi nedeniyle, yanımda getirmekte sakınca görmediğim diğer üç koliyi uçağı veremektен dolayı düştüğüm zor durumdan dem vurdum. Yetkiliyle sohbet ederek onu önümüzdeki ay vereceğim bir seminere misafir

olarak davet ettim. Aramızda geçen konuşma ve birbirimizden etkileşimimiz, onunla iyi bir ilişki kurma yönündeki özel niyetimin yönlendirmesiyle devam etti.

Birbirimizle etkileşimin enerjisi, zayıftan güçlüye doğru doru değişim göstermişti. Kendimizi birbirimizin yerine koyduk ve o anlamda güçlü bir bağ geliştirdik. Sonuçta kadın yüzünde büyük bir gülümsemeyle bütün bagajlarımı uçağa alacağını söyledi bana. Uçuş kartlarımı verirken kadının bana söylediğini asla unutmaya-
cağım; “Elinizde o kolilerle yanıma geldiğinizde kolilerin hepsini uçağa kabul etmemeye kararlıydım, ama sizinle birkaç dakika sohbet ettikten sonra, bütün bagajlarınızı gerekirse kendi ellerimle uçağa yükleyebileceğimi hissediyordum. Sizi tanımak benim için büyük bir zevk. Umarım bir daha sefere yine bizi tercih edersiniz.”

Ego güdümlü kötü bir ilişki kurma düşüncesinden bilinçli olarak kurtulup, niyet etmenin gücüyle bağlantı kurmayı tercih ettiğinizde neler olduğuna dair iki örnek verdim. Sizi Kaynak’ınız, içinde yaşadığınız toplum, komşularınız, yakınlarınız, aileniz, hayvanlar, gezegenimiz ve kendinizle iyi bir ilişki kurmaya davet ediyorum. Tam da aradığım marka somon balığını bana getiren marketteki adam ve niyetimi anlayıp, bana yardım eden havayolu yetkilisi örneklerinde olduğu gibi, kurduğunuz iyi ilişkiler aracılığıyla niyet etme gücünün tadını çıkarmaya bakın. Her şey karşınızdakiyle iyi ilişki kurmaya bağlıdır.

Yalnız Başımıza Hiçbir şey Yapamayız

Biriyle tanıştığınızda olaya iyi bir tesadüf gözüyle bakın. Kendimizi sevmemiz, kendimizi bulmamız hep başkaları aracılığıyla olur. Başka insanlar olmaksızın hiçbir şey başaramayız. *A Course in Miracles* (Mucizelerin Yönü), bunu çok güzel biçimde şöyle ifade eder:

*Yalnız başına hiçbir şey yapamayız,
 Zihinlerimizin,
 Gücü her şeyin ötesinde olan
 Ve kendi içindeki parçalarda hayat bulan
 Bir güçle kaynaşmasıyla olur her şey.
 Tanrı'nın krallığı yalnız başına bulunamaz,
 Ve krallığın kendisi olan sen,
 Orada kendini yalnız hissedemezsin.*

Düşünce ve davranışlarınızdan ayrı olma kavramını yok ettiğinizde, her şeyle ve herkesle bağlantınız olduğunu hissetmeye başlarsınız. Ait olma duygusuyla tanışır ve bu sayede ayrı olma düşüncesinin abesliğini kavrarsınız. Bu bağlantıda olma duygusu, insanlarla etkileşiminize eşitlik penceresinden bakmanıza yardımcı olur. Başka insanları yaratılışın bir parçası olarak değerlendirdiğinizde Kaynak'ınızla uyum sağlarsınız ve faziletli bir insan olursunuz. Tam tersine, başkalarından üstün olduğunuzu düşünüp, onları aşağıladığınızda niyet etmenin gücüyle bağlantınız kopar. Başka insanlarla bağlantı kurmadığınızda ve onlar tarafından desteklenmediğinizde arzularınızı gerçekleştirmekte hayal kırıklığına uğrarsınız.

Evrensel destekçilerinizle nasıl bir etkileşim halinde olduğunuz çok önemlidir. Başkalarına bakış açınız, kendinize bakış açınızdır. Başka insanlara sürekli biçimde değersiz gözüyle bakmak demek, potansiyel düşmanlarınız için çalışmak, onlar adına kendinize engel inşa etmek demektir. Başkalarını zayıf olarak değerlendirdiğinizde, aynı anda zayıf enerjilerden etkilenmeye başlarsınız. Diğer insanlara ısrarla namussuz, tembel, günahkar vb. gözüyle bakmak demek, kendinizi üstün hissetme gereksinimi duyuyorsunuz demektir. Başkalarını sürekli eleştirmek, korktuğunuz bir şeyden kaçmanın yolu olabilir. Bunu anlamak için psikolojik bir mekanizmaya gereksiniminiz yoktur. Yapmanız gereken tek şey, diğer insanlara bakış açınızı bilmektir. Bakış açınızı başarısız olarak tanımladığınızda bilin ki bu, başarısızlığı hayatınıza davet ettiğinizin bir delili olacaktır.

Diğer insanlarla iyi ilişki içinde etkileşimde bulunmak çok önemlidir, çünkü bu, belli bir enerji kalıbını harekte geçirecektir. İyi ilişkilerde, yüksek enerjileri işbirliğine davet edersiniz. Kötü ilişkilerdeyse yine bir enerji kalıbı söz konusudur, ancak bu durumda düşük enerjileri davet eder ve hayatınızda daha fazla kötü ilişkinin varlığına açık hale gelirsiniz. İlişkide bulunduğunuz herkese daha yüksek ruhani enerji getirmekle, düşük enerjileri yok edersiniz. İlişkilerinizde şefkat, sevgi, alıcılık ve bereket enerjileri hâkim olduğunda, ruhani Yaratılış'ın özünü veya Yaratıcı'nın sevgisini beraberinizde getirirsiniz. O andan itibaren bu güçler çevrenizdeki herkesi etkilemeye başlayacaktır. Sihirli biçimde hayatınıza doğru insanların, gereksinim duyduğunuz şeylerin girdiğini görürsünüz. Bir an telefon çalar ve karşınızdaki, öğrenmek için aylardan beri çaba sarfettiğiniz bilgiyi aktarır size. Yabancıardan size oldukça cazip gelen öneriler alırsınız. Daha öncede belirttiğim gibi bu tür tesadüfler, aslında matematiksel açıların mükemmel biçimde kesişmesi, uyumu gibidir. Başka insanlara yaratılışın bir parçası olarak davranın ve onlardan iyi şeyler bekleyin. Hayatınızda daha fazla sıradanlığa yer olmasını istemiyorsanız, başkalarına sıradan gözüyle bakmaktan kaçın.

Sıradanlıktan Olağanüstülüğe

Leo Tolstoy'un ünlü eseri *İvan İlyiç'in Ölümü*, en sevdiğim edebi eserlerden biridir. Tolstoy bu eserinde İvan İlyiç karakterini, yalnızca başka insanların beklentileriyle motive olan ve rüyalarının dışında bir yaşam kuramayan bir adam olarak şekillendirir. Bu kitabın ikinci kısmının açılış cümlesi şöyledir; "İvan İlyiç'in hayatı çok sade, çok sıradan ve dolayısıyla çok korkunçtur." Tolstoy sıradan bir hayat yaşamamanın korkunç bir şey olduğunu ifade eder. Bu tanıma ben de tüm kalbimle katılıyorum.

Kendinizden beklentileriniz normal, yalnızca geçinip gitmek ve sıradan bir insan olmak biçiminde şekilleniyorsa, yaydığınız fre-

kanslar da sıradan olacak ve bunun paralelinde, normal ve sıradan olan şeylere daha açık hale geleceksiniz. Daha da ileri gidersek, diğer insanlarla ilişkiniz, niyetlerinizi gerçekleştirmek adına onları birer potansiyel düşman olarak görmeye dayanıyorsa, bu durum yine sıradanlığa davetiye çıkaracaktır. Her şeyi yaratan evrensel güçle senkronize olduğunuzda, sıradanlık dışında herşeyle tanımlanabilecek niyet etmenin gücü çıkar ortaya. Bu, her şeyi yaratan, sorumlu güçtür. Bu güç, sonsuz biçimde genişleyen, sonsuz bir bereket kavramıyla düşünen ve yaratan güçtür. Bu yüksek enerjiye geçiş yapıp, niyetle daha uyumlu bir enerji yaydığınızda, bu tür enerjileri hayatınıza daha fazla çeken bir mıknatısa dönüşür, ilişki içinde olduğunuz her şey ve herkesin üzerinde aynı olumlu etkiyi bırakırsınız.

Sıradanlıktan, olağanüstülük diyarına geçiş yapmanın en etkili araçlarından biri çok sık evet demek ve hayır kelimesini hemen hemen yaşamınızdan çıkartmaktır. Ben bunu, yaşama evet demek diye adlandırıyorum. Kendinize, ailenize, çocuklarınıza, ortağınıza ve iş hayatınıza evet deyin. Sıradan olan, Hayır, bunu yapabileceğimi sanmıyorum. Hayır, bu işe yaramaz. Hayır, ben daha önceden denedim ve hiç bir işe yaramadı. Hayır, bu benim açımdan olanaksız bir hedef (niyet), derdi. Hayır fikriyle daha fazla hayır'ı hayatınıza davet edersiniz, yardım edebileceğiniz ve yardımına güvenebileceğiniz diğer insanlar üzerindeki etkiniz de hayır (olumsuz) olacaktır. Bir kez daha, aşağıda dizelerini aktardığım ünlü şair Hafız'ın davranış biçimini benimsemenizi öneririm size.

*Ağzımdan Hayır kelimesinin çıkmasına
Pek nadir izin veririm,
Çünkü Tanrı
Var oluştaki her aydınlatıcı istidata
Evet! Evet! Evet! diye haykırırken,
Hayır kelimesi ağzıma çok yavan gelir*

İnsanlara olabildiğince sık evet deyin. Biri bir şey yapmak için izninizi istiyorsa, ona hayır demeden evvel kendinize o insanın hayatın sıradanlığında kalmasını isteyip istemediğinizi sorun. Oğlum Sands geçen hafta, her zaman sörf yaptığı yerin dışında başka bir yerde sörf yapmak istediğini söylediğinde ilk eğilimim ona, Çok tehlikeli, daha önce oraya hiç gitmedin, başına bir iş gelebilir veya benzeri şekilde karşılık verme yönündeydi. Ama sonra bir kez daha oturup düşündüm ve sonunda ona bu yeni macerasında eşlik etmeye karar verdim. Oğlumun talebine verdiğim evet yanıtı, onun ve benim yaşamımı olumlu anlamda etkilemişti.

Evet'i iç dünyanın bir parçası haline getirmeniz, aynı olumlu tavrın dış dünyanızı da yayılmasına olanak verir ve kendi niyetlerinizi gerçekleştirmek adına daha çok evet'i (olumluluğu) hayatınıza davet eder hale gelirsiniz. Evet, Yaratılış'ın nefesidir. Nehre karışan, yağmur damlasının nehre dönüştüğü, okyanusa karışan nehrin, okyanusa dönüştüğü anı düşünün. O anlarda neredeyse evet sesinin fısıldandığını duyabilirsiniz. Yaratılış'ın evrensel gücüne karışırken evet'i uygulanabilir her noktaya taşıdığınızda, Yaratılış'ın kendisine dönüşürsünüz. Bu, başka insanlar üzerindeki etkiniz olacaktır. Yaşamınızda artık sıradan hayır'lara yer yoktur, olağanüstülüğe yelken açmışsınızdır.

Sıradanlık, İvan İlyiç gibi değişmez alışkıya bağlanıp, kalmak demektir. Değişmezliğe takılıp kaldığınızda, benzer durumda olan insanları hayatınıza davet eder hale gelirsiniz ve o insanlarla karşılıklı etkileşiminiz, kendi değişmezliğiniz içinde kalmak, yani şikâyet etmek, başkalarında hata bulmak ve daha iyi günlerin gelmesi için yalnızca inşallah deyip, umutla beklemek şeklinde olur. Niyetin evrensel gücü asla şikâyet etmez; yaratır ve daha iyiye ulaşmak adına kendi seçeneklerini sunar. Kimseyi yargılamaz, her şey gelişim içindeyken inşallah deyip, umutla beklemeye takılıp kalmaz. O, böylesine saçma şeylere takılıp kalmayacak kadar güzellik yaratmakla meşguldür. Enerji seviyenizi değişmez alışkı anlayışının üzerine çıkardığınızda, hayatınızdaki değişmez alışkı anlayışına saptanıp kalmış diğer insanlar üzerinde olumlu bir etki yaratırsınız. Da-

hası, söz konusu insanları benzer bir etki altına girmelerine yardım eder ve kendi niyetlerinizi gerçekleştirmek adına yeni müttefikler yaratmış olursunuz. Normal veya sıradan diye tanımladığınız şeylerin farkında olduğunuzda, saf niyetin olağanüstü boyutlarına geçiş yapmanızı sağlayacak daha yüksek enerji frekansları yaymaya başlarsınız.

Enerjiniz Diğer İnsanlar Üzerinde Nasıl Etkili Olur?

Niyetle bağlantı kurduğunuzu ve onunla uyum içinde bulunduğunuzu hissettiğinizde, başka insanların size olan tavırlarındaki büyük farklılığı duyumsarsınız. Söz konusu tavırların ayırdına varmanız önemlidir, çünkü bu tavırlar, niyetlerinizi gerçekleştirme yeteneğinizi doğrudan etkileyecektir. Her şeyi yaratan evrensel Kaynak'a ne kadar yakın ve otomatiğe bağlanmış şekilde frekans yaymaya başlarsanız, başka insanların bu durumdan olumlu etkilenmeleri ve düşük seviyedeki enerjilerinin geçersiz hale gelmeleri o ölçüde olanak dahilinde olacaktır. İnsanlar önünüzde eğilecekler, hayatınıza huzur, neşe, sevgi, güzellik ve bereket getireceklerdir. Aşağıdaki satırlarda, niyetiniz doğrultusunda hareket ederken başkalarını nasıl etkileyeceğiniz ve egonuzdan ayrı davranmayı becerdiğinizde başka insanlar üzerindeki etkinizin nasıl farklılaşacağı konusundaki fikirlerimi okuyacaksınız.

İşte, başka insanları etkilemenin belli başlı yolları:

Varlığınız, insanlara yavaş yavaş sükûnet aşılamalı. Niyetle uyum sağladığınızda başka insanlar üzerinde sükûnet verici bir etkiniz olur. İnsanlar tehditkâr bir ortam arayışından çok huzur bulmaya, rahatlamaya meyillidir. Niyetin gücü, sevginin ve kabul etme eğiliminin gücüdür. Bu güç kimseden bir şey istemez, kimseyi yargılamaz, başka insanları kendileri gibi olmaları yolunda özgür hissetmeleri için cesaretlendirir. Karşınızdakiler kendilerini daha hu-

zurlu hissettikçe, yaydığınız enerji frekanslarının niteliği sayesinde kendilerini emniyette hissetmeye meylederler. Duyguları, sevgi dolu enerjiniz ve kabul etme eğiliminizden cesaret alır ve sonuçta sizle beraber olma isteği doğurur. Walt Whitman'ın dediği gibi; “Mevcudiyetimizle ikna oluruz.”

Böyle davranmak yerine karşınızdakileri yargılar bir tutum içine girip, onlara karşı düşmanlık, öfke, nefret beslerseniz veya ilişkinizde can sıkıntısı, hüznün anlamında bir karşılıklı etkileşim söz konusu olursa, iletişim içinde bulunduğunuz insanın içinde pusuya yatmış düşük enerjilere davetiye çıkarırsınız. Bu durumda olay, karşı güçlerin birbirini hareketlendirmesi şeklinde cereyan edecektir. Buradan ortaya çıkacak etki, söz konusu seviyedeki düşük enerjilerin yoğunlaşmasına neden olacak ve bayağılık veya karşı çıkma duygusunun hâkim olduğu bir alanın yaratılması sonucunu doğuracaktır.

Niyet, hiçbir şeyin karşısında değildir, bu anlamda bir etkileşim içinde bulunmaz. Yer çekimi gibidir, kendisi hareket etmediği gibi, hiçbir şeye karşı da hareket etmez. Başkalarını, saldırmak veya karşı bir tutum almaksızın yer çekimi gibi etkilemeyi düşünün. Varlığınızdan icazet almış gibi hisseden insanlar, birbirine benzer ruhlarla dönüşürler. Bu ancak, karşınızdakinin kendisine saldırıyor, yargılanıyor, taciz ediliyormuş gibi değil, emniyette, huzurlu hissettiği zaman gerçekleşebilecek bir şeydir.

Varlığınız karşınızdakine enerji vermeli. Bir defasında ruhani anlamda bana yol gösteren bir ustayla yaptığım iki saatlik bir meditasyonun sonrasında kendimi duygusal ve ruhani açıdan dünyayı fethedecek gibi hissettiğimi anımsıyorum. Söz konusu azize Meera Ana idi. Meera başımı ellerinin arasına alıp, egodan arınmış ilâhi gözlerini gözlerime diktiğinde kendimi o kadar enerji dolu hissetmiştim ki, o gece gözüme uyku girmemişti. Ondan yayılan neşe dolu o varlığa daha fazlasıyla sahip olmak istiyor, varlığın Meera almaksızın da kendisini göstermesini arzuluyordum.

Niyetin frekanslarını başkalarının karşısındayken ortaya koyduğunuzda, insanlar yalnızca yakın çevrenizde bulunmakla bile kendilerini enerjik hissedeceklerdir. Sizin tek bir söz bile söylemenize, üzerinde önceden düşünülmüş tavırlar sergilemenize gerek yoktur. Niyetinizin gücü tek başına, gizemli biçimde bir yerden icazet almışçasına başka insanları sizin alanınıza çekecektir. Niyet etmenin yedi yüzünü bilinçli bir şekilde uyguladığınızda, başkalarının, sizin onların üzerinde yarattığınız etki hakkında yorumlar yapmaya başladıklarını göreceksiniz. Bu insanlar, rüyalarınızı gerçekleştirmek adına size yardımcı olmak isteyecekler, enerji, güç dolu insanlar haline gelip, size yardımcı olmak konusunda birer gönüllüye dönüşeceklerdir. Hatta rüyalarınızı gerçekleştirmeniz için, sahip oldukları yeni fikirlerle maddi yardım önereceklerdir size. Niyetin gücü konusunda bilincim gelişim gösterdikçe, bir insanla restoranda akşam yemeği yemek dışında bir şey yapmadan bile o insanı etkilediğim söylendi bana. Oturup yemek yediğim insanlar akşamın sonunda büyük bir güven duygusu ve kararlılık hissettiklerini, benden ilham aldıklarını ve kendilerini enerjik duyumsadıklarını anlattılar. Ben hiçbir şey yapmadan bu övgüleri alıyorum. Karşımdakiler, paylaştığımız yüksek enerji alanından etkilendiklerini hissediyorlar.

Varlığınız, karşınızdaki insanın kendini iyi hissetmesine olanak vermeli. Bazı insanların karşısında kendinizi daha iyi hissettiğinizi hiç fark ettiniz mi? Bu tür insanların sevecen enerjilerinin, kendinizi daha iyi hissetmenizi sağlayacak bir etki yaratma güçleri vardır. Siz de niyetle bağlantınızı geliştirdikçe, başka insanları sevecen enerjinizle etkilemeye başlayacaksınız. Bu durumda insanlar, kendileriyle ilgilendiğinizi, onları anladığınızı ve apayrı bir insan gözüyle baktığınızı hissedeceklerdir. Niyetle bu tarz bir bağlantı kurmakla kendinize daha az odaklanacak, insanları, egonuzu tatmin etmeye yönelik kullanmaktan kaçınma noktasına geleceksiniz.

Tam tersine, karşınızdakini küçük görmek, ona karşı kayıtsız bir tutum içinde bulunmak gibi bir durumda etkileşim de oldukça fark-

lı olacaktır. Başkalarına düşük enerji naklettiğinizde, söz konusu insanlar düşük enerjinin etkisini geçersiz kılacak biçimde niyetle çok güçlü biçimde bağlantı kurmadıkları takdirde, kendilerini her zamankinden de kötü hissedeceklerdir. Karşınızdakiyle sohbet ederken konu dönüp dolaşıp kendinize odaklanmaya başlıyorsa, oldukça düşük enerjili düşünceler ve davranışların varlığı aşikâr hale gelmiş demektir. Benzer tarzdaki davranışları sergilemenize neden olan egonun güdümündeki enerjiler karşınızdakinin de olumsuz etkileyecektir. Dahası, karşınızdakinin kendini önemsiz, değersiz görmesine yol açacak ve bu tür davranışlar ilişki içinde süreklilik kazanmaya başladığında, daha kötü hissetmelerinin başlıca nedeni olacaktır.

Varlığınız, karşınızdakinin bütünleşme duygusunu güçlendir-meli. Yüksek frekans yayan insanlar, karşındakiler üzerinde tüm doğayla, insanlıkla ve niyetle bütünleşme ve bağlantı kurma duygusunu hissetmesini sağlayacak bir etki yaratır. Yani, frekans seviyenizi yükseltmenizin, muhatabınızın aynı düzeye gelmesini sağlayacak türde bir etkisi olur. Siz doğayla, insanlıkla bütünleşmişsinizdir ve ortak bir hedef doğrultusunda hayallerini gerçekleştirmek arzusunda olan diğer insanlara yardım etmek isteği duyarsınız.

Bu bütünleşme duygusunun tersi, niyetle bağlantının kopması ve kişinin amacından tamamen farklı bir tarafa yönelmesidir. Düşük enerji talepkârdır, daima karşındakinin aleyhine hareket eder. Dolayısıyla ilişkide kaçınılmaz biçimde kazanmak / kaybetmek gibi bir durum çıkar ortaya. Muhaliflik, yargılama, nefret gibi duygular, kişinin önünde sonunda kaybetmesine yol açan karşı bir gücün doğmasına neden olur. Bir düşmanınız olduğunda kendinize bir savunma sistemi geliştirmeniz gerekir ve kendinizi savunuyor olmak sonuçta ilişkilerinizin doğası haline gelir. İnsanın başkası aleyhine hareket etme gereksinimi duyması demek, savaş koşullarının harekete geçirilmesi demektir ve savaş oldukça pahalıya mal olan bir şeydir. Bu tarz ilişkiden sakınmak, niyetle bağlantıda kalarak ve

ilişkide bulunduğunuz insana sizinle, herkesle, doğayla ve Tanrı'yla bir bütün olduğunu hissetmesini sağlayarak, yani ilişkiye yüksek enerjiyi taşıyarak gerçekleştirebilir.

Varlığınız, karşınızdakine amaç mefhumunu yavaş yavaş aşılmalıdır. Ruhani yüksek enerjiyle dolu olduğunuzda, karşınızdakine nedeni açıklanamaz bir şey kazandırmış olursunuz. Varlığınız ve sevgi, kabul etme, karşınızdakini yargılamama ve şefkat ortamından kaynaklanan davranışlarınız, başka insanların hayatlarında bir amacı olduklarına dair duyguyu içlerinde hissetmelerini sağlayacak katalizör görevi görecektir.

İyimserlik, affetme, anlayış, Ruh'a saygı gösterme, yaratıcılık, huzur ve mutluluk gibi yüksek enerjilerden ayrılmadığınız sürece bu enerjileri yayar ve düşük enerjileri, sahip olduğunuz yüksek titreşimlere dönüştürürsünüz. Özel bir çaba sarfetmeden etkilediğiniz bu insanlar zamanla, dile getirilmeyen sessiz saygı ve huzurunuzu hissetmeye başlarlar. Böylece başka insanlara, dolayısıyla Tanrı'ya hizmet etmek düşüncesiyle şekillenmiş amacınız gerçekleşir ve artı bir değer olarak, dostlar kazanırsınız.

Yalnızca bir seminere katılmakla veya umut, sevgi ve şefkat mesajlarının verildiği kilisede vaaz dinlemekle, insanların kendi amaçları doğrultusunda daha kararlı biçimde hareket etmeye motive olduklarını, yine aynı insanların ağzından çok duymuşumdur. Ben de benzer ortamlarda konuşmacı olarak yer aldığım, konuşma yapmadan evvel salonun arka kapısından girer ve umut, iyimserlik ve sevgi enerjisini yudumlamak, ortak enerjiyi tam anlamıyla duyumsamak amacıyla bir süre oyalanırdım. Bu, sanki içimde ılık bir su akıyormuşçasına huzur verici bir zevk dalgasıyla sarmalanmamı sağlayan histir. Bu, enerjidir. Bu, niyet etmenin esasıdır ve herkesi bir amaç doğrultusunda umutla hareket etmeye motive eden güçtür.

Varlığınız, karşınızdakinin güvenilir kişisel bağlantılara inanç duymasını sağlamalıdır. Niyetin niteliklerini başkalarına sunduğunuzda, güven duygusunu da beraberinizde getirmiş olursunuz. Bu durumda karşınızdaki insan güven duyup, kendini size açma yönünde bir eğilim duyacak ve bu konuda istekli davranacaktır. Bu, güven duygusunun niteliğiyle yakından ilgili bir şeydir. Yüksek enerjinin hâkim olduğu atmosferde insanlar güven duyar ve özel duygularını sizinle paylaşmak ister. Niyetle çok güçlü bir bağlantı kurduğunuzda Tanrı'ya daha çok yaklaşmış olursunuz, bu durumda insanlar sırlarını paylaşmak için sizden daha iyi birini bulabilirler mi?

Kısa bir süre önce bir gün sabahın erken saatlerinde sahilde binaları izlerken, beni hiç tanımayan bir kadın yanıma gelip, başarisiz ilişkilerinden ve amaçlarını gerçekleştirememekten söz etmeye başladı. Kadının güven duygusunun ortaya çıkmasını sağlayan ve bu konuda onu cesaretlendiren enerji alanı, kendini bir yabancıya açma riskini rahatlıkla almasını sağlamıştı. (Niyet etmenin yedi yüzünün nitelikleri doğrultusunda yaşamaya başladığımdan beri benzer durumlarla çok sık karşılaşır oldum.) Assisili Aziz Francis'in dediği gibi, "Davranışlarınız örnek teşkil etmediği sürece, va'zetmenin bir anlamı yoktur." Siz de niyetin bu enerjisine sahip olduğunuzda sonunda, yabancıların bile niyetinizi gerçekleştirmek adına size hizmet ettiklerini ve yardımcı olduklarını keşfedeceksiniz.

Düşük enerji yaydığınız durumlarda ise tam tersi sonuçların doğacağı çok açıktır. Güven duygusu vermeyen enerjiniz kendini sınırlılık, yargılama, emir verircesine hareket etme, üstünlük taslama veya karşınızdakinden bir şeyler talep etme şeklinde gösterirse, başkaları da istediğinizi elde etmeniz için size yardımcı olma konusunda gönülsüz davranacaktır. Düşük enerji yaydığınız durumlarda, başka insanlarda amaçlarınızla çatışma arzusunun uyanması sık sık yaşanan bir şeydir. Çünkü düşük enerjileriniz misillemeye, çatışmaya, ilişkide kazanan ve kaybeden olması gerekliliğine ve dolayısıyla bir düşman yaratılmasına yol açacaktır ve tüm bunların nedeni, sizin niyet etmenin yedi yüzüyle bağlantıda kalma konusunda gösterdiğiniz isteksiz tutumdur.

Varlığınız, karşınızdakine asil davranma konusunda ilham ver-melidir. Ruh'la bağlantı kurup, bu bilinci sessiz sedasız karşınızda-kine yansıttığınızda, başkalarına ilham kaynağı olursunuz. Bu bir anlamda, niyetle kurduğunuz bağlantının başkaları üzerinde göste-receği en güçlü etkiden biridir. İlham alma (*inspiration*) ifadesi, ru-hun içinde, ruhla beraber olmak (*in-spirit*) demektir. Ruhun içinde var olmak demek, aslında varlığınızı bir beden aracılığıyla ortaya koymaktan çok, ilham vermek demektir. Karşınızdaki insana bağı-rarak, fikirlerinizi dinlemeleri için ısrarcı davranarak ilham vere-mezsiniz.

Eğitmek, yazmak, seminer vermek, eğitim kasetleri hazırlamak-la geçen onca yıldan sonra çalışmalarımda etken olan iki noktanın bilincine vardım. Birincisi, yaptığım tüm işlerde kendimi bir amaç doğrultusunda hareket ederken ilham aldığımı, evrensel Ruh'la bağlantı kurduğumu ve aldığım ilhamın sonucu olarak binlerce, hatta milyonlarca insanın da ilham almasına olanak sağlamış oldu-ğumu hissettim. İkinci noktaysa, çalışmalarımda bana yardımcı olan çok sayıda insandı. Bu insanlar bana malzeme yolladılar, çalış-malarımda ilham kaynağı oldular, sizlere naklettiğim öyküler anlat-tılar ve bir şeyler yaratmamda tam anlamıyla birer yardımcı rolünü üstlendiler. Varlığınızla başka insanlara ilham verdiğinizde, her şe-yin kaynağı olan niyetin gücünü, kendiniz de dahil olmak üzere, do-kunduğunuz her şeyin yararına kullanmaya başlarsınız. Ben tüm iç-tenliğimle bu tarz bir varoluşu başka insanlara nakletmeyi benimse-dim ve sizin de varlığınızı başkalarına ilham verecek şekilde kulla-nacağınızdan hiçbir şüphe duymuyorum.

Varlığınız, karşınızdakini güzelliğe davet etmelidir. Niyetle bağ-lantı kurduğunuzda her yerde ve her şeyde güzellik görmeye başlar-sınız, çünkü güzellik niteliğini yayarsınız. Dünyayı algılayış biç-i-miniz kökten değişmiştir. Niyetin yüksek enerjisinde hiçbir ayırım yapmaksızın genç veya yaşlı, zengin veya yoksul herkeste, karanlık veya aydınlık her şeyde bir güzellik görürsünüz. Her şeye yargıla-

ma değil de, takdir etme penceresinden bakmaya başlarsınız. Söz konusu güzelliği takdir etme duygusunu karşınızdaki insana verdiğinizde, o insanda da kendini sizin bakış açınızdan görme eğilimi gösterecektir. Bu durumda güzellik enerjisi bir dolaşım alanı bulmuştur ve sonuçta karşınızdaki de kendini daha çekici ve daha iyi bir insan olarak hisseder. İnsanlar güzelliği hissettiklerinde, güzelliği yansıtacak tarzda davranırlar. Güzelliğin farkında olma duygunuz, karşınızdaki insanın da çevresine aynı gözle bakmasını sağlar. Bu durumda daha önceden de söz ettiğim gibi iki ayrı fayda söz konusudur. Öncelikle, karşınızdakini hayatın güzelliklerini takdir etme yönünde teşvik etmiş olursunuz, onun güzellikler dünyasının erdemleri sayesinde daha mutlu bir insan haline gelmesine yardım edersiniz. İkincisi, öz saygıları artmış insanlardan, kendi amaçlarınızı gerçekleştirmek adına yardım görmeye başlarsınız. Güzellik, niyet etmeyle bağlantı kurduğunuzda, yalnızca varlığınızın erdemi sayesinde bile karşınızdaki insanın ruhunda çoğalacak, gelişecektir.

**Varlığınız, karşınızdakine hastalık, maraz değil, sağlık aşılama-
lıdır.** Kaynak'la olan bağlantınız, hayatınızda sahip olmaya niyet ettiğiniz şeylere odaklanmanızı sağlar, istemediğiniz bir şey için enerjiye sahip olmanız söz konusu değildir. İçsel odaklanmanız, size sıkıntı veren veya maraz, acı veya herhangi bir fiziksel zorluk hissetmenize neden olan şeyler konusunda şikâyet etmenize olanak tanımaz. Enerjiniz daima sevgi yaratmak ve hâsıl olduğunuz şeyin uzantısı olarak mükemmelliği yaymakla ilgilidir. Bu, bedeniniz ve fiziksel varlığınızla ilgili sahip olduğunuz tüm inançları kapsar. Bedeninizin bir mucizeler sistemi olduğunu tüm kalbinizle bilirsiniz. Bedeninizin kendini iyileştirme ve müdahaleniz olmaksızın iş görme gibi müthiş bir kapasitesi olduğunu bilir ve ona saygı gösterirsiniz. Fiziksel varlığınızın kalbinizin atmasını, yemekleri sindirmesini, tınaklarınızın uzamasını sağlayan ilâhi güçten ilham aldığını ve aynı gücün sonsuz, bereketli nitelikte sağlıklı olmaya açık bir yapısı bulunduğunu bilirsiniz.

Bedeninizin temsil ettiği mucizeyi, sağlığı takdir etme duygusunu karşınızdaki insana aşıladığınızda, onların maraz, hastalık, kötü hissetme yönündeki saplantılarını silip atarsınız. Aslında enerji alanınız ne kadar yüksek frekans yayarsa, sahip olduğunuz iyileştirici enerjinizle başkalarını olumlu etkileme yeteneğiniz de o ölçüde artacaktır. (İyileştirme ve niyet etmeyle ilgili olarak daha fazla bilgi için 13. Bölüm'e bakınız.) Çevrenizdeki insanlara şifa dağıtma ve sağlıkları üzerinde olumlu etki yapma kapasitenizin, niyet etmeye yüksek enerjiyle bağlanmanız sayesinde ortaya çıktığını fark edin. Bu, sizden hâsıl olan gerçek enerjidir.

* * *

Enerji seviyenizi yükseltmenin önemini idrak ettiğiniz düşünceyle bu kısmı, enerji seviyesinin Yaratılışımızın Kaynağı ile uyumlu olduğunda tüm uygarlığın bundan nasıl etkilendiği konusunu irdeleyerek kapatmak istiyorum. Bu konu biraz açık fikirli olmaya ve sınırlarınızı biraz zorlamaya gereksinim gösterse de, sonuçta ben doğruluğuna inanıyorum. Bu gezegende hepimizin birbiriyle bağlantıda olduğunu ve bu sayede uzakta olsak da, hissetmesek de birbirimizi etkilediğimizi göremeyen bazı insanlara bu konu sıradışı, hatta acayip gibi görünecektir.

Tüm İnsanlığın Bilinci Üzerindeki Etkiniz

Uzun yıllar önce, gençlikte yaşadığı bazı sorunların üstesinden daha etkin biçimde gelebilmesi amacıyla uzun süredir şehir dışında bir yerde devam ettiği bir programı tamamladığı günlerde kızlarımdan birinin yanıyındaydım. Şehirden uzakta kurulmuş kampın sorumlusu olan adamın kızına son söylediği şey, "Her an ne düşünüyorsan ve ne yapıyorsan bunun diğer insanları da etkilediğini unutma," olmuştu. Bu, arkadaşlarımız, ailemiz ve çalışma arkadaşlarımız dı-

şında diğer insanlar için de geçerlidir. Ben birey olarak tüm insanlığın üzerinde bir etkimiz olduğuna inanıyorum. Bu anlamda aşağıdaki satırları okurken, ne düşünüyor, ne yapıyorsanız bunun diğer insanları etkilediğini aklınızın bir köşesinde tutun.

Güç Kuvvete Karşı kitabında Dr. David Hawkins şöyle der: “İç-içe geçmiş bu evrende özel hayatımızda kaydettiğimiz her gelişme, geniş anlamda, dünyadaki herkes için bir gelişmedir. Hepimiz insanoglunun ortak bilinç düzeyinde yüzeriz, o kadar ki, bu bilince yapılan her katkı bize geri döner. Hepimiz hayatın tadını çıkarmak adına gösterdiğimiz çaba sayesinde ortak neşemize katkıda bulunuruz. Benim için iyi olan şeyin sizin için de iyi olduğu bilimsel bir gerçektir.” Dr. Hawkins söz konusu fikirlerini 29 yıllık yoğun bir çalışmanın sonucunda elde ettiği bulgularla desteklemektedir. Ben de bu bulguların incelenmeye değer olduğunu düşünüyorum ve bazılarını aşağıda kısaca özetleyerek, niyetle bağlantı kurduğunuzda başka insanları nasıl etkileyeceğinizi açıklamaya çalıştım.

Özünde her insan ve çok sayıda insandan oluşan toplulukların enerji seviyeleri ölçülebilir. Genel anlamda ifade edersek, düşük enerjiye sahip insanlar doğruyu yanlıştan ayırt edemezler. Bu insanlara nasıl düşünecekleri, kimden nefret edecekleri, kimi öldürecekleri empoze edilebilir; nehrin hangi tarafında doğdukları, ebeveynlerinin ve yaşlı akrabalarının neye inandıkları, gözlerinin şekli, görünüşle ve cismi dünyalarında yer alan her türlü kimlikle ilgili yüzlerce önemsiz detay üzerine inşa edilmiş grup mentalitesinin bir parçası haline getirilebilirler. Hawkins, insanları zayıf düşüren ortak enerji seviyesinin, insanlığın ortalama yüzde seksen yedisini etkilediğini söyler bize. Frekans yüksekliği arttıkça, bu frekans titreşimine sahip insan sayısı da azalmaktadır. Frekansın en üst seviyelerini, çağlar boyunca insanlara ruhani anlamda örnek olan, gerçek anlamda büyük kişilikler temsil eder. Bu insanların ilâhi vasıfları vardır ve tüm insanlığa ilham kaynağı olan çekici enerji alanlarını harekete geçirmişlerdir.

Saf aydınlanmayı temsil eden enerji seviyesinin hemen altında-

ki enerji seviyesi ise, kendini aşmak, özünü idrak etmek veya Tanrı bilincine ulaşmaya işaret eden deneyimlere sahip olmakla ilişkili enerji seviyesidir. İşte burası evliyaların bulunduğu yer olarak adlandırılır. Bu seviyenin hemen altı saf mutluluğun yeridir ve söz konusu durumun emaresi şefkat, sevecenliktir. Bu seviyeye ulaşmış insanlar bilinçlerini bireysel amaçlarından çok, hayatın kendisi yararına kullanmak arzusundadırlar.

Yukarıda söz edilen çok üst seviyelerin altında pek az insanın sürekli biçimde sürdürebildiği bir seviye vardır ki bu, koşulsuz sevgi, şefkat, herkesi kabullenme, güzelliği takdir etme ve kitabımızın açılış bölümünde açıklanan niyet etmenin yedi yüzünün tümünü belli kalıplarda, ancak olabildiğince engin biçimde yaşama seviyesidir. Bizlere güç veren bu enerjilerin altında öfke, korku, üzüntü, kayıtsızlık, suçluluk, nefret, yargılama ve utanç gibi, insanları zayıf düşüren ve niyet etmenin evrensel enerji seviyesine bağlanmanın önünde engel teşkil eden düşük enerjiler vardır.

• Bu noktada Dr. Hawkins'ın, *The Eye of the I* (Benim Gözüm) adlı ikinci kitabında yer verdiği bazı sonuçları size sunarken, inancınızın sınırlarını biraz zorlayacak şekilde benimle beraber önemli bir adım atmanızı istiyorum. Dr. Hawkins doğrunun yanlışa karşı durumunu devin duyumsal anlamda test ettikten sonra, enerjileri, kendilerini zayıf düşüren seviyenin altında veya üstünde kalan ortalama insan sayısını ölçmüştür. Dr. Hawkins'ın bulgularını ve verdiği sonuçları, medeniyet üzerindeki etkinizle bağlantılı biçimde düşünüp, incelemenizi istiyorum. Dr. Hawkins frekans titreşimlerini evrensel Kaynak'ın enerjisiyle uyumlu seviyeye yükseltmenin veya başka bir deyişle, niyet etmenin gücüyle bağlantı kurmanın önemini idrak etmenin ne kadar hayati bir konu olduğunu açıklıyor.

Bu araştırmanın en etkileyici taraflarından biri ileri sürdüğü dengeleme fikridir. Yüksek enerjiye sahip insanlar, düşük enerjiye sahip insanların olumsuz etkisini dengeler. Ancak insanlığın yüzde seksen yedilik bölümünün kendilerini zayıf düşüren düşük frekansa bulunması nedeniyle söz konusu durum bire bir anlamda gerçek-

leşmez. Bu kitapta açıkladığım gibi niyet etmeyle bağlantı kurmuş bir insanın, düşük enerji kalıplarında bulunan insanlar üzerinde inanılmaz büyük bir etkisi olabilir. Sonuçta aydınlanma seviyesine ulaştıracak ışığı yakalamaya doğru hareketlendiğinizde ve Tanrı bilincine vardığınızda, olumsuz biçimde titreşen daha fazla enerjiyi dengeleyebilirsiniz. İşte, yalnızca niyete ulaşacak basamakları birer birer tırmanmakla insanlık üzerinde yapacağınız etkiyi düşünürken, Dr. Hawkins'ın araştırmaları sonucunda ortaya koyduğu ve size yardımı dokunacak bazı çarpıcı bulgulardan söz etmek istiyorum:

- *Hayata iyimser bakan, iyimser enerji yayan, başkalarını yargılamaktan uzak duran bir insan, kendilerini zayıflatan, düşük seviyede enerjiye sahip 90 bin insanın olumsuzluğunu tek başına dengelemektedir.*
- *Sevgi dolu bir yaşamı olan ve saf sevgi enerjisi yayan, hayata saygı gösteren bir insan, kendilerini zayıflatan, düşük seviyede enerjiye sahip 750 bin insanın olumsuzluğunu tek başına dengelemektedir.*
- *Aydınlık, mutluluk ve sonsuz huzur içinde yaşayan ve bu tarz enerji yayan bir insan, kendilerini zayıflatan, düşük seviyede enerjiye sahip 10 milyon insanın olumsuzluğunu tek başına dengelemektedir. (Günümüzde bu niteliklere sahip 22 bilge kişi halen hayattadır.)*
- *Faziletli, beden ötesi saf ruha sahip, ikilik prensibine değil, bir olmaya inanan ve bu tarz enerji yayan bir insan, kendilerini zayıflatan, düşük seviyede enerjiye sahip 70 milyon insanın olumsuzluğunu tek başına dengelemektedir. (Günümüzde bu niteliklere sahip 10 bilge kişi halen hayattadır.)*

İşte, Dr. Hawkins'ın 29 yıllık araştırmaları sonucunda ortaya çıkan, insanlığın gizli kalmış yönlerine dair iki ilginç istatistik:

1. Tarihin belli bir döneminde yaşamış, kendilerine İlâhi sıfatı uygun görülmüş ve bilincin en üst seviyesinde yaşamış Krişna, Bu-da ve İsa gibi tek bir *avatar*,* günümüz dünyasında tüm insanlığın ortak olumsuzluğunu dengelerdi.

2. Yüksek enerji alanlarının dengeleyici etkisi söz konusu olmasaydı, tüm insan nüfusunun olumsuzluğu, insanlığın kendi kendini yok etmesine neden olurdu.

Söz konusu insanlar, insan bilincini geliştirmenin ve birey olarak kendimizi, hepimizin yaratıldığı aynı niyet enerjisiyle uyum sağlayacağımız yere yükseltmenin yollarını keşfetmemiz açısından çok anlamlı örneklerdir. Kendi titreşim frekansınızı şefkat, sevgi ve kabul etme eğiliminde olduğunuz, güzelliği ve başka insanların yanı sıra, kendinizde de sonsuz iyi olma potansiyelini gördüğünüz yere doğru biraz yükseltmekle, bu gezegende herhangi bir yerde utanç, öfke, nefret, suçluluk, üzüntü vb. düşük enerji seviyesinde yaşayan 90 bin kişinin olumsuzluğunu dengelemiş olursunuz.

Bu satırları yazarken John F. Kennedy'nin 1960 yılında Küba füze krizini çözerken izlediği yöntemi düşünmekten kendimi alamıyorum. O günlerde Kennedy'nin çevresinde, gerektiğinde nükleer bomba kullanmasında ısrar eden birçok danışmanı vardı. Ama kendi enerjisi ve barışçı çözümünü savunan birkaç güvenilir yardımcısının katkısı, saldırı ve şiddet yanlısı çoğunluğun olumsuzluğunu dengeledi. Yüksek ruhani enerjiye sahip tek bir insan, savaş olasılığını son çare olarak bir kenara koyabildi. Bu sizin hayatınızda da geçerli olabilir. Niyet etmenizi enerjisini aile içi çatışmalarınızda bile ortaya koyun, böylece muhalif düşük enerjiyi geçersiz kılıp, onu kendi varlığınıza yüksek enerjiye dönüştürme olanağına kavuşursunuz.

Bir gün, alkol ve uyuşturucu almış bir grup gencin, kalabalığın da teşvik etmesiyle kavga etmeye hazırlandığı bir ortamda, yukarıda söz ettiğim şeyi hayata geçirmiştım. Gençlerin arasına girip,

* Avatar: Hindu mitolojisinde insan veya hayvan şeklinde yeryüzüne inen tanrı. (Çev. n.)

“Tanrı’nın Varlığının Burada Olduğuna Hiç Şüphe Yok,” şarkısını mırıldanmaya başladım ve söz konusu enerji tek başına havanın yumuşamasına ve barışın sağlanmasına yetti.

Bir başka sefer, manavda iki yaşındaki çocuğuna hakaret eden ve öfkeden kendini kaybetmiş bir kadının yanına yaklaştım. Hiçbir şey söylemeden enerji alanına sessiz sedasız hareketlendim, bu arada sevginin daha yüksek enerjisini yaymak konusunda isteğimi ortaya koydum ve nefretin düşük enerjisini geçersiz kıldım. Başka insanlar üzerindeki etkinizin farkında olmanın önemini ve kendi enerji seviyenizi niyetle uyumlu olduğunuz yere yükselttiğinizde, huzur için bir araç veya bir kanal haline geldiğinizi düşünün. Bu her yerde işinize yarayacaktır, siz de kendi hayatınızda karşılaştığınız olumsuz insan davranışlarını dengeleyen bütünün bir parçası olun.

Bu bölümde verilen bilgileri günlük hayatınızda uygulamanız için beş öneri:

1. *Tüm ilişkilerinizi mükemmel bir seviyeye getirmenin önemini idrak edin.* İyi, kutsal diye nitelenen ilişkiler herhangi bir dini temel almaz. İyi, kutsal ilişkiler herkesin içinde var olan Ruh’un gelişimini vurgular. Çocuklarınız sizin aracılığınızla dünyaya gelmiş ruhani varlıklardır, ancak dünyaya sizin için gelmemişlerdir. Sevgi üzerine kurulan ilişki, kendiniz için istediğiniz bir şeyi karşınızdaki için de istemeye odaklanmıştır. Özgürlük istiyorsanız, bunu öncelikle sevdiğiniz herkes için isteyin. Bereket görmek istiyorsanız, yine öncelikle başkaları adına bereket dileyin. Mutluluk istiyorsanız, daha fazla mutluluğu başkaları için dileyin ve bunu bilmelerini sağlayın. İlişkilerinizin merkezine kutsallığı, iyiliği ne kadar fazla oturtursanız, niyetle o denli çok kaynaşırsınız.
2. *Başkalarına karşı nasıl davranmanız konusunda ahlaki bir soru ortaya atıldığında, kendinize Peygamberimiz ne yaptı?, diye sorun.* İçsel arayışlarınız, sorgulamalarınız size niyetin sükûneti olarak geri dönecektir. Peygamberler, insan hayatı yaşamış

ruhani bir varlıkta tezahür etmiş niyet etmenin yedi yüzünün temsilcileridir. Yukarıda ifade edildiği tarzda davranmakla, sizin ve herkesin içinde yaşayan peygamberi de onurlandırmış olursunuz. Bir Hristiyan'dan çok Hz. İsa gibi davranmaya, bir Müslüman'dan çok Hz. Muhammed gibi davranmaya, bir Budist'ten çok Buda gibi davranmaya çalışarak, kendiniz için istediğiniz bir şeyi başkaları adına da dilemeye çalışın.

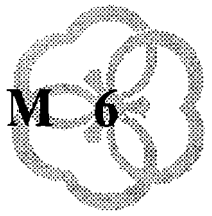
3. *Kendinize ve başkalarına yönelttiğiniz eleştirileri iyi izleyin.* Sevecen, şefkat dolu düşünce ve duygulara geçiş yapmak için bilinçli bir çaba gösterin. Bir dilenciyle karşılaştığınızda onu tembellikle suçlayacağınıza, içinizden onun adına iyilik dileyin. Şefkat dolu düşünceleriniz enerji seviyesini yükseltecek ve niyet etmeyle bağlantıda kalmanıza aracı olacaktır. Tanıdığınız herkese olduğu gibi, tüm insanlık, yaşayan tüm canlılar, gezegenimiz ve tüm kozmoza karşı da şefkatli olun. Bunun karşılığında evrensel Kaynak şefkati üzerinizden eksik etmeyecek, niyetinizin tezahür etmesinde size yardımcı olacaktır. Bu etki, tepki kanunudur. Şefkat gösterdiğinizde karşılığında şefkat görürsünüz, düşmanlık ve başkalarını yargılama gibi bir tutum içine girdiğinizde aynı olumsuz enerjiler size geri dönecektir. Düşüncelerinizi iyi izleyin, şefkatten uzak olduklarını gördüğünüzde, değiştirme yoluna gidin!
4. *Başka insanların kendi adına diledikleri şeyi, siz de onlar adına tüm kalbinizle dileyin ve söz konusu enerjiyi dışarı vurarak, bu ruhani bilinç seviyesinde hareket edin.* Başkalarını en çok mutlu eden ve amaçlarına ulaşmalarını sağlayan şeylerin ne olduğunu hissetmeye çalışın. Sonra bu hissinize paralel niyetin yüksek enerjisini açığa çıkararak, özellikle söz konusu insanın karşısındayken enerjinin dışı vurumuna konsantre olun. Bu, niyetin tezahürünü sağlayacak iki misli yüksek enerjinin yaratılmasına yardım edecektir.
5. *Yalnızca düşünerek ve niyet etmenin yedi yüzüyle uyum sağladığınızı hissederek, en az 90 bin ve belki de milyonlarca insanın*

yaydığı ortak olumsuzluğu dengeleyeceğiniz gerçeğini hiç aklınızdan çıkarmayın. Yapmanız gereken başka hiçbir şey yoktur. Değiştirmek durumunda olduğunuz kimse yoktur. Başarmak durumunda olduğunuz bir hedef söz konusu değildir. Yalnızca kendi enerjinizi yaratıcı, şefkatli, sevgi dolu, güzel, sürekli gelişen, sonsuz bereketi olan ve önyargısız biçimde kabul etme eğiliminde olan frekansa yükseltmeniz yeterli olacaktır. Söz konusu içsel davranışlar, sizi, varlığınızın insanlığı olumlu biçimde etkileyeceği seviyeye yükseltecektir. *Autobiography of a Yogi* (Bir Yogi'nin Otobiyografisi) adlı kitapta Swami Sri Yukteswar, Paramahansa Yogananda'ya şöyle der: "İnsan benliğini ne kadar çok idrak ederse, ruhani mahir titreşimleri sayesinde tüm evreni etkilemesi o oranda artacak ve olumsuz dış etkilere maruz kalma durumu da yine o oranda azalacaktır."

Tüm insanlık ailesinin niyetle bağlantıda kalmasını sağlamak gibi bir sorumluluğunuz vardır. Aksi durumda, şu anda, örneğin Çin'de yaşayan bir insanın üzülmesine, zayıf düşmesine neden olabilirsiniz!

* * *

İnsanların belli bir niyetle, belli bir amaç doğrultusunda dünyada bulunmasının nedeni olan niyetle bağlantıda kalarak, dünyayı etkileyebileceğimize dair görüşlerin yer verildiği kitabın bu kısmını Mahatma Gandhi'nin sözleriyle kapatalım: "Dünyada görmek istediğimiz değişimi öncelikle içimizde yaşamalıyız." Bunu yaptığımız takdirde, sonsuzluktan var olan benliğimizin ölümsüz tarafıyla bağlantı sağlamış oluruz. Bu sonsuzluk kavramı ve niyetin gücünü bilmek ve onun işbaşında olmasını sağlamanın yeteneklerimizi büyük ölçüde etkilediği fikri büyük bir gizemdir. Bu aynı zamanda, kitabın birinci bölümünün son kısmının konusu olacaktır. Bu bölümde sonsuzluk kavramını, zaman içinde başlayan ve sona eren beden ve zihin aracılığıyla keşfedeceğiz; bu arada ben, bir şekilde burada hep var olduğuma ve var olacağıma dair inanaca sahip olduğumu belirtmeliyim.



NİYET ETMEK ve SONSUZLUK

*Sonsuzluk ahret değildir...Bu böyle biline.
Sonsuzluğa bu dünyada sahip olamazsanız,,
başka hiçbir yerde sahip olamazsınız..*

Joseph Campbell

Hemen şu anda benimle bir deney yapmanızı rica ediyorum sizden. Kitabı elinizden bırakıp, yüksek sesle, Ben bu dünyalı değilim, diye bağırın. Bunu yaparken kelimelerin tam anlamıyla bilincine varmaya çalışın. Bu sözlerin anlamı, sizin bu dünyada olduğunuz, ancak bu dünya için yaratılmadığınızdır. Küçük yaşlardan beri size bir adınız olduğu söylenmiş, moleküllerden, kemiklerden, dokulardan, oksijen, hidrojen ve nitrojenden oluşan bir beden olduğunuz öğretilmiştir. Kendinizi belirli bir adı olan bir insan olarak bilirsiniz ve kendinizi o güne dek elde ettiğiniz başarılar ve sahip olduğunuz mal, mülkle tanımlarsınız. İşte siz, yani benliğiniz, diğer sahip olduklarınız yanında bazı korkutucu bilgilere de sahiptir. Benliğiniz, şanslıysa yaşlanacak kadar uzun yaşayacağını, sonra hastalanıp her şeyi kaybedeceğini ve öleceğini bilir. Bu, dünyanın size sunduğu şeyin kısa bir özetidir ki, hayat dediğimiz şeyin

saçmalığı karşısında sizi büyük bir olasılıkla şaşırtır ve hayrete düşürür. Ben, insana korku, hatta dehşet veren bu kasvetli tablonun içine, dehşet duygusuyla sarmalanmanızın önüne geçecek yeni bir kavram koymak istiyorum. Bu arada, yalnızca kemik ve dokulardan meydana gelen, yaşlanma sürecine girip, sonra yok olmaya mahkûm bir varlık olduğunuz fikrine katılmanıza gerek olmadığını da bilmenizi isterim.

Siz, benim niyet etme diye adlandırdığım, Yardılış'ın evrensel alanından hâsıl oldunuz. Bu anlamda evrensel zihin, tamamen kişisel dışı bir olgudur. Evrensel zihin saf sevgi, ilgi, güzellik ve yaratıcılıktır ve daima gelişim gösterir, sonsuz biçimde bereketli olma niteliği taşır. Siz de bu evrensel zihinden ortaya çıktınız. Daha öncede söz ettiğim gibi evrensel demek, her yerde ve her an var olmak demektir. Bir başka ifadeyle, sonsuzluk demektir. Arzularınız söz konusu sonsuzluk prensibinin ileri doğru hareketiyle paralel olduğunda, doğada arzularınızın gerçekleşmesini, tezahür etmesini sınırlandıracak hiçbir şey yoktur. Egonuzun, ileri doğru hareket eden, sürekli gelişme gösteren ve kabul etme eğiliminde olan niyet etmenin bu niteliklerine ters düşecek şeyler yapmasına izin verirseniz, arzularınızın gerçekleşmediği hissine kapılırsınız. Hayatın kendisi sonsuzdur, siz de hayat denilen bu sonsuz maddeden yaratıldınız. Sonsuzla bağlantı kurma ve şu anda, burada yaşama yeteneğiniz, niyet etmeyle bağlantıda kalmanızda belirleyici olacaktır.

Yaşam Sonsuzdur

Hepimiz sonsuz birçok şeyin bir araya geldiği düzlemde yaşarız. Gece olduğunda gökyüzüne bakın ve uzayın sonsuzluğunu tasavvur etmeye çalışın. Gökyüzündeki yıldızlarla aranızda öylesine büyük bir mesafe vardır ki, ancak ışık yılı kavramıyla ölçülebilir. Yıldızların ötesinde, sonsuzluk adı verdiğimiz şeye doğru uzanan uçsuz bucaksız galaksiler vardır. Gerçekten de işgal ettiğiniz mekân sonsuzdur. Sahip olduğu enginlik, göremeyeceğimiz kadar büyüktür. Hepimiz sonsuz, başı sonu olmayan evrende yaşarız.

Şimdi şu cümleyi dikkatle okumanızı istiyorum. Yaşam sonsuzsa, bu yaşam değildir. Cümleyi tekrar okuyun ve yaşamın gerçekten sonsuz olduğunu tasavvur edin. Titizlikle gözlemlediğimiz her şeyde bunu görebiliriz. O nedenle, istisnasız biçimde hiçlikten başlayıp, hiçlikte sona eren bedenimiz ve onun elde ettiği her türlü başarı ve sahip olduğu her şey anlamında yaşam, yaşamın kendisi değildir sonucuna varırız. Yaşamın gerçek özünü kavramak, sizin yaşamınızı olumlu anlamda kökten değiştirebilir. Bu kavram, ölüm korkusunu yok etme (olmayan bir şeyden nasıl korkabilirsiniz?) ve her şeyi sonsuz Ruh dünyasından, sonu olan dünyaya getirme niyetini ortaya koyan, tasarlayan sonsuz Yaratılış Kaynağı'na sizi sürekli biçimde bağlı tutma gibi çok büyük bir değişimi de beraberinde getirir. Sonsuzluk kavramıyla uzlaşmayı ve kendinizi sonsuz bir varlık olarak görmeyi öğrenin.

Başlangıcı ve bitimi olan fani dünyada yaşarken, niyetin gücü, doğasında var olan sonsuzluk kavramını devam ettirir, çünkü kendisi sonsuzdur. Sonsuz olmayan herhangi bir şeyi yaşadığınızda, o yaşam değildir. Bu, sonsuz Kaynak'tan ayrı bir adreste ve kimlikte var olma çabasını sürdürmeye çabalayan egonuz tarafından yaratılan bir yanılsamadır. Kendinizi insan hayatı yaşayan ruhani sonsuz bir varlık olarak görme fikrine geçiş yaptığınızda, bir tesadüf eseri ruhani deneyim yaşayan insan olduğunuz fikrini yok etmiş olursunuz ki, bu ikincisi, birçok insan için korku dolu bir inançtır. Şimdi bu korkuyu düşünmenizi ve bununla hemen şimdi doğrudan yüzleşmenizi istiyorum; sonuç, tüm Yaratılış'ın geçici bir formda dünyaya gelmesi niyetiyle hareket eden bereketli ve kabul etme eğiliminde olan evrensel Kaynak'la sürekli bağlantı kurmak olacaktır.

Sonsuzluk Korkunuz

Hepimiz bir beden içinde yaşadığımızı ve öleceğimizi biliriz, ancak bunu kendimize bir türlü konduramayız, o nedenle sanki hiç ölmeyecekmişiz gibi hareket ederiz. Bu, kendi kendimize, Benim dışımda herkes ölecek, demek gibi bir şeydir. Bu, Freud'un gözlemleriy-

le isnat olunabilir bir şeydir. Ölümümüz tasavvur edilemez bir şeydir, o nedenle bunu inkar ederiz ve sanki hiç ölmeyecekmişiz gibi yaşamaya devam ederiz, kendi ölümümüze dair düşüncenin dehşeti yavaş yavaş idrak edeceğimiz bir olaydır. Kitabın bu bölümünü yazmak için masama oturduğumda, bir arkadaşşıma amacımın, okuyucu ölüm korkusundan tamamen arındırmak olduğunu söyledim. Çok az da olsa sizi bu yönde etkileyebilirim, bu durumdan beni haberdar etmenizden mutluluk duyacağım.

Yedi yaşındayken ağabeyim David’le birlikte, evlatlık olarak alındığımız ailenin Michigan, Mt. Clemens 231 Townhall Road adresindeki evinde yaşıyordum. Annemin ailemizi tekrar bir araya getirmeyi çabaladığı o günlerde bizi evlatlık alan insanlar bay ve bayan Scarf’tı. Her şeyi sanki dünmüş gibi anımsıyorum. David ve ben evin arka tarafındaki verandasında oturmuşken, bayan Scarf elinde muzlarla, iki gözü iki çeşme halde yanımıza gelmişti. Bayan Scarf muzları bize uzatırken, “Bay Scarf bu sabah öldü,” dedi. Bu bir insanla bağlantılı olarak ölüm kavramıyla ilk kez tanıştığım andı. Yedi yaşında olmanın getirdiği saflıkla, bayan Scarf’ın açıkça belli olan acısını dindiririm umuduyla ona, “Peki ne zaman geri gelecek?” diye sormuştum. Bayan Scarf bu soruma asla unutamayacağım tek kelimelik bir yanıt vermiş ve yalnızca, “Asla,” demişti.

Bu konuşmadan sonra yukarı kattaki odama çıktım, muzun kabuklarını soydum ve ranzama uzanıp, asla kavramının ne olduğunu anlamaya çalıştım. Sonsuza dek ölü olmak gerçekten ne anlama geliyordu? Söz konusu süre binlerce, hatta bir milyar ışık yılı olsa anlardım, ama sonu hiç ama hiç gelmeyecek olan asla fikri, altından kalkamayacağım kadar büyük ve bunaltıcı bir kavramdı benim için ve mideme ağrı saplanmıştı. Peki, bu akıl erdirilemez asla fikriyle başa çıkmak için ne yaptım? Çok basit, fikri aklımdan sildim ve yedi yaşında, bir ailenin yanına evlatlık verilmiş bir çocuk olarak hayatıma devam ettim. Hepimizin ölmekte olan bir beden içinde yaşadığımızı söylerken Castaneda’nın kastettiği şey de buydu, ama biz böyle bir şey yokmuşçasına davranırız ve bu bizim en büyük handikapımızdır.

Kendi ölümünüz. Kendi ölümünüz konusundaki ikilemle ilgili başlıca iki bakış açısı vardır. Birincisi, fiziksel bedenden ibaret olduğumuz ve bu şekilde doğduğumuz, bir süre yaşayacağımız ve sonra yaşlanıp, bedenimizin yıpranmaya başlamasıyla öleceğimiz ve sonsuza dek ölü kalacağımıza dair bakış açısıdır. Bu bakış açısını bilinçli olsun veya olmasın benimsemek, halen yaşamakta olan bizler için oldukça dehşet vericidir. İkinci bakış açısını benimsemiş olduğunuz takdirde ölüm korkusu tamamen anlaşılabilir bir şeydir. Yaşamdan korktuğunuz veya nefret ettiğiniz durumlarda da bu görüşü benimseyebilirsiniz. İkinci bakış açısı ise, ölümsüz olduğunuzu, bedenin geçici ifadesinde yer alan sonsuz bir ruh olduğunuzu söyler. Bu ikinci bakış açısı yalnızca fiziksel bedeninizin öldüğünü, yarattığınız şekliyle mükemmel ve bir bütün olduğunuzu, fiziksellüğinizin, niyetin evrensel zihninden hâsıl olduğunu ifade eder. Söz konusu evrensel zihnin daha önceden de, şimdi de belli bir kalıbı olmamıştır (evrensel zihin saf sevgi, güzellik, şefkat ve yaratıcılık enerjisidir, belli bir kalıbı olmadığından ölmesi söz konusu değildir) yani belli bir formdan, ölümden, sınırlardan, yıpranmadan, bedenden, çürüyüp yok olmaktan söz edilemez.

Şimdi, bu iki bakış açısından hangisinin sizi rahatlattığını düşünün. Bu iki bakış açısından hangisi huzur ve sevgiyle bağlantılıdır? Hangisi sizde korku ve endişe uyandırıyor? Benliğinizin ölümsüz olduğu fikrinin, sonsuzluk kavramıyla barışık olmanızı sağlayacağı açıktır. Ölümsüz ve her zaman her yerde var olan Kaynak'ınızla bilinçli bir şekilde bağlantı kuran ölümsüz bir varlık olduğunuz fikri, hiç şüphe yok ki çok daha rahatlatıcı bir bakış açısıdır. Doğasında sonsuzluğun olması nedeniyle her yeredir ve sonra, uzaydaki her noktada, aynı anda var olması gereken bütünlüğe sahip Ruh'u izler.

Ruh, bütünlüğü içinde her yeredir, buna siz de dahilsiniz. Ruh'tan asla ve asla ayrı olamazsınız. Evrensel zihinden ayrı olabileceğinize dair fikrin saçmalığına gülüp geçmeyi öğreneceksiniz. Bu sizin Kaynak'ınızdır. Siz O' sunuz. Tanrı, düşünmenize ve var olmanıza aracılık eden zihindir. İnanmasanız bile sizinle daima

bağlantıdadır. Bir ateistin bile Tanrı'yı yaşaması için Tanrı'ya inanasına gerek yoktur. Bu durumda bedeninizin ölüp ölmeyeceği değil, sonsuzluğun hangi tarafında yaşamak istediğiniz sorusu gelir akla. İki seçeneğiniz vardır, sonsuzluğun ya atıl tarafında, ya da faal tarafında yaşayacaksınız. Her iki durumda da sonsuzlukla bir randevunuz vardır ve bundan kaçış yoktur.

Sonsuzlukla randevunuz. Bu kısmın başında yer alan Joseph Campbell'in sözlerini bir kez daha okuyun. Sonsuzluk şu anda var olan bir şeydir! Şu anda, burada siz sonsuz bir varlıksınız. Ölümün bir son olduğu korkusunu aştığınızda, sonsuzlukla kaynaşır ve bu gerçeğin getirdiği huzuru ve rahatlığı hissetmeye başlarsınız. Cismi dünyadaki her şeyi, mekânın zamanının bölünmezliği, sürekliliği aracılığıyla tanımlarız. Ancak sonsuzluğun zaman ve mekân tercihi yoktur. Siz bedeninizi oluşturan element değilsiniz, yalnızca elementleri kullanılır hale getirirsiniz. Mekân ve zamanın ötesine geçip, sonsuz evrensel zihinle kaynaşırsınız. Bugüne dek bunu fark etmediyseniz nedeni, duyduğunuz korkudur. Zamana ve mekâna körü körtüne tutunan geçici bedeniniz içindeyken de sonsuzlukla randevunuzu gerçekleştirebilirsiniz. Kitabın bu kısmında götüğüm amaç, söz konusu fikri idrak etmenize ve sonsuzlukla olan randevunuzu gerçekleştirmenize yardımcı olmaktır. Bu fikre kucak açtığınızda, size ölüm korkusu olmaksızın yaşama sözü veriyorum.

Şimdi cismi bedenimiz ve cismi dünyanın tüm hazinelerinin yer aldığı mekân / zaman hapisanesindeki unsurları gözden geçirelim. Mekân faktörü demek, herkesten ve her şeyden ayrı yaşamak demektir. Burası, sınırlarımla belirlenen benim mekânım; burası senin mekânındır. En çok sevdiğiniz, değer verdiğiniz insan bile sizinkinden ayrı bir dünyada yaşamaktadır. Aranızdaki mekânı ne kadar daraltsanız da, koyduğunuz sınırlarla birbirinizden ayrsınızdır. Mekânda birbirimizden daima ayrıyızdır. Sonsuzlukla randevumuzu gerçekleştirene dek, mekânsız ve ayrılığın son derece zor olduğu sonsuz bir dünyayı hayal etmeye çalışın.

Aynılığın bir nedeni de zamandır. Geçmişimizde yaşadığımız tüm olaylar ve anılardan ayrıyızdır. Geçmişte olan her şey, şu anda olanlardan ayrıdır. Gelecek de aynı şekilde şu anda, burada yaşadıklarımızdan ayrıdır. Geleceği bilemeyiz, geçmiş de bizim için kayıplara karışmıştır. O nedenle geçmişte olan ve gelecekte olacak her şeyden, zaman dediğimiz gizemli yanılsama nedeniyle ayrıyızdır.

Sonsuz ruhunuz bedeni terk ettiğinde, artık zaman ve mekânla sınırlanması söz konusu değildir. Ayrılma, bu noktadan sonra size müdahale edemez. Bu durumda, sonsuzlukla randevunuz olduğuna inanıp inanmadığınızı sormayacağım size. Sorum, kaçınılmaz randevuyu ne zaman gerçekleştirmeyi düşünüyorsunuz olacaktır. Bunu ister zaman ve mekânın yanılsaması içinde bedeniniz içinde hayat-tayken şimdi, ister ölüm sonrası gerçekleştirebilirsiniz. Sonsuzlukla randevunuzu halen hayatta, nefes alıyorken gerçekleştirmeye karar verdiyseniz, bu, hayattayken ölmeyi öğrenmeye benzeyecektir. Sonsuzluğun faal tarafına geçiş yaptıktan sonra ölüm korkunuz yok olacak ve ölüm fikrinin saçmalığına güleceksiniz.

Gerçek özünüzü kavradıktan sonra ölümün yüzüne dürüstçe bakın ve ölümden kaynaklanan korkunun ayağınıza dolanmış prangalarını kırın. Siz ölmezsiniz. Bunu herkese söyleyin. Bu konu üzerinde bol bol düşünün. Olaya şu açıdan bakın: Sonsuz bir varlık olmasanız, yaşamınızın nasıl bir amacı olurdu? Tabii bu durumda doğmak, çalışmak, birtakım şeyler kazanmak, her şeyi kaybetmek, hastalanmak ve ölmek gibi evrelerden geçmezsiniz. Sonsuz özünüzün farkına varıp, niyet etmenin yedi yüzüyle bağlantıda kalmakla egonuzun koyduğu sınırlamalardan kurtulmaya başlar, sonsuz evrensel zihnin rehberliğini ve yardımını harekete geçirip, sizin için çalışmasını sağlarsınız. Hepsinden önemlisi, ölüm ve fanilik korkunuzu defettiğinizde, bir anda karşınıza çıkacak huzuru hissedersiniz. Büyük ruhani liderlerin bu dünyevi mekândan neşe içinde ve korku duymadan ayrılmalarına dair öykülerini dinlediğimde çok etkilenirim. O insanlar tüm şüphelerden ve korkulardan arınıp, faziletli biçimde sonsuzluğa kavuşmuşlardır. Aşağıda, çok büyük saygı duyduğum bazı insanların ölmeden önceki son sözlerini okuyacaksınız:

Çok uzun zamandır özlemle beklediğim an şimdi geldi.

Avılalı Teresa

Birbirimize karşı daha duyarlı olalım.

Aldous Huxley

Ölüm buysa, yaşamdan daha kolaymış demek.

Robert Louis Stevenson

İşte bu dünyanın sonu! Ve ben çok memnunun.

John Quincy Adams

Cennette duyacağım.

Ludwig van Beethoven

*Aydınlık, aydınlık, dünyanın daha fazla aydınlığa
gereksinimi var.*

Johann Wolfgang von Goethe

*Yaşamım boyunca görmeyi arzuladığım o diyara
göç ediyorum.*

William Blake

Oraları bir harika.

Thomas Alva Edison

Ram, Ram, Ram (Tanrı, Tanrı, Tanrı)

Mahatma Gandhi

Neden siz de son sözlerinizi şimdiden bir kâğıda yazıp, halen bedeninizi işgal ederken sonsuz bir varlık olmaya geçiş yapmıyorsunuz? Sonsuzlukla olan randevunuzu düşünürken, çoğu insanın nasıl bir yaşam sürdüğüne bakın. Fani bir beden içinde olduğumuzu biliyoruz, ama ölüm bizim de başımıza gelmeyecek gibi hareket ediyoruz. Sonsuzluğun âtil tarafından gelen bu bakış açısı, niyetle bağlantımızı görmediğimiz ve yaratıcı Ruh'umuzla uyum içinde kalma yeteneğini kaybettiğimiz yerdedir. Şimdi sonsuzlukla olan randevunuzu şu anda veya ölümünüzden sonra gerçekleştirme arasındaki önemli farkları inceleyelim. Bu konuyu irdelerken bir durumda sonsuzluğun faal tarafında, bir durumda da randevunuzu bedeninizi halen işgal ederken gerçekleştirmekten kaçınmanın sonucu atıl tarafında olacaksınız.

Sonsuzluğun Faal Tarafı, Âtil Tarafına Karşı

Sonsuzluğun faal tarafındayken, fani bir beden içinde olduğunuzdan tamamen haberdarsınızdır. Dahası içsel bilginiz, bu beden, zihin veya elde ettiğiniz başarılar ve kazanımlarınızla tanımlanmayacağınız yönündedir. Sonsuzluğun bu faal tarafında, kitabın başında söz ettiğim niyet etmeyle bağlantıda olan tramvay kayışına sıkı sıkıya tutunmuşsunuzdur ve tüm duyumsal tecrübelerinizin gözlemcisinizdir. Bu size pek önemli gibi görünmeyebilir, ancak içsel farkında olma duygunuzu sonsuzluğun faal tarafına bir kez aktardığınızda, günlük yaşamınızda mucizevi şeyler olacağına dair sizi temin ederim. Sonsuzluğun bu faal tarafında siz, insan hayatını geçici olarak yaşayan sonsuz ruhani varlıksınız ve yaşamınızı ve ilişkilerinizi hep bu bakış açısından yürütürsünüz. Sonsuzluğun âtil tarafında yaşam tecrübeniz oldukça farklı biçimde gelişir. Bu tarafta, bir tesadüf eseri ruhani bir tecrübe yaşamakta olan bir insansınız. Yaşamınız ölüm korkusu, diğer insanlardan ayrı olma, onlarla rekabet etme, hâkim olma ve kazanmanın rehberliğinde ilerler. Sonsuzluğun atıl tarafı sizi niyet etmenin gücünden ayırır.

Sonsuzluğun faal tarafında yaşayanlarla, sonsuz doğalarını inkâr edip, sonsuzluğun atıl tarafında kalmayı seçenler arasında gördüğüm bazı belirleyici farklar şunlardır:

Kader mefhumu. Sonsuzluğun faal tarafında niyetle bağlantınız artık bir seçenek değil, mutlaka yanıt vermeniz gereken bir çağrıdır. Sonsuzluğun atıl tarafı yaşamı karmakarışık, amaçsız ve anlamsız görmenize neden olurken, sonsuzluğun faal tarafındaki konumunuz, içinde derinlerde bir yerlerde hissettiğiniz kaderinizi ifa etmeniz için size yol gösterir.

Geriye dönüp yaşamıma şöyle bir baktığımda, kader mefhumunun küçük yaşlardan beri beni yönlendirdiğini fark ediyorum. Çocukluğumdan beri yaşamımda bereketin tezahür etmesini sağlayabileceğimi biliyordum. Lisede ve üniversitede sınıfta oturmuş, öğretmenlerimin yaptıkları işi yeterince sevmemelerinin anlattıkları derse yansımalarını izlemekten ölümüne sıkılırken, kalabalık dinleyici topluluklarına hitap etmeyi düşlerdim. O günlerde arzumu yerine getireceğime dair kendi kendime söz vermiştim ve bu dünyada belli bir nedenle bulunduğumu bir şekilde biliyordum. Kimsenin ve herhangi bir şeyin beni yolumdan çevirmesine izin veremezdim. Farklı zamanlarda koca, baba, yazar, konuşmacı ve bir seksen beş boyunda kel bir Amerikalı erkek gibi değişik kılıklara girmiş sonsuz bir ruh olduğumu duyumsadım daima. Çünkü sonsuzluğun faal tarafında yaşıyorum, içimde hâlâ o müziği işitmeye devam ederken ölmeme izin vermeyeceğini bildiğim kader mefhumuna sahibim.

Siz de benzer seçimler yapabilirsiniz. Yalnızca fani bir beden olduğunuz ve sonunda ölüp gideceğiniz fikrini bir kenara atıp, ölümsüz benliğinizin farkına varmaya çalışın. Sonsuzluğun faal tarafındayken, çok küçük bir tarafı bedeniniz olarak cisimleşen özünüzün, aslında çok daha büyük, anlamlı olduğunu fark edeceksiniz. Yalnızca kendinizi sonsuz ve dolayısıyla yok edilemez bir varlık olarak görmeye başlamakla, niyetle olan bağlantınızı ve evrensel Kaynak'ınız kuşatması altındaki tüm arzularınızı gerçekleştirme yeteneğiniz gerçeğe dönüşecektir. Bunun başka bir yolu yoktur.

Kader mefhumunuz, yaşam oyununu sonsuzluğun faal tarafında oynadığınızı farkında olmanızı sağlar. Kader mefhumuna sahip olmadan önce, motivasyonunuz yaşamdan bekledikleriniz ve yapmak istediklerinizdir. Sonsuzluğun faal tarafındayken, kaderinizin yapmanızı tasarladığı (niyet ettiği) şeyleri yapmanın zamanının geldiğini fark edersiniz. Bu noktada, işlerin bir şekilde yoluna gireceğini ummak, şansınızın değişmesini beklemek ve başka insanların sizin için bir şeyler yapmasını ümit etmek artık size doğru gelmeyecektir. Kader mefhumunuz, Ben ölümsüzüm ve bu da, kaderimin tezahürü için o yolda hareket etmemi sağlayan ruhani niyetin sonsuzluğundan hâsıl olduğum anlamına geliyor'u anlamınızı sağlayacaktır. Bu durumda arzularınızı, gerçekleşeceğinin bilincinde, niyet etmenin diliyle ifade etmeye başlar, doğru yolda ilerlemenizi sağlayacak niyet etmenin gücünden yardım alırsınız. Niyetin gücünün başarısız olması diye bir şey söz konusu değildir, çünkü sonsuzlukta başarısızlık yoktur.

Aşağıda, 13. yüzyıl mistiklerinden Mevlâna'nın, bir kaderiniz olduğunu anlamanız konusunda size ilham verecek bir şiirini sunuyorum:

*Sen bir kudretle doğdun.
 Sen faziletle ve tevekkülle doğdun.
 Sen idealler ve düşlerle doğdun.
 Sen asaletle doğdun.
 Sen kanatlarla doğdun.
 Sen dalkavukluk etmek için doğmadın,
 o yüzden sakın buna kalkışma.
 Senin kanatların var.
 Bunları kullanmayı ve uçmayı öğren.*

Mevlâna

Mevlâna, bu şiiri sonsuzluğun âtil tarafından bakan bir insanın görüş açısıyla yazmış olsaydı, şiiri şöyle bir hal alabilirdi:

*Sen doğanın tesadüfi bir varlığısın.
 Sen baht ve şans kanunlarına tabisin.
 Kolayca itilip kakılabilirsin.
 Düşlerinin hiçbir anlamı yok.
 Sıradan bir yaşam için yaratıldın.
 Senin kanatların yok.
 O yüzden uçmayı filan düşünme, olduğun yerde kal.*

Olanak mefhumu. Yaratılış, öğretilen her şeyin gerçekleşebileceğine dair sonsuz olasılıklar üzerine hareket eder. Günümüzde yararlanmakta olduğumuz uçak, ampul, telefon, televizyon, faks makinesi, bilgisayar gibi önemli icatları düşünün. Bunların hepsi olanaksızdan çok, olanak kavramına odaklanmış, çevresindeki insanların alaylarına kulak asmadan hareket eden, yaratıcı fikirlere sahip bireylerin yarattığı şeylerdir. Bir başka deyişle olasılık mefhumu, sonsuzluğun faal alanındaki verimli topraklardan yetişir.

Şu anda yazı yazdığım mekânda, olanaksız kelimesini benimsemeyi reddeden dört harika çocukla beraberim:

Eddie doğuştan elleri ve ayakları olmayan bir çocuk. Beş yaşında Güney Afrika'ya gitmiş ve orada gördüğü bir dağa tırmanmak istemiş. Üç saatte dağa tırmanmış. On üç yaşına geldiğinde trombon çalmaya karar vermiş. Yapmayı kafasına koyduğunda, başaramayacağı hiçbir şeyin olmadığına inanıyor. Eddie, dünyanın sonsuz olanaklarla dolu olduğu fikrini benimsemiş, sonsuzluğun faal tarafında yaşayan bir çocuk.

Ally zamanında ağır hastaymış ve kendisine acilen kalp nakli yapılması gerekiyormuş. Annesinin ağladığını gördüğünde ona, “Anneciğim, ağlama. Ben iyileşeceğim,” demiş. Bu konuşmanın üzerinden on bir saat geçtikten sonra mucizevi biçimde bünyesine

uyan bir kalp bulunmuş, nakil gerçekleşmiş ve Abby iyileşmiş. Abby'nin niyeti, işte o sonsuz olanaklar dünyasından kaynaklanıyordu. Burası arzunun, niyetin tezahür ettiği, sonsuzluğun faal tarafıdır.

Stephanie beyin zarı iltihabı olduğunda beş yaşındaymış ve iki bacağına da kesilmesi gerekiyormuş. Bugün on iki yaşında olan Stephanie kendi bisikletine biniyor ve bütün uzuvları yerli yerinde olan yaşlılarının hayal bile edemedikleri uzaklıklara gitmeyi düşünüyor. Sınırlarını zorla, onun sloganı olmuş.

Doktorlar daha bebekken iki önemli kalp ameliyatı geçiren Frankie'nin yaşamından umudu kesip, ailesine ellerinden daha fazlasının gelmediğini söylemiş. Frankie bir süre yaşam destek makinesine bağlı halde yaşamış. Bu durumun onu kurtarmaya yetmeyeceğini, olsa olsa daha fazla acı çekmesine neden olacağını söyleyen doktorlar, ailesine makinenin kapatılmasını önermişler ve sonunda ailesi de bunu kabullenmiş. Ama kısa bir süre sonra Frankie iyileşmiş, bir şekilde sonsuz olanaklar dünyasının faal tarafında olmayı başarmış. Odasındaki fotoğrafının altında şu sözler yazıyor: Benden bu kadar kolay kurtulacağınızı sanmıyordunuz değil mi?

Niyetin gücü, sonsuz olanakların faal tarafında kalmayı gerektirir. Doksanlı yaşlarında hâlâ yaratmayı sürdüren George Bernard Shaw şöyle der; "Siz gördüğünüz şeyleri olduğu gibi kabul ediyorsunuz ve 'Neden?' diyorsunuz. Bense olmayan şeyleri hayal edip, 'Neden olmasın?' diyorum." Sonsuzluğun faal alanında kalma alıştırmaları yaparken Shaw'un sözlerini bir düşünün ve hepimizin kullanması için hazır durumda bekleyen sonsuz olanakları görmeye çalışın.

Huşu duyma mefhumu. Sonsuzluk kavramının başlı başına insana huşu veren bir şey olduğunu itiraf etmelisiniz. Bu öyle bir kavramdır ki, ne başı, ne de sonu vardır, her yerde, her an var olmak demektir. Zaman mefhumu söz konusu değildir. Her şey şu anda burada mevcuttur. Sonsuz evrenin bir parçası olduğumuz ve fanilikten

hâsıl olduğumuz gerçeği, gerçekten korkutucudur. Her türlü tanımlamaya meydan okuyan bir kavramdır. Sonsuzluğun faal tarafı, huşu duyma mefhumuna ilham verir. Siz de huşu duyduğunuzda, sürekli minnettarlık duyma halinde olursunuz. Yaşamda mutlu olmanın ve arzuları gerçekleştirmenin en garantili yolu, başınıza gelen her şey için Kaynak'ınıza şükretmektir. Sonra, başınıza büyük bir bela gelse bile, sonunda her şeyin iyi olacağının güvencesini içinizde hissedersiniz.

Sonsuzluğun atıl tarafındayken burada yalnızca geçici olarak var olduğunuzu ve bu nedenle evrene, gezegene veya içinde yaşayanlara karşı hiçbir yükümlülüğünüzün olmadığını düşünürsünüz. Sonsuz doğanızı inkar etmekle, günlük mucizelerin değerini takdir etmeden, sahip olduğunuz şeyleri bir hak olarak kabullenirsiniz. Ölümsüz doğanızdan haberdar olmaya başladıkça, olaylara bakış açınız çok değişir. Bu noktadan sonra ortaya çıkan her şey için sürekli minnettarlık duyma halinde olursunuz. Bu hal, insani niyetlerinizi gerçekleştirmenin sırrıdır ve o olmadan göstereceğiniz tüm samimi çabalar boşa gidecektir.

Minnettarlık duyma hali aslında mıknatıs etkisi yaratır ve bildiğiniz gibi mıknatıs cicimleri kendine çeker. Şu anda sahip olduğunuz tüm iyi şeyler ve zorluklar için içtenlikle minnettarlık duyduğunuzda, söz konusu mıknatıs etkisi aracılığıyla yaşamınıza daha fazla iyi şeyin akmasına olanak vermiş olursunuz. Tanıdığım başarılı her insan, sahip oldukları her şey için minnettarlık duyuyor. Söz konusu minnettarlık duyma süreci, yaşamınıza daha çok iyi şeyin girmesi için açılan bir kapıdır. Faal sonsuzluk işte bu şekilde işler halle gelir. Çevrenizde gördüğünüz her mucize için minnettarlık duyma mefhumu, ortaya çıkan söz konusu mucizeleri daha çok düşünme, görme ve yaşama olanağı sağlar. Minnettarlık duymama hali gibi tam tersi bir durumda, bereketin ve sağlığın sonsuz akışı kesilecektir. Bu, kapının kapanmasıdır.

Tevazuluk mefhumu. Sonsuzluğun faal tarafı, tevazuluk mefhumunu güçlendirir. Tevazu ruhunuza işlediğinde bu dünyada yalnız olmadığınızı bilirsiniz, çünkü her insanın içinde var olan niyet etmenin gücünü duyumsamaya başlamışsınızdır. Talmud'un dediği gibi, "Bir şekilde mükemmel bile olmuş olsanız, tevazu olmadan yetersiz kalırsınız." Sonsuzluğun faal tarafına kucak açtığınızda öylesine devasa bir şeye bakıyor olursunuz ki, küçük egonuz süreç içinde küçüleşir. Ebediyete bakarsınız, ufak yaşamınız, sonsuzluk içinde minik bir fasıladan başka bir şey değildir.

Günümüz dünyasında sık yaşanan depresyonların ve can sıkıntısının nedenlerinden biri, çok daha büyük ve çelimsiz egomuzdan çok daha önemli bir şeyle bağlantıda olduğumuzu görebilme yetersizliğidir. Başlıca dertleri maddiyat, dış görünüş, akranları arasındaki konumları (kısa ifadeyle, egoları) olan gençlerin tevazu mefhumları pek az gelişmiştir. Yalnızca kendinizi ve başkalarına karşı nasıl görüldüğünüzü düşündüğünüz durumlarda niyet etmenin gücüyle aranızda mesafe koymuş olursunuz. Kendi amacınızla bağlantıda olduğunuzu hissetmek istiyorsanız, şundan kesinlikle emin olmanız gerekir: Amacınız, yalnızca başkalarına yardım etmekle ve bedeninizden / zihninizden / egonuzdan çok daha büyük bir şeyle bağlantıda olmakla gerçekleşebilir.

Akranları arasında kabul görmenin peşinde ümitsizce koşan gençlere danışmanlık yaparken daima şunu söylemişimdir: Kabul görmek için ne kadar çok çırpınırsanız, bu amacınızdan o kadar çok uzaklaşırsınız, çünkü kabul görmek için çırpınan birini kimse yakınında istemez. Çevresi tarafından en çok kabul gören insanlar, bu konuyu hiç dert etmeyen insanlardır. Yani siz de gerçekten çevreniz tarafından kabul görmek istiyorsanız, kendizi düşünmeye bir son vermeli ve başka insanlara yardım etmeye odaklanmalısınız. Sonsuzluğun faal tarafı mütevazî olmanızı ve hep bu şekilde davranmanızı sağlayacaktır. Sonsuzluğun âtil tarafıysa sürekli ben, ben, ben diye düşünmenize neden olur ve sonuçta niyetle bağlantı kurmanızın önünde bir engel haline gelir.

Wilhelm Stekel'in tevazunun önemi hakkında olağanüstü güzellikte bir yorumu vardır. Stekel şöyle der: "Yeterince olgunlaşmamış bir insanın en belirgin özelliği, bir amaç uğruna asil bir şekilde ölmeyi istemekken, olgun bir insanın en belirgin özelliği, başkaları için mütevazı bir hayat yaşamak istemesidir."

Cömertlik mefhumu. Güneşe, Neden bize aydınlık ve sıcaklık veriyorsun? diye sormuş olsam, inanıyorum ki, Bu benim doğamda var, diye yanıt verirdi. Biz de güneş gibi olmalı, vermeye meyilli doğamızın gereğini yerine getirmeliyiz. Sonsuzluğun faal tarafında olduğunuzda, vermek doğanız olacaktır.

Küçük veya büyük fark etmez, kendinizden bir şeyler verdiğinizde, yaşamın size daha çok akmasını sağlayacak kapıyı aralamış olursunuz. Bu, yalnızca yeteneklerinizi geliştirmek anlamında değil, aynı zamanda bir şeyler vermek arzusunu ve sonuçta bir şeyler alabilme yeteneğini de artırmak şeklinde bir karşılık olarak ortaya çıkar. Sonsuzluğun atıl tarafındayken yaşama yokluklar penceresinden bakmaya başlarsınız ve elde ettiğiniz her şeyi biriktirmek, kimselelere bir şey vermemek yaşam tarzınız haline gelir. Bu şekilde düşünmeye başladığınızda, cömertlik mefhumu gibi, amacınıza, niyetinize ulaşmak hevesiniz de yok olacaktır. Gereksinimleri sonsuz biçimde karşılayan sonsuz evreni ve sonsuz zaman ve sonsuz Kaynak'ı göremezseniz, kazanımlarını istifleyen, başka insanlara hiçbir şey vermeyen cimri bir insan haline gelirsiniz. Niyet etmenin gücü, paradoksal biçimde, başka insanlara içten gelen duygularla bir şeyler vermektir. Niyet etme, gereksinimleri sonsuz biçimde karşılamaktan doğan bir enerji alanıdır. Peki paranız yoksa başkalarına ne verebilirsiniz? Bu noktada Swami Sivanada'nın çok beğendiğim aşağıdaki sözlerine kulak kabartmanızı istiyorum. Sivanada'nı önerdiği her şeye sonsuz biçimde sahip olduğunuzu unutmayın.

Başkalarına bir şeyler mi vermek istiyorsunuz?

O zaman;

Düşmanınıza af;

Rakibinize hoşgörü,

Arkadaşınıza sevgi gösterin;

Çocuğunuza iyi örnek olun;

Babanıza hürmet edin;

Annenize sizden gurur duymasını sağlayacak

davranışı sergileyin;

Kendinize saygı gösterin;

Herkese yardım edin.

Vermeyi bir hayat tarzı haline getirin. Bu, ne de olsa Kaynak ve doğanın sonsuz biçimde yaptığı bir şeydir. Bir zamanlar doğa hakkında, ağaçların olgunlaşmış meyvelerini toplanması için dallarını eğdikleri, bulutların yağmur bırakmak üzere topladıkları ve asil insanların bu durum karşısında saygıyla başını eğdiklerine dair bir öykü duymuştum. İşte doğanın cömertliği budur.

Bilgili olma mefhumu. Niyetinizin sonsuz Kaynak'ının şüphelerden tamamen arınmış bir yapısı vardır. Bilir ve sonuçta bu bilgi doğrultusunda hareket eder. Sonsuzluğun faal tarafında yaşamaya başladığınızda aynı şeyler sizin için de geçerli olacak, kalbiniz tüm şüphelerden arınacaktır. Bu noktadan sonra kendinizi ruhani doğanız temelinde, geçici insan kalıbında bulunan sonsuz bir varlık olarak tanımlamaya başlarsınız.

Sonsuzluğun faal tarafından gelen bilgili olma mefhumu, artık sınırlar dahilinde düşünmediğiniz anlamına gelir. Siz Kaynak'sınız. Kaynak'ta sınırsızdır, sınır tanımaz; sonsuz biçimde gelişir ve sonsuz biçimde bereketlidir. Siz de aynen böylesiniz. Şüphelerden arınmak, öz benliğinizle yeniden bağlantı kurma karardır. Öz benliğinin bilincinde olan ve bu yaşam tarzını benimsemiş insanların en belirgin özelliklerinden biri de budur. Bu insanlar düşüncelerine sınır

koymazlar, sonsuz biçimde düşünürler. Sınır koymama niteliklerinden biri, sahip olmak istenilen şeyi zaten varmış gibi düşünmek ve bu yönde hareket etmek yeteneğidir. Başarıya ve iç huzuruna ulaşmanın on sırrından biri de budur. Niyetin gücü şüphelerden öylesine arınmıştır ki, onunla bağlantı kurduğunuzda, bilgili olma mefhumunuz arzulanığınız şeyin zaten orada var olduğunu görmeyi sağlar. Bunun dışında farklı bir durumun olması söz konusu bile değildir.

Niyet etmenin gücüne erişmeniz için işte size tavsiyem: Gerek-sinmeleri sonsuza dek karşılayacak yaratılışın tüm enerjisinin bulunduğu sonsuzluğun faal tarafında kalın. Gece ve gündüz, yapmaya ve olmaya niyetlendiğiniz şeyin hayalini kurun, o hayaller niyetinize tercüman olacaktır. Hayalleriniz ve niyetinize şüphenin gölgesinin düşmesine izin vermeyin. Hayal kuran insanlar bu dünyanın kurtarıcısıdır. Görünen dünyanın, görünmeyen dünya tarafından desteklenmesi gibi, insanın gerçekleşmesini istediği şeyler de hayal kuranların düşlerinden beslenir. Siz de hayal kuran insanlardan biri olun.

Tutkulu olma mefhumu. Yunanlılar sayesinde İngilizce çok güzel bir kelime kazanmıştır: *Enthusiasm* (güçlü ilham) Bu kelime “içinde Tanrı olan” şeklinde de tercüme edilebilir. Sizin içinizde de kendini ifade etmek arzusunda olan sonsuz biçimde tutkulu ruh vardır. Bu, içinizde olan, yaratılış amacınız doğrultusunda var olan duygularınızı gerçekleştirmek için sizi teşvik eden Tanrı’dır. Tüm eylemlerimizin değeri, hâsıl oldukları ilhamla ölçülür. Eylemleriniz niyet etmenin yedi yüzünü sergiliyorsa, içinizde ikâmet eden Tanrı’dan kaynaklanmıştır. Güçlü ilham işte budur. Niyet etmenin gücünü idrak ettiğiniz noktada tutkuyu hissetmeye ve yaşamaya başlarsınız.

Tutkunun ve güçlü ilhamın güzelliği, beraberinde gelen mutluluk ve neşedir. Burada oturup, size kalbimden geçenleri yazmaktan bana daha fazla mutluluk verecek başka bir şey yoktur. Niyet etmenin Kaynak’ından, tüm yaratılışın evrensel zihninden gelen bilgilerin benim aracılığımla akmasına büyük bir hevesle rıza gösteriyorum. Bunu daha basit biçimde ifade etmem gerekirse, kendimi iyi, neşeli bir havada hissediyorum ve büyük bir mutlulukla ilham alı-

yorum. Siz de kendinizi iyi hissetmek istiyorsanız aynaya bakıp, karşınızdaki görüntüye, Ben ebediyim; bu görüntü bir gün kaybolacak, ama ben ölümsüzüm. Burada geçici bir amaç için bulunuyorum. Yapacağım her şeyi tutkuyla gerçekleştireceğim, deyin. Hemen ardından, aynadaki görüntünüze bakarken nasıl hissettiğinizi düşünün. Neşeli olmak, güçlü ilham almanın en önemli taraflarından biridir ve kötü hissedecek hiçbir şeyin olmadığı sonsuzluğun faal tarafında bulunmakla ilgilidir.

Ait olma mefhumu. Sonsuza dek sürececek bir dünyada siz de kesinlikle bir şeylere ait olmalısınız! Sonsuzluğun faal tarafı yalnızca güçlü bir ait olma mefhumuna ilham kaynağı olmakla kalmaz, aynı zamanda kozmostaki herkes ve her şeye bağlı olma gibi güçlü bir duyguya da ilham verir. Bir şeylere ait olmamak olanaksızdır, çünkü buradaki varlığınız, ilâhi evrensel Kaynak'ın burada olmanızı istediğinin bir kanıtıdır. Sonsuzluğun atıl tarafında yaşadığınızda diğer insanlara yabancılaştığınız duygusuna kapılırsınız. Her şeyin geçici olduğu ve Tanrı'nın sonsuz mükemmeliyetinin bir parçası olmadığınızı dair fikre kapılmak, kendinizden şüphe etmenize, endişeye kapılmanıza, kendinizi reddetmenize, depresyona girmenize ve kitabın birçok kısmında söz edilen diğer düşük seviyedeki enerjilerle dolmanıza neden olur. Bu tür dertleri, acıları bir kenara atmak için gereken tek şey, sonsuzluk bilincine geçiş yapmaktır. Siyananda'nın müritlerine öğrettiği gibi:

Tüm yaşam birdir. Dünya tek bir yuvadır.

Herkes insanlık ailesinin üyesidir.

Tüm yaratılış organik bir bütündür.

Hiçbir insan bu bütünden bağımsız değildir.

İnsan, diğer insanlardan uzaklaştığında

kendi kendine dert yaratır.

Ayrı olma ölüm demektir.

Birlik, ebedi yaşamdır.

Böylece sonsuzluğun faal ve atıl taraflarıyla ilgili söyleneceklerin sonuna geldik. Sonsuz doğanızı kendinize her gün olabildiğince sık anımsatmanızı öneriyorum. Bu çok büyük bir sonuç yaratmayan, ufak bir değişim gibi görünse de, sonsuzluğun faal tarafında kalma ve bunu kendinize sık sık anımsatmanın, sizi hayallerinizi gerçekleştirecek bir konuma getireceğine dair teminat veririm. Kitabın bu kısmında yaptığım alıntılara, William Blake'den yaptığım çok güzel bir alıntıyla nokta koymak istiyorum. "Algılamanın kapıları temizlenmiş olsaydı, insanın gözüne her şey olduğu gibi, yani sonsuz görünürdü." Bizim de, niyet etme alanıyla aramızdaki bağlantı kanalını temizlemeye gayret ettiğimizi unutmayın.

Bu bölümdeki bilgileri günlük hayatta uygulamanız için beş öneri

1. *Sonsuzlukla bir randevunuz olduğunu biliyor ve maddi dünyayı geride bırakmayı istiyorsunuz, öyleyse bu kararı vermeyi ve uygulamaya geçmeyi ertelemeyin.* Aslında bugün, hemen şimdi randevunuzu gerçekleştirmenin ve bu kararı bir kerede, tam olarak uygulamanın tam zamanıdır. Kendinize şunu söyleyin: Artık bu beden ve zihinle tanımlanmıyorum ve bu etiketi şu andan itibaren reddediyorum. Tüm insanlıkla birim. Kaynak'ımla birim ve bugünden sonra kendime bu gözle bakmaya karar verdim.
2. *Tanrı'nın sonsuz olmayan hiçbir şey yaratmayacağını, yaratamayacağını kendinize anımsatırken, şu düsturu da her gün tekrarlayın: Tüm ebediyet için var olacağım.* Sevginin ölümsüz olması gibi, gerçek doğam da ölümsüzdür. Ebedi olduğum için, bir daha asla korkuya kapılmayacağım. Bu tarz bir ifade sonsuzluğun faal tarafında bulunmanıza ve gerçek yüce kimliğiniz konusunda duyduğunuz şüpheleri yok etmenize yardım edecektir.

3. *Meditasyon yapıp, sonsuzluk kavramıyla ilgili iki inanç üzerinde düşünün.* Daha önceden de belirttiğim gibi, ister tesadüf eseri ruhani bir yaşama sahip olmuş insan, ister geçici bir insan deneyimi yaşayan sonsuz ruhani bir varlık yönünde olsun, sonuçta şuurunuzu kullanarak bu iki inançtan birine sahip oluyorsunuz. Peki bu inançlardan hangisi size sevgiyi duyumsatıyor, hangisi korku veriyor? Sevgi gerçek doğamız ve her şeyin kaynağı olduğuna göre, korku yaratan hiçbir şey gerçek olamaz. Gördüğünüz gibi sevgi hissi, sonsuz bir varlık olarak kendinizle alakalıdır. O nedenle bu hissin size gerçeği söylediğine güvenin. Sonsuzluğun faal tarafındaki yerinizin, size güvenlik, sevgi ve niyet etmeyle sürekli bağlantıda olma hissini vereceğine emin olun.
4. *Kendinizi korku, üzüntü, endişe, suçluluk vb. düşük enerjiler yaratan düşüncelerle başbaşa bulduğunuzda bir an için durup, sonsuzluğun faal tarafından bakıldığında bunun bir anlam ifade edip etmediğini düşünün.* Burada sonsuza dek olacağınızı bilmek ve Kaynak'ınızla daimi biçimde bağlantıda kalmak, size bambaşka bir bakış açısı kazandıracaktır. Sonsuzluk yapısı içinde düşünüldüğünde, yaşamınızın herhangi bir anını, takdir etme ve sevgi dışında bir duyguyla geçirmek, yaşam enerjisini boşa harcamak anlamına gelir. Bu düşük enerjileri hızla yok edebilir ve William Blake'in dediği gibi algılama merceğinizi temizleyerek ve her şeyi olduğu gibi, yani sonsuz görerek, niyet etmenin gücüyle anında bağlantı kurabilirsiniz.
5. *Yakınlarınızı ve diğer tarafa göçmüş sevdiklerinizi düşünmeye zaman ayırın.* Sonsuz doğanızın bilincinde olmak ve sonsuzluğun faal tarafında kalmak, ölmesi olanaksız bu ruhların varlığını hissetmenizi sağlayacaktır. John O'Donohue, Anam Cara adlı Kelt bilgeliğini yansıtan kitabında yalnızca mutabık olmakla kalmayıp, aynı zamanda kendi tecrübelerim ışığında bizzat yaşadığım şu fikirleri ortaya koyar:

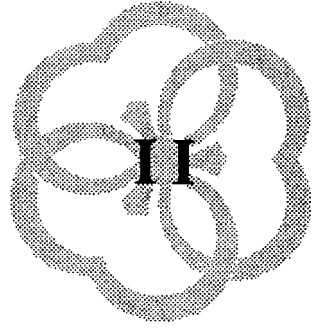
Ölen arkadaşlarımızın bizleri gerçekten esirgediklerine ve kolladıklarına inanıyorum... görünmeyen dünyadaki arkadaşlarımızla çok yaratıcı biçimde bağlantı kurabiliriz. Ölenlerin ardından yas tutmamıza gerek yoktur. Neden yas tutmamız gerekiyor ki? Onlar şu anda gölgenin, karanlığın, yalnızlığın, tecrit edilmenin ve acının söz konusu olmadığı bir diyarda bulunuyorlar. Onlar gerçek evlerinde, var oldukları Tanrı'yla beraber.

Ölmüş insanların varlığını hissedebilme ve onlarla iletişim kurabilmenin yanı sıra, siz de hayattayken ölebilir ve sonsuzluğun faal tarafında yaşayarak, kendinizi o gölgeler ve karanlıklardan kurtarabilirsiniz.

* * *

Böylece *Niyet Etmenin Gücü*'nün birinci kısmının sonuna geldik. İkinci kısım, niyetle kurduğunuz bu yeni bağlantının yaşamınızın çeşitli alanlarında nasıl işler hale geleceğini gösteren bilgilerden oluşmaktadır. Birinci kısımda olduğu gibi, kitabın bu kısmını da, hayal ettiğiniz her şeye ulaşabilme olanağının varlığını kabullenerek ve sonsuzluğun faal tarafında her şeyin olanaklı olduğunu bileerek okumamızı öneririm.





NİYET ETMEYİ İŞLER HALE GETİRMEK

*Zaten hepimiz biriz, ama
öyle olmadığımızı sanıyoruz.
Ele geçirmek zorunda olduğumuz şey
aslî birliğimizdir. Ne olmak zorunda
olursak olalım, sonuçta biz neyse oyuz.*

Thomas Merton



NİYETİM : HER KOŞULDA KENDİME SAYGI DUYMAKTIR

Bir insan, bir şeyi kendi onaylamadan rahat edemez.

Mark Twain

Kitabın bu bölümüne başlamadan önce işte size basit bir gerçek: Siz maddesel atomdan hâsıl olmuş bir varlık değilsiniz. Var olmanızın başlangıcı anne ve babanızın mutluluk dolu beraberlikleri değildir, başlangıcınız yoktur. Diğer tüm atomlar gibi o atom da evrensel niyetin enerji alanından ortaya çıkmıştır. Siz Yaratılış'ın evrensel zihninin bir parçasısınız ve içinizdeki Tanrı'yı görmeli, niyet etmenin gücüne erişmek adına, kendinize ilâhi bir varlık gözüyle bakmalısınız.

Yukardaki cümleleri dikkatle okuyup, anlamı üzerinde iyice düşünün. Siz Tanrı'nın bir parçasısınız. Siz, her şeyi yaratan Kaynak'ın evrensel zihninden hâsıl olmuş, nefes alan bir canlısınız. Siz, Tanrı'yla birsiniz. Çok basit biçimde ifade etmek gerekirse, kendinizi sevip, kendinize güvendiğinizde, aynı anda sizi yaratan bilgeli-

ği de sever ve ona güvenirsiniz; kendinizi sevmeyip, özgüven duygusu beslemediğinizde, sonsuz bilgeliği reddeder, egonuzun lehine bir davranış içine girmiş olursunuz. Bu noktada şunu anımsamak çok önemlidir; yaşamınızın her anında Tanrı'nın evsahipliğini, ya da egonuzun rehinesi olmayı seçme şansınız vardır.

Tanrı'nın Evsahipliğini Kabul Etmek mi, Egonuzun Rehinesi Olmak mı?

Daha önceden belirttiğim gibi, sizi maddi anlamdaki kazanımlarınız ve başarılarınızla tanımlayan egonuz birtakım inançlar üzerine kurulmuştur. Egonuz sadece kendinizden şüphe etmeniz ve kendinizi reddetme hislerinden sorumludur. Egonuzun düşük standartlarıyla yaşamaya kalktığınızda, onun rehinesi durumuna düşersiniz. Bu durumda insan olarak değersiniz, kazanım ve başarılarınızla ölçülür. Kazanım ve başarılarınız kayda değer ölçülerde değilse,, siz de değersiz bir insan olursunuz ve diğer insanlar tarafından saygı görmeyen biri olarak nitelendirilirsiniz. Başkaları size saygı göstermezse ve değersiniz, başkalarının size ne gözle baktığına bağlı olursa, bu durumda kendinize saygı duymanız olanaksızdır. Söz konusu düşük seviyeli ego enerjisinin rehinesi durumuna düşersiniz ve bu enerji, kendinize saygı duymanız için başkalarının onayını bekler.

Sizi diğer insanlardan, hayatınızda yokluğunu hissettiğiniz şeylerden ve en kötüsü, Tanrı'dan ayıran egonuzun inancı, özsaygısı olan bir insan gibi yaşama yeteneğinize de engel olur. Egonun sizi diğer insanlardan ayırma niteliği, herkesle rekabete girme ve değerinizi, kazanımlarınızın çokluğuna bakarak belirleme hislerini güçlendirir. Egonuzun rehinesi durumundayken öz saygınızın olması olanaksızdır, çünkü başarısızlıklar nedeniyle eleştirildiğiniz hissine kapılırsınız. Olumsuz egonun ortaya koyduğu bu kasvetli tablo, kendi kendinizi reddetme duygusunu yaratır. Egonuz sizi ele geçir-

miş, rehin almıştır ve sizi yaratan Tanrı'nın evsahipliğini kabul etmenize kesinlikle izin vermez.

Tanrı'nın evsahipliğini kabul etmek demek, Kaynak'ınızla gerçek bağlantınızı daima görebilmek demektir. Bu durumda, yaratıldığınız Kaynak'la olan bağlantınızın kopmasının olanaksız olduğunu bilirsiniz. Ben şahsen Tanrı'nın evsahipliğini kabul etmekten kesinlikle çok mutluyum. Her gün yazı yazmak için masama oturduğumda bu satırları yazmama olanak tanıyan niyetin gücünden ilham ve güç alıyorum. Bu fikirleri bana veren, beni cismi dünyaya getiren Kaynak'a güveniyorum. Ben bu Kaynak'la ebedi anlamda bağlantıdayım.

Söz konusu bilinç, bu kitabı yazma niyetine saygısızlık etmeyi tabii ki içermiyor. Vardığım sonuç, bu kitabı yazmak ve elinizde tuttuğunuz şekliyle size ulaştırmak için niyetime yaraşır bir çaba ortaya koyduğumdur. Bir başka deyişle, parçası olduğum Tanrı'ya saygı duyuyorum. Niyetin gücüne bağlandım ve ona duyduğum saygı, kendime duyduğum saygıyı güçlendiriyor.

Tekrar etmek gerekirse, kendinizi sevmek ve kendinize saygı göstermekle, Tanrı'nın evsahipliğini kabul eder ve niyet etmenin gücüne bağlanmış olduğunuzdan, Yaratılış'ın enerjisini günlük yaşamınıza davet etmiş olursunuz.

Niyetin enerjisi ve özsaygınız. Sağlıklı olmak, refaha kavuşmak ve sevgi dolu ilişkiler kurmak niyetinizi gerçekleştirmeye değer bir insan olduğunuza inanmıyorsanız, yaratıcı enerjinin günlük hayatınıza akışının önüne set çekiyorsunuz demektir. Evrendeki her şeyin, çeşitli frekanslarda hareket eden enerji olduğunu anımsayın. Frekansınız ne kadar yüksekse, ruhani enerjiye o denli yakın olursunuz. Düşük frekanslardayken yaşamınızda zorluklarla karşılaşır, bir takım şeylerin eksikliğini duyarsınız. Niyetin kendisi, her şeyi var olma noktasına getiren birleşik bir enerji alanıdır. Bu alan doğa kanunlarının yuvası ve her insanın içsel nüfuz bölgesidir. Bu, her türlü olanağın alanıdır ve var oluşunuzun erdemi sayesinde, sizindir.

Niyetle bağlantınızı reddeden bir inanç sistemine sahip olmak, sonsuz alandaki niyet etmenin gücüne erişebilmeniz önündeki tek engeldir. Her türlü olanaktan yararlanmayı hak eden bir insan olmadığınızda inandığınız durumlarda düşük enerji yayarsınız. Bu inanç, sonunda enerji kalıbınız haline gelir ve her şeyi yaratan Ruh'un sınırsız bereketli olma niteliğinden yararlanamayacak kadar değersiz bir insan olduğunuz mesajını evrene gönderir. Kısa bir süre sonra içsel anlamda özsaygıdan yoksun bir insan olduğunuz inancına göre hareket etmeye başlar, her şeyin hâsıl olduğu niyet alanının sevgi dolu desteğini alma olanağınızdan kendinizi mahrum bırakırsınız. Sonuç olarak, yaşamınıza enerji akışını kesmiş olursunuz. Peki neden? Bunun tek nedeni kendinizi değersiz görmenizdir. Özsaygınızın olmaması, niyet ettiğiniz şeylerin yaşamınızda gerçekleşmesinde başlı başına bir etkidir.

Etki tepki kanunu paralelinde, kendinize saygı duyulmayacak bir insan gözüyle baktığınızda, yaşamınıza saygısızlığı davet edersiniz. Her şeyin kaynağına değersiz biri olduğunuz mesajını gönderdiğinizde, her şeyi yaratan evrensel Kaynak'a, Arzularımın gerçekleşmesine engel ol, çünkü ben bunlara nâil olmaya değer bir insan değilim, demiş olursunuz. Evrensel Kaynak bu mesaja, arzularınızın gerçekleşmesini durdurarak yanıt verir ve değersiz olduğunuza dair içsel inancınızı tekrar onaylıyarak, yaşamınıza çeşitli yollarla daha çok saygısızlığın girmesine yol açar. Örneğin, aşırı yemek yiyerek ve zehirli maddeler tüketerek bedeninize zarar vermeye başlarsınız. Kendinizi taşımanız, giyim tarzınız, spor yapmayı ihmal etmeniz, başkalarına davranma tarzınız vb. birçok yolla, özsaygı eksikliğini dışarı yansıtırınız.

Bu kasvetli tabloyu olumlu anlamda değiştirmenin yolu, kendinize saygı duymak ve evrenin sunduğu her şeyin değerli olduğunu hissetmek fikrine sonsuz biçimde bağlı kalmaktır. Herhangi bir insan başarı ve mutluluğa hak kazanmışsa, bu herkes için geçerlidir, çünkü herkes daima niyetle bağlantıdadır. Daha basit bir ifadeyle, kendinize saygı göstermemekle, sadece Tanrı'nın en muhteşem var-

lıklarından birine değil, aynı zamanda Tanrı'ya da saygı göstermemiş olursunuz. Kaynak'ınıza saygısızlık etmekle ona hayır demiş, niyetin gücünden uzaklaşırsınız. Bu durum, azimli niyetinizin yaşama geçirilmesini sağlayan enerji akışını durdurur. Dünyadaki tüm olumlu düşünceler bir araya gelse bile, söz konusu düşünceler niyetle bağlantınıza olan saygıdan doğmamışsa, size kesinlikle hiçbir yararı dokunmayacaktır. Düşüncelerinizin kaynağı takdir edilmeli ve sevilmelidir ki, bu, Tanrı'nın anlayışıyla uyumlu olan özsaygıya sahip olmak anlamına gelir. Düşüncelerinizin kaynağı nedir, peki?... Mevcudiyetinizdir. Mevcudiyetiniz, düşünce ve eylemlerinizin kaynaklandığı yerdir. Mevcudiyetinize saygısızlık ettiğinizde, niyet ettiğiniz şeylerin gerçekleşmemesi sonucunu doğuracak zincirleme reaksiyonu harekete geçirmiş olursunuz.

Özsaygıyı, tıpkı hayvanlarda olduğu gibi doğal halinizin bir parçası haline getirmelisiniz. Sahip olmayı amaçladığı şeyleri hak etmediğini düşünecek kadar kendini değersiz gören bir rakuna rastlayamazsınız. Rakunun kendini değersiz görme gibi bir durumu söz konusu olsaydı, beslenecek, barınacak veya amaçladığı şey her neyse onu gerçekleştiremeyecek kadar kendini değersiz bulma içsel düşüncesiyle hareket eder, sonunda ölürdü. Ama o saygıya değer bir varlık olduğunu bilir, kendini reddetmek için asla bir neden bulmaz ve 'rakunluğunu' kusursuz bir düzen içinde yaşar. Evren ona gereksinimlerini tedarik eder, o da gerçekleşmesi için dünyasını arzularına açar.

Kendiniz İçin Ne Düşünüyorsanız, Dünya İçin de Aynı Şeyi Düşünürsünüz

Yaşadığınız dünya hakkında ne düşünüyorsunuz? İnsanlara genel anlamda ne gözle bakıyorsunuz? Kötünün iyiyi altettiğini mi düşünüyorsunuz? Sizce dünya benmerkezci, bencil insanlarla mı dolu? Sıradan insanların bir şansı olduğuna inanıyor musunuz? Hükümetler ve icraatlarının çürümüşlüğüne, güvenilir olmaktan çıktığına mı

inanıyorsunuz? Sizce yaşam adil mi? Önemli mevkilerde tanıdığınız yoksa, ilerlemenin olanaksız olduğunu mu düşünüyorsunuz?

Yukarıda sözü edilen ve benzeri tüm yaklaşımlar, yaşamla olan kişisel etkileşiminizin ortaya koyduğu bilançonun eseridir. Düşünceleriniz dünyaya iyimser bakışı yansıtıyorsa, kendinizi de aynı şekilde hissedersiniz, kötümser bakışı yansıttığı durumlarda, siz de kendinizi aynı şekilde kötü hissedersiniz. Dünyaya genel anlamda ne gözle bakarsanız bakın, söz konusu bakış açısı, arzularınızı gerçekleştirmek adına yeteneklerinize ne kadar saygı gösterdiğinizin iyi bir işaretidir. Kötümserlik, mutluluğunuzu gerçekleştirmekte size yardımcı olacak niyetin gücüne erişebileceğiniz fikrine inanmadığınızı anlamına gelir.

11 Eylül’de New York’ta yaşanan olaylardan sonra bir büyükbaba ve torunu arasında geçen ve kulak misafiri olduğum şu konuşmayı nakletmek isterim size:

“İçimde uluyan iki kurt olduğunu hissediyorum,” demişti büyükbaba torununa. “Kurtlardan biri öfke, nefret, acı ve intikam doluymken, içimdeki öteki kurtsa sevgi, şefkat, sevecenlik ve bağışlama dolu.”

Torunu bunun üzerine, “Sence hangi kurt galip çıkacak?” diye sormuş, büyükbaba da, “Ben hangisini beslersem, o,” diye yanıtlamıştı.

Dünyaya iki farklı açıdan bakmamız olanaklıdır. Bir açıdan baktığımızda nefret, önyargı, kötü davranış, açlık, fakirlik ve şiddet görülebilir ve bu korkunç bir dünyadır. Böylece içimizde ulumakta olan ilk kurtu besleyebilir, tiksinti duyduğumuz şeylerin gözümüze daha çok batmasına olanak tanımış oluruz. Ancak bu durum, içimizin, bize acı ve zarar veren gözüyle baktığımız bu tip olumsuz duygularla dolmasından başka bir işe yaramaz. Dünyaya bu açıdan değil de, özsevgi ve özsaygı penceresinden de bakabilir, yaşadığımız süre içinde tanık olduğumuz diktatörlüklerin yıkılması, suç oranlarının azalması, ırk ayrımcılığı güden zalim hükümetlerin yıkılması, çevre bilincinin gelişmesi ve dünyanın, kitlesel ölümlere yol açabi-

lecek nükleer silahlar ve gereçlerden kurtulması yönünde gittikçe artan bilinç vb. olumlu gelişmelerin yaşandığını görürüz. Bu arada dünyada yaşanan her kötülüğe karşın, milyonlarca iyiliğin, güzelliğin de yaşandığını ve insanlığın umudunu temsilen, ulumakta olan ikinci kurtu besleyebileceğimizi kendimize anımsatırız. Kendinizi ilâhi bir varlık olarak görürseniz, dünyaya bu pencereden bakar, kötümser insanların sizi ve özsaygınızı etkilemesine izin vermezsiniz.

Dünyanın gidişatına dair kasvetli bir tablo çizdiğinizde, arzularınızı gerçekleştirmek için size yardım etmek üzere hazır bekleyen potansiyel yardım gücünden yararlanamazsınız. Aşağılık gözüyle baktığınız insanlar, gelip size yardım etmeyi neden istesinler? Evrensel güç reddedilene, nefret edilene nasıl yardım eli uzatsın? Bu kadar çürümüş, yozlaşmış bir dünya asil niyetlere sahip bir insana nasıl destek olsun? Tüm bu sorulara verilecek yanıt çok açıktır. İçinizde ne hissediyorsanız, yaşamınıza onu davet edersiniz. Kendinizi saygı duyulmaya değer bir insan olarak görmüyorsanız, saygısızlığı davet etmiş olursunuz. Söz konusu bu özsaygı eksikliği, niyet alanına bağlı kanalın paslanmış olmasının bir sonucudur. Kanal temizlenmeli ve her türlü olumsuzluktan arındırılmalıdır, bu da zihninizde gerçekleşecek değişimle bağlantılıdır.

Kitabın ikinci bölümünün ilk kısmında özsaygı konusunu işlemeyi özellikle istedim, çünkü kendinize saygınız yoksa, niyet sürecinin gerçekleşmesini en baştan yok etmişsiniz demektir. Güçlü bir özsaygı olmaksızın niyet etme süreci en düşük seviyede işleyecektir. Niyetin evrensel alanı sevgi, şefkat ve güzelliştir ve bunların tümü cismi dünyada mevcuttur. Her şeyi yaratan evrensel gücün faaliyetinden yararlanmak isteyen insanlar, söz konusu gücün sevgi, şefkat ve güzellik nitelikleriyle uyum içinde olmalıdır. Tanrı'nın yarattığı herhangi bir şeye veya herhangi bir canlıya saygı göstermiyorsanız, yaratıcı güce karşı saygısızlık etmiş olursunuz. Siz de yaratıcı gücün yarattığı varlıklardan birisiniz. Kendinize saygı duymazsanız niyet etmenin gücüyle olan bağlantınızı yüzüstü bırakmış, bir kenara atmış ve onunla bağlantınızı koparmış olursunuz.

Dünyaya bakış açınızın, özsaygı temeline kurulduğunu idrak etmeniz çok önemlidir. Sonsuz olanaklara inanın ve kendi adınıza yararlanacağınız olanaklara yer açın. İnsanlığın huzur içinde yaşaması ve her şeye açık olma eğilimininden yararlanması potansiyeline sıkı sıkıya sarılın, yaşamın sunduğu olanaklara açık, huzur içinde yaşayın. Evrenin bereket ve refah dolu olduğunu ve bu niteliklerin herkes için kullanılabilir durumda bulunduğunu bilin, evrenin, bereketli yüzünü size de göstermesi için duruşunuzu belirleyin. Özsaygınız, kutsal bir bağlantınız olduğu bilinciyle şekillenmelidir. Söz konusu ilâhi dayanağı hiçbir şeyin sarsmasına izin vermeyin. Bu yolla niyetle bağlantı kanalınız temizlenir ve siz, kendine saygılı bir insan olmanın kişisel bir tercih sonucunda ortaya çıktığını da ima bilirsiniz. Bunun, başkalarının hakkınızda ne düşündükleriyle yakından uzaktan ilgisi yoktur. Özsaygınız sadece ve sadece kendinize bağlı bir şeydir.

Özsaygıdaki öz. Özsaygımızı yitirme sonucunu doğuran en büyük hatalarımızdan biri, başka insanların hakkımızdaki düşüncelerine, kendi düşüncelerimize kıyasla çok daha fazla önem veriyor olmamızdır. Özsaygı, adı üstünde, özümüzden doğar. Söz konusu öz, burada bulunmanızı amaçlayan, belirli bir kalıbı olmayan sonsuz düzlemden gelip, moleküllerden ve fiziksel maddeden oluşan bir varlık olarak dünyaya gelmenizi sağlayan niyetin evrensel alanından ortaya çıkmıştır. Kendinize saygı göstermezseniz, Yaratılış sürecine de saygısızlık ediyorsunuz demektir.

Bu durumda, başka insanların sizinle ilgili görüşlerini olduğu gibi kabullenirsiniz. Bu görüşlerin özsaygınızı zayıflatmasına izin verirsiniz, kendinizi bir kenara atıp, saygı duymak için başkalarından onay bekler durumuna düşersiniz. Böylece, eleştirme, düşmanlık ve endişe gibi düşük enerji barındıran davranış tarzları aracılığıyla niyet alanıyla tekrar bağlantı kurma çabası içine girer, yaşamınıza söz konusu düşük enerjilerden gittikçe daha fazlasını davet edecek biçimde, düşük enerji titreşimlerinin kısır döngüsü içinde

yuvarlanır, durursunuz. Yüksek enerjinin, düşük enerjiyi geçersiz kılıp, kendine dönüştürdüğünü, ışığın karanlığı yok ettiğini, sevginin, nefreti dağıttığını unutmayın. Düşük enerjili olumsuz düşünce ve fikirlerin sizi yönlendirmesine izin vermeyi kişiliğinizin temeline oturttuğunuzda, evrensel zihinden de aynı şekilde hareket etmesini istiyorsunuz demektir. Peki, neden? Çünkü yüksek frekansların hâkim olduğu ortamda niyetin evrensel Kaynak'ı yaratıcılık, sevgi, şefkat, güzellik ve bereket niteliklerini en saf haliyle ortaya koyar. Özsaygı, yüksek enerjiye davetiye çıkarırken, özsaygı eksikliği, düşük enerjileri kendine çeker. Aksi bir durumun olması söz konusu değildir.

Başka insanlara olumsuz gözle bakmak, düşük enerjili egolarının sizin adınıza işbaşında bulunmasını temsil eder. En basit şekilde ifade etmek gerekirse birini yargıladığınızda, o an o insana sevgi duymuyorsunuz demektir. Aynı şekilde, sizi yargılayan, size sevgi duymayan insanlar da olacaktır, ama bunun özsaygınızla hiçbir ilgisi yoktur. Başka insanların eleştirileri (ve tabii sizin eleştirileriniz) sizi Kaynak'ınızdan ve dolayısıyla niyet etmenin gücünden uzaklaştırır. Arkadaşım ve aynı zamanda meslektaşım olan Gerald Jampolsky'nin ifade ettiği gibi, "Başka insanları eleştirme dürtüme karşı koymayı başardığımda, o insanlara, huzuru, yargılamak, eleştirmek yerine ancak ve ancak bağışlayıcı olmakla yakalayabileceğimi bana anımsatan ve bana bağışlayıcı olmayı öğreten öğretmenler gözüyle bakıyorum."

Özsaygıdaki özü ancak bu şekilde yakalayabilirsiniz. Sizi eleştiren ve bu yolla özsaygınızı zayıflatanları eleştirmek yerine, onlara karşı bağışlayıcı olun ve aynı davranışı size karşı sergilediklerini hayal edin. Bu durumda niyetle bağlantı kurarsınız, ilâhi yönünüze daima saygılı olacağınızı garanti eder ve niyet alanındaki yüce gücünüzden yararlanmayı olanaklı hale getirecek yolu temizlersiniz.

Niyet Ettiğiniz Şeyi Gerçekleştirmek

Bu bölümde, kendinize her koşulda saygı duyma niyetinizi gerçekleştirmenin on yolunu okuyacaksınız.

1. Adım: Gün içinde sık sık aynaya bakın, görüntünüzle göz teması sağlayın ve olabildiğince sık, “Kendimi seviyorum” sözlerini tekrarlayın. Kendimi seviyorum: Bu iki sihirli sözcük özsaygı-
rınızı korumanıza yardım edecektir. Yaşam boyu karşı karşıya geldiğiniz koşullardan ve bu sözlerin, egonuzun sizden sıkı sıkıya sarılmanızı istediği saygı eksikliği kalıntılarını yüzeye çıkarma olasılığından dolayı, başlarda bu sözleri söylemekte zorlanabileceğinizin bilincinde olun.

İlk tepkiniz, bu durumu egonuzun herkesten üstün olma arzusunun bir ifadesi olarak değerlendirme yönünde olabilir. Ama bu kesinlikle egonun ifadesi değil, özsaygının onaylanmasıdır. Egonun hâkimiyetindeki zihninizi aşın, kendinize ve Tanrı’nın Ruh’uyla olan bağlantınıza karşı duyduğunuz sevginin bilincinde olun. Bu sizi diğer insanlardan üstün kılmaz; tam tersine, herkes ve herşeyle eşit olmanızı ve Tanrı’nın bir parçası olmaktan dolayı mutluluk duymanızı sağlar. Özsaygınız için, sizi dünyaya getiren bu güce saygı göstermek için bu sözleri söyleyin. Bu sözleri söyleyin, çünkü ancak bu şekilde Kaynak’ınızla bağlantıda kalabilir ve niyet etmenin gücünü tekrar kazanabilirsiniz. Kendimi seviyorum... Hiç utanmadan, sevginin, özsaygının bir ifadesi olarak yüksek sesle ve gururla bu sözleri tekrarlayın.

2. Adım: Şu sözleri bir kâğıda yazıp, tekrar tekrar okuyun: *Tıpkı yaratıldığım gibi sağlam ve mükemmelim!* Bu kâğıdı cüzdanınızda taşıyın, her an görebileceğiniz biçimde buzdolabınıza, çalışma masanıza, başucunuza asın ve sözlerin yüksek enerji ve özsaygı kaynağı olmasını sağlayın. Gittiğiniz her yere bu sözlerin yazılı

olduğu kâğıdı taşımak ve bu sözlerle aynı mekânda olmakla bile, olumlu enerjinin doğrudan size akışını sağlamış olursunuz. Özsaygı, sizi yaratan Kaynak'a saygı gösterdiğiniz gerçeğinden ortaya çıkmıştır ve siz başka insanların ne düşüneceğini dikkate almadan, o Kaynak'la tekrar bağlantı kurmaya karar verirsiniz. Sizi tanımlayan Tanrı'nın enerjisinin bir parçası olarak, daima güvenebileceğiniz Kaynak'tan sonsuza dek saygı görecektir kadar değerli olduğunuz başlarda kendinize sık sık anımsatmanız çok önemlidir. Bu anımsatma, özsaygınızı geliştirmek ve sonuçta niyet etmenin gücünü yaşamınızda kullanma yeteneğini geliştirmek yolunda mucizeler yaratacaktır. Bıkmadan, usanmadan şu sözleri tekrarlayın: Ben bedenim değilim. Ben kazanımlarım değilim. Ben başarılarım değilim. Ben toplumdaki konumumla tanımlanamam. Ben tıpkı yaratıldığım gibi sağlam ve mükemmelim!

3. Adım: Başka insanlara ve tüm yaşama daha fazla saygı gösterin. Kendinize saygı duymanın belki de en büyük sırnı, başkalarını daha fazla takdir etmektir. Bunu yapmanın en kolay yolu, başka insanların içinde de Tanrı'nın yaşadığını görebilmektir. Geçmişte, başkalarının görünüşü, başarısızlığı ve başarısı, toplumdaki yeri, zenginliği veya bundan yoksun olma hali ile ilgili yaptığınız eleştirileri düşünün ve sonra, hepsinin hâsıl olduğu Kaynak'ı takdir edip, ona sevgi duyun. Herkes, ama herkes Tanrı'nın çocuğudur! Şeytani amaçlar doğrultusunda davranan insanlara bile bu gözle bakmaya çalışın. Sevgi ve saygıyı ne kadar geniş bir alana yayarsanız, bizi Kaynak'tan uzaklaştıran değil, ona yaklaştıran enerjiyi yakınınıza çekmiş olursunuz. Kısaca ifade etmek gerekirse, her şeye ve herkese karşı saygılı olun, çünkü ifşa etmeniz gereken şey saygıdır. Aynı şekilde size geri dönecek eleştirel tutumları sergilemekten ve düşük enerjilerden uzak durun. Bir insanı eleştirdiğinizde onu tanımlamazsınız, eleştirilme gereksinimi duyan kendinizi tanımlamış olursunuz. Size yöneltilecek eleştiriler için de aynı durum söz konusudur.

4. Adım : Kendinize ve tanıdığınız herkese bir şeylere ait olduğunuz duygusunu ifade edin. Ait olma duygusu, Abraham Maslow'un (bir sonraki kısmın başında irdelleyeceğim) 'arzularını hayata geçiren kişilik' piramidinin en önemli niteliklerinden biridir. Kendinizi bir yere ait hissetmiyorsanız veya yanlış yerde bulunduğunuzu düşünüyorsanız, bu durum özsaygı eksikliğine yol açabilir. Herkesin bir şeylere ait olduğu bilinciyle kendinize ve ilâhi yönünüze saygı duyun, bir şeylere, bir yerlere ait olma duygunuzu asla sorgulamayın. Evrendeki mevcudiyetiniz buraya ait olduğunuzun başlı başına bir kanıtıdır zaten. Buraya ait olup olmadığınıza başkaları karar veremez. Bu, bir parçası olduğunuz mahir sistemdir. Yaratılışın bilgeliği bu dünyada, bu akrabalarla, bu eş ve çocuklarla bulunmanızı tasarlamış ve bu değerli mekânı işgal etmenize karar vermiştir. Bir şeylere ait olduğunuzu kendi kendize tekrarlayın ve gerektiğinde yüksek sesle ifade edin. Diğer tüm insanlarda tıpkı sizin gibi bir şeylere aittir. Kimse bu dünyaya tesadüf eseri gelmez!

5. Adım: Asla yalnız olmadığınızı kendinize anımsatın. Yalnız kalmamın söz konusu olmadığını bildiğim sürece özsaygımı kaybetmem olanaksızdır. Beni asla yüzüstü bırakmamış, kendimi Kaynak'ım tarafından terk edilmiş gibi algıladığım zamanlarda bile yanımda olmuş, "büyük bir ortağım" var benim. Evrensel zihin burada bulunmama izin verecek, benim aracılığım ile eylemlerini gerçekleştirecek ve doğru yoldan çıkıp, ruhani olmayan tehlikeli bazı yollara saptığım zamanlarda beni koruyacak kadar bana saygı duyduğuna göre, o zaman bu ortaklık da aynı şekilde benden saygı görmeyi hak ediyor demektir. Phoenix, Arizona'daki KTAR radyo kanalında sunuculuk yapan arkadaşım Pat McMahon, bir gün programında Rahibe Teresa'yı konuk etmeden hemen önce onunla arasında geçen bir konuşmayı nakletmişti bana. Pat, Rahibe Teresa adına bir şey yapmak için ısrarla kendisine fırsat tanımasını rica etmiş, ona, "Ne olursa olsun, size bir şekilde yardım etmek istiyorum," diye yalvarmıştı. Bunun üzerine Rahibe Teresa Pat'e şöyle bir bakmış

ve, “Yarın sabah saat dörtte kalk ve Phoenix sokaklarına çık. Sokakta yaşayan ve kendini yalnız hissettiğini söyleyen birini bul ve onu yalnız olmadığına ikna et,” demişti. Bunun harika bir öneri olduğunu söylemeliyim. Kendinden şüphe eden veya kendini kaybolmuş gibi hisseden insan, özsaygısını da kaybetmiştir, çünkü yalnız olmadığını unutmuştur.

6. Adım: Bedeninize saygı gösterin! İçsel, görünmeyen varlığınıza sonsuzlukta kısa bir süre için evsahipliği yapması için size kursosuz bir beden bahşedilmiştir. Bedeniniz, boyutlarına, biçimine, rengine veya görünümüne dair herhangi bir niteliğine bakılmaksızın bu dünyada bulunmanızı sağlayan mükemmel bir yaratılışın sonucudur. Sağlıklı olmak için çalışmanıza gerek yoktur, sağlık, siz bozmak için hareket etmediğiniz sürece zaten sahip olduğunuz bir şeydir. Sağlıklı bedeninizi aşırı beslenerek, spor yapmayarak ve toksinler, uyuşturucularla güçten düşürecek, sinirli, endişeli, karamsar, huysuz hissettirecek sayısız hastalıkla başbaşa bırakarak sağlığını bozabilirsiniz. Böyle davranmak yerine, niyet ettiğiniz şeyleri gerçekleştirmek adına size evsahipliği yapan tapınağınıza saygı gösterip, özgaygısı olan bir insan gibi yaşam sürebilirsiniz. Yapılması gerekenleri biliyorsunuz; başka bir diyet, spor programı veya danışmana gereksinimiz yoktur. Bedeninizin sesini dinleyin ve özsaygının öngördüğü biçimde ona akıllı ve sevgi dolu davranın.

7. Adım: Size daima saygı duyan Kaynak’ınızla bilinçli şekilde bağlantıda kalmak için meditasyon yapın. ‘Meditasyon, beş duyunun sezemediği şeyleri yaşamının bir yoludur’ sözlerini tam anlamıya doğru bulduğumu söyleyemem. Niyet etme alanıyla bağlantı kurduğunuzda, içinizde var olan bilgelikle bağlantı kurmuş olursunuz. İlâhi bilgeliğin size büyük saygısı vardır ve bu dünyada yaşarken sizi bağrına basar. Meditasyon, özsaygılı olma halinde kalmayı sağlama almanın bir yoludur. Çevrenizde neler olup bittiğine bakmaksızın meditasyonun kutsal mekânına girdiğinizde, saygı du-

yulan değerli bir varlık olduğunuza dair tüm şüphelerden arınır, meditasyonun gücünden yararlanarak Kaynak'ınızla bağlantı kurduğunuz hisseder, başta kendiniz olmak üzere tüm varlıklara karşı saygı duymanın getirdiği duygunun güzelliğini yaşarsınız.

8. Adım: Düşmanlarınız, muhaliflerinizle ilişkinizi düzeltin. Muhaliflerinizle aranızı düzeltme yönünde bir adım atmak, onlara saygı gösterdiğinizin bir işareti olacaktır. Söz konusu bağışlayıcı enerjiyi dışarı vermekle, saygı dolu, olumlu benzer enerjinin aynen size doğru akmaya başladığını görürsünüz. Söz konusu insanlarla aranızı düzeltmek adına adım atacak kadar asil davranmakla –haklı olduğunuzda hâlâ ısrar etseniz bile– öfke, acı ve gerilim enerjisi yerine şefkat enerjisini getirmiş ve baştaki bağışlayıcı tavrınız sonrasında hissettiğinizden çok daha yoğun biçimde kendinize saygı duymaya başlamış olursunuz. Birine karşı büyük bir öfke duyduğunuzda, benliğinizin büyük bir bölümü sizi güçten düşüren bu enerjinin varlığına karşı tepki duyacaktır. Şimdi bir an için durup, incittiğiniz veya sizi incitmiş olan o insanla yüzleşin ve ilişkinizi düzeltmek istediğinizi söyleyin ona. Bu durumda kendinizi çok daha iyi hissettiğinizi göreceksiniz. İşte o anda havayı temizleyen o iyi hissetme duygusu, özsaygıdır. Bu, düşük enerjili duygulara kıyasla, çok daha fazla cesur olmaya, karakter gücüne ve içsel inanca bağlı bir şeydir.

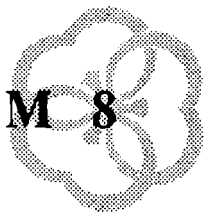
9. Adım : Özsaygıdaki özü daima anımsayın. Bunu yapabilmek için başkalarının hakkınızdaki sözlerinin gerçek değil, sadece bir görüş olduğunu bilmeniz gerekir. Örneğin, verdiğim konferansla beş yüz kişilik bir kalabalığa hitap ettiğimde, o günün sonunda hakıkımda beş yüz ayrı görüşün oluştuğunu bilirim, ama ben o görüşlerden hiçbirini değilim. Karşımdaki insanların hakkımda düşündüklerinden sorumlu olamam. Sorumlu olduğum tek şey, kendi karakterimdir ve bu hepimiz için geçerli bir durumdur. Kendime saygı duyduğumda, özsaygıdaki öze de güveniyorum demektir. Kendimden

şüpheye düşersem veya kendimi cezalandırma yoluna gidersem öz-saygımı yitirmekle kalmam, aynı zamanda kendim hakkında daha da fazla şüpheye düşer ve kendimi daha çok cezalandırmayla sonuçlanacak düşük enerjili görüşlere davetiye çıkarmış olurum. Kendi özünüz ve özsaygınıza güvenmezseniz, burada bulunmamızı sağlayan evrensel zihinle bağlantıda kalamazsınız.

10. Adım: Daima şükredin. Şükretmenin, başarının son adımı olduğunu kısa sürede fark edeceksiniz. Yaşamınızda ortaya çıkan her şeyi küçük görmek, kıymetini bilmemektense, olan bitenlere karşı minnettarlık duyun. Tanrının, verdiği her şey için şükürler olsun, dediğinizde ve yaşamınız, gördüğünüz ve yaşadığınız her şey için duyduğunuz minnettarlığı vurguladığınızda, Yaratılış'a saygı göstermiş olursunuz. Söz konusu saygı içinizdedir ve ancak içinizde var olan bir şeyi başkalarına dağıtabilirsiniz. Daima minnettar olmak, kendinize saygılı duymakla aynı şeydir ve bunu başka insanlara karşılıksız olarak verdiğinizde, on misli fazlasıyla size geri dönecektir.

Kitabın bu bölümünü, fikrini, havarilerinden Markos aracılığıyla ileten İsa'nın sözleriyle kapatmak istiyorum: "Tıpkı, cennetten çıkma Babanız gibi mükemmel olun." Siz de hâsıl olduğunuz mükemmeliyetle bağlantınızı yeniden kurduğunuzda, kendinize bundan daha fazla saygı gösteremeyeceğinizi anlayacaksınız!!





NİYETİM:
**YAŞAMIMI
BELİRLİ BİR AMAÇ
DOĞRULTUSUNDA
SÜRDÜRMEKTİR**

*Gerçekler doğrultusunda çalışmayı başaramayanlar,
yaşamın amacını ıskalamış insanlardır.*

Buda

*Yaşarken tek işiniz Tanrı'yı idrak edecek
düzele gelmektir. Bunun dışında
her şey gereksiz ve değersizdir.*

Sivananda

Bir amaca sahip olma mefhumu, Abraham Maslow'un bundan elli yıldan fazla bir süre önce yarattığı, 'arzularını yaşama geçiren kişilik' piramidinin tepe noktasında yer alır. Dr. Maslow yaptığı araştırmalar sonucunda, belli bir amaç doğrultusunda yaşayanların, insanlığın sahip olabileceği en kaliteli hayatı yaşadıklarını ortaya koymuştur. İnsanın gelişimi, motivasyonu ve ruha-

ni anlamda farkında olma duygusu alanında yaptığım yıllar boyu süren çalışmalar esnasında, bu konunun insanlar tarafından en çok merak edilen konu olduğunu gördüm. İnsanlar en çok şu sorularla karşıma geliyorlardı: Amacımı nasıl tespit edeceğim? Gerçekten de böyle bir şey var mı? Yaşamdaki amacımı neden bilmiyorum? Bir amaç doğrultusunda hareket etmek, arzularını yaşama geçirmiş insanların çoğunun hayat serüvenlerinde başardıkları şeydir. Ancak birçok insanın amaç mefhumu oldukça azdır, hatta yaşamda bir amacı olduklarına şüpheyle bakarlar.

Amaç ve Niyet Etme

Bu kitabın anafikri, niyetin evrende bir güç olduğu ve her şey ve herkesin bu görünmez güçle bağlantısı bulunduğuudur. Bu, hepimizin bir parçası olduğumuz bir zekâ sistemidir ve bu dünyaya gelen her şey bu zekâ sisteminden doğmuştur, yani burada var olan bir şey, burada bulunmaması gereken bir şey olsaydı, o zaman var olmazdı. Eğer burada var oluyorsa, bunun bir nedeni var demektir ve bu da benim için yeterlidir. Bu dünyadaki mevcudiyetiniz gerçeği, bir amacınız olduğuna işaret eder. Daha önce de belirttiğim gibi çoğumuzun aklına takılan soru, “Amacım nedir?” sorusudur. Bunu merak eden çok insanın olması, aynı sorunun farklı biçimlerde ortaya atılmasına neden olmuştur: Benim ne yapmam gerekiyordu? Mimar mı, çiçekçi mi, yoksa veteriner mi olmam gerekirdi? İnsanlara yardım mı etmeliyim, yoksa araba tamircisi mi olmalıyım? Bir aile yaşamı mı sürmeliyim, yoksa vahşi ormanlarda şempanzeleri kurtarmakla mı uğraşmalıyım? Çoğumuz buna benzer birçok soruyu kendi adımıza sorar ve doğru şeyi yapıp, yapmadığımızı merak ederiz.

Kitabın bu bölümünü okurken, bu tür soruları aklınızdan silmenizi istiyorum. Bu sorularla haşır neşir olmak yerine, niyetin evrensel zihnine inanın ve güvenin, bu zihinden meydana geldiğinizi ve bu zihnin bir parçası olduğunuzu daima anımsayın.

Niyet etme ve amaç, DNA'nızın çifte sarmal eğrisi kadar güzel ve doğal biçimde birbirine sarmalanmış iki şeydir. Tesadüf diye bir şey yoktur. Siz atom ve biçim dünyasına ayak basmadan evvel belirlenmiş bir amaç doğrultusunda buradasınız. Sorun olarak gördüğünüz birçok şey, niyet etmeyle olan bağlantınızın kopması ve o nedenle ruhani gerçek kimliğinizden bihaber olmanız sonucu olarak ortaya çıkar. Söz konusu bağlantı kanalını iyileştirme ve tekrar bağlantıyı kurma süreci, yaşamınızı belli bir amaç doğrultusunda sürdürme niyetinizin temelidir. Bu kanalı temizlediğinizde iki önemli şeyin farkına varırsınız. Birincisi, amacınızın, nasıl hissettiğinize bağlı olarak ne yaptığınızla alakası olmadığını anlarsınız. Farkına varacağınız ikinci şey, kendinizi bir amaç doğrultusunda hareket ediyor gibi hissetmenin, niyet etme gücünüzü, niyet etmenin yedi yüzüyle uyumlu herhangi bir şey yaratmak konusunda harekete geçirdiği olacaktır.

Kendinizi bir amaç doğrultusunda hareket ediyor hissetmek. Yaşarken ne yapmalıyım?.. Hiçlikten gelmiş ve bir hiç olarak buradan göçecek bir varlık olarak yapabileceğiniz tek bir şey vardır, o da yaşamınızı başkalarına hediye etmektir. En çok başka insanlara yardım ettiğiniz durumlarda kendinizi bir amaç doğrultusunda yaşıyor hissedersiniz. Başka insanlara, gezegene ve Kaynak'ınıza bir şeyler verdiğinizde, bir amaç doğrultusunda hareket ettiğinizi algı-larsınız. Ne yapmayı seçerseniz seçin, başkalarına gerçekten karşılık beklemeksizin yardım etme konusunda motivasyonunuz varsa, sonuçta size gerisin geri gelecek bereketin hacmine bakmaksızın, kendinizi bir amaç doğrultusunda hareket ediyor hissedersiniz.

Hayatınızı bir amaç doğrultusunda yaşamaya niyetlisiniz. Peki bu anlamda ruhani Kaynak'ın durumu ne olacaktır? Ruhani Kaynak, hiçlikten bir şeyler yaratmak için yaşam gücünü sürekli olarak kullanma sürecindedir. Siz de, ne verdiğinizizi veya ne yarattığınıza bakmaksızın aynı şeyi yaptığınızda, niyet etmeyle uyum içindesiniz demektir. İşte o noktada, evrensel zihnin daimi olarak bir amaç doğrultusunda hareket etmesi gibi, sizin de bir amacınız olur.

Bunu bir adım ileri götürelim. Yaşamın evrensel Kaynak'ı, sahip olduğu güçlerle ne yaptığını düşünmek durumunda mıdır? Gücünü bir ceylan veya çıyan aracılığıyla mı ortaya koymayı düşünür? Nerede yaşadığını veya sonuçta ne yaratacağını düşünmekle mi meşguldür? Hayır... Kaynak'ınız kendini niyet etmenin yedi yüzü aracılığıyla ifade etmeyi düşünür yalnızca. Detaylar otomatik olarak halledilir. Aynı şekilde, yaşamınızda bir amaç doğrultusunda hareket etme hissiniz de, niyet etmenin yedi yüzünün aracılığının akışında ifade eder kendisini.

Siz de, mesleki seçiminizi veya kaderin yapmanızı öngördüğü şeyleri düşünmeksizin, içinde geliştirdiğiniz hissiyatla hareket etmeye çalışın. Başkalarına yardım etmeye başladığınızda veya şefkati sınırlarınızın ötesine taşıdığınızda, Kaynak'ınızla bağlantı kurduğunuzu hissedecek, doğru şeyi yaptığınızın bilinciyle mutlu ve hoşnut olacaksınız.

Bana gönderilen mektupları okurken veya havaalanında yürürken, bir restoranda yemek yerken sık sık karşılaştığım insanların, amacım doğrultusunda hareket ettiğimi anlamamı sağlayan, Wayne Dyer, sen hayatımı değiştirdin. Kendimi kaybolmuş gibi hissettiğimde bana sen yardım ettin, gibi yorumları sayesinde o içsel mutluluk hissinin duyanım. Kitabımdan aldığım telif ücreti veya yazdığım kitaba dair övgüler de beni mutlu eder tabii ki, ama yukarda sözünü ettiğim mutluluk hissi bundan oldukça farklı bir şeydir. İnsanların minnettarlıklarını kişisel olarak ifade etmeleri, belli bir amaç doğrultusunda yürüdüğüm bilincine destek olur.

Bilinçli bir tercih doğrultusunda seçtiğim mesleğimin dışında, bir amaç doğrultusunda hareket ettiğimi hissetmemi sağlayan her gün binlerce şeyle karşılaşırım. Gereksinimi olan birine yardım elini uzattığımda, bir restoranda veya bir mağazada üzüntülü gördüğüm bir elemanı neşelendirdiğimde, arabasında yalnız kalmış bir çocuğu güldürdüğümde, hatta yerdeki bir çöpü kaldırıp, çöp kutusuna attığımda insanlara yardım ettiğimi, bir yararım dokunduğunu hissederek, bir amaç doğrultusunda hareket ettiğimin bilincine varırım.

Sonuç olarak söylemek istediği şey şudur: Niyet etmenin yedi yüzüne sadık kalarak bir amaç doğrultusunda hareket edin, detaylar kendi kendiliğine hallolacaktır. Bu durumda amacınızın ne olduğunu veya onu nasıl bulabileceğinizi sormak gereğini asla duymazsınız.

Amacınız sizi bulacaktır. Kitabın bir önceki kısmında niyet etmeyle bağlantı kurmanın önündeki engelleri gözden geçirmiş ve düşüncelerimizin en önemli engel olduğunu vurgulamıştım. Bununla, bütün gün ne düşünüyorsak ona dönüştüğümüzü işaret etmek istiyorum. Yaşamınızda bir amacınız olduğu hissini duyanıza engel olan ne tür düşüncelere sahipsiniz? Örneğin amacınızdan uzak olduğunuzu ve belli bir hedef gütmeksizin bir yerlere sürüklendiğinizi düşünüyorsanız, yaşamınıza da aynı tür şeyleri davet ediyorsunuz demektir.

Böyle düşünmek yerine bu evrenin, düşünce, duygu ve eylemlerinizin özgür iradenizin bir parçası olduğu ve bunların da niyet etmenin gücüyle bağlantı kurduğu, belli bir amaç doğrultusunda yaratılmış bir evren olduğunu bildiğinizi farzedin. Amaçsız ve hedefsiz olma düşüncesinin, amacınızın gerçek bir parçası olduğunu farzedin. Sevdiğiniz birini kaybetme düşüncesinin, o kişiyi eskisinden de daha çok sevmenizi sağlaması veya hastalandığınızda, sağlığınıza değerini daha iyi anlamanız gibi, değersiz olduğunuz düşüncesinin de değerinizi anlamaya yardım ettiğini farzedin.

Amacınızı sorgulayacak ve onunla nasıl bağlantı kurulacağını soracak kadar bilinçli olduğunuzda, niyet etmenin gücü tarafından teşvik ediliyorsunuz demektir. Bu dünyada bulunma amacını sorgulama eylemi, düşüncelerinizin niyet etme alanıyla tekrar bağlantı kurma yolunda sizi teşvik ettiğinin bir işaretidir. Amacınız hakkındaki düşüncelerinizin kaynağı nedir? Neden bir amaç doğrultusunda hareket ettiğinizi hissetmek istiyorsunuz? Amaç mefhumuna sahip olmak, neden her yönüyle başarılı bir hayat yaşayan insanın sahip olduğu en önemli nitelik olarak görülür? Düşüncenin kaynağı,

enerji ve zekânın sonsuz deposudur. Bir anlamda, amacınız hakkındaki düşünceleriniz, sizinle tekrar bağlantı kurmaya çalışan gerçek amacınızdır. Sevgi dolu, şefkatli, yaratıcı, bereketli enerjinin söz konusu sonsuz deposu, her şeyin hâsıl olduğu zekâdan ortaya çıkar ve evrensel zihni kendinize has biçimde ifade etmeniz için sizi kamçılar.

Bu kısmın başına yer alan iki alıntıyı bir kez daha okumanızı isterim. Buda gerçeğe işaret ederken, Sivananda da gerçek amacınızın Tanrı'yı idrak etmek olduğunu söyler. Bu kitabın tamamı, niyet etmenin gücüne ve bizleri her şeyi yaratan ilâhi Kaynak'tan ayrı olduğumuza inandırmaya, nihai gerçeği fark etmemizi engellemeye çalışan egoyu bir kenara atmaya adanmıştır. İşte bu nihai gerçek düşüncelerinizin kaynağıdır.

Söz konusu içsel mevcudiyet burada olmanızın nedenini bilir, ama egonuz para, prestij, isim yapma ve bedensel zevkler peşinde koşmanız için sizi tahrik eder ve sonuçta yaşamın amacını ıskalmanıza neden olur. Kendinizi doymuş gibi hissedersiniz, toplum içinde bir isim yapmışsınızdır, ama Peggy Lee'nin eski bir şarkısında dediği gibi, "Hepsi bu mu?"ya benzer bir duygu içinizi kemirir. Egonun taleplerine odaklanmak, amacınızın gerçekleşmediği duygusuyla başbaşa bırakır sizi. İçinizin derinlikleri, mevcudiyetinizin bulunduğu yer, olmayı, başarmayı niyet ettiğiniz şeydir. İşte bu içsel mekânda niyet etmenin gücüyle bağlantı kurarsınız. Bu güç sizi bulacaktır. Bu güçle bilinçli bir bağlantı kurmaya çabalayın ve onu dinleyin. Ruhunuzun kaynağında olmaya gayret ederek başlayın işe. Niyet etmenin ve amacın birbiriyle mükemmel biçimde uyumlu olduğu ve sizi, işte aradığınız bu noktasına getirecek tezahürün yaşadığı, ruhunuzun o seviyesine ulaşın.

İçsel bilince sahip olmak. Değerli psikolog ve filozof William James'in dediği gibi, "Zihnimizin karanlıkta kalmış arka planında ne yapmamız gerektiğini biliriz... Ama bir nedenden dolayı harekete geçemeyiz... Her an bu kötü büyüünün bozulmasını ümit ederiz... ama o aynen devam eder ve biz de onunla beraber sürükleniriz..."

Bir terapist ve yaşamları hakkında binlerce insanla sohbet etmiş bir konuşmacı olarak yaşadığım tecrübeler ışığında benim de aynı sonuca vardığımı söyleyebilirim. Amacın çağrısı, hepimizin derinlerinde bir yerde, gömülü halde yatmaktadır. Bu çağrı her zaman rasyonel olmaz, her zaman net olarak tarif edilmez ve bazen gözü-müze saçma gibi görünür, ama yine de orada olduğunu biliriz. İçinizde bir yerlerde kendinizi ifade etmenizi amaçlayan sessiz bir şey vardır. O şey, sevgi, şefkat ve alıcı olma eğilimi aracılığıyla niyet etmenin gücüyle bağlantı kurmanızı ve onu dinlemenizi söyleyen ruhunuzdur. İşte bu sessiz içsel bilinç sizi asla yalnız bırakmaz. Siz onu inkâr etmeye ve yokmuş gibi davranmaya çalışsanız da, kendi başınıza kaldığınız ve kendinizi dinlediğiniz anlarda, içinizdeki boşluğun, onu müziğinizle doldurmasını beklediğini duyumsarsınız. Bu duygu, o anda var olan riskleri almanızı ve hem kendi egonuzu, hem de sizin adınıza daha kolay, daha güvenli birtakım yollar öneren başkalarının egosunu da yok farzetmenizi ister sizden.

İronik biçimde, içsel bilince sahip olma duygusunun illa özel bir görev ifa etmekle, belli bir mesleğe sahip olmakla veya özel bir mekânda yaşamakla ilgisi yoktur. Bu, size bahşedilen yeteneği yaratıcı, sevgi dolu biçimde kullanmakla ilgilidir ve dans etmek, yazmak, doktor, aşçı, öğretmen, bestekâr, şarkıcı olmak, bahçıvanlık yapmak, çocuk yetiştirmek gibi herhangi bir faaliyet aracılığıyla gerçekleştirilebilir. Ancak bu faaliyetleri ya egonuzu pohpohlayarak, ya da başkalarına hizmet ederek gerçekleştirebilirsiniz. Egonun tatmin edilmesi, tatminsizlik duygusunun ortaya çıkması ve amacın sorgulanmasıyla sonuçlanacaktır. Kaynak'ınızın egodan arınmış olması ve sizin, amacınızın hâsıl olduğu Kayanak'ınızla bağlantı kurmaya çaba göstermenizdir bunun nedeni. Faaliyetinizi gerçekleştirirken başkalarına hizmet ediyorsanız, bir amaç doğrultusunda hareket ettiğinizi duyumsar, kendinizi mutlu hisseder, bu arada sahip olmayı arzuladığınız şeyleri yaşamınıza fazlasıyla davet eder bir konuma gelirsiniz.

Kızım Skye, burada ifade etmek istediğim şeye iyi bir örnektir. Skye, konuşmaya ilk başladığı andan itibaren şarkı söylemekten

hoşlanır, sanki şarkı söylemek üzere bu dünyaya gelmiş gibidir. Dört yaşına geldiğinde ilk kez benim hitap ettiğim bir topluluk karşısında şarkı söylemiş, bugün yirmi bir yaşına gelinceye kadar geçen süre içinde hem verdiğim konferanslar sırasında, hem de bazı televizyon programlarımda bu faaliyetini sürdürmüş ve şarkıcılığı hep takdir toplamıştır.

Önde gelen üniversitelerin birinde eğitim alan Skye, akademik ve teorik anlamda müzikle hep içli dışlı oldu. Onunla üniversiteye devam ettiği ilk yılda bir gün, amacı ve içsel bilgiye sahip olma konusunda sohbet etmiştik. Skye bana, “Üniversiteden ayrılısam üzülür müydün?” diye sormuştu. “Sınıfta oturup, müzik teorisi üzerine ders görmekle, yapmam gerektiğini bildiğim şeyi yapabileceğimi sanmıyorum. Ben beste yapıp, şarkı söylemek istiyorum. Aslına bakarsan aklımda hep bu var, ama annemi ve seni hayal kırıklığına uğratmak da istemiyorum.”

Okuyucularına, içlerinde müziği hissettikleri sürece yaşayacaklarını söyleyen ben, ergenlik yaşını geçmiş kızıma doğru davranışın üniversiteye devam etmek olduğunu, zamanında benim de aynı şeyi yaptığını nasıl söyleyebilirdim? O anda, çok ufak yaşlarda kendini belli eden şarkı söyleme yeteneğine dair içsel bilince kulak kabartmaya ve kalbinin sesini dinlemeye cesaretlendirdim onu... Bir zamanlar Gandi’nin dediği gibi: “Kişinin kalbini vermesi demek, her şeyi vermesi demektir.” Tanrı kalbinde var olur Skye ve Tanrı senin içinde yaşar.

Skye’den, ünlü olmak ve para kazanmak yerine, müziği aracılığıyla insanlara hizmet etmesini ve amacı doğrultusunda yaşaması için üstün bir gayret göstermesini istemiş ve “Bırak, evren geri kalan ayrıntıları halletsin,” diye ona anımsatmada bulunmuştum. “O güzel kalbinde olanları ifade etmek için beste yapmak ve şarkı söylemek istediğini biliyorum,” demiştim. Sonra ondan, sondan başa düşünmesini isteyerek, kendi adına yaratmak istediği her şeyin zaten elinin altında var olduğunu, yalnızca bu şeylerle bağlantı kurmasının gerektiğini düşünerek hareket etmesini ifade etmiştim.

Son günlerde Skye, bir CD çıkaramamaktan duyduğu üzüntüyü dillendirmeye başladı, bir CD bile çıkaramadım düşüncesiyle hareket ediyordu. Sonuçta, bir CD'si bile olmayan, ama bunun yanında bol bol hayal kırıklığı yaşayan kızımı, yine sondan başa düşünmesi yolunda cesaretlendirmeye çalıştım ve CD'sinin kaydı için hazır bekleyen stüdyoyu, onunla işbirliği yapmayı bekleyen müzisyenleri, CD'sinin bitmiş halini ve niyetinin gerçekleştiğini düşünmesini söyledim ona. CD'sini, vereceğim konferanslarda elimin altında bulunacak şekilde belli bir zamanda tamamlaması için kızıma süre tanıdım ve daha önceleri yaptığı gibi hem konferanslarım, hem de televizyon programlarım sırasında sahneye çıkıp, şarkılarını söyleyebileceğini ifade ettim.

Kızımın sondan başa düşünmeye başlaması, gereksinim duyduğu her şeyin gerçekleşmesini sağladı, evrensel Ruh, azimli niyetiyle birlikte çalışmaya başladı. Kızım kendine bir stüdyo buldu, kafa dengi müzisyenler sihirli biçimde karşısına çıkıverdiler ve Skye sonuçta CD'sini yayınlatmayı başardı.

Skye o günler boyunca hem kendi tercihi olan, hem de konferanslarım sırasında sahneye çıktığında ondan söylemesini istediğim, aralarında, *"Amazing Grace"*, *"The Prayer of St. Francis"* ve çok içten, büyük bir gururla söylediği kendi bestesi, *"Lavender Fields"* gibi şarkıların bulunduğu parçalar üzerinde yorulmak bilmeksizin çalıştı. Ve bugün öyle veya böyle, *This Skye Has No Limits* (Bu Skye Sınır Tanımıyor) adını verdiği bir CD'si var ve konferanslarım sırasında sahneye çıkıp şarkılarını söylediği zamanlarda, isteyenlere CD'sini satıyor.

Skye sahneye çıktığı zamanlarda sunumuma çok büyük bir neşe ve sevgi katıyor, çünkü o niyet etmenin yedi yüzüyle çok yakın bir ilişki tesis etmiş tanıdığım tek insan... Bu kitabın, ruhani ilham kaynağım olan meleklerimden biri kızım Skye'ye ithaf edilmiş olması da bu yüzdendir.

İlham Almak ve Amaç

Büyük bir amaçtan ilham aldığınızda, her şey yolunda gitmeye başlayacaktır. İlham alma, ruhaniliğe ulaşmak ve niyet etmenin yedi yüzüyle bağlantı kurmaktan geçer. İlham aldığınızı hissettiğinizde, önceleri gözünüze riskli gibi görünen şeyler sonraları, takip etmekte zorunlu hissettiğiniz bir yola dönüşür. Riskler kaybolmuştur, çünkü mutluluğa giden yolu, yani içinde var olan gerçeği takip etmeye başlamışsınızdır. Bu, niyetinizle uyumlu biçimde çalışan gerçek sevgidir. Zaten sevgiyi hissetmediğinizde, gerçeği de hissetmezsiniz ve gerçeğiniz Ruh'la olan bağlantınıza takılıp kalır. İşte, bir amaç doğrultusunda yaşama niyetinizi gerçekleştirmek adına ilham almak bu nedenle çok önemlidir.

Zamanında, artık daha fazla ilham alamadığım işimi bıraktığımda, beni endişelendiren en ufak detayların bile benim adıma sihirli biçimde halledildiğini gördüm. O günlerde öğretmen olarak kazandığım paranın üç mislini aldığım büyük bir şirkette birkaç ay çalışmışım, ama işime ruhen adapte olamıyordum. İşte o günlerde içsel bilincim beni, Bu dünyada yapman gereken işi yap, diye düşünmeye zorladıktan sonra, eğitmenlik ve danışmanlık bir numaralı amacım haline geldi.

Yine o günlerde, önde gelen bir üniversitede profesörken bu işi de bırakmışım ve bu benim için bir risk değildi; çünkü kalbimin sesini izlemediğim takdirde mutlu olamayacağımı biliyordum ve o nedenle bunu yapmak zorundaydım. Evren benim adıma detayları halletmişti, çünkü yapmaya başladığım işi seviyordum ve sonuçta gerçeğim doğrultusunda yaşamaya başlamışım. İnsanlara sevgiyi öğretmek, aynı sevginin amacıma ulaşmam doğrultusunda bana rehberlik etmesini sağladı ve yine aynı sevgi enerjisi sayesinde emeğimin maddi karşılığını görmeye başladım. Olayın gelişimini göremiyordum, ama içsel bilincimi izlemiş ve asla pişman olmamıştım!

Ortaya çıkış nedenini görmeye sizi teşvik eden, zihninizde be-lirmiş soluk bir ıfık yüzünden, düzenli maaş, meslek güvencesi ve-ya benzeri şeylerden vazgeçmeyi çok riskli bulabilirsiniz. İçsel bi-lincinizi temsil eden söz konusu ışığa dikkatinizi verdiğinizde, or-tada hiçbir riskin söz konusu olmayacağını iddia ediyorum. Güçlü içsel bilincinizi, Ruh'un size sağladığı inançla bütünleştirin ve o anda işbaşında olan niyet etmenin gücünün varlığını kabullenin. Gereksinim duyduğunuz tek şey, söz konusu içsel bilgiye güven-mektir. Ben buna inanç adı veriyorum. Bu, size bir amaç aşıl原因 dışınızdaki ilâhiliğe olan inanç değil, benliğinizin merkezinden işittiğiniz çağrıya duyduğunuz inançtır. Siz, bir amaç doğrultusun-da ve niyet etmenin gücüyle bağlantı kurmak adına seçim yapan ilâhi ve sonsuz bir varlıksınız. Her şey, Kaynak'ınıza uyumlu bi-çimde bağlanan varlığınız çerçevesinde dönmektedir. Amacınız hakkındaki içsel bilincinize güvenmeyi seçtiğiniz ve niyet etmenin gücüne bağlanan bir kanal haline geldiğinizde, söz konusu inanç riskleri yok edecektir.

Niyet Ettiğiniz Şeyleri Gerçeğe Dönüştürmek

Aşağıda, bugünden itibaren yaşamınızı bir amaç doğrultusunda ya-şamanız için tasarladığınız şeyleri gerçekleştirmenin on yolunu bu-lacaksınız:

1. Adım: Zekânın öngördüğü sistem içinde, siz dahil kimsenin tesadüf eseri bu dünyaya gelmediğini kabullenin. Niyet etmenin evrensel zihni her yaratılışın sorumlusudur. Evrensel zihin ne yap-tığını çok iyi bilir. Siz de o zihinden hâsıl olmuş ve onunla sonsuz biçimde bağlantı kurmuşsunuzdur. Mevcudiyetinizin bir anlamı vardır ve siz bir amaç perspektifinden yaşamak kapasitesine sahip-siniz. İlk adım, bu dünyada bir amaç doğrultusunda bulunduğunuzu bilmektir. Bu, ne yapmanız gerektiğini bilmekle aynı şey değil-

dir. Yaşamınız boyunca yaptığınız şeyler değişime uğrayıp, yer değiştirecektir. Aslına bakarsanız değişim her gün, her saat yaşanır. Amacınızın ne yaptığınızla değil, düşüncelerinizin hâsıl olduğu mevcudiyetinizle alakası vardır. İşte bu nedenle yaptıklarınızla değil, mevcudiyetinizle tanımlanmalısınız. Bu dünyaya bir amaç için geldiğinizi ve her an bu bilinçle yaşamaya niyet ettiğinizi hem düşüncelerinizde seslendirin, hem de yazıya dökün.

2. Adım: Başkalarına yardım etmek adına ister küçük, ister büyük her fırsatı değerlendirin. Egonuzu, bir amaç doğrultusunda yaşama niyetinizden dışlayın. Yaşamınızda yapmak istediğiniz şey her ne olursa olsun, bunu takdir edilme veya ödüllendirilme arzusuyla değil de, bir şey veya birisine hizmet etmek amacını güderek gerçekleştirmeye çalışın.

Almaktan çok vermeye odaklandığınızda kişisel anlamdaki kazançlarınızın arttığını göreceksiniz. Yaptığınız şeye âşık olun ve bu sevginin derinlerden, Ruh'un içsel mekânından geldiğini hissedin. Sonra bu sevgi duygusunu, çalışma arzusunu ve mutluluğu göstereceğiniz çaba aracılığıyla satın. Amacınızın 'süper anne' olmak olduğunu hissediyorsanız, enerjinizi ve içsel dürtünüzü çocuklarınıza kanalize edin. Amacınız şiir yazmaksa, bunu hissediyorsanız, o zaman egonuzu devre dışı bırakıp, sevdiğiniz işi yapın, şiir yazın. İşinizi, başka birinden veya başka bir gayeden farklı yapmak penceresinden bakın olaya ve kişisel kazanımlarınız konusundaki detayları evrenin halletmesine izin verin. Amacınızı, çok severek yaptığınız iş aracılığıyla yaşayın, böylece her türlü yaratılıştan sorumlu, niyetin evrensel zihninin gücünden aldığınız destekle yaratmaya başlayacaksınız.

3. Adım: Amacınızın, niyet alanıyla aynı paralelde olmasını sağlayın. Niyet ettiğiniz şeyleri gerçekleştirmek adına yapmanız gereken en önemli şey budur. Evrensel alanla aynı paralelde olmak demek, siz bilmeseniz bile, Yaratan'ın bu dünyaya neden geldiğinizi

bildiğine inanmak demektir. Bu, küçük zihnin, büyük zihne teslim olması demek ve amacınızın, tıpkı varlığınızın ifşa edilmesi gibi ifşa edileceğini anımsatmaktır. Amaç da yaratıcılık, şefkat, sevgi ve sonsuz bereketli dünyadan almaya açık olma eğiliminden doğmuştur. Söz konusu bağlantıyı sağlam tuttuğunuzda, tüm eylemlerinize size rehberlik edilecektir.

Demek öyle olması gerekiyormuş, yapacak bir şey yok demek, her şeyi kaderciliğe bağlamak anlamına gelmez. Bu, hâsıl olduğunuz ve içinde var olan niyet etmenin gücüne inancınızı gösterir. Sizi yaratan Kaynak'la aynı paralelde olduğunuzda, aynı Kaynak, seçimleriniz doğrultusunda bir yaşam kurmakta yardımcınız olacaktır. Sonra her şey olması gerektiği gibi, yani, demek öyle olması gerekiyormuş hissini verecek şekilde olacaktır. Amacınızın hangi doğrultuda olacağını seçmek daima elinizdedir. Evrenden bir şeyler talep etmeye odaklanırsanız, günlük yaşamınızda sizden de birtakım şeyler talep edildiğini hissetmeye başlarsınız. Bunu yapmak yerine, Doğuştan sahip olduğum yetenekleri nasıl kullanabilirim ve başkalarına yardım etmek arzusunu içimde nasıl hissedebilirim?, sorusunu içtenlikle sormaya odaklanın. Böylece evren benzer biçimde bu kez size, Sana nasıl hizmet edebilirim?, sorusunu yöneltecektir.

4. Adım: Amacınız hakkında başkalarının sözlerine itibar etmeyin. Başka insanlar ne derlerse desinler, kendinizi bir amaç doğrultusunda hareket ediyor hissetmenizin altında yatan tek gerçek, bunu ancak sizin bileceğinizdir. Amacınızı, arzuların yanıp tutuştuğu bu içsel mekânda hissetmiyorsanız, bu sizin amacınız değil demektir. Yakınlarınız veya arkadaşlarınız sizi, kendi hissettikleri şeyin sizin kaderiniz olduğu yolunda ikna etmeye çalışabilirler. Sizde, iyi bir yaşam kurmanıza yardımcı olacağını düşündükleri yetenekler görmüş olabilirler veya kendilerini izlemenizi isteyebilirler, çünkü onların hayat boyu yaptıkları şeyi yapmanın sizi de mutlu edeceğini düşünüyorlardır. Matematiğe, dekorasyona veya elektronik alet-

leri onarmaya karşı yeteneğiniz, başkalarının işaret ettiği hedefe ulaşmakta önemli bir gösterge olabilir, ama amacınızın bu olduğunu hissetmiyorsanız sonuçta mutluluğu yakalamanız olanaksızdır.

Amacınız sizin ve Kaynak'ınız arasındadır. Niyet alanının neye benzediğini ve nasıl hareket ettiğini anlamaya ne kadar yakınsanız, bir amaç doğrultusunda size rehberlik edildiğini kavramanız o kadar kolay olacaktır. Hiçbir şeye karşı yeteneğiniz yok gibi görünse bile, siz yine de belli bir şeyi yapmak üzere içten içe o yöne doğru çekilirsiniz. Yetenek testlerinden çıkan sonuçları bir kenara atın, yeteneksiz olduğunuza dair size söylenenleri unutun ve en önemlisi, başkalarının görüşlerine itibar etmeyip, kalbinizin sesini dinleyin.

5. Adım: Niyetin her şeyi yaratan alanının sizin adınıza çalışacağını unutmayın. Albert Einstein, insanın en önemli kararı, evrenin dost mu, düşman mı olduğuna inanmak konusunda verdiğini söylemiştir. Niyetin her şeyi yaratan alanının dostunuz olduğunu ve siz o gözle baktıkça, sizin adınıza çalışacağını bilmeniz bir zorunluluktur. Evren yaşama destek olur; herkese özgürce akar ve sonsuz biçimde bereketli olma niteliğine sahiptir. Ona farklı bir gözle bakmayı neden isteyelim ki? Karşılaştığımız tüm sorunlar, Tanrı'dan ayrı olduğumuz inancının bir eseridir ve söz konusu inanç bizi çatışma ortamına sürükler. Bu çatışma ortamı da, milyonlarca insanın amaçları konusunda kafalarının karışması sonucunu doğuran karşı bir güç yaratır. Evrenin daima sizinle birlikte, sizin adınıza çalıştığını ve bunun, düşmanlığın değil, daima dostluğun hâkim olduğu bir dünyada yaşamanıza olanak verdiğini bilin.

6. Adım: Amaçlarının bilincinde olan insanların yaşamlarını inceleyip, onları örnek alın. En çok kimi takdir edersiniz? Takdir ettiğiniz insanların otobiyografilerini okumanızı ve nasıl yaşadıklarını, engellerle karşılaştıklarında nasıl motive olduklarını öğrenmenizi tavsiye ederim. Kendi adıma, bilgeliği ve öğretileri İncil'in büyük bölümüne kaynaklık eden Aziz Paul'den çok etkilendiğimi söy-

lemeliyim. Taylor Caldwell'in, Aziz Paul'ün yaşamının önemini vurgulayan, *Great Lion of God* (Tanrı'nın Ulu Aslanı) adlı kitabından büyük ilham aldım. Ayrıca Assisili Aziz Francis'in, Nikos Kazancıyakis'in *Aziz Francis* adlı kitabında anlattığı, amacı doğrultusunda sürdürdüğü yaşamından da çok etkilenmiştim. Boş zamanlarımda, amaçları doğrultusunda yaşam sürmüş ve bu konuda diğer insanlara örnek olmuş kişilikler hakkında bir şeyler okumanın çok yararlı olduğunu biliyorum ve size de aynı şeyi yapmanızı öneririm.

7. Adım: Adına amaç denen şey hakkında kafanızda hâlâ bazı soru işaretleri olsa bile, hayatı tasarladığınız şekilde yaşıyor-muş gibi davranın. Tanrı'ya yakın hissetmenizi ve mutluluk hissi-ni duymanızı sağlayacak şeyleri daima günlük yaşamınıza davet edin. Engel olarak gördüğünüz olaylara, kararlılığınızı ölçmek ve amacınızı bulmak adına mükemmel fırsatlar gözüyle bakın. Kırılan bir tırmaktan tutun da, hastalığa yakalanmanıza, işinizi kaybetmenize, evinizden taşınmanıza kadar her şeyi, bildik, alışılmış yaşam düzeninden uzaklaşıp, amacınıza doğru hareketlenmek için bir fırsat olarak değerlendirin. Amacınız doğrultusunda hareket ediyormuş gibi yapmak ve önünüze çıkan engellere, içinizin derinliklerinde hissettiğiniz şeylere güvenme konusunda dostça bir anımsatma gö-züyle bakmakla, amaçları doğrultusunda hareket eden bir insan olma niyetinizi gerçekleştirmeye başlarsınız.

8. Adım: Amacınızdan uzaklaşmamak için meditasyon yapın. Kitabın başında sözünü ettiğim Japa tekniğini kullanın ve içsel dikkatinizi, Kaynak'ınızından, kaderinizin öngördüğü biçimde arzularınızı gerçekleştirmesi adına size rehberlik etmesini istemeye odak-layın. Okuyucum Matthew McQuaid'in bana gönderdiği aşağıdaki mektup, meditasyon yapmanın heyecan verici sonuçları hakkında çok iyi bir örnek oluşturuyor:

Sayın Dr. Dyer,

Eşim Michelle, kitaplarınızda söz ettiğiniz biçimde varlığını belli eden Ruh'un bir tezahürü olarak, mucize eseri hamile kaldı. Eşim beş yıldan beri kısırlık tedavisi görüyordu. Bu süreç içinde aklınıza gelen her yolu denedik, ama pahalı ve karmaşık tedavilerin hiçbiri işe yaramadı. Doktorlar artık pes etme noktasına gelmişlerdi. Başarısızlıkla sonuçlanan her tedavide inancımız bir kez daha sınanıyordu. Doktorumuz daha önceki tedavilerin birinde embriyoları dondurmaya başarmıştı. Beş yıl içinde elliden fazla embriyo Michelle'in rahmine yerleştirildi. Bizim durumumuzda embriyonun başarılı bir hamilelik süreci yaratma olasılığı sıfıra yakındı. Ancak bildiğiniz gibi ruhani sözlükte sıfır kelimesine yer yoktur ve eksi altmış derecede dondurulmuş bir değerli embriyo, sonunda Michelle'in rahminde yeni evine kavuştu. Eşim şu anda üç aylık hamile.

"İyi de, ben her gün buna benzer birçok mektup alıyorum," diyebilirsiniz. Ancak bu mektubun Tanrı'nın varlığının bir kanıtı olduğunu söylemeliyim. Bizim durumumuzda da, daha önceden sayısız kez çok güzel biçimde ifade ettiğiniz gibi protoplazmanın minicik bir damlası, insanoğlunun müdahalesiyle laboratuvar ortamında hayat buldu ve sonra dondurucuya kapatıldı. Tüm moleküler hareket ve biyokimyasal süreç o noktada durdu, ertelendi. Ancak varlığın özü çok daha önceden orada donmaya başlamıştı. Bu donma olayı yaşanırken ruhani öz nereye gitti, peki? Başta hücrelere hayat verilmiş, sonra bu süreç sonlandırılmıştı, ama hücreler o derin dondurucu içindeki zor koşullara rağmen ruhani öz varlığını korumak zorundaydı. Donmuş hücrelerin titreşim frekansları düşüktü, ancak hücrelerin ruhunun titreşim frekansının ölçülemeyecek kadar yüksek olduğunu düşünüyorum, yani varlığın özü, hücrelerin veya fiziksel düz-

lemin dışında bir yerde ikâmet ediyor olmalı. Bu bekleme süreci içinde, ruhun mekânından başka bir yere gitmiş olması olanaksız. Dondurucudan çıkartılıp, bir varlık olarak tezahür etmeyi bekledi ve sonuçta eşim hami le kaldı. Umarım siz de bu öyküye benim baktığım gibi bir mucize gözüyle bakar, yaşananları insanın ruhu olan bir beden değil de, beden içindeki bir ruh olmasının örneği olarak değerlendirirsiniz.

Şimdi de sıra en önemli soruya geldi. O tek bir embriyonun zorlu, dondurucu ortamda hayatta kalıp, yine de tezahür etmesinin nedeni Japa meditasyonu yapmış olmam, ağzımı açıp, "Aaaaaahhh" demem miydi acaba? İçsel bilgim bana Japa meditasyonunun büyük bir yararı olduğunu söylüyor, bu kuşku götürmeyen bir gerçek. Japa meditasyonu ve sonsuz sabra teslim olmam, günlük yaşamamın bir parçası haline geldi. Benliğimle başbaşa kaldığım o sessizlik anlarında bebeğimin kokusunu alabiliyordum. Michelle' in, o zor günlerimizde sahip olduğum inanç nedeniyle bana teşekkür edeceğini biliyorum. Bana rehberlik eden çalışmalarınız için ben de size müteşekkirim. Şimdi benim için imkansız diye bir şey yok. Şu anda Michelle' in rahminde tezahür etmiş şeyle, bundan sonra arzulayabileceğim herhangi bir şeyi kıyasladığımda, artık birçok şeyin hiçbir çaba göstermeme gerek kalmadan gerçekleşeceğini biliyorum. Benliğinize gerçekten teslim olduğunuzda, her şey bir anda ve tam zamanında elinizin altında beliriveriyor. Bundan sonraki amacım, bizler gibi kısırlık tedavisi gören çiftlerin rüyalarını gerçekleştirmelerine yardımcı olmak. Umudu tükenmiş gibi hisseden insanlara bir şekilde yardım edebileceğimi düşünüyorum.

Sevgiler,

Matthew McQuaid

Birçok insandan, Japa meditasyonu aracılığıyla amaçlarına kitlenmeleri sonucunda elde ettikleri başarılarla dair mektup aldım. İlâhi misyonlarının çocuk sahibi olmak olduğuna inanan ve bunu başarmak adına Japa meditasyonunu kullanan insanları gördüğümde, niyet etmenin gücünden derinden etkilendiğimi söylemeliyim. Matthew'un tecrübelerini diğer kısır çiftler için kullanmaya karar vermesi de ayrıca harika bir şey...

9. Adım: Düşünce ve duygularınızın eylemlerinize uyumlu olmasını sağlayın. Amacınızı gerçekleştirmek adına en emin yol, düşünce ve duygularınızla, hayatınızı yaşama biçiminiz arasındaki çatışma veya uyumsuzluğu ortadan kaldırmaktır. Bunlar arasında bir uyumsuzluk varsa, başarısızlık veya başka insanları hayal kırıklığına uğratma korkusunu ön plana çıkaran ego güdümlü davranış biçimlerini harekete geçirmiş olursunuz, ki bu da sizi amacınızdan uzaklaştırır. Eylemlerinizin, düşüncelerinizle uyum içinde hareket etmesi gerekir. Söz konusu uyum fikrine güvenin ve bu şekilde hareket etmeye gayret gösterin. (Kendinizi güvenilmez veya korkak olarak değerlendirmeyi reddedin, çünkü bu tür düşünceler yaratılış amacınız olarak bildiğiniz şeyin dışında hareket etmenize neden olacaktır.) Büyük amacınız doğrultusundaki düşünce ve duygularınızı hem günlük faaliyetlerle, hem de, her zaman var olan niyet etme alanıyla uyumlu hale getirecek şekilde, adım adım ilerleyin. Tanrı'nın iradesiyle uyumlu olmak, bir amaç doğrultusunda hareket etmekte ulaşabileceğiniz en yüksek noktadır.

10. Adım: Minnettarlık duygunuzu kaybetmeyin. Sadece amacınızı düşünebiliyor olmanız bile şükretmeniz için yeterli bir nedendir. Hem insanlığa, gezegene ve Tanrı'ya hizmet etme gibi muhteşem bir yeteneğe sahip olduğunuz için, hem de amacınızı gerçekleştirmede önünüze çıkan engeller için müteşekkire olun. Gandhi'nin şu sözlerini unutmayın: "İlâhi rehberlik, genellikle ufkun en kara olduğu zamanlarda ortaya çıkar." Yaşamınızın değişken manzarası-

nı, yolunuza çıkan insanları düşünün. Mesleğinize, başarılarınıza, başarısızlıklarınıza, kazançlarınıza, kayıplarınıza, her şeye minnettar olma penceresinden bakın. Siz bu dünyaya bir amaç için geldiniz; işte kendinizi bir amaç doğrultusunda hareket ediyor hissine sahip olmanın anahtarı budur. Kaynak'ının iradesiyle uyumlu biçimde hayatınızı bir amaç doğrultusunda yaşama olanağına kavuştuğunuz için her şeye minnettarlık duyun.

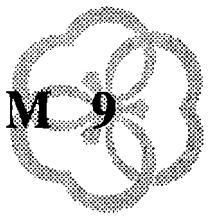
* * *

Amacımızın ne olduğunu aramak, mutluluğu aramaya benzer. Mutluluğa çıkan bir yol yoktur; mutluluğun kendisi bir yoldur. Hayatınızı bir amaç doğrultusunda yaşamak da öyle... Bu arayıp da bulabileceğiniz bir şey değildir; bu hayatınızı başkalarına yardım ederek yaşamak ve her şeyi amacınız doğrultusunda yapmaktır. Kitabın bu kısmında sözü edilen niyeti işte bu yolla gerçekleştireceksiniz. Belli bir amaç doğrultusunda yaşıyorsanız, sevgi dünyasında ikâmet ediyorsunuz demektir. Sevgi dünyasında ikâmet etmediğinizde, amacınızdan uzaklaşırsınız. Bu bireyler, kurumlar, iş hayatı ve hükümetler için de geçerlidir. Bir hükümet bir hizmeti vatandaşlarına değerinden fazla bir fiyata satıyorsa, o hükümet amacından uzaklaşmış demektir. Bir hükümet bir karmaşayı çözmek üzere şiddetli bir araç olarak kullanıyorsa, eylemini haklı çıkaracak ne olursa olsun, amacından uzaklaşmış demektir. İş hayatında da kâr etmek amacıyla fahiş fiyat koymak, aldatmak veya insanları kandırmakla amaçtan uzaklaşmış olunur. Din, inananlarına önyargılı olma, nefret duyma veya kötü davranmaya izin veriyorsa, o zaman amacından uzaklaşmıştır. Ve bu sizin için de geçerlidir.

Niyet etmenin gücüne ulaşma hedefiniz, Kaynak'ınıza geri dönmek ve bu bilinçle, niyet etmenin eylemlerini taklit etmektir. O Kaynak, sevgidir. Bu nedenle amacınızın ne olduğunu anlamanın ve amacınız doğrultusunda yaşamamanın en kestirme yolu, düşüncele-

rinize sevginin hâkim olup olmadığını kendinize sormaktır. Düşünceleriniz, içinde var olan sevginin Kaynak'ından mı akıyor? Eylemleriniz bu sevgi dolu düşüncelerinizin bir eseri mi? Yanıtlar evetse, o zaman belli bir amacınız var ve siz bu amaç doğrultusunda hareket ediyorsunuz demektir. Buna ekleyecek daha fazla bir şey yoktur!





NİYETİM: AKRABALARIMLA GERÇEK v e HUZURLU İLİŞKİLER KURMAKTIR

*Arkadaşlarınız, akrabalarınız adına
Tanrı'nın özür dileme yöntemidir!*

Wayne W. Dyer

Gerçek anlamda kendimiz olmak ve akrabalarımızla huzurlu bir ilişki tesis etmek istediğimizde, aile üyelerimizin beklentileri ve taleplerinin, mutsuzluğumuzun ve strese girmemizin kaynağı haline gelmesine bir şekilde izin veririz. Kendimiz olmak demek, belli başlı akrabalarımızla aramızın iyi olmaması anlamına gelir; aynı şekilde, akrabalarımızla aramızda iyi bir ilişki tesis etmemizin bedeli, kendimiz olamamaktır. Bu, bizi bir seçim yapmaya zorlayan, sık karşılaştığımız bir durumdur. Akrabalarınızla iyi ilişkiler tesis etmeyi ve niyet etmenin gücüyle bağlantı kurma-

yı birbirine tamamen zıt düşen iki kavram olarak görebilirsiniz, ama aslında öyle değildir. Kendiniz olabilmeniz ve huzuru yakalayabilmeniz, akrabalarınızla ilişkilerinizde belirleyici rol oynar. Öncelikle size en yakın akrabanızdan daha yakın olan varlıkla, yani kendinizle olan ilişkinizin değerini tayin etmeniz gereklidir. Başkalarının size davranma tarzının, kendinize davranış tarzınızla çok yakından ilgili olduğunu ve buna paralel olarak, kendinize nasıl davranılacağı konusunda başka insanlara örnek teşkil ettiğinizi göreceksiniz.

***Başkalarının Size Karşı Olan Davranışları,
Kendinize Nasıl Davranılacağını Gösterdiğiniz
Şekilde Biçimlenir.***

Kitabın ilk bölümlerinde içsel sesinize kulak vermeniz gerektiğinden söz etmiştim. Niyet etmeyle bağlantı kurmanın önündeki en büyük engellerden biri, başka insanların sizden istedikleri veya beklentileri konusundaki düşüncelerinizdir. Aileniz sizi anlamadığında, takdir etmediğinde bu durumun yarattığı üzüntüye ne kadar çok odaklanırsanız, onların sizi anlamaları veya takdir etmeleri olasılığından o kadar uzaklaşırsınız. Çünkü cesaret kırıcı bulduğunuz, hatta yaşamınızda olmasını istemediğinizi düşündüğünüz şeyleri bile, sürekli bunlara odaklanmanızdan ötürü fazlasıyla yaşamınıza davet etmiş olursunuz.

Bu durumu ortadan kaldırmaya niyetlenmişseniz, söz konusu durumun hangi aile bireyinden veya bireylerinden kaynaklandığını zaten biliyorsunuz demektir. Söz konusu insanların beklentileri nedeniyle anlamsız yere rahatsızlık duyduğunuzu veya onların karakterlerinin bir kurbanı olduğunuzu hissediyorsanız, düşünce sisteminizi, onların ne yaptıklarından, sizin ne düşündüğünüze kaydırmanaya başlamanız gerekir. Kendi kendinize şu sözleri söyleyin: Bu insanların bana karşı olan davranışları, benimle ilgili fikirlerinin, kendi fikirlerimden daha önemli olduğunu onlara hissettirmemin bir

sonucudur. (Sonra, kesin bir dille şunu ifade edin: Ve şu andan itibaren bana nasıl davranmalarını istediğimi onlara öğretmek niyetindeyim! Aile üyelerinizin size karşı olan davranışlarının sorumluluğunu üstlenmek, tüm akrabalarınızla niyet etmenin evrensel zihniyle uyumlu tarzda ilişkiler kurmanıza yardım edecektir.

Başka insanlara kendinize nasıl davranılacağını öğretmekten nasıl sorumlu olabileceğinize dair bir soru takılmış olabilir aklınıza. Bu sorunun yanıtı geniş anlamda, geçmişte sadece söz konusu insanlardan gelecek baskılara tahammül etmeyi kabullenmeniz değil, ki, bu baskılardan bazıları nesillerden beri süre gelen bazı geleneklerden kaynaklanır, aynı zamanda İlâhi Kaynak'ınızla olan bağlantınızın kopmasına ve horlanma, utanç, üzüntü, pişmanlık, endişe duyma ve hatta nefret etme gibi düşük enerji barındıran duygularla başbaşa kalmanıza neden olacak şekilde bu davranışlara izin vermiş olmanızdır; işte bu nedenle bu durumu değiştirmek de size ait bir sorumluluktur. (Size nasıl davranılacağını akrabalarınıza sadece ve sadece siz öğretebilirsiniz ve bunu, zaman zaman bir anlam ifade eden eleştirilerine, ama çoğunlukla size müdahale etme niteliği taşıyan ve sizi sıkın türdeki görüşlerine karşı takınacağınız tavır sayesinde gerçekleştirebilirsiniz.)

Aile üyelerinizle ilişkileriniz zihninizdedir. Gözlerinizi kapattınız, aileniz ortadan yok oldu. Nereye gitmiş olabilirler? Tabii ki hiçbir yere, ama bu alıştırmayı yapmak, akrabalarınızın zihninizde birer düşünce olarak var olduklarını anlamınıza yardım edecektir. Tanrı'nın, düşüncelerin şekillendiği zihninizde olduğunu da unutmayın. Akrabalarınızla niyet etmeyle uyumlu bir şekilde ilişki kurmak için zihninizi kullanıyor musunuz? Yoksa ailenizi niyet etmenin evrensel Kaynak'ıyla ters düşecek şekilde değerlendirdiniz ve zihninizle bağlantınızı kopardınız mı? Sizinle akraba olan bu insanlar, zihninizde var olan fikirlerdir. Bu insanların üzerinizdeki etkisi ne kadar güçlü olursa olsun, bu gücü onlara siz vermişsinizdir. Söz konusu insanlarla olan ilişkilerinizde yanlış veya eksik olduğunu

hissettiğiniz şey, içinizde var olan bir kusurun, yanlışın delilidir, çünkü genel anlamda, başka birinde gördüğünüz herhangi bir şey, sizin bir yüzünüzün yansımasıdır, aksi takdirde bu durum sizi rahatsız etmezdi, çünkü bunun farkına bile varmazdınız.

Aile üyeleriyle olan ilişkinizin doğasını değiştirmek için, onlarla ilgili fikirlerinizi değiştirmeniz ve idrak edilemezliğe doğru bir dalış yapmanız gerekir. Peki bu idrak edilemezlik nedir? Bu, ilişkilerinizde yaşanan acının, üzüntünün kaynağının, rezillikle, alçaklıkla suçladığınız veya sizi en çok kızdıran insan olarak işaret ettiğiniz kişi değil de, siz olduğunuz fikridir. Yıllar boyunca tüm o insanlar, gösterdiğiniz tepki ve davranışlarınız paralelinde, aynen onlara izin verdiğiniz şekilde size davranmışlardır. Tüm o insanlar niyet etmenin kaynağından sizi ayrı düşüren fikirler olarak zihninizde var olurlar. Yaşamınıza giren her insanla, özellikle akrabalarınızla barışık olmayı seçtiğinizde, bu durum mucizevi biçimde değişecektir.

Aile üyeleriniz hakkındaki içsel sesiniz, onların yaptıkları şeyin yanlış olduğuna odaklanmışsa, aranızdaki ilişki de aynen bu şekilde olumsuz anlamda yaşanacaktır. İçsel sesiniz sizi üzdükleri gerçeğine yoğunlaşmışsa, ilişkinize yine üzüntü hâkim olacaktır. Duyduğunuz üzüntünün kaynağı olarak onları suçluyorsanız, bu suç size aittir ve düşüncelerinizden doğar. İçsel dikkatinizi, yaşam enerjinizi oldukça farklı biçimde kullanmaya karar verdiğinizde, ilişkileriniz de değişecek, akrabalarınızla olan ilişkilerinize dair düşünceleriniz o noktadan sonra size üzüntü, acı veren, sizi kızdıran nitelikte olmayacaktır. Zihninizde, Niyetim, bu akrabamla güvenilir ve huzur dolu bir ilişki tesis etmektir, düşüncesini seslendirin, sonra, o akrabanız yine aynı biçimde davranmaya devam etse bile, ilişkinizi güvenilir ve huzur dolu yaşadığınızı göreceksiniz.

Zihin değişikliği, ilişkilerinizin de değişmesi demektir. Akrabalarınızla gerçek ve huzurlu bir ilişki kurmak, sadece bir düşünce kadar uzaktır size. İçinizde gerçek ve huzurlu hisler yaratmaya niyet ederek düşüncelerinizi değiştirmeyi öğrenebilirsiniz. Siz rıza gös-

termedikçe kimsenin sizi üzme yetme ve siz geçmişte bu konuda fazlasıyla taviz vermişsinizdir. Güvenilir ve huzurlu olmaya niyet ettiğinizde, düşük enerji barındırmaktan vazgeçiyorsunuz demektir. Doğrudan huzurla bağlantı kurarsınız ve ilişkilerinizde huzuru tesis etmeye karar verirsiniz, aile üyelerinizle ilişkinize hâkim olan enerjiyi anında değiştirecek gücü kazanmaya başlarsınız.

Endişe, üzüntü duymanıza veya depresyona girmenize neden olan ve bu nedenle suçladığınız akrabalarınızı düşünün. Onların sevmediğiniz yönlerine veya size karşı olan davranışlarına odaklanmışsınız, ilişkiniz de bu rahatsızlık verici düzlemde seyretmiştir. Şimdi ilişkinizi yeni bir bakış açısıyla şekillendirdiğinizi hayal edin: Onların düşük enerji barındıran, saldırgan veya kendilerini öven tutumlarına tepki vermek veya bu davranış karşısında enerji alanını karşılıklı olarak düşük seviyeye çekecek biçimde kendinizi ön plana çıkarıp övünmek yerine, huzuru tesis etme niyetinizi ortaya koyun. Düşük enerjileri çözen, onları yok eden şeyin yüksek enerji olduğunu anımsayın. Düşük enerjiye, yine düşük enerjiyle karşılık verdiğinizde huzurlu ve güvenilir olamaz, niyet etmenin gücüyle bağlantı kuramazsınız. Bu durumda düşük enerji barındıran şuna benzer şeyler söyler veya düşünürsünüz: Bu kadar saygısız olmandan dolayı ben de sana saygı duymuyorum. Bu kadar öfkeli olmana kızıyorum. Kendini bu kadar övmenden dolayı senden hoşlanmıyorum.

Dikkatinizi, karşınızdaki insanın yaydığı düşük enerji yerine, gerçekleşmesi için niyet ettiğiniz şeye verdiğinizde, niyet etmeyle bağlantı kurma kararı almışsınız ve o düşük enerji karşısına evrensel Kaynak'ınızın niteliğini çıkarmışsınız demektir. İsa'nın, izleyicilerine, "Beni hakir gören o insanları, ben de hakir görüyorum ve onlar için hiçbir şey yapmak niyetinde değilim," veya, "İnsanlar beni eleştirdiklerinde onlara çok kızıyorum. Çevremde bana düşmanca davranan bu kadar insan varken nasıl huzur bulabilirim?" dediğini hayal edin. İsa'nın bu evrendeki sevgi dolu en yüksek enerjilerden birini temsil ettiğini düşündüğümüzde, bu sözler kulağa çok

saçma gelecektir. Halbuki o, şüphe duyan, kendisine düşmanca davranan insanların karşısına yüksek enerjiyle çıkmış ve yalnızca mevcudiyeti bile, çevresindeki enerjinin yükselmesini sağlamıştır. Hristiyan olmasanız da, sizin de kendilerinden önemli dersler çıkarabileceğiniz ve örnek alacağınız ruhani liderleriniz vardır şüphesiz. Herhangi bir ortama huzur getirme niyetiniz varsa ve niyet etme seviyesinde bir yaşam sürdürüyorsanız, o ortamın huzur dolu olmasını sağlarsınız. Ben yıllar önce eşimin akrabaları sayesinde bu konuda önemli dersler almıştım.

Niyet etmenin gücünün bana biraz önceki anımsatmasından hareketle, kendi yaşamımdan bir örnek vermek isterim. Geçmişte, eşimin bazı akrabaları yüzünden aile ziyaretleri yapmaktan hiç hoşlanmaz, çok huzursuz olurdum. Pazar öğleden sonrası bu tür ziyaretler için hazırlanırken, beni üzecek, sıkıntı verecek bir deneyim beklentisi yüzünden kendimi hep kötü hisseder ve bu konuda nadiren hayal kırıklığına uğrardım! Düşüncelerim aile bireylerinin hoşlanmadığım yönlerine odaklanır ve onlarla ilişkiimi bu açıdan tanımlardım. Niyet etmenin gücünü idrak etmeye başlayıp, egomu bir kenara atmayı başardıkça, yukarda sözünü ettiğim üzüntü verici ve beni öfkeliendiren duyguların yerini şefkat, kabul etme eğilimi, sevgi ve hatta güzellikleri görme nitelikleri almaya başladı.

Aile toplantılarından önce, kendi kendime ne olmayı seçtiysem, ben oyum diye anımsattım ve koşullar ne olursa olsun kendim olmaya ve huzuru yakalamaya, birlikteliğimiz sırasında iyi zaman geçirmeye karar verdim. Eskiden beni üzen bir şey karşısında ters bir karşılık verirken, aldığım karar doğrultusunda kayınavaldeme sevgiyle yaklaşarak, “Ben hiç böyle düşünmemiştim, biraz daha ayrıntıya girsenize,” demeye, daha önceleri cahilce bir karşılık olarak yorumladığım, “Bu çok ilginç bir bakış açısı, bunu ilk ne zaman öğrendiniz?” şeklinde yanıtlar vermeye başladım. Bir başka deyişle, söz konusu ilişkide huzuru yakalamak ve karşımdakini yargılamayı reddetmek niyetimi ortaya koydum.

Bu davranış tarzını benimsedikten sonra inanılmaz şeyler olma-

ya başladı: Ailemin söz konusu üyeleriyle bir araya gelmeyi dört gözle bekler oldum. Artık onların deneyimlerinden de yararlanmaya başlamıştım, beraber geçirdiğimiz zamandan keyif alıyordum. Geçmişte beni üzen bir şey ortaya çıktığında bunu dikkate almıyor, sevgi ve şefkatle karşılık veriyordum. Hayatımın ilk dönemlerinde ırk ve din konularında önyargılı konuşan birini gördüğümde ona öfkelenir, tepki gösterirdim. Şimdi ise kendi düşüncelerimi nazik ve ılımlı biçimde ifade ediyor ve konunun öylecene kapanmasını sağlıyorum. Aradan geçen yıllar sonrasında ırk ve din hakkında küçük düşürücü sözler söylemenin hiçbir geçerli tarafı olmadığını öğrendiğim gibi, eşimin ailesinin farklı dine mensup azınlıklara çok hoşgörülü, hatta sevgi dolu bir yaklaşım gösterdiklerini de fark ettim.

Aile üyeleriyle beraberken başlıca amacım huzurlu bir ortam tesis etmektir, onlarla düşük enerjinin hâkim olduğu ilişkiler kurmakla hem tüm aileye huzur geldiğini, hem de eğlenceli ve aydınlatıcı sohbetlerin yaratılmasına önayak olduğumu anlamıştım. Onlara öğreteceğim birçok şeyin olduğunu bildiğim gibi, onlardan öğreneceğim çok şeyin de var olduğunu fark ettim. Bana yöneltilen bir eleştiriye şiddetle karşı çıkma durumunda olsam bile, onlarla huzurlu bir ilişki kurma niyetimi anımsadığımda, eskisinden çok farklı davranmayı başarıyordum. Artık onların hoşlanmadığım, eksikliğini duyduğum yönlerini ve eskiden yaşananları düşünmüyorum, yalnızca eğlenmeye, sevgiye ve en önemlisi huzur dolu bir ortam yaratmaya odaklandım.

* * *

Şimdi akrabalarınızla gerçek ve huzurlu ilişkiler kurabilmeniz için atmanız gereken adımlara bir göz atalım:

1. Adım: Niyetinizi hem sözlü, hem de yazılı olarak tanımlayıp, gerçekleşmesi için çok istekli davranın. Huzurlu aile ortamı yaratmak için büyük bir arzu duyduğunuzda, bu arzunuzu gerçekleştirmek adına her şeyin anında ve doğal biçimde yoluna girmeye başladığını görürsünüz. Mucize beklentisiyle Tanrı'ya dua etmek yerine, içinizde uyanan ve sizi asla terk etmeyecek bu yeni sese duacı olun. Bu içsel ışık bir kere yandıktan sonra, kiminle, nerede olduğunuza bakmaksızın artık sizin daimi dostunuz olacaktır. Bu dinamik güç içinizdedir ve yine içinizde hissedeceğiniz büyük mutlulukla belli eder kendini. Sonuçta düşünceleriniz arınır, iç ve dış dünyanız bir olur. Büyük bir özlemle bu içsel ışığın yanmasını bekleyin ve niyet ettiğiniz şeyin gerçekleşmesini arzulayın.

2. Adım: Kendiniz için ne istiyorsanız, bütün akrabalarınız için de aynısını isteyin. Birisi sizi eleştiriyor, yargılıyor, öfke dolu yaklaşım gösterip, nefretini ifade ediyor veya sizi hatalı bulduğunu söylüyorsa, o insan kendisiyle barışık değil demektir. Bu durumda yalnız kendiniz için değil, onlar adına da huzur dileyin. Başkaları adına böylesi bir şeye niyet etmekle kendinize değil, onlar üzerine odaklanmış olursunuz. Sizin açınızdan bunun sözcüklerle ifade edilmesi veya eyleme dökülmesi gerekmez. Yapmanız gereken şey, ailede aranızın iyi olmadığı insanı gözünüzün önüne getirmek ve onun adına büyük bir içtenlikle huzur dilemektir. Böylece içsel sesiniz değişecek ve hem kendiniz, hem de onun için gerçek anlamda huzur dolu bir ortam yaratmış olacaksınız.

3. Adım: Başkaları için yaratmaya çalıştığınız huzura öncelikle siz sahip olun. Ailenizle ilişkilerinizde huzurun eksikliğini hissediyorsanız, öncelikle kendi içinizde huzursuzsunuz demektir. İçiniz endişe, korku, depresyon, suçluluk gibi düşük enerji barındıran bir takım duygularla dolu olabilir. Kendinizi bu tür duygulardan kurtarmaya çalışmak yerine öncelikle, akrabalarınıza karşı takındığınız tavrın aynısını huzursuzluğa karşı da takınıp, ona arkadaşça bir

Merhaba deyin ve kendi haline bırakın. Böyle yapmakla huzursuzluk duygusuna huzur dolu bir mesaj göndermiş olursunuz. Sahip olduğunuz düşük enerjiler, huzur dolu Merhaba ile çözülecek ve sonunda, içinde gelişen ilâhiliğe paralel olarak ortadan yok olacaktır. Bu huzuru yakalamanın yolu size yararı dokunacak herhangi bir meditasyonu yapmak veya sessiz, huzurlu bir ortamda bulunmaktan geçer. İki dakikalığına da olsa sessiz bir ortam bulup, Tanrı'nın adına konsantre olmakla bile bunu sağlayabilirsiniz.

4. Adım: Niyet etmenin yedi yüzüyle uyum sağlayın. Bu noktada niyet etmenin evrensel zihninin neye benzediğini unuttuysanız, anımsatmakta fayda var. Niyet etme yaratıcı, şefkatli, sevgi ve güzellik dolu, daima gelişim halinde, sonsuz biçimde bereketlidir ve tüm yaşamı kabul etme eğilimindedir. Kitabın başlarında sözünü ettiğim uyum oyununu oynayın, böylece azimli niyet, sizi üzen veya huzurunuzu kaçıran herkesin önüne evrensel Kaynak'ının niteliklerini çıkaracaktır. Bu tür ruhani enerji hem sizin, hem de akrabalarınız için dönüştürülebilir bir enerjidir. Akrabalarınızla huzurlu ilişkiler kurmak niyetiniz öncelikle zihninizde, sonra kalbinizde şekillenecek ve en sonunda gerçek olacaktır.

5. Adım: Aile huzurunu yakalamakta önünüze çıkan tüm engelleri bir kez daha düşünün. Başka insanların sizden beklentileri dolayısıyla yaşadığınız rahatsızlığa odaklanan her türlü içsel sesinize kulak verin. Sizi rahatsız eden şeyleri düşündüğünüzde, hareketlerinizin de düşünceleriniz paralelinde olacağını ve böylece benzer olumsuzlukları üzerinize çekeceğinizi anımsatın kendinize. Benzer düşük enerjileri davet eden düşük enerjilere tepki verme eğiliminizi anlamak için enerji seviyenizi inceleyin ve egonuza, bundan sonra, başkalarına öfkelenmeyeceğinizi, ilişkilerde illa haklı çıkmaya çalışmayacağınızı anımsatın.

6. Adım: Gerçekleştirmeyi amaçladığınız şey zaten elinizin altındaymış gibi hareket edin. Eylemlerinizi, niyet ettiğiniz şey zaten gerçekleşmiş gibi düşünerek şekillendirmeye başlayın. Ailenizdeki herkese sevgi ve aydınlık penceresinden bakın, zaten sevgi ve neşe, onların gerçek kimliklerinde var olan niteliklerdir. Hintli evlialardan Baba Muktananda'ya biri, “Baba, bana baktığında ne görüyorsun?” diye sorduğunda Baba, “İçindeki ışığı görüyorum,” diye yanıt vermiş. Adam bunun üzerine, “Nasıl olur Baba? Ben asabi, rezil bir insanım. Bana baktığında bunları görüyor olman gerek,” demiş. Baba, “Hayır,” diye yanıtlamış. “Işığı görüyorum.” (Bu öykü Swami Chidvilasananda'nın *Kindle My Heart* (Kalbimi Tutuştur) kitabından alınmıştır.)

Siz de ailenizdeki insanların içindeki ışığı görmeye çalışın ve tüm gördüğünüz bundan ibaretmiş gibi davranın.

7. Adım: Davranışlarınız sonunda elde edeceğiniz sonuçtan hiçbir şekilde etkilenmeyin. [Gerçek, güvenilir ve huzurlu bir ilişki kurma yönündeki davranışlarınızın, akrabalarınızın hareket tarzına bağlı olmasına izin vermeyin.] Niyet etmeyle bağlantıda kaldığınız ve çevrenize yüksek enerjî yaydığınız sürece huzura kavuşmak amacınıza erişirsiniz. Amacınız, ailenizdeki herkesin sizin gibi düşünmesini, hissetmesini ve inanmasını sağlamak değildir. Ailenizdeki insanlara kendinize nasıl davranılmasını istediğinizi gösterdiğinizde, büyük olasılıkla o insanların davranış tarzlarının önemli ölçüde değiştiğini göreceksiniz. Davranışlarında bir değişiklik olmaz ve huzursuzluk yaratmaya devam ederlerse, değişimi görme gereksinimizi bir kenara bırakın. Sonuçta her şey ilâhi düzen içinde bir şekilde yoluna girecektir. Bu noktada Kendi haline bırakmak ve Tanrı'ya havale etmek deyişi size yardımcı olacak bir hatırlatmadır. Olayı kendi haline bıraktığınızda huzurunuzu garanti altına almış olursunuz ve aynı şekilde hareket etme konusunda diğer insanlara yardım etme olasılığını arttırırsınız.

8. Adım: Şunu yüksek sesle ifade edin: *Yaşamuma sadece huzur davet ediyorum.* Belirli günlerde, özellikle çocuklarımla veya uzak akrabalarımla beraber olduğum zamanlarda bu sözleri kendi kendime anımsatırım. Markette alışveriş yaparken, uçakta görevlilerle karşılaştığımda, postaneye gittiğimde ve araba kullanırken de bu sözleri sürekli tekrarlarım. Mutlak bir gerçek olarak gördüğüm bu ifadeyi, azimli niyetimin rehberliğinde kendi kendime tekrarlarım, bu her zaman işime yarar. Karşılığında güler yüz, arkadaşça jest, kıymet bilirlilik ve içten davranış görürüm. Ayrıca ailemle birlikte olduğum zamanlarda huzursuzluk hissettiğim her an *Mucizelerin Yönü* kitabında yer verilen inandırıcı bir gözlemi anımsatırım kendime: Şu veya bu olmak yerine, huzurlu olmayı seçebilirim.

9. Adım: Kin gütmeyin, hep bağışlayıcı olmaya çalışın. Ailenizle aranızda huzurlu bir ilişki tesis etmenin anahtarı, bağışlayıcı olmaktır. Akrabalarınız yaşam boyu kendilerine ne öğretiliyse, kendi büyüklerinden ne gördülerse onu yapıyorlardır. Onlara bütün kalbinizle anlayışlı davranın ve bağışlayıcı olun.

Aşağıda, *Mucizelerin Yönü* kitabından yapılan alıntı, söz konusu niyeti gerçekleştirmek adına çok yol göstericidir:

Huzur mu istiyorsun?

bağışlayıcılık bunu sana sunacaktır.

dünyayı aşacak mutluluk, rahatlık,

amacına kilitlenme

Kıymetbilirlilik ve güzelliği görme yeteneği mi istiyorsun?

asla bozulmayacak sükûnet,

keyfi asla bozulmayacak,

derinlerde yaşanacak refah

İncitilmeyecek nezaket mi istiyorsun?

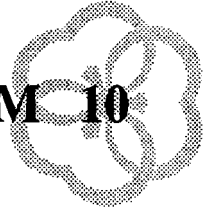
Tüm bunları bağışlayıcılık sunacaktır sana.

10. Adım: Daima şükredin. Aile üyelerinden kaynaklanan huzursuzluğu ifade etmek yerine, yaşamınızda var oldukları ve size öğretecekleri şeyler için minnettarlık duyun.

* * *

Bu, on adımı her gün yaşamınızda uygulamaya koyabilirsiniz. Bu niyetin sizin adınıza kesin olarak gerçekleşeceğinin bilinciyle hareket edin ve kötü giden ilişkiyi suçlu görerek, sorunu çözmenin olanaksız olduğunu anımsatın kendinize.





NİYETİM: KENDİMİ BAŞARILI HİSSETMEK ve BEREKETİ YAŞAMIMA DAVET ETMEKTİR

*Tanrı, her nimeti bereketli biçimde
temin etmeye muktedir.*

Aziz Paul

*Hiçbir şeyin eksikliğini hissetmiyorsanız,
bütün dünya size ait demektir.*

Lao-Tzu

Başarılı hissetmenin ve cömert bereketliliği yaşama davet etmenin benim açımdan en büyük sırlarından biri, bu içsel gerçekten yaşamımın hemen hemen her günü yararlanıyor olmamdır. Bu gerçeğin şu düstur paralelinde işler hale geldiğini söyleyebilirim: Olaylara bakış açınızı değiştirdiğinizde, olayların da değiştiğini göreceksiniz.... Bu bakış açısı hep işime yaramıştır.

Bu düsturun ifade ettiği gerçek, aslında kuantum fiziğinden ortaya çıkmıştır ve bazılarına göre, size düşündüğünüzden değil, düşünebildiğinizden de yabancı bir konudur. Bu, atomdan küçük seviyede, bir zerreciğin, diğer bir zerreciği değiştirmesinin gözlemlenmesi eylemi olarak ortaya çıkar. Bu sonsuz küçüklükteki yaşam taşlarını gözlemleme yöntemi, zerreciğin sonuçta neye dönüşeceğiinde belirleyici bir faktör olmaktadır. Bu metaforu daha büyük zerrelere anlamında genişleterek düşündüğümüzde, kendimizi adına insanlık, hatta, daha da genişletelim, yaşam denilen daha büyük bir bedende içindeki zerrelere olarak görürüz. Bu durumda dünyaya bakış açımız, o dünyadan etkilendiğimiz biçimde şekillenir diye bir ifade kullanmak yanlış olmaz. Bunu, mikrokozmos neyse, makrokozmos da odur gibi, birçok farklı şekilde de ifade etmek olasıdır. Kitabın bu bölümünü okurken, kuantum fiziğine doğru yaptığımız bu küçük yolculuğa, yaşamınızda geçerli olacak bir metafor gözüyle bakmanızı istiyorum.

Kendinizi başarılı hissetme niyetiniz ve refahı, bereketi yaşama arzunuz, kendinize, evrene ve en önemlisi, başarının ve bereketin kaynağı olan niyet etme alanına bakış açınıza bağlıdır. Olaylara bakış açısına dair düsturum, kitabın bu kısmında sözü edilen niyeti yaşamınızda gerçek kılmanızı sağlayacak çok güçlü bir araçtır. Öncelikle olaylara nasıl baktığınız inceleyin, niyet etmenin ruhunun da aynı şekilde davrandığını göreceksiniz.

Yaşama Nasıl Bakıyorsunuz?

Yaşama bakış açınız, size öğretildiği biçimde bir işi başarma yeteneğiniz temelinde ve bu sonuca lâıyk olduğunuz doğrultusunda şekillenen beklentilerinizin önemli bir göstergesidir. Bu beklentiler aile, toplum ve kurumlar gibi dış etkenlerle belirlenir çoğunlukla, ama bunda etken olan bir şey daha vardır ki, o da ebedi yoldaşınız egonuzdur. Beklentilerinize kaynak teşkil eden bu etkenler çoğunlukla sınırlama, eksiklik ve kötümserlik gibi inançlar temelinde

yükselir. Bu inançlar yaşama bakış açınızın temelini oluşturuyorsa, o zaman kendiniz için beklentileriniz bu dünyaya bakış açınızla aynı perspektifte olacaktır. Bu sınırlı bakış açısıyla bereketi, refahı ve başarıyı yaşamınıza davet etmek olanaksızdır.

Ben kalben, bereketi yaşama davet etmenin ve kendimi başarılı hissetmenin olanak dahilinde olduğuna inanıyorum, çünkü daha önce ifade ettiğim gibi, yaşamımın ilk yılları büyük bir yoksulluk içinde geçmişti. Annemden ve sık sık hapse giren, işsiz, alkolik bir babadan uzak, evlatlık olarak verildiğim evde yaşıyordum. Hayatımı sonradan yola koyduğum gerçeğinin sizin için de geçerli olacağını biliyorum, çünkü bu gerçek içimizden herhangi biri için geçerliyse, aynı bereketli ilâhi gücü paylaştığımızdan ve aynı niyet etmenin alanından hâsıl olduğumuz için, hepimiz adına da geçerlidir.

Dünyaya nasıl baktığınızı bir inceleyin, yaşam enerjinizin ne kadarlık bir kısmını, kendinize haksızlık yapıldığını görmeyi tercih etmenizden ve bereketin ruhuna aykırı düşecek bakış açısıyla bakmanızdan kaynaklanan, olası iyimser düşünceleri görmezden gelmeye ayırdığınızı sorun kendinize. Olaylara bakış açınızı değiştirebilir misiniz? Hep kıtlığı gördünüz yerde olası bir bereketlilik görebiliyor musunuz? Sadece bakış açınızı değiştirerek, olayın kendisini de değiştirebiliyor musunuz? Bu soruların yanıtı olarak evet sesinin kulaklarımda çınladığını duyabiliyorum. Olaylara bakış açınızı değiştirme çabasını güderken kullandığınız yöntem, daha önceden belki de hiç düşünmediğiniz bir şeyi görmek gibi zor bir çabayı gerektirir.

Niyetin Her Şeyi Yaratan Evrensel Alanı

Yaşama Nasıl Bakar?

Her türlü yaratılışın sorumlusu niyet etme alanı sürekli vericidir; aslında vericiliğinin sınırı yoktur da denilebilir. Saf, belli bir kalıbı olmayan ruhu, çok sayıda cismi kalıba dönüştürür hiç durmaksızın. Dahası, bu niyet etme alanı gereksinimleri sınırsız biçimde karşılar.

Her şeyi yaratan Kaynak söz konusu olduğunda, kıtlık veya yoksunluk diye bir kavramdan bahsedilemez. Yani, evrensel zihnin doğal bereketliliğini düşündüğümüzde başlıca iki kavram çıkar ortaya. İlki, sürekli biçimde verici olma, ikincisi ise gereksinmelerin sonsuz biçimde karşılanmasıdır.

Niyet etmenin gücü sürekli ve sonsuz biçimde vericidir, o nedenle, başarılı bir yaşam sürmek için niyet ettiğiniz şeylerin gerçekleşmesini ve yaşamınıza bereketi davet etmek istiyorsanız, söz konusu iki niteliğe uyum sağlamanız gerekir. Bereket ve başarı için çabalamak yerine, bereketli ve başarılı olmak için evrene nasıl bir mesaj göndermelisiniz? Kaynak'ınız bereket; siz, Kaynak'ınızınız, bu nedenle onunla bu gerçeği gözeterek bir iletişim kurmalısınız. Kaynak'ınızın daima hizmet eden ve verici niteliklerinden, ayrıca sizin de Kaynak'ınız olmanız gerçeğinden hareketle, siz de insanlara, evrene daima hizmet etmeli ve verici olmalısınız. Bu Kaynak, ancak onunla uyum sağladığınızda sizin için çalışacaktır!

Niyet etme alanına gönderilecek, Lütfen bana daha fazla para nasip et mesajı, kendinizi yoksunluk içinde gördüğünüz şeklinde yorumlanır, ancak bu Kaynak'ın yoksunluk kavramı yoktur, yeterli paraya sahip olamamanın ne anlama geldiğini bile bilmez. O nedenle bu mesaja vereceği karşılık, Sen böyle düşündüğünden, daha fazla paraya ihtiyaç duyma durumu ortaya çıkmıştır ve ben, düşüncelerinin yaratıldığı zihin olduğumdan, istemediğinin ve sahip olmadığının fazlasını veriyorum sana, olacaktır. Bu karşılık, ego güdümlü düşünce tarafından, arzularım reddedildi! şeklinde yorumlanır. Ancak işin gerçeği, evrensel kaynağın sadece bereketi ve verici olmayı bilmesidir, o nedenle niyetiniz, Yeterince param var ve zaten yeterince sahip olduğum şeyin bana akmasına izin veriyorum, şeklinde olsaydı, Kaynak, bu arzuza para akıtarak karşılık verirdi.

Bunlar size anlamsız, karmaşık sözlerden ibaret birer kelime oyunu gibi görünebilir, ancak sizi temin ederim ki, niyet etmenin evrensel zihni aynen bu şekilde işler. Burada niyet ettiğiniz şeye ne kadar çok konsantre olursanız, sınırsız bereket de kendini o derece

çok gösterecektir. Yoksunluk kavramından kurtulun, çünkü Tanrı'nın bu tür kavramlarla yakından uzaktan alakası yoktur. İnancınız yoksunluğu öngörüyorsanız, Yaratıcı Kaynak da bu inanca aynı paralelde karşılık verecektir.

Şimdi bu kısmın başlarındaki gözlemime geri dönelim: Olaylara bakış açınızı değiştirdiğinizde, olayların da değişimini göreceksiniz. Sonsuz bereketin kaynağı evrensel zihnin akışının, ancak kendi doğasıyla uyumlu haldeyken gerçekleşeceğine emin olun. Siz de onun doğasıyla uyumlu olduğunuzda, tüm arzularınız gerçekleşmek durumundadır, çünkü evren başka bir yöntem tanımaz. Evrensel zihne ne istediğinizi söylediğinizde buna, sizi sürekli talep etme, asla gerçekleşmeme ve daima fazlasını isteme haliyle başbaşa bırakarak karşılık verecektir. Oysa gerçekleşmesini niyet ettiğiniz şeyin zaten elinizin altında olduğunu hissederseniz, niyetinizle bir olmuşsunuz demektir. Hiçbir zaman şüpheye kapılmıyor, olumsuz düşünceler seslendiren insanlara kulak vermiyorsanız, niyet etmenin her şeyi yaratan alanıyla başbaşa kalmışsınız demektir.

Siz yoksunluktan, kıtlıktan ve 'talep etme'den yaratılmadınız. Siz her şeye izin veren gücün niteliklerine haiz bir varlıksınız. Bu noktada izin vermek, anahtar sözcüktür. Şimdi de, kendinizi başarılı hissetmeyi ve yaşamınıza bereketi davet etmeyi gerçekleştirme girişimlerinde çoğunlukla görmezden gelinen izin vermenin ne olduğuna bir bakalım.

İzin Verme Sanatı

Yaratılışın evrensel zihni sürekli biçimde gereksinimleri karşılama halindedir. Bu niteliği asla kesintiye uğramaz, asla bundan vazgeçmez ve daimi olarak vermeyi amaçlar. Her şey ve herkes istisnasız biçimde, adına niyet etme dediğimiz bu evrensel zihinden hâsıl olmuştur. Peki, her şey bu görünmez enerji alanının sonsuzluğundan geliyorsa, neden bazıları bunun bir parçası olmayı becerebilmişken, diğerleri ondan kopuktur? Evrensel zihin sonsuz bereket akışıyla,

verici bir güçse ve siz de hayatınızda bir şekilde eksiklik ve kıtlık yaşıyorsanız, o zaman ortada söz konusu akışın yaşamınıza girmesini engelleyen bir direnç var demektir.

Her şeyi temin eden bu Kaynak'ın yaşamınıza akmasına izin vermek demek, daimi bereket temin eden bu güce karşı direnç yarattığınızın bilincine varmış olmanız demektir. Evrenenerji ve davet etme (cezbetme) üzerine kurulmuşsa, bu her şeyin belirli frekanslarda titreştiği anlamına gelir. Titreşimlerinize yaydığınız frekans, evrensel kaynağın frekansına aykırıysa, direnç yaratır, bereketin yaşam mekânınıza akışına engel olursunuz. Kişisel titreşimlerinize izin verme sanatını idrak etmeniz anahtar rol oynayacaktır. Kaynakla uyumsuz olan titreşimler çoğunlukla düşünce ve duygularınızda şekillenmektedir. Bir şeyi hakketmediğiniz inancını vurgulayan düşünceler enerjide aykırılık yaratırlar. Söz konusu aykırılık, özdeş olumlu enerjilerle ilişki kurmanıza engel olur ve siz direnç gösteren, izin vermeyen bir alan yaratırsınız. Unutmayın ki her şey Kaynak'ınızla uyumlu olmakla alakalıdır. Düşünceleriniz ya niyet etmeyle uyumlu, ya da ona aykırı olacaktır.

Evrensel zihnin bir parçası olduğunuzu aklınızdan çıkarmayın; niyet etmenin yedi yüzüyle uyum içinde olduğunuzu düşünüyorsanız, evrensel zihin de sizinle ancak bu durumda uyumlu biçimde çalışabilecektir. Örneğin daha dolgun bir maaşla, daha iyi bir işte çalışmak istediğinizi farz edelim. Düşüncelerinizde, bu işi hakettiğinizi bilerek, işe zaten sahip olduğunuzu hayal edin; hiç şüphe etmeyin, o iş sizin olacaktır, çünkü bunu kalbinizde görebildiniz. Her şeyi yaratan zihnin bir parçası haline geldiğiniz zaman, titreşim frekansınızda bir aykırılık olmadığı sürece evrensel zihnin işin sizin olmasını sağlamaktan başka bir seçeneği yoktur. Bu durumda izin verme sanatına engel olabilecek ve işlerin ters gitmesine yol açacak tek şey, izin vermeme alışkanlığınızdır.

Bereketin serbestçe akışına direnen alanın şekillenmesine neden olan sayısız düşünce vardır. Söz konusu izin vermeme alışkanlığı, yıllardır içinde yetiştığınız ve güvendiğiniz inanç sisteminden kay-

naklanır. Dahası, başka insanların da direnç göstermesine izin verir ve söz konusu olayda onların onayını alma gereksinimini duyarsınız. Başkalarının bereket akışına direnç gösteren fikirlerinden etkilendir, istedikleri işe bir türlü sahip olamayan insanlarla ilgili haberler okur, işsizlik ve yavaşlayan ekonomi hakkında yazılan hükümet bültenlerini inceler, dünyanın kötü gidişini vurgulayan televizyon haberlerini izlersiniz ve sonunda, direnciniz her zamankinden de fazla güçlenir, böylece bereketin serbestçe akışına izin vermeme konusunda daha çok ikna olursunuz.

Bu durumda yapmanız gereken şey inanç sisteminize ve onu desteklemeye devam eden unsurlara bakmak ve, Her şeyi bir iş sayesinde değiştirmek zor, bunun yerine hemen şimdi, bereketin serbestçe akışına izin vermeyen düşünceleri değiştirmeye başlayacağım, demektir. Daha önceden ne düşündüğünüz, bu düşünceye ne kadar zamandır sahip olduğunuz veya direnci muhafaza etmenize neden olan ne tür baskılara maruz kaldığınızın önemi yoktur. Hemen bugünden başlayarak, bereketin serbestçe akmasına izin vermeyen düşüncelerin faal hale gelmesini engelleyin.

Kendimi başarılı hissediyorum, şu andan itibaren elimin altında olan bereketi hissetmeye niyetliyim, diyerek işe başlayabilirsiniz. Başarılı olma ve yaşamınıza bereketi davet etme düşüncesini öngören yeni inancınız doğrultusunda bu sözleri gün içinde sürekli tekrarlayın. Yeterince harekete geçirdiğinizde, bu düşünce artık mutlak düşünce tarzınız haline gelecek ve bereketin serbestçe yaşamınıza akmasını izin vermeyen düşünceleri yok etme yolunda bir adım atmış olacaksınız.

Bu düşünceler daha sonra, Ben başarıyım; Ben bereketim şeklinde, kendi kendinize verdiğiniz mesajlara dönüşecektir. Bizzat başarının, bizzat bereketin kendisi olduğunuzda, her şeyi yaratan Kaynak'la uyum içindesiniz demektir, bu durumda Kaynak, bildiği tek yolla gerekeni yapacak, sonsuz biçimde vermeye, hiçbir dirençle karşılaşmadığı için bereketini akıtmaya başlayacaktır. Artık kıtlık, yokluk titreşimleri yaymazsınız, yaydığınız her titreşim, Kay-

nak'ınızdan davet ettiğiniz şeyle uyum halindedir. Siz ve Kaynak'ınız, düşüncelerinizde bir olursunuz. Daha önceden direnç göstermenize neden olan düşünceleri tanımlar, söz konusu düşüncelerin artık yolunuza çıkmasını engellersiniz.

Bereketin yaşamınıza serbestçe akmasına izin vermekte ustalaşıp, bu konuda gösterdiğiniz direnci en alt seviyede tutma inancıyla yaşamaya başladığınızda, başarı artık bir seçim olmaktan çıkar ve siz, bizzat başarının kendisi haline gelirsiniz. Bereketin niteliğinden yararlanmamanız olanaksızdır. Siz bereketsiniz, bereket de siz... Artık direncinizin ötesinde, engellenmesi olanaksız biçimde size doğru akar. Bereketin serbestçe akışını sağlamaya dair bir başka ipucu olarak şunu söyleyebilirim: Bereketle bağımlı olmamanız ve onun sayesinde elde ettiğiniz şeyleri paylaşmanız şarttır.

Bereket, Bağımlı Olmama ve Duygularınız

Her şeyi yaratan niyet etmenin bereketiyle uyumlu, sağlam bir titreşim yaymak ne kadar önemliyse, söz konusu berekete bağlanamayacağınızı ve önünüze serilecek berekete tek başına sahip olamayacağınızı bilmek de o derece önemlidir. Çünkü siz gerçekte, başarıya ve zenginliğe bağımlı hale gelmek istemeseniz de, egonuz isteyecektir. Siz sahip olduklarınız ve başarılarınız değilsiniz; siz belli bir servet yapmış, başarılı bir insan kılığındaki sonsuz, ilâhi varlıksınız. Servetiniz sizi tanımlamaz. Bu nedenle servete bağımlı olmaktan kaçınmalısınız.

Servete bağımlı olmama başarısını göstermek, gerçek özünüzün ilâhi, sonsuz niyet etme alanının bir parçası olduğunu bilmekten geçer. İşte bu mefhumu sahip olduktan sonra duygularınızın önemini fark edersiniz. Bu durumda, kendinizi iyi hissetmek, sahip olduğunuz mücevherden çok daha değerli hale gelir, bereketi hissetmeye, bankadaki paranızın miktarından veya başka insanların hakkınızda düşündüklerinden çok daha fazla önem vermeye başlarsınız. Bere-

keti ve başarıyı gerçek anlamda hissetmek, arzuladığınız ve sonuçta, size ve en önemlisi, sizin aracılığınızla akan şeylere bağımlı olmamayı başardığınızda söz konusu olabilir ancak. Enerjinin akışına engel olacak herhangi bir şey, o engelin yaratıldığı noktada niyet etmenin yaratıcı sürecini durduracaktır.

Bağımlı olmak da o engellerden biridir. Önünüze akan berekete bağımlı olmaya başladığınızda, bereketin sizin aracılığınızla akışına izin vermek yerine, akışı durdurursunuz. Akan bereket sonucunda elde ettiğiniz şeyleri kimseyle paylaşmaz, böylece akışı kesintiye uğratarırsınız. Siz direnç göstermediğiniz sürece, bereketin yaşamınıza akmasını hiçbir şeyin engellemeyeceğinin bilinciyle, söz konusu akışın devamını sağlamalısınız. Duygularınız, bereketin akışına direnç gösterip göstermediğinize dair en iyi göstergedir ve başarıyı, bereketi yaşama yeteneğinizi çok hassas biçimde tartar.

Duygularınıza dikkat etmek. Duygularınız, arzularınızın gerçekleşmesi için yaşamınıza ne kadar ilâhi enerji davet etmeniz (cezbetmeniz) gerektiğini size söyleyen içsel tecrübelerdir. Duygular, arzuların gerçekleşmesi süreci içinde nasıl davrandığınızı ölçmeye yarayan aletler gibidir. Fevkalade olumlu duygusal tepki, niyet etmenin ilâhi enerjisini davet ettiğinize ve söz konusu enerjinin hiçbir direnç göstermeksizin size akmasına izin verdiğinizize iâşret eder. Tutku, mutluluk, saygı, sonsuz iyimserlik, sorgulanmayan güven ve hatta aydınlanma gibi duygular, başarılı olma ve berekete sahip olma arzunuzu ortaya koymak için evrensel Kaynak'tan güçlü bir şekilde yararlandığınızı gösterir. Bu tür duyguların varlığına çok dikkat etmeyi öğrenmelisiniz. Bu duygular sadece yaşamınızın enerji barındırmayan taraflarını ortaya çıkarmakla kalmaz, aynı zamanda niyet etmeyle aranızdaki kanalı nasıl temizleyip, arındırdığınızdan da sorumludurlar; duygular, yaşam gücünü davet etme yeteneğinizi ve o an Kaynak'tan ne kadar yararlanabildiğinizi size tam olarak söyler.

Bereket, niyet etmenin doğasında vardır. Bereket arzunuz hiçbir dirençle karşılaşmadan serbestçe akmalıdır. Kişisel niyetiniz veya

arzunuzla, bereketi yaşamınıza davet etme olanağına dair inancınız arasındaki herhangi bir zıtlık, direnç yaratılmasına neden olur. Bereketi yaşamınıza davet etmek istiyor, ama gerçekleşmesinin olanaksız olduğuna, bunu hak etmediğinize veya sebat etmek gibi bir yeteneğe sahip olmadığınızı inanıyorsanız, o zaman direnç yaratır, bereketin serbestçe akışına izin vermeme durumuna düşersiniz. Duygularınız, arzularınızı gerçekleştirmek için gerekli enerjiyi cebretmekte ne kadar başarılı olduğunuzun göstergesidir. Üzüntü, endişe, suçlama, nefret, korku, utanç ve öfke gibi güçlü duygular, başarı ve bereketi istediğiniz, ama bunun kendi adınıza gerçekleşmesinin olanaksız olduğuna inandığınız mesajını gönderir size. Bu olumsuz duygular, bir an evvel işe koyulup, arzularınızı niyet etmenin evrensel zihniyle, ki, burası arzularınızın tek kaynağıdır, dengelemek konusunda harekete geçmeniz gerektiğine işaret eden ipuçlarıdır. Olumsuz duygular, niyetten yararlanma gücünüzün zayıf olduğunu, hatta böyle bir güce sahip olmadığınızı ifade ederken, olumlu duygular ise niyet etmeyle bağlantıda olduğunuzu ve niyet etmenin gücüne eriştiğinizi söyler size.

Bereket söz konusu olduğunda, niyet etmenin gücünden daha çok yararlanmanın yolu, kazandığınız paraya odaklanmaktan vazgeçip, onun yerine beraberinde yaratıcılığı, bereketi getiren arkadaşlık, güven, mutluluk, sağlık gibi yüksek enerjilere odaklanmaktır. Bu durumda, her şeyi yaratan Kaynak'la uyum oyununu tekrar oynamaya başladığınızı size bildirecek söz konusu yüksek enerjiler hemen elinizin altındadır ve siz bu enerjileri hissetmeye başlarsınız. Bereket niteliği taşıyan mutluluk, sağlık, kendini güvende hissetme ve arkadaşlığa değer verme gibi niteliklere odaklandığınızda, tüm bunları elde etmenizi sağlayacak araçlar sizin için çalışmaya başlayacak, söz konusu yüksek enerjiler size doğru akacaktır. Para bu araçlardan sadece biridir, titreşim enerjinizi bereketin çevresinde ne kadar hızlı yayarsanız, o kadar hatırı sayılır miktarda paranın yaşamınıza girdiğini görürsünüz. Başarı ve bereketten yararlanma gücünüzü gösteren söz konusu olumlu duygular, niyetinizi gerçekleştirmek adına harekete geçmenizi sağlayacaktır.

Bu ifadeleri kullanırken, ‘oturduğunuz yerde başarının ve bereketin size akmasını bekleyin’i kastetmiyorum. Söylemek istediğim, Kendimi başarılı hissetmek ve refahı yaşamıma davet etmek niyetindeyim, şeklinde niyetinizi ortaya koyduğunuzda, duygusal enerjinizin değişeceği ve bu noktadan sonra, arzularınız zaten gerçekleşmiş gibi hareket edeceğinizdir. Artık eylemleriniz niyet etmenin yedi yüzüyle uyumludur ve neyseniz, ona sahip olursunuz. Söz konusu enerji değişikliğinden sonra yaşamınızda eksikliğini hissettiğiniz şeylere sahip olmak gibi bir istekte bulunmaz, dolayısıyla daha fazla eksikliği yaşamınıza davet eder konumdan çıkarsınız.

Ben kendi adıma bu noktada, bereketin serbestçe akışına kesinlikle direnç göstermeyeceğime emin olduğum durumlar haricinde, niyetin her şeyi yaratan Kaynak’ından bir şey beklemeyi reddettiğimi söylemeliyim. Bu satırları ve sonrasında onu izleyecek on adım programında yazdığım şeyleri yaşamış olmak, bereketin kendi adıma gerçekleştiğinin en güzel göstergesidir. Ben, bereketin yaşamıma serbestçe akmasına izin vermeyi ve her şeyi yaratan, var olduğum Kaynak’la bağlantı kurmayı başardım; bundan kesinlikle eminim. Geçmişte yaşadıklarım, gözüme olanaksız gibi görünen bir şeyi arzuladığımda, sonuçta arzuladığımı elde edemediğimi gösterdi bana. Sonra, daha az şey istemem gerektiğini düşündüm, ancak bu durum niyet etmenin sınırsız gücünden daha da uzaklaşmama neden oldu. O günlerde tireşimlerim, evrenin bereketiyle hâlâ uyumsuz haldeydi.

Daha sonra, varlığımın bereketle uyum içinde olmasının, diğer insanların aç kalmasına, yoksullaşmasına yol açmadığını anlamaya başladım. Tam tersine, yarattığım bereket, açlığı ve yoksulluğun kökünden sökölüp, atılmasına yardımcı olma şansı veriyordu bana. Ancak farkına vardığım en önemli şey, düşük frekans yaydığımda diğer insanlara yardım etme şansımın azalmasıydı. Bu sayede Kaynak’ımla titreşim uyumunu yakalamam gerektiğini öğrendim. Kitabın bu kısmında bunlardan söz etmemin nedeni, daha az şey istememin yanlış olduğuna ve bereketi arzulamanın, suçluluk duygusu

uyandırmaması gerektiğine sizi ikna etmektir. Bereket, sonsuz bir kaynak olarak hem sizin, hem de dünyadaki her insanın emrine amade beklemektedir.

* * *

Başarılı ve bereketli bir yaşama sahip olmakla ilgili yazdığım her şeyi bizzat yaşıyorum. Hiçbir şüpheye (dirence) kapılmaksızın, kitapta verilen mesajları iyi algılayarak sizin de yaşamınıza bereketi davet edeceğinizi, kendinizi başarılı hissedeceğinizi biliyorum. Tıpkı aradığınız bereketin o evrensel Kaynak'tan benim aracılığımla bu sayfalara akması gibi, siz de niyetinizi gerçekleştireceksiniz. Bu kitabı yazma arzumu, bilginin kesintiye uğramaksızın size akmasına izin veren iradem arasında hiçbir aykırılık söz konusu değil. Peki, bunu nerden biliyorum? Şu an tarifi olanaksız biçimde mutluluk, huzur ve saygı duygularıyla doluyum. Niyet etmenin her şeyi yaratan Ruh'undan gelen bu mesajları yaratmak için çok güçlü bir iradeyle çalıştığımı işaret eden bu duygularla dolu olma haline güvenim tam. Yaşamıma bereketi davet etme ve başarılı olma duygusuyla titreşim uyumunu yakaladım ve bu noktada bereket, başarı niyetim tezahür etti. Siz de bereketin yaşamınıza akması için, arzu ettiğiniz herhangi bir şey için bu şekilde davranmayı deneyin.

Niyetinizi Gerçek Kılmak

Aşağıda, kitabın bu kısmında sözü edilen, kendinizi başarılı hissetmek ve yaşamınıza bereketi davet etmek niyetini gerçekleştirmek için atılması gereken on adımı bulacaksınız.

1. Adım: Dünyaya bereketli, her olanağı sunan, dost bir mekân gözüyle bakın. Olaylara bakış açınızı değiştirdiğinizde, olayların

da değiştiğini göreceksiniz, bunu hep anımsayın. Dünyaya bereketli ve dost bir mekân gözüyle baktığınızda niyetinizin gerçekleşme olasılığı çok yüksektir. Bu durumda, dünyayı daha yüksek frekansa taşıdığınızdan, söz konusu olasılık aslında kesinlik kazanacaktır. Bu ilk adımda, kendinizi sınırlayıcı olmaktan çok, her olanağı sunan bir dünyaya açacak, bu sayede, size kötülük eden değil, başarılı olmanızı ve bereketli bir yaşam geçirmenizi isteyen bir dünya göreceksiniz.

2. Adım: Yaşamıma başarı ve bereketi davet ediyorum, çünkü ben başarıyım, ben bereketim, sözlerini tekrarlayın. Böylece Kaynak'ınızla titreşim uyumunu yakalarsınız. Hedefiniz, arzuladığınız ve yaşamınıza katmak istediğiniz şeyle aranızdaki mesafeyi yok etmektir. Bereket ve başarı sizin adınıza ortaya çıkmayı beklemez. Siz zaten bereket ve başarısınız. Kaynak neyse, size de onu temin edecektir; yani siz bereket ve başarı olduğunuz için, sonuçta bereketli bir yaşam sürüp, başarılı olacaksınız.

3. Adım: 'İzin vermek' daimi davranış biçiminiz olsun. Direnç göstermek, bereket arzunuzla, yetenekleriniz ve başarıya layık olma hakkındaki inancınızın uyumsuz olması anlamına gelir. İzin vermek ise, bunlar arasındaki kusursuz işbirliğidir. 'İzin vermeyi' davranış biçimi olarak benimsemek demek, başka insanların sizi aksine ikna etme çabalarına prim vermemeniz demektir. Bu aynı zamanda, bereketin yaşamınızın bir parçası olduğu veya olmadığı şeklinde daha önceki ego güdümlü inancınıza güvenmediğiniz anlamına da gelir. İzin vermeyi davranış biçimi olarak benimsediğinizde, olumsuzluk veya şüphe olarak şekillenen düşüncelerde ortaya çıkan tüm direnç yerini, Kaynak'ınız ve sizin bir ve aynı olduğunuz bilincine terk eder. Arzu ettiğiniz bereketin doğrudan ve serbestçe size aktığını hayal edin. Kaynak'la paralelliğinizi reddedecek herhangi bir düşünce veya eylemden uzak durun.

4. Adım: Bu an'ı, niyet etmenin yedi yüzüyle uyumlu düşünceleri faal hale getirmekte kullanın. Bu an, anahtar sözcüktür. Hemen şimdi, bu anda, yaşamınızın bu aşamasında, inanç sisteminizle ilgili düşünce değişikliğine gitmenin yararı olmayacağını düşünüp düşünmediğinizi anlamaya çalışın. Bir yaşam boyu kıtlığı ön gören düşünce sistemine saplanıp kalarak, başarılı olmaya ve yaşamınıza bereketi davet etmeye karşı direnç yaratan düşüncelere teslim olacağınıza, eski inançlarınıza olumlu düşüncelerle karşı koyamayacağınıza mı inanıyorsunuz?

Seçiminizi, yaşam boyu inandıklarınızı bir kenara atmaktan yana kullanıp, iyi hissetmenizi sağlayacak düşünceleri hemen şu anda faal hale getirin. Arzularınızın gerçekleşmesi olanaksız şeyler olduğunu sizi ikna etmeye çalışan insanlarla karşılaştığınızda, Kendimi iyi hissetmek istiyorum, deyin. Niyet etmeyle uyumsuz, düşük enerji barındıran düşüncelere geri dönmek için sizi kışkırtan birine rastladığınızda aynı sözleri tekrarlayın. Sonunda, iyi hissetmenizi sağlayacak düşünceleri harekete geçirmiş olacaksınız, ki bu, niyet etmeyle tekrar bağlantı kurduğunuzun bir işareti olacaktır. Kendinizi iyi hissetmeyi istemek, Tanrı'yı hissetmeyi istemekle aynı şeydir. Unutmayın; "Tanrı ve O'nun yarattığı her şey iyidir."

5. Adım: Bereketi yaşama davet etme ve başarılı olma hislerinizi destekleyen eylemleri yaşama geçirin. Burada anahtar sözcük eylemlerdir. Ben buna sanki gerçekleşmiş gibi davranmak veya sondan başa düşünmek ve bu şekilde davranmak adını veriyorum. Bedeninizi, bereketi yaşama davet etmek ve kendinizi başarılı hissetmek amacına kilitleyin, bu duygularla hareket ederken, aradığınız bereket ve başarı zaten elinizin altındaymış gibi davranın. İnsanlarla konuşurken güçlü arzunuz sesinize yansısın. Her türlü eyleminizde söz konusu güçlü arzuyu hissettirin. İş görüşmesine gittiğinizde aynı güvenli ve neşeli tavrınızı koruyun, ummadığınız anda gizemli biçimde önünüze çıkan kaynaklardan yararlanın, bereketli bir yaşam konusunda yeni bir çağrı aldığının işaretlerini veren sohbetlere kulak kabartın.

6. Adım: Refah ve başarılarınızın başkalarının da yararına olduğunu ve kimsenin bereketten mahrum kalmayacağını, çünkü bunun için yaratıldığımızı unutmayın. Bir kez daha tekrarlamak isterim ki, kaynak sınırsızdır. Evrensel cömertlikten ne kadar çok yararlanıyorsanız, başka insanlarla o kadar çok şey paylaşmak zorundasınız. Ben bu kitabı yazarken, yaşamıma birçok yoldan bereketin aktığını gördüm. Ama en önemlisi bu kitabın size ulaşmasında emeği geçen editörler, grafik desinatörleri, kitabı dağıtan kamyon şoförleri, kamyonu yapan işçiler, işçileri besleyen çiftçiler, kitapçı da çalışan elemanlar... herkes, mutluluk yolunda ilerleyip, niyetimi gerçekleştirmem ve bu kitabı yazmam sayesinde bereketi yaşadı.

7. Adım: Niyet etmenin evrensel zihniyle bağlantınızın işareti olan duygularınızı gözlemleyin. İhtiras ve mutluluk gibi güçlü duygular, Ruh'la bağlantı kurduğunuzun veya güçlü bir ilham aldığının işaretidir. İlham aldığınızda keşfedilmemiş güçleri harekete geçirirsiniz, böylece aradığınız bereket, herhangi bir kalıba bürünmüş halde yaşamınıza akmaya başlar. Düşük enerji barındıran öfke, nefret, endişe, üzüntü vb. duyguları yaşadığınızda, amacınızı gerçekleştirmeye dair çok güçlü bir arzu duyuyor da olsanız, niyet etme alanıyla tamamen uyumsuzsunuz demektir. Düşük enerji barındıran duygularla başbaşa kaldığınız anlarda iyi hissetmek istediğinizi kendinize anımsatın ve iyi hissetmeyi destekleyen düşünceleri harekete geçirip geçirmediğinizi anlamaya çalışın.

8. Adım: Niyet etme alanının bereketi size akıtmakta gösterdiği cömertliği, siz de dünyaya karşı gösterin. Bereketin akışıyla elde ettiklerinizi kendinize saklayarak veya bu kazanımları istifleyerek, söz konusu akışın kesilmesine izin vermeyin, bereketten herkesin yararlanmasını sağlayın. Sahip olduğunuz refahı hem başka insanların yararına, hem de egonuzun amaçlarından daha asil amaçlar için kullanın. Bereketle bağımlı olmaktan kurtulduğunuzda, her şeyin Kaynak'ıyla uyumlu titreşimler yaymaya devam edersiniz.

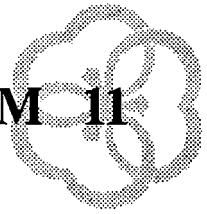
9. Adım: Başarılı olmanın ve yaşama bereketi getirmenin kaynağı olan Ruh için meditasyon yapmaya yeterli zamanı ayırın. Meditasyonun yerini başka hiçbir şey tutmaz. Bu, özellikle bereket kavramı için geçerlidir. Var olma bilincinizin, kaynağınız olduğunu idrak etmelisiniz. Tanrı'nın adını tekrarlayarak, arzularınızın tezahür etmesini sağlayan, geçmişi çok eski zamanlara kadar uzanan bir teknikten yararlanabilirsiniz. Burada, size bir kez daha Japa tekniğini kullanmanızı öneriyorum.

10. Adım: Yaşamınızda karşılaştığınız her şey için şükretmeyi öğrenin. Arzu ettiğiniz şey henüz gerçekleşmemiş bile olsa her durumda şükretmeyi bilin. Çok kötü günlerinizde bile olaylara minnettarlık penceresinden bakmaya çalışın. Kaynak'tan ne geliyorsa, mutlaka belli bir amaç doğrultusunda geliyordur. Sizin, herkesin ve her şeyin yaratıldığı, bağlantı kurmaya niyet ettiğiniz o Kaynak'a her zaman için şükredin.

* * *

Dünyaları ve evrenleri yaratan enerji içinizdedir. Bu, cazibe (davet etme) ve enerji aracılığıyla işler. Her şey titreşir; her şeyin titreşen bir frekansı vardır. Aziz Paul'ün dediği gibi, "Tanrı, her nimeti bereketli biçimde temin etmeye muktedirdir." Siz de Tanrı'nın frekansına kilitlenin, her şeyin ve her türlü şüphenin ötesinde algılamanızın değiştiğini göreceksiniz!





NİYETİM: STRESTEN UZAK, SAKİN BİR YAŞAM SÜRMEKTİR

Endişe, ruhani güvensizliğin işaretidir.

Thomas Merton

Yeteneğimizin sınırlı olduğuna, endişe ve üzüntünün kaçınılmazlığına kalben inandığımız sürece inanç yoksunluğu çekeriz. Tanrı'ya gerçekten güvenen bir insanın herhangi bir şey için endişe duymaya hakkı yoktur.

Paramahansa Yogananda

Stresten uzak, sakin bir yaşam sürme niyetini gerçekleştirmek en büyük amaçlarımızdan biridir. Ben, bizi bu dünyaya getiren Kaynak'ımızın niyetinin, dünyada mutlu, neşeli bir deneyim yaşamamız yönünde olduğuna inanıyorum. Neşeli ve mutluyken niyet etmenin saf, yaratıcı, eleştiriden uzak niteliklerine geri

dönmüş olursunuz. Refah, iyilik, huzur yaratılışımızın doğasında vardır. Kitabın bu kısmında bu doğal hale geri dönmeyi ve onu kucaklamayı ele alacağız.

Siz, huzur ve neşe dolu bir Kaynak'tan yaratıldınız. Çoşkulu, neşeli olduğunuz zamanlarda her şeyle barışıksınız demektir. Burada bulunmanızı sağlayan gücün amacı da budur ve siz, duygu ve eylemlerinize bu amaç doğrultusunda yön verirsiniz. Neşeli bir ruh halinde olduğunuzda, yaşamınızda olup biten her şeyin farkında olur, bunlardan ilham alırsınız. Kısaca ifade etmek gerekirse, endişe ve stresten kurtulmak, niyet etme alanıyla kucaklaşmaya açılan penceredir. Mutlu, neşeli olduğunuz, yaşam sevincini ve bir amaç doğrultusunda yaşama duygusunu derinden hissettiğiniz anlar, niyet etmenin her şeyi yaratan evrensel zihniyle paralel hareket ettiğiniz anlardır.

Stres ve endişeyle yaşamamanın, ümitsizlik ve kasvet duygularıyla dolu olmanın, huzur bulmak adına ilaçlardan medet ummanın doğal hiçbir yönü yoktur. Yüksek tansiyona, mide rahatsızlıklarına, sürekli huzursuz ve mutsuz hissetme duygusuna yol açan, rahatlamaya ve normal uyku düzenini engellemeye neden olan çalkantılı duygular, doğal halimizi bozan duygulardır. İster inanın, ister inanmayın, ama stresten uzak, sakın bir hayat yaşamak arzunuzu gerçekleştirecek güce sahiptir. Bu gücü hayal kırıklığı, endişe veya neşe, huzur bulmak adına kullanmak sizin elinizdedir. Niyet etmenin yedi yüzyütle uyumlu olduğunuzda, stresten uzak, sakın bir yaşam sürme niyetinizi, her şeyi yaratan Kaynak'a erişip, onun bu gücünden yararlanarak gerçekleştirebilirsiniz.

Refahı, sükûneti hissetmek çok doğal bir şeyse, birçok insanın bu kadar gerilim ve huzursuzluk yaşamasının nedeni nedir? Bu soruya verilecek yanıt, arzuladığınız huzurlu yaşama kavuşmanın anahtarı olacaktır.

Stres, Egonun Bir Arzusudur

Stres veya endişe gibi duygularla dolu olduğunuzda, işte o sinir bozucu egonuz işbaşında demektir. Sürekli stresle başa çıkmak durumunda olmak, ego güdümlü bir düşünce sistemi içinde kendinizi daha etkili gibi hissetmenize yol açabilir, çünkü o anda gerçekten bir şeyler yaptığınızı düşünüyorsunuzdur. Belki de böylesine bir yaşam tarzı egonuzun bir alışkanlığı, düşkünlüğüdür veya egonuz doğru yolun bu olduğunu telkin ediyordur size. Bunun nedenini ancak ve ancak siz bulabilirsiniz. Stres insana daha aşikâr bir duyguyken, sükûnet ise tam tersine, daha uzak bir duygudur, işte bu nedenle ego stresi arzular, bu gerçeği de unutmamak gerekir.

Ama dünyada gerçek anlamda stres veya endişe diye bir şey yoktur; bu tür yanlış inançları yaratan kendi düşüncelerinizdir. Stresi paketleyemez, dokunamaz veya göremezsiniz. Sadece stres yaratan düşüncelere sahip insanlar vardır. Düşüncelerimize stres hâkim olduğunda, bedenimiz dikkatimizi çekmek üzere bize birtakım değerli mesajlar veya sinyaller gönderir. Bu sinyaller mide bulantısı, tansiyon yükselmesi, mide yanması, hazımsızlık, ülser, baş ağrısı, kalp çarpıntısı, nefes alma güçlüğü vb. ufak rahatsızlıklardan tutun da, ciddi sağlık sorunlarına kadar yüzlerce farklı biçimde olabilir.

Stresten, dünyada var olan ve bizi kendine çeken bir şeymiş gibi söz ederiz. Panik atak sorunun var derken, endişeden savaşçı kişiliğe sahip bir olguymuşçasına bahsederiz. Ancak bedeninizdeki stresin kaynağı çok nadir olarak dış etkenler veya dış varlıklardır; stres çoğunlukla, kendimizi egonun güdümüyle tanımlama inancının yol açtığı, niyet etmeyle bağlantı kanalının zayıflaması sonucu olarak ortaya çıkar. Aslında siz huzur ve neşesiniz, ama egonun yaşamınızı yönlendirmesine izin verirsiniz. Egonun yarattığı, strese neden olan düşüncelerden bazıları şöyledir:

- Haklı olmak, mutlu olmaktan daha önemlidir.
- Kazanmak her şeydir. Kaybettiğinizde strese girersiniz, bundan kaçış yoktur.
- Toplumdaki adınız ve konumunuz, Kaynak'ınızla olan ilişkiden daha önemlidir.
- Başarının ölçüsü kişinin kendini mutlu, tatminkâr hissetmesi değil, elde ettiği şeyler ve kazandığı paradır.
- Başka insanlardan üstün olmak, onlara iyi davranmaktan daha önemlidir.

Aşağıda, Boston Filarmoni Orkestrası şefi Benjamin Zander'in, eşi Rosamund'la beraber yazdığı *The Art of Possibility* (Olanak Sanatı) adlı kitaptan bir alıntı bulacaksınız. Bu kitapta, insanın kendini fazlasıyla ciddiye almasından vazgeçmesi gerektiği neşeli bir ifadeyle anlatılırken, egomuzun, stres ve endişe olarak isimlendirdiğimiz sorunları yaratmasından bizzat kendimizin sorumlu olduğundan söz edilir.

İki başbakan bir odada oturmuş, devlet sorunlarını görüşüyorlarmış. O sırada heyette bulunan adamlardan biri aniden bağırmaya, çağırmaya, çılgınca hareketler yaparak, yumruğunu masaya vurmaya başlamış. Başbakanlardan ev sahibi olanı, adama dönerek, “Peter, sana 6 Numaralı Kuralı anımsatmak isterim,” diye çıkmış. Bunun üzerine adam anında sakinleşmiş, başbakandan özür dileyerek, bir kenara çekilmiş. Politikacılar tekrar sohbet etmeye başlamış, aradan yirmi dakika geçtikten sonra bu kez bir kadın isterik biçimde el, kol hareketleri yapmaya başlayınca başbakan bu kez kadına dönerek, “Marie, lütfen 6 Numaralı Kuralı unutma,” demiş. Bir kez daha bu sözler etkisini göstermiş ve kadın anında sakinleşmiş, özür dileyerek, başını eğmiş. Aynı sahne

üçüncü kez tekrarlanınca misafir başbakan dayanamamış ve meslektaşına, “Sevgili dostum, çok şey gördüm, ama böylesine olağanüstü bir şeye ilk kez şahit oluyorum. Bu 6 Numaralı Kuralın sırrını benimle paylaşır mısın?” diye sormuş. Ev sahibi başbakan, “Çok basit,” diye karşılık vermiş, “6 Numaralı Kural, ‘Kendini bu kadar ciddiye alma’ demektir.” Misafir başbakan, “Ah, bu çok hoş bir kural,” demiş. Bir süre düşündükten sonra, “Peki, diğer kurallar nedir?” diye sorduğunda meslektaş şöyle yanıt vermiş:

“Başka kural yok.”

Yaşamınızda stres, baskı veya endişeyle karşı karşıya gelip de, stres dolu düşüncelere sahip olduğunuzu fark ettiğiniz anda “6 Numaralı Kuralı” anımsayın. Strese yol açan içsel sesi fark edip, devamını engellediğinizde, stresin neden olacağı fiziksel belirtilerin ortaya çıkmasının da önüne geçebilirsiniz. Peki stres yaratan içsel düşünceler nedir? Ben, çevremdeki insanlardan daha önemliyim. Beklentilerim karşılanmadı. Ben çok önemliyim, beklemek zorunda değilim. Ben burada müşteriyim ve bana ilgi gösterilmesini istiyorum. Kimse bu kadar baskı altında kalmamıştır. İşte buna benzer düşüncelerin yanı sıra, “6 Numaralı Kural”a paralel düşünceler de, ego-nun başının altından çıkan olumsuzlukların bir sonucudur.

Unutmayın siz işiniz, başarılarınız, kazanımlarınız, eviniz, aileniz değilsiniz... Siz, bir hayat yaşamak ve mutlu olmak üzere fiziksel olarak insan kılığına bürünmüş bir varlık, niyet etmenin gücünün bir suretisiniz. İşte stres karşısında niyetin bu gücünden yararlanacaksınız..

Stresin karşısına niyet etmeyle çıkmak. Yaşamınızın herhangi bir anında, “6 Numaralı Kural”ı yürürlüğe koyarak, niyet etmenin gücüyle stresi yok etme şansına sahipsiniz. Bu stratejiyi nasıl uygula-

yacağınıza dair bazı örnekler vermek isterim. Kendi yaşamımdan verdiğim bu örneklerin her birinde, niyet etmenin evrensel alanıyla titreşim uyumuna sahip içsel sesi harekete geçirerek, sakın bir yaşam sürme arzumu gerçekleştirdiğime dikkatinizi çekerim.

– Bir gün reçetemde yazan ilaçları almak üzere eczaneye gitmiştim. Önümde bekleyen adam eczacıyla konuşuyor, ona anlamsız bir sürü soru soruyordu. Stres üreten egom, adamın, sıra beklediğimi bilmesine rağmen özellikle zaman geçirdiğini ve beni öfkeliendirmeye çalıştığını söylüyordu bana. O an içsel sesimin şöyle bir şey söylediğini anımsıyorum: *İşte böyle zamanlarda, cüzdanında para bulmaya çalışan, sağlık sigortasından ilaç parasını almak için ne tür belgeler temin etmesi gerektiğini bilmeyen, eczacıya aptalca sorular sorup, işimi bir an önce görmemi engelleyen birileri hep vardır muhakkak!*

İşte o düşünceleri, içsel sesimi değiştirmem gerektiğinin bir işareti olarak kullandım ve içsel sesimden şu sözleri söylemesini bekledim: Wayne, kendini bu kadar ciddiye almaktan artık vazgeç! Ve sonra hemen öfkeden, neşeye doğru bir geçiş yaptım. Kendime odaklanmaktan vazgeçip, stresten uzak, sakın bir hayat yaşama niyetime direnç gösteren düşüncüyü ortadan kaldırdım. O anda adama, niyet etmeyle yeniden bağlantı kurmamda bana yardımcı olacak, önümdeki sırada bekleyen bir melek gözüyle bakmaya başladım. Adamın tavrını eleştirmeyi bir kenara atıp, sonunda, yavaş, kasti olarak gördüğüm davranış tarzındaki güzelliği gördüm. Bu meleğe karşı zihnimde şefkatli davrandığımı canlandırıp, düşüncelerimde düşmanca tavır göstermekten, sevgi dolu bir tavır göstermeye doğru hareketlendim. O an duygularım da huzursuzluktan, rahatlamaya doğru geçiş yaptı. O noktadan sonra stresin varlığı söz konusu bile değildi.

– On yedi yaşındaki kızım, okul yetkililerinden birinin bazı arkadaşlarına karşı kesinlikle adaletsizlik olarak yorumladığı bazı

davranışlar içinde olduğundan yakınmıştı. Bu konuşmayı bir cumartesi sabahı yapmıştık ve pazartesiye kadar olaya müdahale etme şansımız yoktu. Peki o an ne yapabilirdik? Ya iki gün boyunca anlattığı öykünün üzücü detayları üzerinde kafa yorup, stres dolu bir hafta sonu yaşayacaktık, ya da ben kendini iyi hissetmesini sağlayacak düşünceleri nasıl harekete geçireceğini kızıma anımsatacaktım. Ondan duygularını tanımlamasını istedim. Bana “öfkeli, üzgün ve incinmiş,” olduğunu söyledi. Kızımdan, “6 Numaralı Kuralı,” anımsamasını ve harekete geçirebileceği başka düşünceler olup, olmadığını düşünmesini istedim. Kızım güldü ve bana çılgın olduğunu söyleyerek, “Ama, hafta sonu boyunca üzgün üzgün oturmanın da bir anlamı yok, o nedenle ben de kötü hissetmeme neden olan düşünceleri kafamdan atacağım,” dedi ve sözümü dinleyeceğini söyledi. Bunun üzerine kızıma, “Pazartesi durumu düzeltmek için elimizden geleni yaparız,” dedim. “Ama şimdilik “6 Numaralı Kuralı”ı yürürlüğe koyalım ve stres, endişe ve baskının olmadığı niyet etme alanına katılalım.”

Kitabın bu bölümünde sözü edilen, stresten uzak, sakın bir yaşama sahip olmak niyetini gerçekleştirmek için, niyetinize uyumlu bir karşılık verecek düşünceleri harekete geçirmek gereğinin bilincinde olmanız gerekir. Söz konusu bu yeni karşılık, zaman içinde alışkanlık kazanacağınız bir karşılık haline gelecek ve stres üreten karşılıkların yerini alacaktır. Stres yaratan olayların detaylarına baktığınızda daima bir seçim yapma şansınız olduğunu görürsünüz: Stres yaratan düşüncelere mi sadık kalmalıyım, yoksa stresi üretimini olanaksız kılan düşünceleri mi harekete geçirmeliyim? Bu noktada endişe ve stresi seçme alışkanlığınızı değiştirmekte size yardımcı olacak birkaç araçtan söz etmek isterim.

Dört sihirli sözcük: Kendimi iyi hissetmek istiyorum! Kitabın önceki bölümlerinde, niyet ettiğiniz şeye karşı bir direnç yaratıp, yaratmadığınızın en iyi işaretinin duygularınız olduğundan söz etmiştim. Kendinizi kötü hissetmek, niyet etmenin gücüyle bağlantı-

da olmadığınızı anlamanıza yardımcı olur. Burada niyetiniz, sakın ve stresten uzak bir hayat yaşamaktır. Kendinizi iyi hissettiğinizde, çevrenizde ne tür gelişmeler yaşanırsa yaşansın veya başka insanlar hisleriniz konusunda ne tür beklenti içinde olurlarsa olsunlar, niyetinize bağlısınız demektir. O an bir savaş yaşanıyor bile olsa, kendinizi yine de iyi hissetme gibi bir seçeneğiniz vardır. Ekonomi bir uçuşuma yuvarlanıyor olsa da, bir afet yaşanmış olsa da, her durumda kendinizi iyi hissetme gibi bir şansınız vardır. Kendinizi iyi hissetmeniz katı, duyarsız veya zalim bir insan olduğunuz anlamına gelmez, bu size ait bir seçimdir. Kendimi iyi hissetmek istiyorum!, diye haykırın. Sonra bunu, Kendimi iyi hissetmeye niyet ettim!, şeklinde değiştirerek tekrarlayın. Stresli hissettiğiniz durumlarda bu duygunuzu niyet etmenin yedi yüzünün sevgi ve saygı niteliklerine havale edin. Bu durumda niyet etmenin yedi yüzü, sizin kötü hissetmek diye etiketlendirdiğiniz şeye karşı gülümseyecek ve ona merhaba diyecektir. İşte kendinizi iyi hissetmenizi isteyen duygu, o duygudur. Egonuzun arzularını etkisiz kılmak adına, duygularınıza, Kaynak'ınızın size davrandığı gibi davranmalısınız.

Şartlı bir refleks haline gelmiş kötü hissetmek duygusunun ortaya çıkma nedeni olarak birçok olay gösterilebilir. Bu dışsal olayların ne olduğunu anlayın ve dört sihirli sözcüğü söyleyin: Kendimi iyi hissetmek istiyorum. Kendinizi kötü hissetmenize neden olan söz konusu olaylardan biri yaşandığı anda, kötü hissetmenin, olayın düzelmesine yardımcı olup olmadığını sorun kendinize. İşte o durumda dışsal olayların etkisiyle kendinizi kötü hissetmenin, endişe, üzüntü, can sıkıntısı duymaya ve tabii, stres yaşamaya hizmet etmekten başka bir işe yaramadığını göreceksiniz. Tam o anda, hangi düşüncelerin iyi hissetmenize olanak sağlayacağını sorun kendinize. Bunun, söz konusu kötü hissetme duygusuna sevgi ve şefkatle karşılık verdiğini anladığınızda, duygusal halinizde bir değişim yaşandığını göreceksiniz. İşte o andan itibaren Kaynak'ınızla titreşim uyumunu yakalamışsınızdır, çünkü niyet etmenin gücü sadece ve sadece huzuru, şefkati ve sevgiyi bilir.

Kendinizi iyi hissetmenizi sağlayan harekete geçirilmiş bu yeni düşünce, yalnızca kısa bir an sürebilir ve siz bir önceki hoş olmayan duyguya geri dönmüş olabilirsiniz. O anda yine saygı, sevgi ve anlayışı öngören eski yöntemle başvurun, ama bu arada ego güdüm-lü düşünce sisteminizin, tehlikeyi algılamaktan sizi alıkoyacağını aklınızdan çıkarmayın. Herhangi bir stres belirtisi, Kendimi iyi hissetmek istiyorum, sihirli sözcüklerini tekrarlamamız için bir uyarıdır. Stres o anlarda dikkatinizi çekmek istiyordur! Bu dört sihirli sözcüğü tekrarlayıp, kötü duygularınızın karşısına sevgiyi çıkardığınızda, stresten uzak, sakın bir hayat yaşama niyetinizi gerçekleştirmiş olursunuz. O andan itibaren en zor anlarınızda bu olumlu düşünceleri faal hale getirebilir ve Kitabı Mukaddes'te verilen şu mesajı hayata geçirirsiniz: "Bir olayla ilgili karar verdiğinde, o karar senin adına onaylanacak ve ışık yolunu aydınlatacaktır." Buradaki ışık sözcüğü, bir olay hakkında söz konusu ışıkla tutarlı bir karar verdiğinizde, niyet etmenin ilâhi zihninin yardımını göreceğiniz anlamına gelir.

Kendinizi iyi hissetmek yolunda aldığınız karar, Ruh'la bağlantı kurmanın bir yöntemidir. Bu karar, olaylara karşı duyarsız kaldığınız anlamına gelmez. Kendinizi iyi hissetmekle bir huzur aracı haline gelirsiniz ve bu kanal aracılığıyla sorunlarınızı kökünden çözersiniz. Kendinizi kötü hissetmekle, olumlu değişime direnç gösteren enerji alanında kalır ve bu alanın yarattığı stres, endişe halini yaşarsınız. Bu durumda sorun diye adlandırdığınız şeyler sürekli olarak karşınıza çıkacak, asla yakanızı bırakmayacaktır.

Asla yetinmeyeceksiniz. Kitabın altıncı bölümünde, varlığınızın sonsuz doğasından söz etmiştim. Siz, geçici bir süre için insan suretine bürünmüş sonsuz ruhani bir varlısınız, bu nedenle sonsuzlukta başlangıç ve son olmadığını anlamamız çok önemlidir. Bu anlamda arzu, hedef, umut ve düşlerinizin de asla sonu gelmeyecektir, asla! Arzunuzun biri gerçekleştiğinde, muhakkak bir başka şeyi arzulamaya başlayacaksınız. Niyet etmenin evrensel gücü, ki, siz de ondan

geçici bir süre ayrılmış cisim varlık haline dönüştünüz, daima yaratıcı ve vericidir, dahası sürekli gelişme halindedir. Yaşamınızda tezahür etmiş olan arzularınız da işte bu sonsuz doğanın bir parçasıdır. Tek arzunuz, hiçbir şey arzulamamak bile olsa, bu da bir arzudur!

Asla yetinmeyeceğiniz ve şimdi yaşamakta olduğunuz anı doya doya yaşamaya başlamanız gerektiği gerçeklerini kabul etmeye çağırıyorum sizi. Kendinizi stresli ve baskı altında hissetmenin zararlı etkilerinden korunmanın sırrı, içinde bulunduğunuz anı yaşamaktır. Kendinize ve size kulak kabartanlara şu sözleri yüksek sesle söyleyin: Ben kusursuz bir varlık değilim. Daima kusurlu bir varlık olarak kalacağım, çünkü asla yetinemem. Bu anlamda, içinde yaşadığım anda kendimi iyi hissetmeyi, arzularımın gerçekleşmesi için gayret etmeyi seçtim. Ben kendi kusurluluğum içinde kusursuzum! Bu sözlerin ardından, kitabın bu kısmının amacı olan endişe ve stresi kökünden söküp atmak yolunda büyük bir adım attığınıza emin olabilirsiniz. Kusurluluğunuz içinde kendinizi kusursuz hissedebildiğiniz an, her türlü direnç yok olacaktır.

En Az Dirençle Karşılaşmanın Yolu

Yaratılış sürecinin içinde var olan sınırsız mutluluk potansiyeline sahip bir evrende yaşıyorsunuz. Niyet etmenin evrensel zihni olarak adlandırdığımız Kaynak'ınız, size hayal edemeyeceğiniz boyutlarda değer vermektedir. Siz de kendinize aynı ölçülerde değer verdiğinizde, niyet etme alanıyla uyum sağlamış ve dirençle karşılaşmayacağınız bir yola sapmayı tercih etmiş olursunuz. Egonuza çok çok az da olsa ayak uydurduğunuz sürece dirençle karşılaşsınız. O nedenle direncin en alt seviyeye indirildiği bir yola sapmak en doğru tercih olacaktır.

Düşüncelerinizin şekli ve niceliği, direncin boyutlarını belirleyen en önemli faktördür. Kendinizi kötü hissetmenize neden olan düşünceler, direnç yaratan düşüncelerdir. Arzuladığınız şeyle, arzu-yu gerçekleştirmek yeteneğiniz arasında engel teşkil eden herhangi

bir düşünce, dirençtir. Arzunuz, stres ve endişeden uzak, sakın bir yaşama sahip olmaktır. Dünyada stres diye bir şey olmadığını, sadece stres yaratan düşüncelere sahip insanların olduğunu biliyorsunuz. Stres kaynağı olan düşünceler başlı başına bir dirençtir. Siz, stres dolu, direnç yaratan düşüncelerin, dünyaya verdiğiniz tepkinin alışlagelmiş bir parçası olmasını istemiyorsunuz. En az seviyede direnç yaratan düşüncelere sahip olmaya gayret ederek, bunun doğal bir tepkiye dönüşmesi yolunda kendinizi eğitecek ve sonunda arzuladığınız gibi sakın, stresten uzak ve stresin getirdiği zararlardan bedenini koruyan bir insan olacaksınız. Başlı başına direnç anlamına gelen stres dolu düşünceler, niyet etmenin gücüyle aranızda kurmaya çalıştığınız bağlantıya engel teşkil eder.

Hepimiz sayısız endişe kaynağının var olduğu bir dünyada yaşıyoruz. Bu kadar acının yaşandığı bir dünyada kendini iyi hissetmenin pek de ahlâki bir duruş olmadığı öğretilmiştir bizlere. Ekonominin kötü gittiği, savaşların, belirsizliğin, ölümlerin, afetlerin yaşandığı dünyada iyi hissetmeyi seçmenin kabalık olduğuna, böyle bir seçimin uygun düşmeyeceğine ikna olmuşsunuzdur. Benzer koşulların dünyanın herhangi bir yerinde daima hüküm sürdüğünü, süreceğini düşünerek, neşeli bir insan olmasanız da, iyi bir insan olabileceğinize inanırsınız. Ancak enerji ve cazibe üzerine kurulmuş bir evrende kötü hissetmeye neden olan düşüncelerin, benzer kötülükleri fazlasıyla yaşama davet etmeye yol açacağını düşünmezsiniz. İşte bunlar direnç yaratan düşüncelerdir.

Aşağıda, direnç yaratan düşüncelerle, söz konusu düşüncelerin en az direnç yaratacak şekle dönüştürülmüş hallerini bulacaksınız.

Ekonominin gidişatından endişe duyuyorum;

Şimdiden çok para kaybettim.

Bereketli bir evrende yaşıyorum; Sahip olduğum şeyler üzerine odaklanmayı seçtim ve durumumun düzeleceğini biliyorum. Evren bana bunu sağlayacaktır.

Daima yapmam gereken birçok iş oluyor ve ben bir türlü yetişemiyorum.

Ben şu anı yaşıyorum ve huzurluyum. Sadece şu anda yapmakta olduğum işi düşüneneğim. Zihnimde, bana huzur veren düşüncelerin hâkim olmasını sağlayacağım.

Şu anki işimde ilerlemem asla olası değil.

Şu anda yapmakta olduğum iş için şükretmeyi seçtim; karşıma daha da iyi fırsatların çıkması için gayret edeceğim.

Sağlığım konusunda kaygılıyım. Yaşlanmaktan, başkalarına bağımlı olmaktan ve hastalanmaktan korkuyorum.

Sağlığım yerinde ve sağlıklı düşünüyorum. Sağlığı cezbeden bir evrende yaşıyorum ve hastalık düşüncesini reddediyorum.

Ailem, endişeli ve korku dolu bir insan haline gelmeme neden oluyor.

Zihnime, kendimi iyi hissetmemi sağlayacak düşüncelerin hâkim olmasını seçtim ve bu sayede aile üyelerimin de olumsuz düşüncelerden arınmasına yardımcı olacağım.

Acı çeken bunca insan varken kendimi iyi hissetmeye hakkım olmadığını düşünüyorum.

Herkesin benzer hayatlar yaşadığı bir dünyada değilim. Kendimi iyi hissedeceğim ve bundan aldığım manevi güçle, söz konusu acıların bazılarını yok etmeye yardımcı olacağım.

Gerçekten değer verdiğim bir insan, bir başkasını sevip, beni terk ettiğinde mutlu olamam.

Kendimi kötü hissetmem bu durumu değiştirmeyecek. Sevgi dolu Kaynak' la uyum sağladığımda sevginin yaşamıma tekrar hâkim olacağına inanıyorum. Şu anda kendimi iyi hissetmeyi ve eksikliğini hissettiğim şeye değil, sahip olduklarıma odaklanmayı seçtim.

Stres dolu düşüncelerin tümü, yok etmeyi arzuladığınız direnci temsil etmektedir. Duygularınızı gözlemleyerek, endişeli olmak yerine neşeli olmayı seçerek bu düşünceleri değiştirin, böylece niyet etmenin gücüne erişeceksiniz.

Niyet Ettiğiniz Şeyleri Gerçeğe Dönüştürmek

İşte size stresten uzak, sakın bir yaşama sahip olmak için on adımlık bir program:

1. Adım: Mutlu olmak doğal halinizdir, bunu unutmayın. Siz mutluluğun ve sevginin ürünüsünüz; bu duyguları yaşamak dğanızda vardır. Yaşamınız boyunca, özellikle çevrenizdeki insanların ve olayların düşük enerji yaydıkları bir ortamda kendinizi kötü, endişeli, hatta kasvetli hissetmenin doğal olduğuna inandınız. Gerektiği zamanlarda kendinize şu anımsatmayı yapın: Ben neşe ve mutluluk kaynağından geliyorum. Rüyalarımı ve arzularımı gerçekleştirebilmem için kaynağımla uyumlu olmalıyım. Ben doğal halimde kalmayı seçiyorum. Stres, endişe, kasvet veya korku hissettiğim anlarda, bu doğal halimden uzaklaşacağımı biliyorum.

2. Adım: Stres duymanıza neden olan şey dünya değil, düşüncelerinizdir. Düşünceleriniz, bedeninizde stres dolu tepkimeleri harekete geçirir. Stres dolu düşünceler neşe, mutluluk ve yaşamınızda yaratmak istediğiniz berekete karşı bir direnç yaratır. Bu tür düşünceler, yapamam, çok fazla çalıştım, endişeleniyorum, korkuyorum, hak etmedim, bu asla gerçekleşmeyecek, yeterince zeki değilim, bu iş için çok yaşlıyım, gencim vb. tarz sözler içerir. Bu düşünceler sakın ve stresten uzak bir yaşama sahip olmanın karşısına bir engel olarak dikilir ve sizi arzularınızı gerçekleştirmekten alıkoyar.

3. Adım: Yaşamınızın herhangi bir anında stres üreten düşünceleri değiştirebilir, endişeyi kısa bir süre, belki saatler veya günler boyu ortadan kaldırılabirsiniz. Endişe veren düşüncelerden uzaklaşmak yolunda bilinçli bir karar verdiğinizde, stresi azaltma sürecini resmen başlatmış olur, bu süreçle eşzamanlı olarak her şeyi yaratan niyetin alanına tekrar bağlanmayı da gerçekleştirirsiniz. İşte bu sükûnet ve huzur mekânında Tanrı'nın yardımıyla bir şeyler yaratmaya başlarsınız. Aynı anda hem Kaynak'ınızla bağlantı kurmak, hem de stresli olmak olası değildir. Kaynak'ınız endişe fikriyle yaratmaz. Kaynak'ınızın can sıkıntısını giderici ilaç alma gereksinimi de yoktur. Stres yaratan düşünceleri ortadan kaldırdığınız sürece, arzularınızı gerçekleştirme kapasitenizi de sıfırlamış olursunuz.

4. Adım: Şu an içinde bulunduğunuz ruh haline bakarak, stres yaratan düşüncelerinizi gözlemleyin. Kendinize şu önemli soruyu sorun: Şu an kendimi iyi hissediyor muyum? Yanıt hayır ise şu dört sihirli sözcüğü tekrarlayın: Kendimi iyi hissetmek isitiyorum; sonra bu sözcükleri şu şekilde bir kez daha tekrarlayın: Kendimi iyi hissetmeye niyetliyim. Duygularınızı gözlemleyin ve stres, endişeye neden olan düşüncelere kendinizi ne kadar çok kaptırdığınızı anlamaya çalışın. Bu gözleme süreci, en az dirençle karşılaşacağınız yola mı, yoksa başka bir yöne mi saptığınızı anlamanızı sağlayacaktır.

5. Adım: İyi duyguları harekete geçiren düşünceler konusunda bilinçli bir seçim yapın. Düşüncelerinizi, revaçta olan veya başkalarının empoze ettiği düşünceler arasından değil, sizi nasıl hissettirdiğine bakarak seçin. Kendinize şu soruyu sorun: Bu yeni düşünce iyi hissetmemi sağlayacak mı? Hayır mı? Peki ya bu? O da mı olmadı? Al sana bir başkası... Sonunda kendinizi iyi hissettirecek bir düşünce ortaya çıkacaktır muhakkak. Seçiminiz, güneşin muhteşem batış anı, sevdiğiniz insanın yüz ifadesi veya size heyecan veren bir

deneyim olabilir. Burada önemli olan nokta, bu düşüncenin sizi mutlu edecek duygusal ve fiziksel bir titreşim yaratmasıdır.

Endişe ve stres verici düşünceleri yaşadığınız anda, bunların yerine iyi hissetmenizi sağlayan düşünceleri koyun ve o düşünceye kilitlenin, yapabiliyorsanız düşüncelyi bedeninizde hissedin. İyi hissetmenizi sağlayan bu yeni düşünce, küçümseme değil, kıymet bilmenin ifadesidir. Bu düşünce sevgi, güzellik olacak, mutluluğu kucaklayacak, bir başka deyişle kitabın ilk sayfalarından beri ısrarla üzerinde durduğum niyet etmenin yedi yüzüyle mükemmel bir paralellik sağlayacaktır.

6. Adım: Zamanınızın bir bölümünü bebekleri izlemeye ayırın ve kendinizi onlar gibi neşeli olmaya vakfedin. Bu dünyaya acı çekmeye, endişe, korku, stres duymaya gelmediniz. Tanrı'nın bilincini yansıtan neşe dolu Kaynak'tan yaratıldınız. Bebeklerden öğreneceğimiz çok şey var. Bebekler çalışmazlar; altlarını pisletirler, gelişmek, büyümek, bu muhteşem dünyayı keşfetmekten başka bir hedefleri yoktur ve hep neşelidirler. Herkesi severler, küçük plastik bir şişeyle, basit bir oyuncakla mutlu olmayı bilirler. Dişleri, saçları yoktur, kısa boyludurlar, sürekli gaz çıkarma gereksinimi duyarlar, ama bunlara rağmen hep sevgi doludurlar. Peki her daim böylesine neşeli, kolayca mutlu olmayı nasıl başarırlar? Çünkü bebekler bu dünyada olmalarını sağlayan Kaynak'la hâlâ uyum içindedirler; neşeli olmaya karşı hiç direnç göstermezler. Siz de neşeli, mutlu olmak anlamında bebekleri örnek alın. Mutlu olmanız için illa bir neden gerekmez. Mutlu olma arzunuz bile başlı başına bir olumlu bir etki yapacaktır.

7. Adım: "6 Numaralı Kuralı" aklınızdan hiç çıkarmayın. Bu, sizi niyet etme kavramından ayıran egonuzun taleplerine boyun eğmek anlamına gelir. Herhangi bir durumda, haklı çıkmak veya karşınızdakine şefkatli davranmak gibi iki seçenek varsa, siz şefkatli davranmayı seçin ve egonuzun taleplerini bir kenara itin. Kaynağı-

nızın şefkat olduğunu anımsayın, haklı çıkmaya çalışmak yerine şefkatli davranmaya başladığınızda, söz konusu şefkatli anlarınızda stres olasılığını da yok etmiş olursunuz. Karşınızdakine hoşgörüsüz davrandığınızı hissettiğiniz anda kendi kendinize, “6 Numaralı Kuralları” anımsatın. Çok kısa bir süre sonra, daima birinci gelmenizi, herkesten daha hızlı olmanızı isteyen ve diğer insanlara göre daha iyi davranılmayı hak ettiğinizi size söyleyen o değersiz egonuza gülüp geçtiğinizi göreceksiniz.

8. Adım: Niyet etmenin Kaynak'ının rehberliğini kabullenin.

Niyet etme alanına, ancak niyet etmeyle bütünleştiğiniz sürece erişebilirsiniz. Stres, endişe ve can sıkıntısı, sizi yaratan gücün yardımıyla ortadan kalkacaktır. Bu güç hiçlikten dünyaları, sizi yaratabilmişse, stresi ortadan kaldırmak da onun açısından çok zor bir iş olmasa gerek. Ben, Tanrı'nın insanların sadece neşeyi tanımalarını değil, neşenin kendisi olmalarını arzuladığına inanıyorum.

9. Adım: Sakin, sessiz bir ortam yaratmayı, meditasyon yapmayı alışkanlık haline getirin. Stres, can sıkıntısı, endişe ve düşük enerji yayan her türlü duyguyu ortadan kaldırmakta sakin, sessiz bir ortam yaratmanın ve meditasyon yapmanın üstüne yoktur. Bu tür ortamlarda Kaynak'ınızla bilinçli bağlantı kurar, niyet etmeyle aranızdaki kanalı temizlersiniz. Siz de her gün birkaç dakikanızı Tanrı'yı düşüneceğiniz, O'nun adını tekrarlayacağınız sessiz anlar yaratmaya ayırın ve stresi azaltma yöntemi olarak meditasyondan yararlanın.

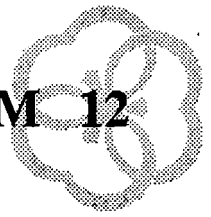
10. Adım: Daima şükretmeyi bilin. Sahip olduğunuz, yaşadığınız her şey için minnettarlık duyun. Şükretmeyi bilmek, niyet ettiğiniz şeyleri gerçekleştirmenin son aşamasıdır, çünkü sizi Kaynak'ınızın neşesi ve mükemmeliyetinden uzaklaştıran, hiç susmak bilmeyen içsel sesinizi kesmenin en emin yolu minnettarlık duymaktır. Bir insan şükrederken, aynı anda stres yaşaması olası değildir.

Kitabın, sakın ve stresten uzak bir yaşama sahip olmaya niyet etmekle ilgili bu bölümünü, en değerli ruhani liderlerden biri olarak değerlendirdiğim Rabindranath Tagore'un dizeleriyle bitirmek istiyorum:

*Uyuyorum ve yaşamın neşe olduğu düşünüyorum
 Uyanıyorum ve yaşamın ibadet olduğunu görüyorum
 İbadetin neşe olduğunu müşahade ediyor ve
 bu şekilde hareket ediyorum.*

İç dünyanızın tamamen neşeyle dolu olmasını sağlayabilirsiniz. Yattığınızda neşeyi düşleyin ve her şeyden önemlisi şunu hiç unutmayın: Kendinizi iyi hissetmenizin nedeni dünyanın iyiye gitmesi değildir, kendinizi iyi hissedersiniz, çünkü iç dünyanızda her şey yolunda gitmektedir.





NİYETİM:
BANA YARARI,
KATKISI DOKUNACAK
İNSANLARI YANIMA
ÇEKMEK ve MÜKEMMEL
İLİŞKİLER KURMAKTIR

İnsan kendini bir işe adadığı andan itibaren Tanrı'nın inayeti de harekete geçer. Başka türlü gerçekleşmesi asla söz konusu olmayan ve insanın, yeni birileriyle tanışmak, maddi destek elde etmek gibi daha önceden öngörmediği, aklına bile getiremeyeceği şeyler, ona yardım etmek adına birer birer gerçekleşmeye başlar...

Johann Wolfgang von Goethe

19 89 yapımı *Field of Dreams* (Düşler Tarlası) adlı filmi izlediyseniz, filmin 'bir düşün peşinde koşarsanız, gerçekleştirmeyi başarabilirsiniz' şeklinde bir teması olduğunu anımsarsınız. Kitabın bu kısmını yazmaya başladığımda bu film aklıma geldi, çünkü ben, kendinizi niyet etme alanıyla uyumlu olmaya adanmışınızda, arzunuzu gerçekleştirmek adına gereksinim duyduğunuz

şeylerin ve insanların karşınıza çıkacağına inanıyorum. Peki bu nasıl olabilir? İnsanlık tarihinin en parlak ve başarılı alimlerinden Goethe'nin yukardaki sözleri, bu soruyu yanıtlıyor. Niyet etmenin gücünün bir parçası olmaya kendinizi kesinlikle adadığınız an, "Tanrı'nın inayeti de harekete geçer," ve hiç öngörmediğiniz biçimde yardım görmeye başlarsınız.

Bu durumda yaşamınızın her safhasında doğru insanlar karşınıza çıkıp, amacınızı gerçekleştirmek doğrultusunda size yardım etmeye başlayacaklardır: İş hayatınızda sizi destekleyen, idealinizdeki eve kavuşmanızı sağlayan, sahip olmayı arzuladığınız bir şey için maddi kaynak bulan insanlar; zamanında havaalanına yetişmeniz için karşınıza çıkan taksi şoförü, yaptığı işleri çok takdir ettiğiniz ve sizin adınıza çalışmayı kabul eden eleman, tatilde sorun çıkaran dişinizi hemen o an tedavi edecek dişçi, yaşam boyu anlaşılabileceğiniz hayat arkadaşınız... Bu listenin sonu yoktur, çünkü hepimiz birleriyle ilişki içindeyiz, hepimiz aynı Kaynak'tan hâsıl olduk ve hepimiz niyet etmenin ilâhi enerjisini paylaşıyoruz. Bu evrensel zihnin her yerdedir, o nedenle yaşamda karşınıza çıkmasını beklediğiniz her insanla bu zihni paylaşırsınız.

Doğru insanlarla ilişki kurmak yeteneğinize direnç gösterecek her şeyi bir kenara atmalısınız, aksi takdirde bu tür insanlarla karşılaştığınızda onları tanıma şansınız yok olacaktır. Başlarda söz konusu direnci tanımlamak zor olabilir, çünkü direnç, düşüncelerinizin, duygularınızın ve enerji seviyenizin size aşına kalıbına bürünmüştür. Doğru insanlarla ilişki kurmak gücüne sahip olmadığınızla inanıyorsanız, yaşamınıza güçsüzlüğü davet edersiniz. Yanlış insanlarla beraber olduğunuz fikrine saplanıp kalmışsanız, enerjiniz niyet etmenin gücüyle aynı paralelde değil demektir ve bu noktada direnç ortaya çıkar. Bu durumda niyet etme alanının size arzu ettiğiniz şeyin fazlasını, yani olumsuzluğu göndermekten başka bir seçeneği kalmamıştır artık. Bir kez daha ifade etmem gerekirse, niyet etmenin evrensel zihnine inandığınız, güvendiğiniz yer olan idrak edilemezliğe dalın ve doğru insanın, doğru zamanda karşınıza çıkmasına izin verin.)

İzin Vererek Direnci Ortadan Kaldırmak

Niyetiniz çok açıktır: Yaşamınızın bir parçası olması için yaratılmış insanları bulmak ve onlarla mutlu, başarılı ruhani bir ilişki kurmak... Buna niyet ettiğinizde her şeyi yaratan evrensel alan, niyetinizle işbirliği yapmaya başlamıştır bile. Bu durumda tam aradığınız insanı karşınızda bulursunuz, aksi söz konusu olsaydı var olmayan bir şeyi istemek durumuna düşerdimiz. Karşınıza yalnızca doğru insanlar çıkmakla kalmaz, onlarla aynı ilâhi yaşam Kaynak'ını da paylaşırsınız, ne de olsa herkes aynı Kaynak'tan yaratılmıştır. Farkında olmadan, sizin için doğru insanlarla ruhani olarak bağlantıya geçmişsinizdir bile. Peki madem öyle, neden bu insanları görmez, dokunamaz ve tam da gereksinim duyduğunuz anlarda yanınızda bulamazsınız?

Doğru insanın karşınıza çıkması için hazır olmalı ve onları kabul etmeye istekli davranmalısınız. Doğru insanlar her zaman karşınızdadırlar ve daima karşınızda olacaklardır. Bu durumda kendinize sormanız gereken soru şudur? Hazır mıyım? İstekli miyim? ve Ne kadar istekliyim? Bu soruları, arzularınızı gerçekleştirmek adına hazır ve istekli olduğunuz şeklinde yanıtlıyorsanız, insanları 'ruhu olan beden' şeklinde değil, eşsiz bir bedene örtünmüş ruhani varlıklar olarak algıyorsunuz. Hepimizin sahip olduğu sonsuz ruhu görürsünüz: sonsuz, her zaman, her yerde bulunmak anlamına gelir. Sonsuz ruh madem her yeredir, ruhani arzunuz doğru insanla karşılaşmak olduğu sürece, sizin için doğru insan da hemen şu anda sizinle birlikte dir demektir.

Sahip olmayı istediğiniz şeyi açıkça belirtmek. Karşınıza çıkmasını arzuladığınız insanın veya insanların portresini zihninizde şekillendirip, sizinle nasıl bir ilişki kurmasını istediğinize bir kez karar verdiğinizde, bizzat aradığınız şeye dönüşmüşsünüz demektir. Bu, cazibe ve enerji evrenidir. Güven verici, cömert, karşısındakini yargılamaktan uzak ve nazik bir insanla karşılaşma arzusunda olan,

ancak güvensiz, bencil, karşısındakini yargılayan, kabaca davranışlar içinde bulunan ve bu paralelde düşünen bir insanın bu arzusunun gerçekleşmesini beklemesi hayalden öteye gitmez. Çoğu insanın doğru zamanda, doğru insanla karşılaşamamasının nedeni de budur.

Otuz yıl kadar önce, *Your Erroneous Zones* (Hatalı Bölgeleriniz) adlı kitabımı basacak bir yayıncıyla tanışmak arzusundaydım. O dönemde henüz tanınmamış bir yazar olduğumdan, yayıncının anlayışlı, risk alabilecek ve yeteneğimden şüphe duymayacak karakterde bir insan olması gerekiyordu.

Menajerim, New York'ta büyük bir yayınevinde müdür yardımcısı olarak çalışan, adını burada George olarak anacağım biriyle bir görüşme ayarlamıştı. Adamla oturup konuşmaya başladığımda aklının başka yerlerde olduğunu hemen anladım. Ona sorununun ne olduğunu sordum ve böylece biz üç, dört saat boyunca George'un bir gece önce başından geçen çok kötü olay hakkında sohbet ettik. George'un eşi, ona boşanmak istediğini söylemiş ve o da bu durumu kendi adına büyük bir basiretsizlik olarak değerlendirmişti. O an ben kitabımın basılması yönündeki kendi arzumu bir kenara bırakarak, aradığım şeye, yani anlayışlı, güven verici ve risk alan insana dönüştüm. Tam da aradığım şey olmak ve ego güdümlü arzularıma bağlı kalmamakla, o öğleden sonrası George'a asla unutamayacağım bir şekilde yardımcı olmayı başardım.

O gün George'un bürosundan ayrıldığımda kitabımla ilgili tek bir kelime bile konuşmamıştık. Menajerime olayı anlattığımda, bana, kitabımın basılması konusunda gereken çabayı göstermediğimi ve bu nedenle önemli bir yayıneviyle çalışma fırsatını teptiğimi söyledi. Ancak ertesi gün George menajerimi aramış ve ona, "Dyer'ın kitap teklifine dair şartlarının ne olduğunu bile bilmiyorum, ama o adamı yazarımız olarak yayınevimizde görmek istiyorum," demişti.

Ben o sıralar neler olup bittiğinin farkında değildim. Şimdi, aradan geçen çeyrek yüzyıldan fazla bir süredir bu dünyanın ruhani

yüzüyle ilgili yaptığım araştırmaların ışığında her şeyi oldukça net görebiliyorum. Doğru insan, tam da ona gereksinim duyduğunuz zamanda ve onunla uyum sağlamayı başardığınızda karşınıza çıkıyor. Siz, bizzat arzu ettiğiniz şey olmalısınız. Bizzat arzunuz olduğunuzda, arzunuzu vurgulayan ve yaydığınız titreşimler sayesinde istediklerinizin gerçekleşmesini sağlıyorsunuz. Siz de niyet etmenin gücüyle uyum sağlamak ve size yarar, katkısı dokunacak insanları yanınıza çekerek, mükemmel ilişkiler kurmak niyetinizi gerçekleştirmek yeteneğine sahipsiniz.

Ruhani Ortaklıklar Kurmayı Başarmak

Sevgiye değer vermeyen bir insanın, kendine eş bulamama konusundaki kabiliyetsizliği yüzünden ağlayıp sızlamasının hiçbir anlamı yoktur. Bu insanlar sonsuza dek hayal kırıklığına uğramaya mahkûmdurlar, çünkü karşılarına çıkan ve kendileriyle mükemmel biçimde uyum sağlayacak insanı tanımazlar. Sevecekleri insan hemen şu anda karşılarında duruyor olabilir, ama gösterdikleri direnç bunu algılamalarına izin vermez. Sevgiye değer vermeyen bu insanlar, sevgi dolu bir ilişkiye sahip olamamak konusunda suçu kör talihlerine veya birtakım dış faktörlere atarlar.

Sevgi, ancak sevgiyle cezbedilir ve ancak sevgiyle karşılık verildiğinde elde edilebilir. Ruhani ortaklıklar kurmayı başarmak konusunda verebileceğim en iyi öğüt, kitabın bu kısmında birkaç kez vurguladığım gibi, aradığınız şey olmaktır. Birçok ilişkinin bitme nedeni, taraflardan biri veya her ikisinin, özgürlüklerinden bir şekilde taviz verdiğini hissetmesinden kaynaklanır. Ancak ruhani ilişkilerde taraflardan birinin aşağılandığını veya yok sayıldığını hissetmesi gibi bir durum asla söz konusu olamaz. Ruhani ortaklık, enerjinin, iki insanı niyet etmenin enerji Kaynak'ıyla uyumlu biçimde bir arada tutması anlamına gelir.

Ruhani ortaklık, izin verme felsefesinin söz konusu ortaklık aracılığıyla akması demektir; ruhani ortaklıkta, amacınızla ilgili içsel

bilincinizi hayata geçirme özgürlüğünüzün sorgulanmasından asla korkmanıza gerek yoktur. Ruhani ortaklığı gerçekleştirmiş iki insan birbirine adeta şu sözleri fısıldar: *Sen, fiziksel bir beden içindeki Kaynak'ın enerjisisin. Kendini ne kadar iyi hissedersen bu sevgi, şefkat dolu, güzel, kabul etme eğiliminde olan, bereketli, sürekli gelişen ve yaratıcı enerji de sana o kadar çok akar. Ben Kaynak'ın enerjisine saygı duyuyorum ve bu enerjiyi seninle paylaşıyorum. İkimizden birinin moralinin bozuk olduğu durumlarda bu niyet enerjisinin akışı da azalacaktır. Evrensel zihnin hiçbir şeye izin vermememe gibi bir doğası olmadığını daima aklımızda tutmalıyız. Ben kendimi niyet etmenin enerji alanında kalmaya adanmış, bu alandan uzaklaştığımı hissettiğim an gerekeni yapacağım. İşte bizi bir araya getiren bu Kaynak'tır ve ben onunla uyumlu olmak için çalışacağım.* Bu tarz kendini adamışlık, tam da kitabın bu kısmının açılışında yer alan Goethe'nin söz ettiği şeydir. Kendini bu şekilde adayan insanlar, Tanrı'nın inayetinin harekete geçmesine ve kendilerine yardımcı olacak, "aklına bile getiremeyecekleri" olayların gerçekleşmesine izin vermişlerdir.

Yaşamınızda gerçekleşmesini arzuladığınız şeylerle zaten bağlantı kurmuşsunuzdur, davranışlarınız da bu doğrultuda olmalıdır. Mistik biçimde ifade etmek gerekirse, diğer insanlarla aranızda hiç fark yoktur. Bunu garip bir kavram olarak değerlendirebilirsiniz belki, ama yine de geçerli bir yönü vardır. İşte bu kavram kendinize zarar vermeden başkalarına zarar veremeyeceğinizi veya kendinize yardım etmeden başkalarına yardımcı olamayacağınızı açıklar. Herkesle aynı Kaynak'ın enerjisini paylaşırsınız. Sonuçta, bu prensibin bilincinde olduğunuzu yansıtacak şekilde düşünmeli ve hareket etmelisiniz. Karşınıza doğru insanın çıkması gibi bir gereksinim duyduğunuzda, içsel sesinizi işte bu bilinci yansıtacak şekilde değiştirin. Keşke öyle bir insan karşıma çıksa, çünkü bu monotonluktan kurtulmak zorundayım demek yerine, niyet etmeyle bağlantı kurduğunuzu yansıtan şu sözleri söyleyin: İlâhi düzen içinde, doğru insanın doğru zamanda karşıma çıkacağını biliyorum.

Şimdi bu içsel düşünce doğrultusunda hareket etmeye başlayacak, sondan başa doğru düşünerek, doğru insanın karşınıza çıkmasını bekleyeceksiniz. Bu beklenti hep tetikte olmanızı sağlayacak, enerji seviyenizi, her şeyin ve herkesin bu dünyada olmasını sağlayan niyet etmenin gücünün sahip olduğu kabul etme eğiliminin seviyesine yükselteceksiniz. Bu yüksek enerji seviyesine ulaştığınızda, daha yüksek bilgi donanımına erişmiş olacaksınız. Sezgilerinizle doğru insana kilitlenecek ve o insanın varlığını hissedebilir hale geleceksiniz. İşte o anda doğru yolda olduğunuz bilinciyle hareket etmeye başladınız demektir. Eylemlerinizi bu noktadan sonra söz konusu yeni bilinç doğrultusunda şekillenmeye başlamıştır. Tanrı'yla beraber bir şeyler yaratma aşamasına gelmişsinizdir. Yeni anlayış tüm benliğinizde faaliyete geçmiştir. O an Yaratıcı'nın yüzüne bakıp, O'nunla birlikte yaratmaya başladığınızı görürsünüz. Artık kime başvuracağınızı, neyi nerede arayacağınızı, kime güveneceğinizi ve ne yapacağınızı çok iyi bilirsiniz. Kaynak, o noktadan sonra yaratacağınızı şeyle bağlantı kurmak adına size rehberlik etmeye başlamıştır.

Bir insanla arkadaşlığınız veya dostluğunuz sadece sizin ilginiz, sevginiz veya basiretli davranışınıza bağlı olarak yürüyorsa, burada bir yanlışlık var demektir. Kaynak'ınız tarafından sevilip, değer verilirsiniz, bu bilinçle, gerçek sevginin ne olduğunu bildiğinizde, geçmişte yaşadığınız gibi sevginizin fark edilmemesi veya reddedilmesi gibi bir durum sonucunda yaşadıklarınıza benzer bir acı çekme durumuyla karşılaşmazsınız. Bunun yerine, ilişkisini bitirmeyi seçen bir arkadaşımın yaşadıklarını anlatırken söylediği şu sözlerle benzer bir durumla karşılaşsınız: "Kalbim kırılmıştı, ama yine de sevgiye kapalı olmadığını hissediyordum. Karşımdaki insanı seviyordum, ama beni, onu sevdiğim gibi sevmeyeceğini de biliyordum ve beni aynı duygularla sevecek başka bir insanı bulmak adına ilişkiyi bitirdim. Aynı anda, hem kalbimin kırılmış olmasının verdiği acıyı, hem de sevgiye açık olduğumu hissedebilmek çok garipti. Kendi kendime hep, Kalbim kırıldı, ama sevgiye hâlâ açık de-

yip duruyordum. O andan itibaren tamamen yeni bir sevmeye ve sevilme düzlemine geçiş yaptım. Gerçekleşmesini arzuladığım, hayallerimi süsleyen ilişkiye on sekiz ay sonra kavuştum!”

Siz sevgisiniz. Siz sevgiden hâsıl oldunuz. Bu sevgi Kaynak’ıyla her an bağlantıdasınız. Bu şekilde düşünmeye, hissetmeye çalışın, kısa bir süre sonra eylemlerinizin de bu doğrultuda şekillendiğini göreceksiniz. Düşündüğünüz, hissettiğini ve yaptığınız her şey, aynı şekilde ve fazlasıyla size geri dönecektir. İster inanın, ister inanmayın, ama doğru insan hep olması gereken yerdedir zaten, bunu o ana dek net biçimde görmenizi engelleyen şey egonuz olmuştur.

Her şey ilâhi düzen içinde açıklanır. Şu ana kadar anlatılanlar doğrultusunda, yaşam yolculuğunuzda gereksinim duyduğunuz herkesin tam zamanında, tam arzuladığınız biçimde karşınıza çıkıp, size destek olacağını kabul ettiğinizi düşünüyorum. Sizin de bir parçası olduğunuz bu zekâ sisteminde her şey, herkes ve her şey aracılığıyla akan sonsuz, görünmeyen yaşam gücünün bulunduğu niyet etme alanından gelir. Buna tüm insanlarla beraber siz de dahilsiniz. Görünmeyen bu yaşam gücüne ve her şeyi var eden zekâyâ güvenin.

Yaşam denen bu oyun içinde karşınıza çıkan tüm karakterleri şöyle bir düşünün. Her şey kusursuz bir düzen içinde gerçekleşmektedir. Büyük bir sevgiyle bağlanacağınız çocuklarınızı yaratmak için eşiniz tam da zamanında karşınıza çıkmıştır. Babanız sizi yüz üstü bırakmıştır, ama bu sayede kendinize güven duygusunu tam da doğru zamanda geliştirmeyi öğrenme fırsatı yaratılmıştır. Sizi terkeden arkadaşınız da bu kusursuz düzenin bir parçasıyken, sizinle beraber olmayı seçen sevgiliniz de Kaynak’tan kendi adına düşen rolü oynamaktadır. Güzel anlar, mücadeleler, göz yaşları, suiistimaller, hepsi birtakım insanlar aracılığıyla yaşamınıza girer ve çıkar.

Bu sizin geçmişinizdir ve o anlarda enerji seviyeniz, gereksinimleriniz, konumunuz ne olursa olsun, doğru insanı ve olayı yaşamınıza davet etmişsinizdir. Söz konusu insanın karşınıza doğru zamanda çıkmadığını hissedebilirsiniz, gerçekten de o an yaşamınız-

da kimse olmayabilir, ama ben bu olaya ve her şeye, ilâhi düzen perspektifinden bakmanızı istiyorum. Yaşamınızın bir döneminde karşınıza kimse çıkmamışsa, o an kendi kendinize bir şeyler halletme durumundasınız ve bu nedenle enerji seviyeniz, bir insanı yaşamınıza davet edecek seviyede oluşmamıştır. Geçmişin bir oyun olduğunu, tüm karakterlerin yaşamınıza girip, çıkma senaryosunun Kaynak'ınız tarafından yazıldığını ve bu sayede, suçluluk, pişmanlık, hatta intikam gibi çok düşük enerjiler barındırmanızın engellendiğini düşünmenizi istiyorum.

Sonuç olarak, yapımcı ve yönetmen rolünü oynayan başka insanlardan esinlenen bir aktör konumundan, yazar, yapımcı, yönetmen ve muhteşem yaşamınızın yıldızı olmak konumuna geçersiniz. Aynı zamanda yaşam oyununu sizinle beraber oynamasını istediğiniz kimseleri seçme olanağını elinde bulunduran, rol paylaşımını yapan yönetmen de bizzat siz olursunuz. Arzunuzu gerçekleştirmek adına en az dirençle karşılaşacağınız yolu seçin ve oyunun tek yapımcısı, niyet etmenin her şeyi yaratan evrensel zihniyle uyum içinde olun.

Sebat etmek üzerine birkaç söz. *Mucizelerin Yönü* adlı kitapta birbirine zıt iki kavram mükemmel biçimde aynı cümle içinde bir araya gelmiştir: “Sonsuz sebat, anında sonuç üretir.” Sonsuz sebat etmek, bu dünyada bulunmanızı sağlayan, her şeyi yaratan güçle titreşim uyumunda olduğunuz bilincini içinizde hissetmek demektir. Siz, aslında yaşamınızın yaratılmasında yardımcı rol üstlenmişsinizdir. İlâhi mukadderat düzeni içinde, belli bir program doğrultusunda doğru insanın karşınıza çıkacağını bilirsiniz. Bu düzeni kendi programınıza uydurmaya kalkışmak, bir an evvel sahip olmak istediğiniz çiçeği hemen büyümesi, gelişmesi için kökünden tutup çekiştirmeye benzer. Yaratılış, sırlarını yavaş yavaş ifşa eder, sizin programınıza ayak uydurmaz. Sonsuz sebat etmeniz karşılığında anında alacağınız sonuç, derin bir huzur duygusudur. Bu duyguya sahip olduğunuzda yaratılış sürecinin sevgisini hissedecek, birtakım taleplerde bulunmaktan vazgeçecek ve doğru insanı beklemeye başlayacaksınız.

Ben bu satırları sonsuz sebat etmemin, anında sonuç üreteceği fikriyle yazıyorum. Burada oturmu, yazarken, yalnız olmadığımı biliyorum. Yazımı yazmaya beni teşvik edecek veya gereksinim duyduğum malzemeyi bana sağlayacak doğru insanın sihirli biçimde ortaya çıkacağını biliyorum. Bu sürece inancım tam ve Kaynak'ımla uyum içindeyim, ona kilitlenmiş durumdayım. İşte biraz evvel telefon çaldı ve bir arkadaşım işime yaracak bir kasetten söz etti. İki hafta önce olsa, bu kasedi bir kenara koyardım, ama bugün spor yaparken kasedi dinliyorum ve bana tam da gereksinim duyduğum şeyi sağlıyor. Sokakta yürürken, beni durdurup sohbet etmek isteyen insanlarla ilgileniyorum. Bu insanlar, kesinlikle hoşlanacağımı düşündükleri bir kitap tavsiye ediyorlar. Kitabın adını bir yere not ediyorum, sonra alıp okuduğumda, gerçekten işime yaradığını görüyorum.

Buna benzer şeyler şu veya bu şekilde her gün yaşanıyor, çünkü egom, niyet etmenin evrensel zihnine teslim olmuş durumda, arzum gerçekleştirmem adına doğru insanların bana yardım etmesine izin veriyor. Sonsuz sebat etmenin anında ürettiği sonuç, karşıma birini çıkaran veya kendi kendime bir şeyler halletmem için yalnız kalmamı sağlayan bir "büyük ortak"ım olduğunu bilincinin bende yarattığı iç huzurdur. Buna uygulanabilir inanç denir ve ben sizden buna güvenmenizi, sonsuz sebat etmenizi ve karşınızda sihirli biçimde doğru insanı bulduğunuz her defasında şükretmenizi istiyorum.

Arzunuzu Gerçekleştirmek

Aşağıda, kitabın bu kısmında sözü edilen niyeti gerçekleştirmek adına izlemeniz gereken on adımlık bir program bulacaksınız:

1. Adım: Doğru insanla karşılaşmak için umut etmek, dilemek, dua etmek ve yalvarmaktan vazgeçin. Bu evrenin enerji ve cazibe üzerine kurulduğunu bilin. Ego güdümlü enerjiden kurtulup, her şeyi temin eden niyet etmenin Kaynak'ınla uyum sağlayabildiğiniz

her an, arzunuzu gerçekleştirmede size yardımcı olacak doğru insanı yaşamınıza davet etme, (cezbetme) gücüne sahip olduğunuzu kendinize anımsatın. Bu ilk adım çok önemlidir, çünkü size destek olacak, yaratıcı, sevgi dolu insanı yaşamınıza davet etme yeteneğiniz konusunda tüm şüphelerinizi bir kenara atamıyorsanız, sonraki dokuz adımın size pek bir yararı dokunmayacaktır. Doğru insanla karşılaşmak ve mükemmel ilişkilere sahip olmaya niyetlenmek, bunun bir olasılık değil, kesinlikle gerçekleşecek bir şey olduğuna kalpten inanmaktan geçer.

2. Adım: Yaşamınıza girmesini istediğiniz insanla aranızdaki görünmez bağlantıyı bir kavram olarak ortaya koyun. Dış görünümünüzle, sahip olduklarınızı bir kenara koyup, bedeninizin fonksiyonlarına yön vererek yaşamınızı sürdürmenizi sağlayan görünmez enerjiye itibar edin. Şimdi aynı enerji Kaynak'ının, yaşamınızda eksikliğini duyduğunuz insan aracılığıyla aktığını ve söz konusu insan veya insanlarla düşünce bazında aynı paralelde olduğunuzu hissedin. Niyet etmenin bu gücünün, ikiniz arasında bağlantı kuracağına kalpten inanın. Bu birleşmeyi olanaklı kılan düşünceleriniz de aynı niyet etmenin evrensel alanından hâsıl olmuştur.

3. Adım: Size destek vermesini veya sizinle ruhani ortaklık kurmasını arzuladığınız insanla karşılaşmanızı zihninizde canlandırın. Arzunun tezahür etmesi, arzuyla titreşim uyumuna sahip ruhani niyet etmenin bir fonksiyonudur. Doğru insanı tanımlarken istediğiniz kadar ayrıntıya girebilirsiniz, ancak zihninizde çizdiğiniz doğru insan portresini başkalarıyla paylaşmayın, çünkü bu durumda kendinizi anlatmanız, savunmanız ve kaçınılmaz biçimde ortaya çıkacak olan, şüphenin düşük enerjisiyle başetmek durumunda kalırsınız. Bu, Tanrı ile aranızda kalması gereken bir şeydir. Zihninizde canlandırıdığınız resmin bulanıklaşmasına veya şüphenin olumsuzluğuyla kirletilmesine asla ve asla izin vermeyin. Ortaya çıkabilecek herhangi bir engel durumunda da bu resme sadık kalıp, süre-

li gelişim gösteren ve sonsuz biçimde kabul etme eğilimi taşıyan niyet etme Kaynak'ınızla sevgi, şefkat dolu, yaratıcı, huzurlu uyumu koruyun.

4. Adım: Zihninizde canlandırdığınız resim doğrultusunda hareket edin. Karşılaştığınız herkese, ideal insanı yaşamınıza davet etme niyetinizin bir parçasıymışçasına davranın. İzlediğiniz ruhani yöntemin ayrıntılarına girmeden, gereksinimlerinizi ve arzularınızı başkalarıyla paylaşın. Arzunuzu tam olarak tespit edecek veya size yardımcı olacak kişilerle ilişki kurun. Bu insanlar size yardım etmek isteyeceklerdir. İster bir iş, ister bir meslektaşınızın önerisi, ister maddi destek, ister arabanızı tamir edecek biri, neyin peşinde olursanız olun, doğru insanı yaşamınıza davet etme işini başkasından beklemeyin. Doğru insanla karşılaştığınıza dair işaretleri her an alabileceğiniz bilinciyle gözünüzü dört açın. Arzunuz çevresinde şekillenen, gözünüze garip görünebilecek, rastlantı denilen her türlü şeyi Kaynak'tan gelen bir işaret olarak görün ve bu işaret doğrultusunda hareket edin. Rastlantı diye nitelendirdiğiniz şeylerin çok sık gerçekleşmeye başladığını göreceksiniz.

5. Adım: En az dirençle karşılaşacağınız yolu seçin. Direnç sözcüğünü, kitabın ikinci bölümünde birçok kez kullandığım gibi burada da kullandım. Bu şey hiç de pratik değil. Benim için doğru olduğuna inandığım insanı düşüncelerimde canlandıramıyorum. Bay Doğru'yu bekleyen onca insandan farklı olarak benim şansım neden daha fazla olsun ki? Bunu daha önceden de denedim, sonunda gerçek bir salak girdi hayatıma, gibi düşünceler, doğru insanı bulma arzunuzun gerçekleşmesinde direnç yaratan düşüncelerdir. Bu düşünceler, size aradığınız insanı gönderme niyetinde olan Kaynak'ın tam da önünü tıkayan dirençtir. Direnç düşük enerjyken, kaynak yüksek, yaratıcı, gelişme gösteren enerjidir. Düşünceleriniz düşük enerji titreşimi yayarken, arzuladığınız veya gereksinim duyduğunuz yüksek enerjili insanı yaşamınıza davet edemez, onu cezbedemezsiniz. Bu insanlar, İşte buradayım, sana nasıl yardım ede-

bilirim? Sana yardım etmek istiyorum ve buna gücüm var, diye bağıra çağıra gelseler, BEN SENİNİM diye bir pankart açsalar bile siz o insanları tanıyamazsınız. Zaten sahip olamayacağınız ve hak etmediğiniz şeyleri yaşamınıza davet etmekle böylesine meşgulken, o insanlara inanmanız da söz konusu olmayacaktır.

6. Adım: Cezbetmek istediğiniz insan gibi olmaya çalışın. Daha önceden de belirttiğim gibi, koşulsuz sevgi görmek istiyorsanız, koşulsuz sevmeyi alışkanlık haline getirmelisiniz. Başka insanlardan yardım görmek istiyorsanız, her fırsatta siz de diğer insanlara yardım elini uzatın. Evrenin cömertliğinden nasibinizi almak istiyorsanız, sık sık ve olabildiğiniz kadar çok cömert davranın. Bu niyet etmenin gücünü yaşamınıza davet etmenin en kolay ve etkili yollarından biridir. Her şeyin ve herkesin hâsıl olduğu evrensel zihnin geleceğe dönük niteliğiyle uyum sağlayın ve arzularınızın gerçekleşmesini sağlayacak şeyleri yaşamınıza davet etme yolunu açın.

7. Adım: Elde ettiğiniz sonuçlara takılıp kalmayın ve sonsuz sebat etmeyi öğrenin. Bu inancın çok önemli bir adımıdır. Niyet ettiğiniz şeylerin değerini, küçük egonuz ve onun programı çizgisine paralel olarak, başarı veya başarısızlıkla değerlendirme yanlısına düşmeyin. Niyetinizi ortaya koyup, bu kitapta yazan her şeyi yaşama geçirin ve sonra her şeyi olurlarına bırakın. Zihninizde 'olurlarına bırakmak' bilinci yaratın ve detayları, niyet etmenin evrensel zihninin halletmesine izin verin.

8. Adım: Doğru insanı yaşamınıza davet etmek ve mükemmel ilişkiler kurmak için meditasyondan, özellikle Japa meditasyonundan yararlanın. Tanrı'nın adını tekrarlamak suretiyle yapacağınız meditasyonla yaydığınız enerjiyi zihninizin gözüyle gerçek anlamda görün ve doğru insanı yaşamınıza davet edin. Elde edeceğiniz sonuçlar sizi hayrete düşürecektir. Kitapta, Japa meditasyonu yapmış ve arzularının sihirli bir el değişmişçesine gerçekleşmesin-

de yardım görmüş insanlara dair birçok örnek verdiğimi anımsarsınız.

9. Adım: Yaşamınızda şu veya bu şekilde yer alan herkese, sizin menfaatiniz için gönderilmiş insanlar gözüyle bakın. Niyet etmenin gücü adını verdiğim yaratıcı, ilâhi, belirli bir zekânın ürünü olan düzende tesadüflere yer yoktur. Yaşamınızın bıraktığı iz, bir teknenin dümen suyuna benzer. Arkasında bir iz bırakır, o kadar. Tekneyi yürüten, bu iz değildir. Aynı şekilde, yaşarken arkanızda bıraktığınız iz, yaşamınızı yönlendirmez. Yaşamınızdaki her şey ve herkes varlıklarını sürdürürlerken orada olmak durumundadır. Peki bunun kanıtı nedir? Bunun kanıtı, orada olmalarıdır! Tüm bilmeniz gereken şey budur. Yaşarken arkanızda bıraktığınız şeyleri veya yanlış insanları, bugün doğru insanı yaşamınıza davet edememenin bir mazereti olarak kullanmayın. Geçmiş, geçmişte kalmıştır ve arkanızda bıraktığınız, izden başka bir şey değildir.

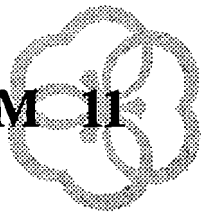
10. Adım: Her zaman olduğu gibi, şükretmekten asla vazgeçmeyin. Varlıklarıyla acı çekmenize, üzülmeye neden olan insanlar için bile şükredin. Onları karşınıza çıkardığı için Kaynak'ınıza, yaşamınıza davet ettiğiniz için de kendinize minnettarlık duyun. Tüm o insanlardan öğrendiğiniz bir şeyler olmuştur. Önünüze çıkan herkes için Tanrı'ya şükredin. O'nun yardımıyla bir şeyler yaratan varlık olarak unutmayın ki, niyet etmenin yüksek, sevgi dolu enerjisini yayarak, acı çekmenize neden olan insanları yaşamınızda tutmak veya onlar adına en hayırlısını dileyip, kibarca hayır, teşekkür ederim diyerek, yaşamınızdan uzaklaştırmak, tamamen sizin elinizdedir. Teşekkür ederkenki içtenliğiniz, gerçek bir minnettarlık örneği olacaktır.

* * *

Lynne McTaggart, *The Field: The Quest for the Secret Force of the Universe* (Alan: Evrenin Gizli Gücünün Araştırılması) adlı mükemmel kitabında, bu bölümde sözünü ettiğim şeylere bilimsel bakış açısıyla yaklaşarak şöyle der: “Varlığımızın doğasında ilişki kurmak, birbirimizle sürekli olarak etkileşim içinde olmak vardır. Bizi meydana getiren atomdan küçük zerrecikler nasıl uzaydan ve onları çevreleyen diğer zerreciklerden ayrılamazsa, insanlar da birbirlerinden izole edilemezler... Gözlemlene ve niyet etme eylemleri sonucu, dünyaya bir çeşit aydınlık yayma yeteneğimiz vardır.”

Niyet etmenin gücünü kullanarak başka insanlarla tesis ettiğimiz ilişkiler aracılığıyla, arzuladığımız şeyleri elde etmek adına gerekli enerjiyi yayabiliriz. Sizden bu bilince sahip olmanızı ve bunu tüm kalbinizle sahiplenerek, *Düşler Tarlası*’ndaki çiftçi gibi, iç dünyanızda bu düşü inşa ettiğinizde, kesinlikle gerçekleşeceğine inanmanızı istiyorum.





NİYETİM:
YETENEĞİMİ,
ŞİFA BULMAK ve
ŞİFA DAĞITMAK ADINA
EN ÜST SEVİYEYE
ÇIKARMAKTIR

*Kimse kimseden kendisine şifa dağıtmasını isteyemez.
Kişi ancak kendi kendine şifa dağıtma yeteneğini kazanabilir
ve bu sayede kazandıklarını başkalarına sunabilir.
Yoksa, kim sahip olmadığı bir şeyi bir başkasına
ihsan edebilir, kim inanmadığı bir şeyi
başkalarıyla paylaşabilir ki?*

Mucizelerin Yönü'nden

Gezegendeki her insan şifa dağıtma yeteneğine sahiptir. Genler yoluyla size geçen iyileştirme gücüyle bilinçli bir bağlantı kurmak için öncelikle kendinizi iyileştirme kararını vermelisiniz. *Mucizelerin Yönü'*nün bize anımsattığı gibi: “Şifa bulanlar, şifa dağıtma vasıtasına dönüşeceklerdir,” ve “Şifa dağıtma-

nın tek yolu, şifa bulmaktır.” Bundan da anlaşılacağı üzere iyileşmenin iyi yönlü avantajı vardır. Kendinizi iyileştirmek gücüne sahip olduğunuzu kabullenip, sağlığını en üst seviyeye çıkardığınızda, başka insanlara da şifa dağıtma yeteneğini kazanırsınız.

Güç Kuvvete Karşı adlı kitabında Dr. Hawkins’ın en göz kamaştırıcı gözlemlerinden biri, kişinin ölçülebilir enerji seviyesi ile şifa dağıtma yeteneği arasında kurduğu ilişkidir. Hawkins, bilinç skalasında enerji seviyesi 600 olarak ölçülen insanların (ki bu değer, üstün aydınlatma gücü olarak nitelendirilen, çok yüksek enerji seviyesine işaret eden bir değerdir) şifa dağıtıcı enerji yaydıklarından söz eder. Böylesine yüksek ruhani enerjide hastalık barınmaz. Bu da İsa, Assisili Aziz Francis ve Ramana Maharshi’nin mucizevi şifa dağıtma yeteneklerini açıklar. Bu insanların olağanüstü yüksek enerjileri, hastalığa aynı kuvvetle karşı koyacak kadar etkilidir.

Bu satırları okurken, kendinizin de niyet etmenin sevgi dolu, en üst ruhani enerji alanından hâsıl olduğunuzu ve bu yeteneği içinizde barındırdığınızı unutmayın. Kitabın bu kısmında sözü edilen niyeti gerçekleştirmek adına, Gandhi’nin de belirttiği gibi, “başkalarında görmek istediğiniz değişimi bizzat yaşamalısınız.” **[Kendinizi iyileştirmeye odaklanın, böylece başkalarına şifa dağıtma yeteneğini kazanacaksınız.]** Kaynak’la tekrar bağlantı sağladığınız neşe dolu aydınlanma seviyesine erişip, onunla tireşim uyumunu sağladığınızda, hastalığı sağlığa dönüştürecek (iyileştirecek) enerji yaymaya başlarsınız.

Aziz Francis, duasında Kaynak’ına, “Marazın olduğu yerde, günah çıkarma tohumlarını ekmeme izin ver,” diye yakarır; yani, başkalarına şifa verici enerjiyi dağıtan kişi olmama izin ver, der. İşte bu prensip kitapta birçok kereler tekrarlanmıştır: Yüksek / ruhani enerjiyi, düşük / hastalıklı enerjinin karşısına çıkardığınızda, yüksek enerji, düşük enerjiyi geçersiz kılmakla kalmaz, bu enerjiyi sağlıklı ruhani enerjiye dönüştürür. Bu prensiplerin uygulandığı enerji tıbbı alanında tümörler, olağanüstü yüksek lazer enerjisiyle bombardıman edilerek yok edilmekte ve sağlıklı dokulara dönüştürül-

mektedir. Enerji tıbbi geleceğin bilimidir ve bu bilimin temeli, kişinin değişimi yaşaması veya kişinin önce kendini iyileştirerek sonra başkalarına şifa dağıtması prensibi üzerine inşa edilmiş, Antik-çağ'dan kalma ruhani uygulamalara dayanmaktadır.

Şifa Dağıtıcı İnsan Olmak

İnsanın, hâsıl olduğu, hastalıktan uzak sevgi dolu mükemmeliyetle tekrar bağlantı kurması, kişinin kendini iyileştirmesi süreci için en gerekli şeydir. Niyet etmenin evrensel zihni, sağlığını en üst seviyeye çıkarmanız için neyin gerektiğini tam olarak bilir. Yapmanız gereken şey, direnç yaratan ve sağlıklı olmanın akış sürecine taş koyan, enerjinin akışını kesintiye uğratan düşünceleriniz ve davranışlarınızın farkında olmaktır. Direncinizi tanımak tamamen size bağlıdır. Kendinizi bu bilince adanmışsınız, böylece iyileşme niyetine geçiş yapabilirsiniz.

Dün spor salonunda koşu bandında çalışırken yanımdaki bir beyle beş dakika sohbet etme olanağım oldu. Kendisi, o beş dakikada hastalıklardan, ameliyatlardan, kalp muayenelerinden ve ileride karşılaşacağı mafsallı operasyonlarından söz etti. Evet, bu kadar kısa bir süreye, sağlıkla ilgili bütün dertlerini sığdırmayı başardı! Bu konuşma o bey hakkında çok şey öğretti bana. İşte o beyefendinin sahip olduğu düşünceler, bedensel hastalıkları hakkında verdiği kısa özet, elinin altında bulunan ve istediği an devreye sokabileceği iyileşme enerjisi için en büyük direnci teşkil etmektedir.

Durumundan sürekli şikâyet eden beyle o konuşmayı yaparken, kendisini iyileştirecek enerjinin karşısına çıkardığı direnci bir anlığına bile olsa kaldırmak yolunda bir girişimde bulundum. Ama o sorunları içinde boğulmaya çok kararlıydı, söz konusu sorunları bir onur madalyası taşır gibi sahiplenmiş, yaşadığı sıkıntılardan ateşli biçimde söz etmeye takılıp kalmıştı. Bu durumu adeta benimsemiş ve kötüye giden sağlığından ötürü kendinden nefret eder hale gelmiş gibi görünüyordu. İçimden onun için en hayırlı şeyin olmasını

dileyerek, koşu bandındaki performansından dolayı onu kutladım ve kendi antrenman programıma döndüm. Ancak o beyefendinin iç-sel odaklanmasını bedeniyle ilgili olarak yaşadığı olumsuzluğa, uyumsuzluğa ve hastalıklara bu denli yöneltmiş olması beni çok etkilemişti.

İyileşmesi olanaksız gibi görünen ve hastalıklarının kötüye gitme sürecinin asla durdurulamayacağı sanılan hastaların bir anda iyileşmesinde, düşüncelerin oynadığı rolden söz eden raporlar beni hep hayrete düşürmüştür. Dr. Hawkins, *Güç Kuvvete Karşı* adlı kitabında şöyle der: “Ümitsiz vaka gözüyle bakılan, ama sağlığına kavuşmuş hastalarla ilgili yapılan her incelemede, söz konusu hastaların bilincinde önemli bir değişiklik yaşandığı, böylece patalojik süreçte etkili olan unsurların söz konusu değişimden sonra etkisini yitirdiği gözlemlenmiştir.” Düşünün, her incelemede aynı sonuca ulaşılmış! Buradaki etkili unsurlar sözcüklerine de dikkatinizi çekmek isterim: Bilinç düzeyimiz aracılığıyla üzerimizde etkili olan unsurları yaşamımıza davet edebiliyor ve bu unsurları değiştirebiliyoruz. Bu görüş, sadece iyileşmek adına değil, arzularımızı, isteklerimizi ve niyet ettiğimiz her şeyi gerçekleştirmek için niyet etmenin gücüne erişebilmenin önemini vurgulaması açısından da çok önemli bir görüştür. Hawkins bu konudaki sözlerini şöyle sürdürür: “söz konusu beklenmedik iyileşmelerde, hastaların iyileşmesinde önemli rol oynayan sevgi yeteneği ve sevginin öneminin farkına varılması konularında çok belirgin artışlar kaydedilmiştir.”

Bu bölümde sözü edilen, şifa bulmak ve şifa dağıtmak adına yeteneği en üst seviyeye çıkarmak niyetini gerçekleştirmek, Kaynak'ınıza geri dönmeye daha geniş bir açıdan bakmakla ve niyet etme gücünün enerjisiyle titreşim uyumu yakalamakla kolaylaşır. Bu Kaynak asla yanlış, eksik veya marazi olana odaklanmaz. Gerçek anlamda yaşanan iyileşme, sizi Kaynak'a geri götürecektir. Bu bağlantıda yaşanabilecek herhangi bir sorun geçicidir. Kaynak'ınızla bağlantıyı sağlayan kanalı temizlediğinizde, olumlu enerjiyi kendinize çekersiniz. Bunun olası olduğuna inanmıyorsanız, şifa bulmak

ve şifa dağıtmak niyetinize karşı bir direnç yaratırsınız. Bunun ancak başkaları adına olası olduğuna inanıyorsanız bu kez daha büyük bir direnç yaratılmasına neden olursunuz. Sağlık sorunlarının, sizi cezalandırmak adına ortaya çıktığına inanmak da bir dirençtir. İyileşmek yeteneğinizle ilgili bu içsel düşünceler, fiziksel yaşamınızda belirleyici rol oynar.

Kendi sağlığını yola koyarak başkalarına şifa dağıtabilme, daha önceden söz ettiğim idrak olunamazlığa yeni bir hayali dalış yapmakla da alakalıdır. Bu kez bu dalıştan kastım, düşüncelerinizde dengeyi sağlayarak, Kaynak'ınızla yüz yüze gelmektir. Bu durumda, niyet etmenin gücünden ayrı olduğunuz konusunda sizi ikna etmiş olan ego güdümlü düşünce sistemini bir kenara bırakır, belki de ilk kez Kaynak'ınızla bir olduğunuzu fark edersiniz.

Kendi sağlığınıza yola koyarak başkalarına şifa dağıtmak. Lynne McTaggart, daha önceden sözünü ettiğim kitabında oldukça önemli bir zaman ve çaba harcayarak, benim niyet etme diye adlandırdığım alanda dünyada son yirmi yıl boyunca yapılmış bilimsel araştırmaları bir araya getirmiştir. Yazar, kitabında, “İyileşme Alanı,” adını verdiği bölümde şu anda söz ettiğimiz konuyla ilgili bilgiler vermekte ve bu konuda yapılmış birçok araştırmaya deyinmektedir. Aşağıda, niyet etme ve iyileşme konusunda araştırmacıların ulaştığı ilginç beş sonucu okuyacaksınız. Bu sonuçları, hem bedensel iyileşme konusunda sahip olduğunuz yeteneklerin, hem de bunun sonucu olarak başkalarına şifa dağıtma kapasitenizin farkında olmanız için dikkatinize sunuyorum. (Sağlıklı bir yaşama sahip olmak için sağlıklı beslenme ve düzenli spor yapma zorunluluğunun zaten bilincinde olduğunuzu farz ederek, bunu burada tekrarlamayı gereksiz görüyorum. Bu konuda ayrıntılı bilgi sahibi olmak isteyenler, aradıkları kitapları, kitapçıların sağlıklı ilgili köşelerinde rahatlıkla bulabilirler.)

Yapılan Araştırmalar Iřıĝında İyileşme İle İlgili Varılan Beş Sonuç

1. Niyet etme aracılıĝıyla iyileşmek, sıradan insanlar için olasıdır. şıfa daĝıtan insanlar ise bu konuda daha deneyimli ve ya doĝal yeteneklere sahip insanlar arasından çıkar. Niyet ederek iyileşme yeteneĝine sahip insanların, kuantum enerjisi-ni organize etmek ve gereksinim duyan insanlara transfer etmek konusunda daha tutarlı davrandıkları, bu konuda daha yetenek-li oldukları kanıtlanmış bir gerçektir. Ben bilimsel açıdan kanıt-lanmış bu gereĝi, yaşam enerjisine, niyet etmenin gücüyle tu-tarlı olarak odaklanma kararı almanın, kişiye, kendini iyileştir-mesi ve başkalarına şıfa daĝıtması yeteneĝi vermesi olarak yo-rumluyorum. Bu, bilincimizin içine nüfuz eden korkuyu bir ke-nara atmak ve saĝlık alanında faaliyet gösteren birçok kurumun benimsediĝi, insanları korkutmaya dayalı politikalarını idrak edebilmek anlamına gelir. Ancak niyet etme alanında korkuya yer yoktur. Herhangi bir hastalıĝın ortaya çıkması, bir şeylerin yanlış gittiĝinin kanıtıdır. Hastalık süreciyle ilgili herhangi bir korku ise, zihnin çalışmasında yanlış giden şeyler olduĝunu gösterir. Saĝlıklı ve huzurlu olmak, aksi sonuçlar doĝuracak şeyler yapmadıĝınız sürece insanın doĝal halidir. Niyet ederek iyileşme, ki, bu aslında niyet etme alanıyla baĝlantı kurma ara-cılıĝıyla iyileşmektir, herkes için olasıdır.

2. Gerçek anlamda şıfa daĝıtanların oĝu, insanlara şıfa daĝıt-ma niyetlerini ortaya koyduktan sonra geriye çekilerek, sanki daha yüce bir şeyin içeri girmesine izin vermek adına bir kapıyı atıklarını ve bir başka çeşit iyileştirici güçle ev-relendiklerini ne sürmektedirler. şıfa daĝıtmak konusunda çok etkili olan kişiler, şıfa daĝıtan Kaynak'ın akışına izin ver-mek ve akışa g kazandırmanın görevleri olduĝu bilinciyle, evrensel Kaynak'tan yardım isterler. Bu insanlar, beden bir kahraman, yaşam gücünün kendisinin ise şıfa daĝıtan g oldu-

ğunu bilirler. Egoyu ortadan kaldırıp, söz konusu gücün serbestçe akışına izin vermekle, iyileştirme süreci başlatırlar. Profesyonel sağlık uzmanları ise genellikle akışa izin vermek ve ona güç kazandırmak yerine, tam tersi hareket etmeyi seçerler. Sağlık uzmanlarının verdikleri mesaj, iyileşmenin ancak ilaçlar yoluyla gerçekleşebileceği ve kendi önerdikleri tedavi yöntemleri dışında herhangi bir uygulamaya gitmenin yanlış olacağı yönündedir. Bu durumda hastalar da moral bulmak ve ümitlenmek dışında her türlü olumsuz duyguyla başbaşa kalır. Hastalığın teşhisi, ne kadar süreceği gibi konular yasal birtakım çekinceler yüzünden, genellikle hastayı korkutma ve kötümser bakış açısı temelinde şekillenir. Hastaya karşılaşılabileceği en kötü durumu söyle, daha iyisi gerçekleşirse ne âla, felsefesi, tıbbın düsturu olmuştur.

Görünen o ki, kendi kendini iyileştirme yeteneği, Ruh'un gücü hakkında sezgisel bir bilince sahip olan kişilere mahsus bir yetenektir. İnsanın kendi kendini iyileştirmesine dair içsel sesin varlığı, rahatlama, direnç yaratan düşüncelerden arınma ve aydınlığın ruhu ve sevginin akışına izin vermekle alakalıdır. Fiji adalarında yaşayan güçlü bir şifa dağıtıcı bir keresinde bana, ada yerlilerinin şifa dağıtma konusundaki gücünden söz etmiş ve, "Hastalığın gelişimine dair inanca karşı duracak bir bilince sahip olduğunda, söz konusu bilinç daima kazanacaktır," demişti. İşte bu bilinç, niyet etmenin gücüne olan inançtır. Bu bilinç, aynı zamanda bu Kaynak'la sürekli bağlantıda olmak zorunluluğunun fark edilmesi anlamına da gelir. Bu bilinçle ilgili söylenebilecek son bir şey de, kişinin egosunu bir kenara atarak, her şeye gücü yeten, her yerde ve her zaman hazır bulunan, her şeyi bilen, şifa bulma dahil, her şeyin kaynağı olan Kaynak'a kendini teslim etmekle de alakalı olduğudur.

3. Şifa dağıtan kişi, hastayı iyileştirme niyetini ortaya koyduktan sonra hangi yöntemi kullandığının pek önemi yoktur. Şifa dağıtan kişiler, Hristiyan imgeleri, enerji kalıpları, Amerikan Yerlileri'nin felsefesi, bir totem, bir aziz heykeli, şifa dağıtıcı ruhla ilgili büyüler ve şarkılar gibi çok farklı tekniklerden yararlanırlar. Şifa dağıtıcı, niyet etmeye sıkı sıkıya kilitlenip, niyet etmenin ruhuyla her türlü şüphenin ötesinde hastaya yararı dokunabileceği bilincine sahip olduktan sonra, bilimsel ölçümlerle kanıtlanacak şekilde hastayı iyileştirebilir.

Çevrenizde neler olup bittiğine bakmadan, başkalarının sizi cesarelendirmek adına öne sürdükleri “gerçek bir tedavi görmek” şeklindeki görüşlerine itibar etmeden, kendinizi iyileştirebileceğinize dair kesin niyeti ortaya koymanız çok önemlidir. Bu niyetinizin bir gücü vardır, çünkü egonuzun niyeti değildir, evrensel Kaynak'la uyum sağlamış niyettir. Bu, iyileşme ve şifa dağıtma hedefinize ulaşmanızı sağlayan, Tanrı'nın varlığını kabul etme bilincidir.

Sonsuz bir varlık olarak ölümünüzün ve başka insanların ölümünün, hâsıl olduğunuz enerji alanında programlandığını bilirsiniz. Tüm fiziksel özellikleriniz gibi, ölümünüz de belli bir gelecekte ortaya çıkacak güç tarafından belirlenmiştir. O nedenle ölüm korkusunu bir kenara bırakıp, belirli bir kalıbı olmayan dünyadan, bu dünyaya gelmenizi sağlayan niyete sıkı sıkıya tutunma kararını verin. Siz refahın, huzurun doğal halinden hâsıl oldunuz ve zihninizde ne tür düşüncelerin meydana geldiğine, bedeninizde ne tür gelişmelerin yaşandığına bakmaksızın, zihninizde orada olmaya niyet ettiniz. Bu bedeni terk edene dek, kendiniz ve başkaları için söz konusu görünmez niyete sarılın. Şifa dağıtma yeteneğine sahip insanların tek ortak özelliği budur. Hemen şu an, bunun önemini kavramaya davet ediyorum sizi. Başka insanların veya herhangi bir görüşün sizi caydırmasına asla izin vermeyin.

- 4. Yapılan araştırmalar, niyet etmenin kendi içinde şifa dağıtma niteliğine sahip olduğunu, ama söz konusu şifanın, tedavi edici bir güç olarak bir araya getirilebilen, şifa dağıtıcı ruhun ortak belleğinden kaynaklandığını göstermektedir.** Şifa dağıtma, tüm insanlığın elinin altında hazır bulunan bir güçtür aslında. Bu, niyet etmenin evrensel zihnidir. Yapılan araştırmalar, bireylerin ve bireylerden oluşan bir grubun bu ortak belleği bir araya getirebileceğini ve bu belleği hem kendileri, hem de hastalıklarla boğuşan başka insanlar üzerinde yararlı kılacağını göstermiştir. Hepimiz niyet etmeyle bağlantıda olduğumuz için, aynı yaşam gücünü paylaşıyoruz. Hepimiz Tanrı'nın evrensel zihninden hâsıl oduk, o nedenle söz konusu enerji alanıyla bağlantı kurmanın, şifa veren enerjiyi bir araya getirip, aydınlatıcı mekânımıza giren herkese dağıtmanın o kadar ulaşılmaz bir şey olmadığını öne sürmekte bir yanlış yoktur. Bu yaklaşım azizlerin ortak, olağanüstü şifa dağıtma gücünü açıklamakta ve günümüzde sık sık rastlanan AIDS, çiçek hastalığı, dünya çapında etkili olan salgın hastalıklar, hatta kanseri bile kökünden söküp atabilmek için her birimizin niyet etme gerekliliğini ortaya koymaktadır.

Hastalığı tecrit etmek, onun evrensel zihnin ortak iyileştiriciliğiyle bağlantısını koparmak demektir. Yapılan birçok araştırma, AIDS virüsünün korkuyla beslendiğini, söz konusu korkunun kaynağının ise hastanın insanlardan ve toplumdan tecrit edilmesi olduğunu ortaya koymuştur. Kalp hastaları üzerinde yapılan bir araştırma, ailelerinden, yakınlarından ve özellikle ruhaniliklerinden tecrit edilmiş bu insanların, hastalığa karşı daha dirençsiz hale geldiğini göstermektedir. Uzun ömürlü insanlarla ilgili bir başka çalışma ise, ruhani anlamda güçlü inanca sahip olmanın ve topluma ait olma duygusunun gelişmişliğinin, bu insanların ortak özelliği olduğunu göz önüne sermektedir. Ortak şifa dağıtma yeteneği, enerji seviyenizi yükseltip, niyet etmenin yedi yüzüyle bağlantı kurduğunuzda sahip olacağınız güçlü bir yetenektir.

5. Şifa dağıtan bir insanın sunabileceği en önemli tedavi şekli, sağlık için umut etmek ve hastalıklardan muzdarip diğer insanların sağlığına kavuşmasını dilemektir. Şifa dağıtanlar, hastayı iyileştirmek adına ona odaklanmadan önce, bilinçlerinde neyin var olduğuna dair kendi kendilerine bir çözümleme yaparlar. Bu noktada anahtar kelime umuttur. Umudun varlığı, inanca nakledilir. Ben bunu bilinç olarak da adlandırıyorum. Bu, kişinin, Kaynak'ınla bağlantı kurmasının, her türlü şifanın kaynağıyla bağlantı kurması anlamına geldiğini bilmesidir. Hayatı bu şekilde yaşarsak, her zaman umudumuz var demektir. Mucizlerin her zaman bir olasılık olduğunu biliriz. Kendimizi bu şekilde düşünmeye alıştırdığımızda, korku ve şüphe görüş alanımızdan çıkacaktır. Ümit etmekten vazgeçtiğinizde, yaşamınızın enerji seviyesini değiştirmiş ve korku, şüphe seviyelerinde titreşim yaymaya başlamışsınız demektir. Ancak niyet etmenin her şeyi yaratan Kaynak'ının korku ve şüphe mefhumu olmadığını biliyoruz.

Michelangelo'nun en sevdiğim sözlerinden biri umutla ilgili olanıdır: "Çoğumuz için en büyük tehlike, hedef çıtamızın çok yüksekte olmasından dolayı hedefi yakalayamamak değil, çıta-yı çok alçağa koymamız sebebiyle hedefin erişilebilir olmasıdır." Şifa dağıtan insanların ve gerek kendileri, gerekse diğer insanlar adına besledikleri umutların, tıbbın olanaklardan bile daha önemli olabileceğini hayal edin. Karşımızdakini sevmeme düşüncesi bile iyileştirme potansiyeli önüne dikilen bir engeldir. Ruh'un şifa dağıtıcı gücüne karşı inanç eksikliği, iyileşme süreci üzerinde belirleyici bir rol oynar. Sahip olduğunuz düşük enerjili her düşünce, kendinizi iyileştirme yeteneğini zedeler. Araştırmalar sonucunda ortaya çıkan ve burada sözünü ettiğim gerçeklerin, odaklandığımız şeyi değiştirmenin ve niyet etmenin her şeye şifa veren alanıyla bağlantı kurup, onunla uyum sağlamanın önemini vurguladığı sağladığı çok açıktır.

Hastalık Düşüncesinden, Sağlığa, Refaha Ulaşmak Niyetine

Tevrat'ta, "Ve Tanrı, 'Bırak, aydınlık hüküm sürsün!', dedi ve aydınlık hâkim oldu," diye bir ifade vardır. İbranice sözlüğe baktığınızda tercümenin, "Ve Tanrı'nın niyeti..." şeklinde de yapılabileceğini görürsünüz. Tanrı'nın yaratma kararı, niyet etme karardır. Şifa yaratmak istediğinizde, düşüncelerinize hastalığın hâkim olması ve bedeninizin hastalığa yenik düşeceği gibi öngörülerde bulunmamanız gerekir. Hastalık fikrine beklenen bir şeymiş gibi bakan, hastalığa prim veren düşüncelerinizin bilincinde olun ve bu düşüncelerin ne sıklıkta ortaya çıktığını gözleyin. Bu tür düşüncelerin zihninizi işgal etme sıklığı ne denli fazlaysa, niyetinizi gerçekleştirmenin karşısında o kadar çok direnç yaratıyorsunuz demektir.

Direnç yaratan düşünceler, tahmin edebileceğiniz gibi şuna benzer şeyler seslendirecektir: *Arteritimle başa çıkamıyorum... Grip mevsimi geldi. Şimdi kendimi iyi hissediyorum ama haftasonu geldiğinde hastalık göğsüme iner ve ateşim çıkar...* Kanserojen maddeler her yanımızı sardı. Yediğimiz her şey ya kimyasal madde içeriyor, ya da şişmanlatıyor... Kendimi hep yorgun hissediyorum... Bu listeyi kolayca uzatabilirsiniz. İşte bu ve bezeri düşünceler, iyileşme ve başka insanlara şifa dağıtma niyetinizi gerçekleştirmenin önüne dev birer barikat gibi dikilirler. Bu noktada, büyük paralar kazanan ve korkularınızı sömürerek zenginleşen ilaç firmalarının hastalık mantığını satın almayı temsil eden düşüncelerinizin ayırdına varmanız çok önemlidir.

Ancak ilâhi bir varlık olduğunuzu unutmamalısınız. Siz, niyet etmenin evrensel zihninin bir parçasısınız ve niyetinize direnç yaratacak şekilde düşünmek zorunda değilsiniz. Farklı bir sonuca varmanız gerektiğine işaret eden, çevrenizi sarmış onca reklama rağmen, enerji seviyenizi yükseltmek yeteneğine sahip olduğunuz düşüncesini seçebilirsiniz. Bu düşünceye sahip çıkın ve, Kendimi iyi hissetmek istiyorum, İyi hissetmeye niyetliyim, Kaynak'ıma geri dönmeye niyetliyim ve hastalık, maraz gibi düşüncelerin zihnime

hâkim olmasına izin vermeyeceğim, şeklinde niyetinizi ortaya koyun. Bu bir başlangıçtır. Bu düşüncenin etkisiyle eşsiz bir deneyim yaşayacaksınız. Kendinizi iyi hissetmediğiniz herhangi bir anda iyileşme ve kendinizi iyi hissetme düşüncesine sarılın; birkaç saniye içinde iyi duygunun, kötünün yerini aldığını hissedeceksiniz.

Düşük enerjide yaşamayı reddedip, an ve an niyetinizi destekleyen düşünceleri tanımaya çalışmaya başladığınızda, sağlıklı olma ve bu düşüncenin bir parçası olarak, şifa dağıtan insan olma yolunda önemli bir adım attınız demektir. O an yaratılışın tekerlekleri yavaş yavaş hareketlenecek, zihninizde hayal edip, yarattığınız şey, günlük hayatınız içinde şekillenmeye başlayacaktır.

Düşük enerji barındıran herhangi bir düşünceyle sarmalandığınızda söylediklerimi hayata geçirin. Niyet etmenin Kaynak'ıyla uyumsuz düşünceleri reddettiğiniz anda, duygularınızın ne denli çabuk değiştiğini fark edeceksiniz. Kendi adıma, bu şekilde davranmanın çok yararını gördüğümü söyleyebilirim, sizi de aynı şekilde davranmaya çağırıyorum. Önünde sonunda hastalığın, sakatlığın kurbanı olacağım düşüncesini artık reddediyorum ve bundan sonra değerli dakikalarımı hastalıktan söz ederek ziyan etmeyeceğim. Ben şifa dağıtan bir insanım. Tanrı'yla işbirliği yaparak kendime şifa veriyorum ve bu yeteneğimi başka insanların yararına da kullanıyorum. Bu benim niyetimdir.



Hastalık bir Ceza Değildir



Hastalık, hâsıl olduğumuz kusursuz sağlık düzleminden kendimizi kopardığımızda yaşanan bir insanlık halidir. İnsanların neden hastalandıklarına dair entelektüel nedenleri tartışmak ve sonuçta hastalığı bir mantık çerçevesine oturtmak yerine, kendinizi başka insanlara şifa dağıtmak konusunda ustalaşma potansiyeline sahip bir insan olarak görmeye davet ediyorum sizi. İnsana özgü her türlü hastalığa, hâsıl olduğumuz ilâhi Kaynak'la bağlantıda kalmak yerine, ego güdümlü düşünce sistemi paralelinde ortak hareket etmemizden do-

ğan bir oluşum gözüyle bakmayı deneyin. Söz konusu ego güdümlü ortak düşünceyle ortaya çıkan şeyi, korku, nefret, üzüntü, endişe, can sıkıntısı gibi, egonun bir sorunu olarak ortaya koyarız. Ego bu duygularla beslenir, çünkü kendi kimliğini, bizi yaratan Tanrı'nın gücünden ayrı bir varlık olarak tanımlamakta ısrarcıdır. Hemen hemen her insan şu veya bu şekilde söz konusu Tanrı gücünden ayrı olma fikrine ve egonun tanımlamasını kabullenir ve sonuçta, hastalık ve şifa bulma gerekliliği insanlığın hayatının bir parçası haline gelir.

Ancak sizin bu noktada takılıp kalmanıza gerek yoktur. Niyet etmenin gücü, kusursuzluk Kaynak'ına geri dönmekle alakalıdır. Bu, iyileşme gücüne, niyet etmenin gücüyle ilâhi bağlantıyı kurarak sahip olunacağını ve yaşam Kaynak'ının insanı cezalandırmadığını, acı çektirerek veya zorluk çıkararak ondan intikam almadığını bilmekle alakalı bir şeydir. Sağlığa kavuşma gereksinimi kötü, küstah karakterli bir insan olmanın sonucu olarak ortaya çıkmaz veya geçmişte işlediğinizi suçlara karşı bir yaptırım olarak sağlık gereksinimi duymazsınız. Bu gereksinim, ne yaşarsanız yaşayın, söz konusu yolculuktan çıkarmanız gereken dersler olduğunda ortaya çıkar ve niyet etmek adını verdiğimiz, her şeyin kaynağı olan zekâ tarafından idare edilir.

Başı sonu olmayan evrende kendinizi ve başka insanları sonsuz kavramıyla değerlendirmelisiniz. Sonsuzluk kavramı, cismi dünyada herhangi bir şeyi yaratmak için sonsuz sayıda olanağa sahip olduğunuz anlamına gelir. Diğer tüm insanlar gibi sizin de hayatınıza nüfuz etmiş olan, akıl ve beden hastalanması fikrine bakarken, hastalığı dünyamızın sonsuz doğasının bir parçası olarak görmeye çalışın. Açlık, salgın hastalıklar, evrenin kusursuzluğunun bir parçasıysa, bunları sona erdirmeye niyetiniz de aynı kusursuzluğun bir parçası demektir. Şimdi, bu niyete önce kendi yaşamınızda, sonra başka insanların yaşamlarında sadık kalma kararını verin. Niyetiniz, ego ve Kaynak'tan ayrı olma hakkında hiçbir şey bilmeyen evrenin niyetiyle uyum sağlayacak ve hastalık düşüncesi, tıpkı cezalandırma ve intikam düşünceleri gibi ortadan yok olacaktır.

Niyetinizi Gerçekleştirmek

Aşağıda, kitabın bu bölümünde sözünü ettiğimiz, iyileşme ve başkalarına şifa dağıtma yeteneğini en üst seviyeye çıkarmak niyetini hayata geçirmek için uygulamanız gereken on adımlık programı bulacaksınız.

1. Adım: Kendinize iyileşme fırsatı tanımadığınız sürece, başkalarına şifa veremezsiniz. Kendinizi iyileştirme duygusunu yaratmak adına Kaynak'ınızla işbirliği yapın. Bütün enerjinizi, fiziksel veya zihinsel sorunlarınızı giderebileceğiniz ve sağlığa kavuşabileceğiniz bilinci üzerine odaklayın. Burada olmanızı sağlayan sevgi, şefkat dolu, şifa almaya eğilimli enerjiyle bağlantı kurun. Yaşamın şifa dağıtan enerjisinin bir parçası olduğunuz gerçeğini kabullenmekte istekli davranın. Elinizi kestiğinizde yarayı iyileştiren o güç hem sizde, hem de evrende var olan güçtür. Siz bu güçsünüz, güç de siz... Aranızda bir kopukluk yoktur. İşte bu iyileştirici enerjiyle bilinçli şekilde bağlantı kurun, bağlantıyı kaybetmeyin; ego güdümlü düşünce sisteminizi bir kenara attığınızda, bu enerjiden kopmak olası değildir.

2. Adım: Her zaman bağlantıda olduğunuz iyileştirici enerjiyi, başka insanlara da dağıtmak zorundasınız. Sahip olduğunuz bu enerjiyi karşılıksız olarak başka insanlara sunun ve egonuzu, iyileştirme sürecinin tamamen dışında bırakın. Aziz Francis, 45 yaşında ölümüne yol açacak hastalığı neden iyileştirmediklerini soranlara şu sözleri söylemişti: "Herkesin bilmesini istiyorum ki, bu şifayı verecek olan Tanrı'dır." Aziz Francis, ego güdümlü düşüncelerden arınmayı başarmış, hastalara mucizevi biçimde şifa dağıtmasını sağlayan ve kendi aracılığıyla yayılan enerjinin, Tanrı'nın enerjisi olduğunu insanlara göstermek amacıyla kendi kendini iyileştirmeyi kasten istememiştir.

3. Adım: Enerjinizi, niyet etme alanının titreşimiyle uyumlu hale getirerek yükselttiğinizde, bağışıklık sisteminizi güçlendirmiş ve beyninizde, sağlıklı olmayı sağlayan enzim üretimini arttırmış olursunuz. Kinci, karamsar, öfkeli, somurtkan ve uzlaşmaz kişiliği bir kenara bırakıp, tutkulu, iyimser, şefkatli, neşeli ve anlayışlı bir kişiliğe adım atmak, ölümcül hastalıklardan çok kısa bir sürede, mucizevi biçimde kurtulmanın anahtarıdır.

4. Adım: Oluruna bırakmayı öğrenin. Tanrı'ya havale etmek, iyileşme adına atılan adımları en iyi ifade eden sözlerden biridir. Bu, aynı zamanda iyileşme sürecinde unutulmaması gereken bir düsturdur. Oluruna bırakmakla, her şeye şifa dağıtan Kaynak'a saygı göstermek ve onunla iletişime geçmek olanağına kavuşursunuz. Niyet etme alanının, kendi başına iyileştirme diye bir şeyden haberi olmadığını unutmayın, çünkü onun ruhani kusursuzluğunda zaten iyileştirme vardır ve o bakış açısıyla yaratır. [Marazı, uyumsuzluğu ve hastalıkları yaratan ego bilincidir, bunun karşısında beden, zihin ve ruhla uyumlu ruhani kusursuzluk devreye girdiğinde maraz, hastalık yok edilir.] Bu denge sağlandığında, iyileşme süreci başlar, ancak Kaynak'ın iyileştirme diye bir şeyden haberi yoktur, çünkü o sadece kusursuz sağlık yaratır.

5. Adım: İyileşme talebinde bulunmayın, hâsıl olduğunuz kusursuzluğun geri gelmesini isteyin! Kendiniz ve başkaları adına sıkı sıkıya sahip çıkmamız gereken, bu boyun eğmez, pazarlık kabul etmez niyettir. İyileşme ve başkalarına şifa dağıtma niyetini sekteye uğratacak hiçbir şey yoktur. Her türlü olumsuzluğu defedin. Olumlu yönde gelişiminize engel olacak veya bedeninizi zayıf düşürecek her türlü enerjiyi dışlayın. Bu bilinci başka insanlara da nakledin. Unutmayın, Kaynak'ınızdan sizi iyileştirmesini istemeyeceksiniz, çünkü bu, yaşamınızda sağlığın var olmadığını, bu konuda bir kıtlık yaşandığı iddia ettiğiniz anlamına gelir. Oysa Kaynak zaten sahip olduğu şeyi organize edebilir ve sadece bunu verebilir.

Bir bütün olan Kaynak'a erişin, her türlü hastalığa dair düşünceleri bir kenara atın ve Kaynak'la tekrar bağlantıya geçmekle, (onunla bütünleşerek, Kaynak'ı başka insanlara sunmakla), şifanın bizzat kendisi olacağınızı bilin.

6. Adım: Çok sevildiğinizi bilin. Şükredecek ve kendinizi iyi hissetmenizi sağlayacak nedenler bulun. Kendinizi hasta veya kötü hissettirecek düşüncelerle başbaşa kaldığınız anda, bu düşünceler yerine iyi hissetmenizi sağlayacak şeyleri düşünmeye çalışın. Eğer bu olanaksız görünüyorsa, en azından hiçbir şey düşünmemeye gayret edin. Hastalıktan söz etmeyi reddedip, iyileşmek, iyi hissetmek ve tam anlamıyla sağlıklı bir insan olmakla ilgili düşünceleri harekete geçirin. Zihninizde kendinizi sağlıklı bir insan olarak canlandırın. Kendi kendinize Kendimi iyi hissediyorum, hayatıma bu iyi duygulardan daha fazla davet etmeye ve gereksinim duyanlara bu duyguyu karşılıksız olarak vermeye niyetliyim! demenizi sağlayacak fırsatları kollayın.

7. Adım: Sakin ortamlar yaratmaya çalışın. Uzun süreli hasatlıklarla boğuşmak durumunda kalan birçok insan, doğal ve sakin ortamlar yaratarak Kaynak'larına dönmeyi başarmışlardır. Zihninizde, kendinizi niyet etmenin kusursuz sağlıklı ortamına girmiş halde canlandırabileceğiniz, sükûnet dolu meditasyonlara zaman ayırın. İyiliğin, sağlığın Kaynak'ıyla iletişime geçip, tüm varlığınıza bu aydınlığa sarılın ve bu yüksek ruhani enerjiye erişmeye çalışın.

Kendi adıma meditasyonun iyileştirici özelliğinden her zaman yararlandığımı söyleyebilirim. Kendimi çok yorgun hissettiğim anlarda yarattığım birkaç sakin dakika, yüksek, sevgi ve şefkat dolu titreşimlere erişerek, enerjimi yeniden kazanmamı sağlıyor. Keyifsiz olduğum zamanlar, Tanrı'yla birkaç dakikalığına da olsa kurduğum bilinçli iletişim, yalnızca gereksinim duyduğum şeyi elde etmemi değil, başka insanlara da aynı duyguları yaşatma olanağı veriyor bana. Herman Melville'in, bu konuya çok uygun düşen sözlerini burada tekrarlamak isterim: "Sükûnet, Tanrı'nın tek Sesidir."

Aşağıda, Jackson Hole, Wyoming’de yaşayan Darby Hebert’in bana yazdığı mektuptan bazı alıntılar okuyacaksınız. Hebert, yirmi yıldan fazla bir süredir kendini kullanılmış hissettiğini ve bu süre içinde fiziksel durumunun kötüye gidişini izlemek durumunda kaldığından söz ediyor. Hebert sonunda doğallığı, sükûneti ve meditasyonu seçmiş. İznile, mektubunda yer verdiği şu sözleri sizinle paylaşmak istiyorum.

Bir yıl boyunca, her tarafında koliler yığılmış boş bir evde yaşadım. Sonra kendimi bu olumsuz enerji alanından çekip çıkarmak ve çevresindekilere tepeden bakmayı alışkanlık haline getirmiş insanlardan kurtulmak için, bu evden 3500 km. uzaklıkta, şimdi oturmakta olduğum Jackson Hole’daki yeni evime taşındım. Bu ihtisamlı, görkemli ve huzur dolu, kutsal, büyüleyici yer etkisini hemen göstermeye başladı. Neredeyse iki yıldır huzur içinde yaşıyorum. Meditasyon ve halime şükretme, yaşamımın bir parçası haline geldi. Yardımların sayesinde düşük enerjiyi terk edip, yüksek enerjiye geçiş yapmam, hayatımda birçok mucizenin yaşanmasına önayak oldu. Gözlerimin kanlanması, iç organlarımdaki yaralar, mikrobik olmayan menenjit ve şiddetli kas ağrıları tamamen geçti ve artık gün boyu dağ bisikleti ve kayak yapacak kadar sağlığıma kavuştum. Hastalığımı kontrol altında tutmak için aldığım tehlikeli ilaçları yavaş yavaş bırakıyorum ve sonunda bunlardan tamamen kurtulacağımı biliyorum. Bana sağlıklı olmanın yolunu gösterdin, bu yüzden sana hep müteşekkir kalacağım. Mutluluk yolunu seçip, başka insanları da mutlu etmeye çalıştığın için Tanrı seni hep korusun. Umarım bir gün minnettarlığımı şahsen ifade etme fırsatı bulurum.

8. Adım: Bizzat sağlığın kendisi olmak için, kendinizi ‘bütünlükle’ bir tutmalısınız. Kendinizi fiziksel bir beden olarak görmekten vazgeçmeli ve kayıtsız şartsız iyilik, sağlık fikrine yoğunlaşmalı, varlığını bu fikirle tanımlamalısınız. Artık sadece ve sadece refahı, iyiliği teneffüs etmeli, kusursuz sağlığı düşünmeli ve dünyada var olan hastalıklardan kendinizi ayrı tutmalısınız. Bunu yapmakla,

kısa bir süre sonra başka insanların sadece iyi taraflarını görmeye başlarsınız. Gerçeğinize sıkı sıkıya sarılıp, sadece iyilik, sağlığı ön-gören düşünceleri yansıtın ve yalnızca sağlık bulmayla ilgili sonsuz olanaklardan söz edin. Bu, bütünlüğün dürüstçe tanımlanmasıdır. Bu tanımlı, siz ve her şeyi yaratan Kaynak bir ve aynıymışçasına ya-şayın. Bu sizin nihaî gerçeğinizdir ve bütünlüğün bu dinamik ruhu-nu düşüncelerinizde canlı hale getirir ve tüm düşüncelerinizin bu-nunla dolup taşmasına izin verebilir, bütünlük kavramını içsel bilin-ciniz haline getirip, ona güvendiğinizde, iyileşme sürecini başlatmış olursunuz.

9. Adım: Sağlığın yaşamınıza akmasına izin verin. Sağlıklı, do-ğal enerjinin akışının önünü tıkayan dirençlerin ne olduğunu tanım-layın. Bu direnç düşüncelerinizde şekillenir. Niyet etmenin yedi yü-züyle ters düşecek herhangi bir düşünce, direnç yaratan düşüncedir. İyileşmek olanaksız, diyen, şüphe ve korku taşıyan herhangi bir dü-şünce, direnç düşüncesidir. Bu düşünceleri gözlemleyip, dikkatlice aklınızın bir köşesine not edin ve sonra, niyet etmenin her şeyi te-min eden Kaynak'ıyla titreşim dengesini kuran, enerjik düşünceler-le yer değiştirmesini sağlayın.

10. Adım: Daima şükretmeyi, minnettar olmayı bilin. Aldığınız her nefes, uyum içinde çalışan iç organlarınız, bütünlüğe ait olan bedeniniz, damarlarınızda akan kan, bu kelimeleri okumanızı ve an-lamanızı sağlayan beyniniz için şükredin. Günde en az bir kez ay-naya bakıp, atmaya devam eden kalbinize ve kalbinizin atmasını sağlayan görünmez güce minnettarlığınızı belirtin. Daima şükredin. Bu, kusursuz sağlıkla bağlantı kurmanızı sağlayan kanalın temiz ve saf kalmasını sağlamanın en emin yoludur.

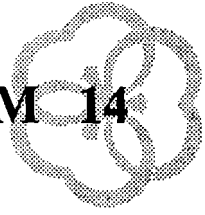
* * *

İsa'nın, kitabın bu bölümünde işlenen sağlıklı olmaya niyet etmek konusuna çok uygun düşen mesajlarından biri şöyledir:

*İçinde var olanı dışarı verirsen,
bu kurtuluşun olacaktır.
İçinde var olanı dışarı vermezsen,
bu sonun olacaktır.*

İçinizde olan şey, niyet etmenin gücüdür. Hiçbir mikroskop bunu açığa çıkaramaz. Yüksek teknolojiyle donatılmış bir merkeze gitseniz, bu merkezin lideri bile bu karmaşık, incelikli vasıtayı ortaya koymakta aciz kalır. İşte siz, o lidersiniz. Her şeyin tek lideri olan Kaynak'la titreşimsel uyumu yakalamaya kendinize izin vermeli ve bakıma muhtaç duruma düşmektense, size hizmet etmesi için ona fırsat tanınmalısınız.





NİYETİM:

DEHAMIN KIYMETİNİ
BİLMEK ve DEHAMI
ORTAYA KOYMAKTIR

*Herkes dâhi doğar, ancak insanların yaşam şekilleri,
bu nitelikten uzaklaşmalarına neden olur.*

Buckminster Fuller

Tüm insanların aynı bilinç cevherine sahip olduklarını ve insan bilincinin o yaratılış ve dehalık sürecinin niteliklerinden meydana geldiğini düşünün. Bu anlamda dehalık, sizin ve diğer tüm insanların içinde yaşayan bir potansiyeldir. Hayatınız boyunca birçok dâhice hamleniz olmuştur. Eşsiz bir fikriniz vardır ve bunun mükemmelliğini ancak siz fark edersiniz ve hayata geçirirsiniz. Belki de insanı hayrete düşürecek bir şey yaratmışsınızdır ve bundan kendiniz bile etkilenirsiniz. Golf veya tenis oynarken çok doğru bir vuruş yapar ve elde ettiğiniz başarıdan dolayı ne kadar büyük zevk aldığınızı hissedersiniz. Siz bir dâhisiniz.

Büyük bir olasılıkla, içinizde bir dâhinin yattığını hiç düşünmemiş, dâhilik kavramının sadece Mozart, Michelangelo, Einstein, Madam Curie, Virginia Woolf, Stephen Hawking gibi başarıları

herkesçe çok iyi bilinen insanlara has bir kavram olduğuna inanmışsınızdır. Ancak unutmayın ki, bütün bu insanlar sizinle aynı bilinç cevherini ve yaşam gücünü paylaşmışlar, tıpkı sizin gibi niyet etmenin gücünden hâsıl olmuşlardır. Dâhilik mevcudiyetinizde vardır ve kendini ifade edecek doğru koşulları beklemektedir.

Belli bir amaç doğrultusunda şekillenmiş evrende şansa, tesadüflere yer yoktur. Her şey, her şeyle birbirine bağlı olmakla kalmadığı gibi, kimse niyet etme dediğimiz evrensel Kaynak dışında da değildir. Dâhilik, evrensel Kaynak'ın karakteristik bir özelliği olmasından dolayı, aynı zamanda da evrenseldir, yani belirli insanlarla sınırlı kalması diye bir şey söz konusu olamaz. Dâhilik her insan için geçerli olabilecek bir kavramdır ve bu kavram kendini, her insanda farklı biçimde gösterir. Yaratıcılık ve dâhilik özelliği içinizde var olan bir şeydir, yalnızca niyet etmenin gücüyle uyum sağlama kararı almanızı bekler.

İçinizdeki Dâhiye Ulaşmak İçin Enerji Seviyenizi Değiştirmek

Çok aydınlatıcı bir niteliğe sahip *Power vs. Force* (Güç Kuvvete Karşı) adlı kitabında Dr. Hawkins şöyle der: “Dâhilik, yüksek enerji cezbeden kalıplara ulaşmak yeteneği ile ifade edilen bilinç tarzı olarak tanımlanır. Dâhilik, kişinin karakteristik özelliği değildir. İnsan bu özelliği sonradan kazanmadığı gibi, dâhi olarak da doğmaz. Ancak dâhi olarak tanımladığımız insanların çoğu bu fikri dışlamaktadırlar. Dâhiliğin evrensel karakteristiği tevazudur. Dâhi, olayların iç yüzünü kavrama yeteneğini daima daha yüce özelliklerle açıklama yoluna gider.” Dâhilik, niyet etmenin yedi yüzünün ilk niteliği olan yaratıcılık gücünün bir karakteristiğidir. Dâhilik, Tanrı'nın bir ifadesidir.

İster Hamlet'i oynayan Sir Laurance Olivier, ister sahada tüm zarıflığıyla süzülerek potaya smaç yapan Michael Jordan, ister

mahkemede jüriye hitap eden Clarence Darrow, ister bir ulusu derinden etkileyen Joan D'arc, ister öğrencilerine dersi sevdirmeyi bilen sekizinci sınıf öğretmenim bayan Fuehrer olsun, dâhi olarak nitelenen kimse, sahip olduğu o seviyelerdeki enerjinin nereden kaynaklandığına bir açıklama getiremez. Sir Laurence Olivier'ın, Londra'da gelmiş geçmiş en iyi Hamlet performanslarından birini sergilediği gecenin sonrasında çok üzgün olduğu söylenir. Seyirciden muhteşem bir tepki almasına rağmen neden bu kadar üzgün olduğu kendisine sorulduğunda, "Bunun en iyi performansım olduğunu biliyorum, ama bunu nasıl başardığım konusunda hiçbir fikrim yok ve bir daha aynı performansı sergileyip, sergileyemeyeceğimi bilemiyorum," diye karşılık vermiş. Ego ve dâhilik, birbirlerine zıt iki kavramdır. Dâhilik, Kaynak'a tamamen teslim olma veya onunla çok güçlü biçimde tekrar bağlantı kurma yeteneği iken, ego ise söz konusu bağlantıyı olabildiğince en az seviyede tutmaya çalışır. İşte Dr. Hawkins'in yüksek enerji cezbeden kalıplara ulaşmaktan kastı budur.

Yüksek enerji, ruhani enerjiyi tanımlamanın bir yolu olan aydınlığın enerjisidir. Niyet etmenin yedi yüzü, işte bu ruhani enerjinin cüzüdü. Düşüncelerinizi, duygularınızı ve faaliyetlerinizi bu enerjiye ulaşacak biçimde değiştirip, egonun düşük seviyeli enerjisini çalışamaz duruma getirdiğinizde, içinizde var olan Tanrı'nın gücü dizginleri ele alır. Bu o kadar otomatik bağlanmış bir olgudur ki, düşüncelerinizden bile daha hızlı hareket eder. İşte bu nedenle, yaptığınız bazı şeyler sizi bile hayrete düşürür. Yüksek enerji seviyesi düşünceyi aşarak, niyet etmenin Kaynak enerjisiyle titreşim uymuna doğru hareketlenir. Böylesine muhteşem bir başarıyı tek başına kazandığınız konusunda sizi ikna eden ego güdümlü düşünceleri bir kenara attığınızda, niyet etmenin gücüyle bağlantı kurmuş olursunuz. İşte içinizdeki dâhi tam da bu noktada yatmaktadır.

Birçok insan içinde bir dâhinin yattığından habersizdir ve dâhilğin sadece entelektüel veya sanatsal başarılarla ölçüldüğünü sanır. Dâhilik, bu insanların düşüncelerinin gölgesinde kalır, ta ki, içlerin-

de yatan ve zincire vurulmuş bu gücü fark etmelerini sağlayacak bir fırsat çıkana dek... Yeteneklerinizi abartmamanız gerektiği, dâhiliğin sadece birkaç insana has bir kavram olduğu öğretilmişse, siz de büyük bir olasılıkla içinizde bir dâhinin yattığı fikrine direnç gösterirsiniz. Kaderinize boyun eğmeye, küçük düşünmeye, normal insanların davranış kalıplarını benimsemeye ve hayal kırıklığına uğramamak adına hedef çitanızı yükseğe koymamaya şartlanmışsanız, içinizdeki dâhiyi keşfedemezsiniz.

Size iddialı gibi gelebilecek şu fikir üzerinde bir düşünmenizi isterim: Her insan bir diğerinden farklıdır, dünyada ne kadar insan varsa, dâhilik de insan sayısına eşit, farklı biçimlerde kendini ortaya koyabilir. Herhangi bir konuda herhangi bir insanın elde ettiği başarı, sizin tarafınızdan paylaşılmaktadır. Yaşamış ve yaşayacak her insanla aranızda bağlantı vardır. Arşimed, Leonardo da Vinci, Meryem Ana aracılığıyla akan aynı niyet etme enerjisini paylaşırsınız. En alt katmanlardan bakıldığında, her şey ve her insan, evrenin tüm yapısının içine nüfuz etmiş alanın titreşim bütününden meydana gelmiştir. Siz de bu alan içindesiniz ve bu titreşimleri paylaşırsınız.

Öncelikle, adına dâhilik denen bu yaratıcılık ve fonksiyonelliğin içinizde yaşadığını bilmeniz ve anlamanız gerekir. Sonra, buradaki rolünüzle ilgili her türlü şüpheden arınmalısınız. Egonuzun ve sizi aksine ikna etmeye çabalayan başka insanların egolarına rağmen, enerji seviyenizi niyet etme alanıyla uyumlu titreşim yayacak şekilde yükseltmek için kararlı davranmalısınız.

Infinitive Mind: Science of Human Vibrations of Consciousness (Sonsuz Zihin: İnsan Bilincinin Titreşim Bilimi) adlı kitabında Dr. Valerie Hunt şöyle der: “Düşük titreşimler cismi gerçeklikte mevcuttur, yüksek titreşimler ise mistik gerçeklikte ve tam manasıyla titreşmekte olan tayf içindeki geniş gerçeklikte...” Dehanızın kıymetini bilmek ve dehanızı ortaya koymak niyetinizi gerçekleştirmek için, tam manasıyla titreşmekte olan o tayfa ulaşmaya çabalamalısınız. İşte yayılma, genişleme fikri budur ve bu, gerçek potansiyelinizi kavramanız açısından çok önemlidir. Ruhani niyetin belli

bir kalıbı olmayan dünyasından bunun için ayrılıp, cismi dünyaya geldiniz. Bedeniniz ve yaşamınız, içinde var olan, ulaşılması zor bir odada kilit altında tuttuğunuz dâhiliği ortaya koymak için yaratılmıştır.

Gerçekliğinizi Genişletmek, Yaymak

Sizi yaratan evrensel güç daima genişler, yayılır. Hedefiniz, işte bu Kaynak'la uyum sağlamayı başarmak ve böylece niyet etmenin gücünü tekrar kazanmaktır. Peki Dr. Hunt'ın işaret ettiği, genişleyen, yayılan mistik gerçeklikten ve tam manasıyla titreşen tayftan sizi uzak tutan şey nedir? Bu sorunun yanıtını, modern psikolojinin babası sayılan William James'den alalım: "Dâhilik, algılamamanın alışılmadık bir yolla gerçekleştirilmesi yeteneğinden başka bir şey değildir." Gerçekliğinizi, niyetin her şeyi yaratan alanının genişlemesine uydurmak için, eski düşünce alışkanlıklarınızdan kurtulmanız gerekir. Bu alışkanlıklar, üzerinize yapışmasına izin verdiğiniz etiketlerle sizi tanımlamıştır. Söz konusu etiketler ise sizi dar kalıplarla, birçok farklı şekilde tarif eder.

Bu etiketler ne olmadığınız tarif etmek gereği duyan başka insanlar tarafından yapııştırılmıştır üzerinize... Çünkü bu insanlar neyin olabileceğinden çok, neyin olamayacağını tahmin etmenin daha güvenli bir yol olduğunu hissederler: O hiçbir zaman sanatçı ruhuna sahip olmadı... O çocukluğundan beri hantaldır, sporcu olması olanaksız... Onun matematikle arası hiç iyi olmadı... Biraz utançtır, o yüzden insanlarla iletişim kurmakta başarılı olamaz... Bu ve buna benzer sözleri öylesine çok duymuşsunuzdur ki, artık inanırsınız. Bu tarz düşünceler, yetenekleriniz ve potansiyeliniz hakkında mutad düşünceler haline gelmiştir. William James'in öne sürdüğü gibi, dâhilik, düşüncelerinizde değişiklik yapmaktır, böylece eski düşünce alışkanlıklarınızdan kurtulur ve kendinizi yüceliğin olanaklarına açarsınız.

Ben, genç yaşlarımdan beri konuşmacılar ve yazarlar hakkında

birçok basmakalıp söz duydum. “Yazarlar, içine kapanık insanlardır, o nedenle yazarlardan iyi hatip çıkmaz.” Ben bu basmakalıp düşünce şeklini değiştirmeyi seçtim ve kendi adıma niyet ettiğim herhangi bir şeyi en iyi şekilde yapabileceğimi düşündüm. Belli bir kalıp içinde sınırlanmış bu dünya içine girdiğimde, benim açımdan herhangi bir sınırlamanın söz konusu olmadığına inanmayı seçtim. Etiketler veya sınırlamalar konusunda hiçbir bilgisi olmayan, yayılan, genişleyen enerji alanına ulaşmaya niyet ettim ve hem içine kapanık bir yazar, hem de iyi bir hatip olmaya karar verdim. Benzer şekilde, insanları etiketlemeye yönelik, alışlagelmiş birçok sosyal davranış kalıbını kırdım. Modern psikolojinin babasına göre, alışılmadık yollarla algılamayı öğrendiğimde herhangi bir konuda dâhi olabilirim. Aşk şarkıları söyleyebilir, duygusal şiirler yazabilir, mükemmel tablolar yapabilir ve aynı anda, aynı beden içinde herhangi bir dalda iyi bir sporcu olabilir, kaliteli mobilyalar yapabilir, arabamı tamir edebilir, çocuklarımla güreş tutabilir ve okyanusta sörf yapabilirim.

Sonsuz olanakların genişlemesine izin verecek şekilde davranın. Bunun için gerekli potansiyele sahipsiniz. Benim gibi arabanızı tamir etmekten veya sörf yapmaktan hoşlanmıyorsanız, bırakın bu işleri başkaları yapsın. Siz de mutlu olacağınız, gözünüze cazip görünen işlerin peşinde koşun ve dehanızı bu işlerde sergileyin. Gerçekliğinizi, yapmaktan hoşlandığınızı ve üstün başarı göstereceğinizi noktaya yayın. Enerjinizi, güvenin, iyimserliğin, şükretmenin, saygı göstermenin, neşeli ve sevgi dolu olmanın yüksek enerji barındıran seviyesine yükseltin. Yaptığınız işi sevmek, kendinizi ve dehanızı sevmek demektir, ki bu durum, herhangi bir iş yaparken onu doya doya yaşamanızı ve tadını sonuna kadar çıkarmanızı sağlayacaktır.

Sezgilerinize güvenmek. Dehanızın kıymetini bilmenin yolu, içinizdeki ortaya çıkarmaya değer nitelikteki yaratıcı sezgi pırıltılarına güvenmekten geçer. Zihninizde bestelediğiniz şarkı, mükemmel bir film olacağına inandığınız alışılmadık bir öykü, havuç ve bezelye tohumlarını biraraya getirerek havelye sebzesi yetiştirmek gibi

çılginca bir fikir, hep aklınızda olan yeni bir araba dizaynı, bir sonraki dönemin moda akımı haline gelecek yeni bir fikir, her çocuğun sahip olmak isteyeceği yeni bir oyuncak, zihninizde tasarladığınız bir müzikal ve binlerce benzeri fikir, içinizde var olan yaratıcı dehanın çalışması sonucu ortaya çıkar. Zihninizdeki bu imgeler, Tanrı'nın kullanması için insanların hizmetine sunduğu fikirlerdir, egonuzun korku ve şüphe gibi duygularla yok edeceği fikirler değil... Sezgileriniz ilâhilikten ilham alır. Yaratıcı zihniniz, benliğinizin, daima yaratan niyet etme alanıyla ne derece uyum içinde titreştiğine bağlı olarak faaliyet gösterecektir.

Sezgi pırıltılarına dair her türlü şüpheyi yok etmek, söz konusu fikirleri ifade etmenizi ve bu fikirleri uygulamak amacıyla hareket geçmenizi sağlar. Bu fikirlerin yeterince iyi olmadığını veya herhangi bir yararı dokunmayacağını düşünerek sezgi pırıltılarını bastırmak, niyet etmenin gücüyle olan bağlantınızı reddetmek demektir. Niyet etmeyle bir kanal aracılığıyla bağlantınız vardır, ama ego bilincinin sıradan seviyesinde yaşamakla, bu kanalın zayıflamasına izin vermiş olursunuz. Tanrı'nın bir parçası olduğunuzu unutmayın. Zihninizdeki deha pırıltısı, (sezginizin sesi), gerçekte eşsiz bir varlık olduğunuzu anımsatan Tanrı'dır. Bu sezgilere sahip olmanız, burada bulunmanızı sağlayan, her şeyi yaratan dehayla bağlantıda kaldığınızın delilidir. Daha önce de belirttiğim gibi kendinize güvenmek, sizi yaratan bilgeliğe güvenmektir.

İçsel dehanızı ifade etmeye degecek potansiyele sahip sezgiler dışında, sahip olduğunuz herhangi bir yaratıcı düşünceye asla, ama asla itibar etmeyin. Burada dikkat edilmesi gereken husus, bu düşüncelerin niyet etmenin yedi yüzüyle titreşim uyumunda olması gereğidir. Nefret, öfke, korku, üzüntü ve yok etmeye yönelik her türlü içsel düşünce, yaratıcı sezgiyi kesinlikle beslemez. Düşük enerjili, ego güdümlü düşünceler, niyet etmenin gücüyle yer değiştirmeli ve bu güce dönüştürülmelidir. Yaratıcı dürtüleriniz gerçektir, hayati önem taşır, değerlidir ve ifade edilmeyi bekler. Bu dürtüleri idrak edebileceğiniz gerçeği, bunun kanıtıdır. Düşünceleriniz gerçektir. Saf enerjidir ve size dürtülerinize önem vermenizi, niyet et-

menin gücüyle, normal veya sıradan olarak kabullendiğiniz seviyelerden farklı seviyelerde bağlantı kurmanızı telkin eder. İşte o seviyelerde herkes bir dâhidir.

Başkalarının içindeki dehanın kıymetini bilmek. İlişkide olduğunuz her insan, özellikle yaratıcılıklarını ifade ettikleri noktada kıymetlerinin bilinmesini arzular ve bu durumda daha bir şevkle, gayretle çalışır. Niyet etme gücünün akışını güçlendiren bu ana tema, kendiniz için niyetlendiğiniz bir şeyi, başkaları için de arzulamaktır. Başka insanların içindeki dehanın kıymetini bilmek, yüksek seviyelerdeki kifayetli enerjiyi cezbetmenizi sağlar. Yaratıcı dehayı görmek ve bunun tadını çıkarmakla, niyet etme alanıyla aranızda, bu alandan gelen yaratıcı enerjiyi alacak şekilde bir kanal açmış olursunuz.

On beş yaşındaki oğlum Sands'ın, arkadaşlarından farklı olarak değişik bir sörf yapma tarzı var. Ben de, içinden geldiği gibi davranması ve bu konudaki başarısını gururla ifade etmesi için onu cesaretlendiriyorum. Sands'ın aynı zamanda, kardeşim David gibi, ailedekilerin ve yakın arkadaşlarının taklit etmeye çalıştığı, kendine has bir iletişim dili var. Başka insanların da kullanabileceği şekilde bir dil yaratmak, dehanın işidir! Bunu Sands'e ve yarattığı kendine has dili, yarım yüzyıldan beridir kullanmakta olduğum kardeşim David'e de söyledim. Kızım Skye'nin çok sevdiğim, kendisine özgü, eşsiz bir sesi var. Ona da bundan söz ettim ve bu durumun dehasının bir ifadesi olduğuna işaret ettim.

Sizin çocuklarınız da, tüm çocuklar gibi (buna içindeki çocuk da dahil), kendilerini birçok farklı yolla ifade edecek, eşsiz özelliklere sahiptir. Giyim tarzlarından, küçük dövmelelerine, imzalarına, özel davranış tarzlarına, karakterlerine has garipliklerine kadar her şeyde dehalarını görebilir ve bunu takdir edebilirsiniz. Siz de kendi dehanızı fark edin ve kıymetini bilin. Herkes gibi olduğunuzda, topluma sırdanlıktan başka sunacak bir şeyiniz yok demektir.

İlişkide olduğunuz her insanda Tanrı'nın yüzünü görme yolunu

seçin. Karşınızdaki insanın sahip olduğu cevheri ortaya çıkarın, onlarla ve sizi dinleyen herkesle bu yetenekleri hakkında konuşun. Başkalarının yeteneklerini gördüğünüzde, söz konusu potansiyelin tüm insanlık için geçerli olduğunu fark edeceksiniz. Tabii ki bu sizin için de geçerlidir. İçinizdeki dehanın farkında olmak, gücün bütünlüğünün ayrılmaz bir parçasıdır. *Güç Kuvvete Karşı* kitabında Dr. Hawkins'ın dediği gibi; "İnsan sahip olduğu dehayı anlayana dek, başkalarının içindeki dehayı görmekte çok güçlük çeker."

Deha ve sadelik. Dehanın kıymetini bilmek ve dehayı ortaya koymak niyetini idrak etmenin yolu, yaşamınızı olabildiğince sadeleştirmekten geçer. Deha, yapmak zorunda olduğu işlerle boğuşan, her an dalgın dalgın gezinen insanların bulunduğu veya sıradanlığın erdemlerini savunuların yaşadığı bir ortamda yeşeremez. İçinizdeki deha başka insanlardan onay beklemez, fikirlerin gelişip, serpileceği sakin ortamlar arar. Dâhilik, kalıplaşmış zekâ testlerinden yüksek not almak değil, herhangi bir konudaki çabayı olağanüstü bir sadelikte ortaya koyma yeteneğidir. Deha, elektronik aletleri saatler boyu tamir etmekten mutlu olan, bahçede ufak tefek işlerle meşgul olmaktan büyük keyif alan veya yıldızlı bir gecede yarasaların kendi aralarında nasıl iletişim kurduğunu gözlemleyen insanda kendini gösterir. Sade bir düzen içinde sade bir yaşam kurmak ve bunu bozacak müdahalelere izin vermemek, yaratıcı dehanızın yüzeye çıkmasını ve kendini ifade etmesini sağlar. Sadelik, niyet etmenin gücüyle bağlantı kurulmasını ve dehanızın serpilip, ortaya çıkmasında baş rolü oynar.

Niyetinizi Gerçekleştirmek

Aşağıda, içindeki dehanın kıymetini bilmek ve dehayı ortaya koymak niyetini gerçekleştirmek için sunduğum on adımlık programı bulacaksınız.

1. Adım: Kendinizi dâhi ilan edin! Bu beyanı herkesin içinde değil, niyetinizi ortaya koymak adına, Yaratan'ınıza yapın. Kendinize, niyet etmenin evrensel alanından yaratılmış, eşsiz bir varlık olduğunuzu anımsatın. Dâhi olduğunuzu kendinize ispatlamanız veya başarılarınızı, başka insanların başarılarıyla kıyaslamanıza gerek yoktur. Bu dünyaya sunabileceğiniz eşsiz bir yeteneğe sahipsiniz. Siz, tüm yaratılış tarihi içinde eşsiz bir varlıksınız.

2. Adım: Başlarda küçük veya önemsiz olduğunu düşünseniz de, sezgilerinize daha çok kulak vermeye başlayın. Başlarda aptalca veya dikkate değmez diye nitelendirdiğiniz bu düşünceler, niyet etme alanıyla aranızdaki özel bağdır. Özellikle yeni bir faaliyetle veya heyecan verici bir işle alakalı olduğunda ısrarcı gibi görünen düşünceler, zihninizde tesadüfen ortaya çıkmamıştır. Zihninizden bir türlü uzaklaşmayan bu inatçı düşüncelere, sizinle konuşan ve şu sözleri söyleyen niyet gözüyle bakmalısınız: Eşsiz, mükemmel yeteneğini ifade etmek için yaratıldın, öyleyse daha azına razı olmak adına neden dehanı inkâr edip duruyorsun?

3. Adım: Sezginiz doğrultusunda ilgi duyduğunuz şeyleri hayata geçirmek için yapıcı bir yaklaşım gösterin. Yaratıcı dürtülerinizi ifade etmek yolunda atacağınız her adım, dehanızı gerçek kılmak yolunda atılmış bir adımdır. Örneğin, bugüne dek bu konuda yetenekli olduğunuzu hiç düşünmemiş olsanız da bir kitap taslağı hazırlamak; bestelediğiniz şiiri veya şarkıyı CD'ye kaydetmek; ressam sehpası ve gerekli teçhizatı satın alıp resim yapmak; ilginizi çeken bir konuda o konun uzmanıyla sohbet etmek, içinizde yatan dâhiliği harekete geçirecektir.

Geçenlerde kitabım için çekimlere gittiğimde, fotoğraflarımı çeken adam, yıllar önce dünyaca ünlü bir fotoğrafçıyla tanışmak için bir araya geldiğini ve o buluşmanın sonunda şu anda çok severek yaptığı bu işe sahip olduğundan söz etti bana. Benim gözümde bu adam bir dâhidir. Fotoğrafçılık hep ilgisini çekmiş, içindeki dâhinin kıymetini bilerek dürtüsünün peşinden gitmiş, sonra bir gün, bir

araya geldiği adamdan, bu dürtüye güvenmesi gerektiğini ve dâhiliğini, dünyayla iletişim kurmasını sağlayacak şekilde kullanmayı öğrenmiş.

4. Adım: Yeteneklerinize, ilgi alanınıza ve heves ettiğiniz şeylere dair her türlü düşüncenin muteber olduğunu bilin. Düşüncelerinizin muteberliğini kuvvetlendirmek için, söz konusu düşünceleri kendinize saklayın. Kendi kendinize, bunun Tanrı'yla aranızda kalması gerektiğini telkin edin. Düşüncelerinizi ruhani ortamda sakladığınızda, egonuza açıklama yapmanıza veya çevrenizdeki insanların egosuna sunup, değerlendirme yapmalarına fırsat tanımamış olursunuz. Bu sizi, düşüncelerinizi başkalarına açıklamak, savunmak ve taviz vermek durumunda kalmaktan kurtaracaktır.

5. Adım: Ruhani enerjiyle aynı paralelde olmanın, içindeki dâhiyi ortaya çıkaracağını unutmayın. *Güç Kuvvete Karşı* adlı kitabında Dr. Hawkins şöyle der: “Yapılan araştırmalar, insanın hedefleriyle aynı paralelde olmasının ve değer verdiği şeyleri yüksek enerjiyi cezbetmesinin, en çok dâhilikle alakalı olduğu sonucunu ortaya koymuştur.” Bu sonuç, niyet etmenin gücünü anlayıp, hayata geçirmekle tamamen örtüşen bir sonuçtur. Siz de enerjinizi Kaynak'ın enerjisiyle titreşim uyumunu sağlayacak biçimde değiştirin. Yaşadığınız her şeye şükredip, nefret, endişe, öfke ve yargılma gibi düşünceleri bir kenara atın. Tanrı'nın bir parçası olduğunuz bilinciyle kendinize güvenin ve içindeki dâhinin ortaya çıkmasına olanak tanıyın.

6. Adım: Daima tevazu göstermeye çalışın. Yetenekleriniz, entelektüel hünerleriniz, becerileriniz, ustalığınızla övünmeyin. Yaşadığınız her şeyi takdir edin, sizi şaşırtmasına izin verin. Şu anda elimde kalem, burada oturmuş, kelimelerin önümde nasıl belirlediğini görmek bile beni hâlâ şaşırtıyor. Bu kelimelerin kaynağı nedir? Elim, görünmeyen düşüncelerimi kelimelere, satırlara, paragraflara

dönüştürmeyi nasıl başarıyor? Kelimelere öncülük eden düşünceler nereden geliyor? Bunları Wayne Dyer mı yazıyor, yoksa ben Wayne Dyer'ın kelimeleri kâğıda dökmesini mi izliyorum? Benim aracılığımla Tanrı mı yazıyor bu kitabı? 10 Mayıs 1940'da bir bebek olarak bu dünyaya gelmeden önce bir aracı rolü oynamam mı amaçlanmıştı? Bu kelimeler hayatım sona erdikten sonra da yaşayacak mı?... Bütün bunlar beni şaşkınlığa uğratıyor. Yetersizliğimin bilincinde, alçak gönüllülüğümü muhafaza ediyor ve başarılarımın kaynağının ne olduğunu biliyorum. Siz de daima tevazu göstermeye çalışıp, elde ettiğiniz başarıları egonuz dışındaki şeylere mal edin.

7. Adım: Dehanızı ortaya koymak için direnci kaldırın. Direnç daima düşüncelerinizde şekillenir. Düşüncelerinizi, yetenekleriniz hakkında şüpheler, başka insanların öne sürdüğü ve beceriksiz olduğunuz konusundaki inancınızı güçlendirecek fikirler açısından değerlendirin. Bu düşünceler, şüpheler yüzünden yeterince beceriniz olmadığına mı inanıyorsunuz? İşte bu ve benzeri düşünceler, her şeyi yaratan evrensel niyet etme alanıyla titreşim uyumunu yakalamamanıza izin vermeyen, söz konusu alanla aynı paralelde olmanızı engelleyen düşüncelerdir. Kaynak'ınız, bir dâhi olduğunuzu bilir. Bu olguya karşı koyacak herhangi bir düşünce dirençtir, ki bu direnç, sizi niyet ettiğiniz şeyi gerçekleştirmekten alıkoymaz.

8. Adım: Başka insanların içinde yatan dehayı bulmaya çalışın. İnsanların içinde yatan yüceliği gözlemlemeye çalışın. Başlarda bunu göremeseniz bile, bulmak adına daha fazla zihinsel enerji harcamayın. Düşüncelerinizi deha penceresinden bakarak şekillendirmeye ne kadar alıştırsanız, aynı standartları kendinize uygulamak da o derece doğal hale gelecektir. Karşınızdaki insana sahip olduğu dehadan söz edin. Onu övün ve olabildiğince samimi davranmaya çalışın. Böyle yapmakla, sevgi ve şefkat dolu, bereket ve yaratıcılık niteliklerine sahip enerji yayarsınız. Enerji ve cazibe üzerine kurulmuş bir evrende, aynı niteliklerin size geri döndüğünü göreceksiniz.

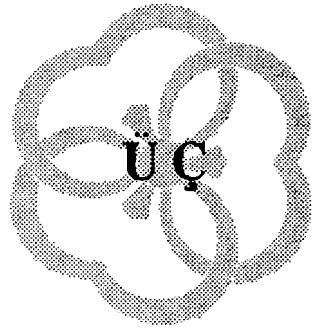
9. Adım: Hayatınızı sadeleştirin. Karmaşıklığı, kuralları bir kenara atın, olmalı, zorunda, gerekli gibi düşünceleri reddedin. Hayatınızı sadeleştirip, önemsiz düşüncelerle meşgul olmaktan kurtulduğunuzda, içinizde yatan dehamın ortaya çıkması için ortam yaratmış olursunuz. Hayatı sadeleştirmenin en etkili yollarından biri, her gün en az yirmi dakikayı sakın bir ortamda meditasyon yapmaya ayırmaktır. Kaynak'ınızla ne kadar çok bilinçli iletişim kurarsanız, benliğinizin kıymetini bilmeye o denli çok yaklaşırsınız. İşte dehamınız da, benliğinizde şekillenecek ve buradan ortaya çıkacaktır.

10. Adım: Alçakgönüllüğünüzü koruyup, daima şükredin. Sahip olduğunuz dehamın egonuzla hiçbir alakası yoktur. Niyet etmenin Kaynak'ına şükretmek, içinizde yatan dehamın ortaya çıkmasını sağlayacak yaşam gücünü temin edecektir. Egodan ilham aldığını ve elde ettiği başarıların egoya bağlı olduğunu iddia edenler, kısa bir sürede kapasitelerini yitirecekler veya başkalarının kendilerini mahvetmelerine izin verecek zemini hazırlayacaklardır. Alçakgönüllü olun ve Kaynak'ınıza şükredin, bu duyguları koruduğunuz sürece dehamınızın kendisini daha çok göstereceği ortamı yaratırsınız. Şükretmek kutsal bir mekândır; bu mekânda egonuzdan çok daha yüce bir gücün işbaşında olduğunu, bu gücün daima elinizin altında bulunduğu bilir, bu bilinci kabullenirsiniz

* * *

Yazımı yazarken önümde duran fotoğrafından bana bakan ve her gün bana ilham veren Ralph Waldo Emerson'ın şöyle bir sözü vardır: “Düşüncelerinize inanmak, sizin için en doğru olan şeye tüm kalbinizle inanç göstermek, her insanın yapabileceği bir şeydir ve buna dâhilik denir.”

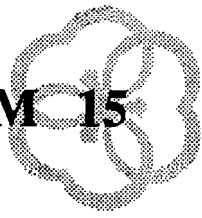
Bu bilinçle hareket edip, bunu yaşamınıza uygulayın. Bir başka dâhi, Thomas Edison bunun nasıl yapılacağını şu sözlerle açıklar: “Dâhiliğin yüzde 1'u ilham almak, yüzde 99'u ter akıtmaktır.” Siz de terlemeye başladınız mı?



BAĞLANTI

*İnsan değişim sürecindedir, değişim
bu dünyaya ait olmayan kalıplarda şekillenir;
insan, belli bir kalıba bürünmemiş zamanda,
yukarılarda bir yerlerde devinen düzlemde
büyür, gelişir. Buradan hareketle,
insanın aydınlıkla bir olmadan önce
belirli bir kalıba sahip olmadığı söylenebilir.*

Thoth'un Zümrüt Tabletleri'nden



NİYET ETMEK ALANIYLA BAĞLANTIDAKİ BİR İNSANIN PORTRESİ

*Hayatta bir şeyler elde etmiş insanlar,
kendileri olmayı başarmış insanlardır.*

Abraham Maslow

Her türlü yaşam Kaynak'ıyla bir olup, bu tarz yaşam sürdüren bir insanın görünümü, sıradan insanlardan farklı değildir. Bu insanlar, tanrısal niteliklere haiz olduklarını vurgulamak amacıyla başlarının etrafında haleyle veya özel giysilerle dolaşmazlar. Ama bu insanların, hayatta her istediğini elde etmiş şanslı insanlardan olduklarını fark eder, onlarla konuşmaya başlayıp, sıradan farkında olma bilinciyle yaşayan insanlarla kıyasladığınızda, ayırt edici özelliklere sahip olduklarını görürsünüz. Niyet etmenin gücüyle bağlantı kurmuş bu insanlarla birkaç dakika sohbet ettiğinizde ne kadar eşsiz olduklarını anlarsınız.

Niyet etme alanıyla uyumlu bağlantı kurduklarının altını çizmek için, kısaca bağlantı kuranlar diye isimlendirdiğim bu insanlar, başarıyı kendi adlarına olanaklı kılmış bireylerdir. Bu insanların arzu ettikleri şeyleri başarma yolunda karamsarlığa kapılmaları asla söz konusu değildir. Arzularının gerçekleşmeyebileceğini vurgulayan bir dil kullanmaktansa, evrensel Kaynak'ın her şeyi temin edeceği bilincini ve engin inancını yansıtan içsel seslerine kulak vermeyi tercih ederler.

Bu insanlar, Ben de bu şans varken işler yolunda gitmez, tarzında konuşmaz. Böylesine düşünceleri seslendirmek yerine, Bunu yaratmaya niyetliyim ve her şeyin yolunda gideceğini biliyorum, dediklerini duyarsınız. Bu kadar iyimser olmamaları gerektiğine dair birçok neden ileri sürüp, fikirlerinden caydırma girişiminde bulunsanız da, kötümser olmayı kesinlikle reddedeceklerdir. Mutluluklarından taviz vermezler, işlerin neden yolunda gitmeyeceğine dair sözleri duyamayacakları bir dünyada yaşıyorlardır sanki.

Bu insanlarla konuyla ilgili sohbet etme olanağınız olsa, Nelerin olamayacağını düşünmeyi reddediyorum, çünkü ne düşünüyorsam onu cezbetmeye, yaşamıma onu davet etmeye niyetliyim, o nedenle sadece olacağını bildiğim şeyleri düşünüyorum, benzeri şeyler duyarsınız. Daha önce neler olduğunla hiç ilgilenmezler. Başarısızlık ve olanaksızlık gibi kavramlarla alakaları yoktur. Kötümserliğe yol açacak nedenlere ilgi göstermeyen samimi, doğal bir yaklaşım içindedirler. Başarıyı kendileri için olanaklı kılmışlardır ve her şeyi temin eden görünmeyen gücü bilir, ona güvenirlir. Her şeyi temin eden Kaynak'la o denli iyi bir bağlantı kurmuşlardır ki, niyet etmenin gücünün yaratıcı enerjisiyle aralarındaki bağlantıyı zayıflatabilecek şeylerden korunmalarını sağlayan doğal bir atmosferle çevrelenmiş gibidirler.

Bağlantı kuranların düşünceleri, istemedikleri şeyler üzerine yoğunlaşmaz. Bu insanları şu fikirleri savunurlar: Her şeyin Kaynak'ı sonsuz temin etme niteliğine sahiptir ve ancak bu doğrultuda karşılık verebilir. Vereceği karşılığın kıtlık, işlerin yolunda gitmemesi

gibi şeylerle alakası yoktur, çünkü bu ve buna benzer niteliklere sahip değildir. Her şeyin Kaynak'ına, "Bu muhtemelen işe yaramayacak," desem, karşılığında ona gönderdiğim mesajın aynısı alırım. O nedenle Kaynak'ımın niteliklerinden başka bir şey düşünmemenin en iyisi olduğunu bilirim.

Geleceğe dair endişeleri bulunan sıradan bir insan, bütün bu sözleri birer kelime oyunu gibi algılar. Sıradan insanlar, bağlantı kuran arkadaşlarına, yaşadıkları dünyaya gerçekçi bir pencereden bakmalarını söylerler. Ancak bağlantı kuranlar, içsel bilinçlerinden taviz vermezler. Kulak kabarttığınızda size, bu evrenin enerji ve cazibe evreni olduğunu ve birçok insanın korku ve kıtlık içinde yaşamasının nedeninin altında, arzularını yerine getirmekte egolarına güvenmelerinin yattığını söylerler. Bağlantı kuranların şu sözleri seslendirdiğini duyabilirsiniz: Yapman gereken şey çok basit, sadece Kaynak'ınla tekrar bağlantı kur, o zaman arzularının, her şeyi temin eden Kaynak'la kusursuz biçimde uyum sağladığını göreceksin.

Bağlantı kuranlar açısından her şey çok basit gibidir: Düşünce-ni, yaratmaya niyet ettiğin şey üzerinde odakla, niyet etme alanıyla sürekli bir uyum yakala ve her şeyi yaratan Kaynak'tan gelecek ipuçlarını gözle... Bağlantı kuran, tesadüf diye bir şey kabul etmez. Görünüşte önemsiz gibi duran olayları, kusursuz bir uyum içinde gerçekleşen şeylerin bir parçası olarak algılar. Eşzamanlılığa inanır ve gereksinim duyduğu bir anda ona istediğini verecek biriyle karşılaştığında, postadan tam da o an aradığı bilgiyi bulabileceği bir kitap çıktığında veya bir projeyi hayata geçirmek için gerekli maddi desteği gizemli biçimde bir anda karşısında bulduğunda şaşırmaz.

Bağlantı kuranlar tartışmada üstün gelmeye çaba göstermezler. Bir tartışma için enerji harcamanın veya hayal kırıklığına uğramanın, yaşamlarına daha fazla tartışma ve hayal kırıklığı çekmek anlamına geleceğini bilirler. Kendileri gibi yaşamayan insanların direnç gösteren güçlerini cezbedecek şekilde tartışma içine çekilmelerine izin vermezler. Görünmez enerji gücüne sahip evrende tesa-

düflere yer olmadığını, Kaynak'ın sürekli yarattığını ve bunun bir parçası olmak isteyen herkesin gereksiniminin sonsuz biçimde karşılandığını bilirler. Dinlemekte istekli olduğunuzda size şunları söyleyeceklerdir: Niyet etmenin gücüyle bağlantı kurmak için yapman gereken tek şey, her şeyin Kaynak'ıyla kusursuz uyumu yakalamaktır. Ve ben o Kaynak'la olabildiğince aynı paralelde olmaya gayret edeceğim.

Bağlantı kuranlar, yaşadıkları her şeyin, niyet etme gücünün arzusunun sonucu olduğunu bilirler. O nedenle her şey için daima minnettarlık duyar, engel gibi görünen şeyler için bile şükrederler. Geçici bir hastalığı lütuf olarak görme yetenekleri ve arzuları vardır. Ters giden işlerde bile bir fırsat olduğuna kalben inanırlar ve işte bu nedenle, arzuladıkları her şeyi elde ederler. Şükrederek, gerçekleşmesi olanak dahilindeki her şeye saygı duyduklarını gösterirler ve olmayan bir şeyi harekete geçirmek gibi görüneceğinden, Kaynak'larından bir şey talep etmezler. Karşılarına çıkan her şey için, Kaynak'larıyla saygılı ve kadir bilen bir yaklaşım çerçevesinde iletişim kurarlar, bunun, tam da arzu ettikleri şeyi gerçekleştirmek için niyet etmenin gücünü harekete geçireceğini bilirler.

Bağlantı kuranlar, kendilerini her şeye şükreden ve her şeyden zevk alan insanlar olarak tanımlarlar. Bu insanların bir şeyden şikâyet ettiklerini pek göremezsiniz. Karşısındaki insanların hatalarını bulmaya, bu hatalara kafa yormaya yanaşmazlar. Yağmurdan da, güneşli günlerden de aynı şekilde zevk almayı bilirler. Doğaya karşı böyle bir yaklaşım tarzı benimsemişlerdir, doğanın büyük bir uyum içinde işleyen yapısına daima şükrederler. Kar, rüzgar, güneş gibi her türlü doğa olayına, kendilerinin de doğanın bir parçası olduklarını anımsatan olaylar gözüyle bakarlar. İster sıcak, ister soğuk, ister rüzgarlı olsun, soludukları havaya müteşekkirdirler.

Bağlantı kuranlar dünyanın ve içinde var olan her şeyin kıymetini bilirler. Doğayla kurdukları iletişimin aynısını, daha önceden yaşamış ve henüz dünyaya gelmemiş olanlar da dahil olmak üzere tüm varlıklarla da kurduklarını hissederler. Her şeyin bir olduğu bi-

lincine sahiptirler, yani o insan, bu insan ayırımı yapmazlar. Bağlantı kuran açısından biz kavramı geçerlidir. Bu insanların iç dünyalarını gözlemleme şansınız olsa, başka insanların çektiği acılardan etkilendiklerini fark edersiniz. Herkesin aynı ilâhi Kaynak'tan hâsıl olduğunu bildiklerinden düşman kavramları yoktur. Başka insanların farklı görünümelerini, farklı adetlerini dışlamak, eleştirmek veya kendilerine karşı bir tehdit unsuru olarak algılamak yerine, söz konusu farklılıklardan zevk almayı bilirler. Başkalarıyla ruhani doğa çerçevesinde bağlantı kurmuşlardır, insanların nerede yaşadıklarına, görünümlerinin ve adetlerinin farklı olup olmadığına bakmaksızın, ruhani anlamda kendilerini onlarla bir tutarlar. Kalben, her türlü yaşamın Kaynağı ile yakın olduklarını hissettikleri gibi, tüm yaşam biçimleriyle de akrabalıkları olduğunu hissederek.

İşte bu bağlantı kanalı sayesinde, arzularını gerçekleştirmek adına başka insanlarla işbirliği yapmak ve yardımlarını görmek konusunda bu kadar ustalaşmışlardır. Bağlantı kuran bir insan açısından, ruhani anlamda birlik sağlayamayacağı kimse yoktur bu dünyada. Niyet etme alanı içinde yaşadıklarından, dikkatlerini evrendeki hangi yaşam sistemine yoğunlaştırırlarsa, o sisteme erişebilecek durumdadırlar, çünkü bu yaşam veren enerji ve tüm yarattıklarıyla zaten bağlantıdadırlar. Bu ruhani bağlantının kıymetini bilirler ve eleştiren, kötüleyen enerji yaymazlar. Hayat veren sistemin sunduğu her türlü yardımdan yararlanırlar ve bu sistemle bağlarının kopuk olduğunu asla düşünmezler.

İşte bu nedenlerden dolayıdır ki bağlantı kuranlar, eşzamanlı oluşumlar ve rastlantılar sayesinde niyet etmelerinin meyvesini almaya başladıklarında şaşırırlar. Yaşamlarında mucizevi gibi görünen olaylarla karşılaşmalarını, bu olaylarla zaten bağlantıda olmalarına bağlarlar ve kalben buna inanırlar. Bu durumu bağlantı kuranlardan birine sorduğunuzda, Tabii, olay etki tepki kanunudur. Burada olmanı sağlayan, her şeyin Kaynak'ıyla titreşim uyumuna kilitlen, böylece niyet etme alanının gücü, diğer insanlarla beraber arzu ettiğin şeyi gerçekleştirmek adına seninle işbirliği yapacaktır,

diye karşılık vereceklerdir. Bu insanlar, evrenin işleyiş tarzının böyle olduğunu bilirler. Diğer insanlar, bağlantı kuranların sadece şanslı olduklarını iddia ederlerken, niyet etmenin gücünün farkında olan insanlar ise bunun böyle olmadığını farkındadırlar. Bağlantı kuranlar, niyet etmenin yedi yüzüyle sürekli bağlantıda oldukları sürece dikkatlerini yoğunlaştırdıkları herhangi bir şeyi yaşamlarına davet edebileceklerini, cezbedebileceklerini bilirler.

Bağlantı kuranlar talihlerinin açık olmasıyla öğünmezler, sürekli şükrederler ve tevazu gösterirler. Evrenin işleyiş tarzını anlamışlardır, meydan okumak ve hatalarını bulmaya çalışmaktansa, onunla uyumlu olmayı seçerler. Bu konuyu onlara sorduğunuzda, hepimizin dinamik enerji sisteminin bir parçası olduğumuzu söyleyecekler, Hızlı hareket eden enerji, yavaş hareket eden enerjiyi çözer ve değersiz hale getirir, diyeceklerdir. Bu insanlar, görünmez ruhani enerjiyle uyum içinde olmayı seçmişlerdir. Düşüncelerini, yüksek titreşim seviyesine çıkarmayı öğrenmişler ve sonunda alçak / yavaş enerjileri yok edebilir hale gelmişlerdir.

Bağlantı kuranlar, düşük enerji seviyelerinde yaşayan insanlarla iletişim halindeyken, olumlu bir etki yaratma özelliğine sahiptirler. Sakin, huzurlu tavrıları ve yaydıkları sükûnet dolu enerji, karşısındakini güvende ve huzurlu hissettirir. Bu insanlar tartışmaların galibi olmanın veya birçok dost kazanmanın peşinde değildir. Karşısındaki insanı yaydıkları enerji aracılığıyla kendileri gibi düşünmeye ikna etme gayreti içindedirler. İnsanlar, bağlantı kuranların karşısında kendilerine değer verildiğini, sevildiğini hissederler, çünkü bağlantı kuranlar tüm yaşam Kaynak'ı olan sevgiyle bütünleşmiştir.

Bağlantı kuranlar, çevrelerinde olan bitenden veya başka insanların eleştirilerinden bağımsız olarak, iyi hissetmeyi seçtiklerini söylerler size, hiç tereddüt etmeden... Kötü hissetmenin bir tercih olduğunu, ancak dünyada yaşanan nahoş gelişmeleri düzeltmekte bunun bir yararı olmayacağını bilirler. Bu nedenle duygularını, niyet etmenin gücüyle nasıl uyum sağlanacağını belirleyen yol gösterici bir sistem olarak kullanırlar. Herhangi bir şekilde kötü hissettik-

lerinde bu duyguyu, enerji seviyelerini değiştirmenin ve enerjilerinin, Kaynak'ın huzur, sevgi dolu enerjisiyle uyum sağlamasının zamanı geldiğine dair bir işaret olarak kullanırlar. Kendi kendilerine şunu tekrar ederler: Kendimi iyi hissetmek istiyorum... Böylece düşüncelerinin bu arzuyla uyum sağlamasını sağlarlar.

Dünyada savaşlar yaşansa da, ekonomi kötüye gitse de, suç oranları artsa da, dünyanın herhangi bir yerinde doğal afet yaşansa da, onlar yine iyi hissetmeyi seçerler. Dünyada onca kötü şey olmasına rağmen kendilerini neden kötü hissetmediklerini sorsanız, gülümseyip, burada bulunmamızı sağlayan ruhani dünya huzur, sevgi, uyum, şefkat ve bereket niteliklerine sahiptir ve ben, iç dünyamda bu niteliklere sadık kalmayı seçtim. Kendimi kötü hissetmem, daha fazla kötü duyguyu yaşamıma davet etmek, cezbetmekten başka bir işe yaramaz, diyeceklerdir.

Bağlantı kuranlar iyilik, sağlıklarının, hava şartları, dünyanın herhangi bir yerinde yaşanan savaş, politik görünüm, ekonomi ve tabii başkalarının düşük enerji taşıyan telkinleri gibi dış etkenlerden etkilenmesine izin vermezler. Her şeyi yaratan Kaynak'ın niteliklerine uyum sağladığını bildikleri şeyleri yaparak, niyet etme alanıyla işbirliğine giderler.

Bağlantı kuranlar sonsuz doğalarıyla daima iletişim içindedirler. Ölümden korkmazlar, sorduğunuz takdirde size, gerçekte doğmadıklarını ve asla ölmeyeceklerini söylerler. Ölümü, üzerlerinden bir giysiyi çıkarmak veya bir odadan, diğerine taşınmak gibi, yani sadece bir geçiş olarak görürler. Her şeyi var eden görünmez enerjiye işaret edip, bunu gerçek özlere olarak benimserler. Bağlantı kuranlar evrendeki her şey ve herkesle daima aynı paralelde olduklarını hissettiklerinden, herhangi bir insandan veya yaşamlarına davet etmek istedikleri herhangi bir şeyden kopuk oldukları duygusunu yaşamazlar. Her şey ve herkesle bağlantıları görünmezdir ve cismi değildir, ama bundan asla şüphe duymazlar. Sonuç olarak, her şeye nüfuz etmiş bu içsel, görünmeyen ruhani enerjiye güvenirler. Ruh'la uyum içinde yaşarlar ve ondan ayrı olduklarını asla düşün-

mezler. İşte, günlük hayatta işbaşında olan niyet etmenin gücüne erişmelerinin sırrı bu bilinçtir.

Bağlantı kuranları, arzuladıkları şeyin gerçekleşmeyeceğine asla ikna edemezsiniz, çünkü Kaynak enerjisiyle bağlarının çok güçlü olduğuna inanır ve bu bağlantıya güvenirlir. Hangi olasılığın gerçekleşmesini istediğinizi sorup, bu olasılık zaten gerçekleşmiş gibi yaşamaya cesaretlendirirler sizi. Bunu yapamıyorsanız, endişe, şüphe ve korkuya saplanıp kalmışsanız, sizin için en hayırlısının olmasını dileyerek, kendileri, sondan başa düşünmek adını verdikleri şekilde davranmaya devam ederler. Gerçekleştirmeye niyet ettikleri şeyleri, cismi dünyada zaten varmış, gerçekleşmiş gibi görebilirler. Arzu ettikleri şeyin zaten gerçekleşmiş olma durumu, onların gerçekliğidir, çünkü bunlar, düşüncelerinde gerçeklik mertebesine ulaşmıştır. Size samimi olarak şunu söyleyeceklerdir: Düşünceleirim, niyet etme alanıyla uyum sağladığında, Tanrı'nın düşünceleri olur ve ben, işte bu şekilde düşünmeyi seçtim. Bu insanları yakından gözlemlediğinizde, niyet ettikleri şeyi gerçekleştirme konusunda istisnai insanlar olduklarını görürsünüz.

Bağlantı kuranlar, çok cömert insanlardır. Kendileri için gerçekleşmesini arzu ettikleri herhangi bir şeyi, başkaları adına daha fazlasıyla isterler. Verici olmaktan çok büyük zevk alırlar. Diğer insanlar, bağlantı kuranların bu kadar verici olmalarına rağmen, nasıl çok şey elde edebildiklerini, arzuladıkları her şeye sahip olabildiklerini merak ederler. Bağlantı kuranlar buna karşılık olarak şu görüşü dile getireceklerdir: Niyet etmenin gücü düşüncede ve her şeyin yaratıldığı, her şeyi temin eden Kaynak'la aynı şekilde hareket etmekte yatar. Kaynak daima gereksinimleri karşılar, ben de onun gibi olmayı seçtim ve elimden geldiğince başka insanların gereksinimlerini karşılamayı görev edindim. Kendimden ve bana akan bereketten ne kadar çoğunu başkalarına verirsem, bereketin akışının o denli fazla olacağını biliyorum.

Bağlantı kuranlar ruhanilikten esin almış insanlardır. Fiziksel kalıplarından çok, ruhaniliklerinde yaşarlar. Başkalarının görüşle-

riyle değil, kendi ruhaniliklerinin doğrultusunda hareket ederler. Oldukça gelişmiş kader mefhumuna sahiptirler. Bu dünyada olma nedenlerini bilirler. Deriyle, kıllarla kaplı, kemik, kan ve organların bir arada bulunduğu bedenden ibaret olmadıklarının bilincindedirler. Belli bir amaç doğrultusunda yaşar ve egonun taleplerine boyun eğmeyi reddederler. Ruhani dünyaya büyük saygı duyarlar, bu Kaynak'la iletişim içinde olup, ondan ilham almayı sürdürürler.

Enerji seviyeleri olağanüstü yüksektir. Bu enerji sayesinde Kaynak'la bağlantı kurmayı başarmışlardır. Yüksek frekansta titreşen, nefretin karşısına sevgiyi çıkaran ve nefreti sevgiye dönüştüren bu Kaynak enerjisisidir. Bağlantı kuranlar karmaşanın ve uyumsuzluğun karşısına huzuru çıkarıp, düşük enerjileri, huzurun yüksek enerjisine dönüştürürler. Niyet etme alanı içinde yaşayan bu insanların yakınında olduğunuzda kendinizi enerjik, arınmış, daha sağlıklı ve ruhanilikten esinlenmiş hissedersiniz. Bu insanların başkalarını yargılamamak gibi çok belirgin bir özellikleri daha vardır. Aynı zamanda başka insanların düşüncelerinden, hareketlerinden etkilenip, eyleme geçmekten korkmazlar. İnsanları etiketlemek gibi bir huyları yoktur, dedikodulardan uzak dururlar. İnsanlara hayat veren Tanrı olduğunu ve Tanrı'nın, bu dünyadaki herkesin içinde, her şeye gücü yeten sevgi olarak yaşadığını söylerler. Buna inanırlar, böyle yaşarlar ve başkalarına esin kaynağı olurlar.

Bu insanlar, deprem, yanardağ patlaması ve olağanüstü hava koşulları gibi dengesizliklerin, dengeden yoksun ortak insanlık bilincinin bir sonucu olduğunu söylerler. Bağlantı kuranlar, insan bedenini oluşturan maddelerin, yeryüzünü oluşturan maddelerin aynısı olduğunu, kanımızın ihtiva ettiği sıvının yüzde doksan sekizinin bir zamanlar okyanus suyu olduğunu ve kemiklerimizdeki minerallerin, yeryüzündeki sınırlı mineral kaynağının cüzünden meydana geldiğini anımsatacaklardır size. Bu insanlar kendilerini gezenle bir görürler. Aşırılıktan yana egomuzun istekleri doğrultusunda hareket ettiğimizde dengesini yitirebilen evrenin gücünü dengelemeye ve istikrar kazandırmaya yardım etmek için, niyet etme alanıyla

uyumlu, dengeli bağlantı kurmaktan kendilerini sorumlu hissederler. Bütün düşünce ve duyguların titreşim olduğunu ve bu titreşimlerin frekansının, yalnız kendimiz için değil, aynı maddeden yapılmış her şeyin için karışıklık yaratabileceğini söylerler.

Bağlantı kuranlar, tüm gezegene karşı sorumluluk duygusuyla hareket etmeye ve bunun için Kaynak'la titreşim uyumunu yakalamaya cesaretlendirirler insanları. Bu, onların gözünde, Kaynak doğrultusunda hareket etmek için hayati bir fonksiyondur. Bu, düşündükleri ve entelektüel bir bakış açısıyla tartıştıkları bir şey değil, tüm kalpleriyle hissettikleri ve her gün tutkuyla yaşadıkları bir şeydir.

Bağlantı kuran insanları gözlemlediğinizde, hastalık ve maraz gibi konuların üzerinde durmadıklarını görürsünüz. Bu insanlar tam anlamıyla sağlıklıymış gibi bir hayat sürerler. Hastalığa meydan verecek herhangi bir olgunun var olmadığını düşünür, hisseder ve her zaman sağlıklı olduklarına inanırlar. Başkaları tarafından çaresiz gibi görünen durumlardan bile bir sonuç çıkarmayı bilirler, her sonuca açıklırlar. Şifa bulma sonucunu yaratacak her türlü olanağın var olduğunu söylerler, hastalığın seyrinin kendi bakış açılarına bağlı olduğuna inanırlar. Dış etkenlere bağlı karışıklıkların, insanların yaydığı huzur sayesinde yatışacağını bildikleri gibi, insanların iç dünyalarındaki karışıklığın da giderilebileceğine inanırlar. Şifa bulma yetenekleri hakkında konuştuğunuzda size, Ben zaten sağlıklıyım ve olaya yalnız ve yalnız bu pencereden bakıp, hissediyorum, diyeceklerdir.

Yüksek enerjiye sahip, bağlantı kuran biriyle muhatap olan insanın, hastalık veya fiziksel sorunlarına dair şikâyetlerinin yok olması sık rastlanan bir durumdur. Çünkü söz konusu insanların yüksek ruhani enerjileri hastalığın düşük enerjisini geçersiz kılar, yok eder. Bağlantı kuran bir insanın yanındayken kendinizi hemen iyi hissetmenizden nedeni, bu insanların mutluluk dolu enerji yaymalarıdır. İşte bu tür bir enerji alanı içinde olmakla, bedeniniz de sağlığa kavuşacaktır.

Bağlantı kuranlar düşük enerjilere muhatap olmamanın önemini çok iyi bilirler. Gürültücü, kavgacı, dik kafalı insanların bulunduğu ortamdan sessizce çekilmeyi, uzak durmayı seçerler. Şiddete dönük televizyon programları izlemekle, kavgalara, savaşlara dair haberleri okumakla zaman harcamazlar. Gerilim ve şiddeti konu alan konuşmalar yapan insanlara karşı kayıtsızdırlar. Bağlantı kuranların kazanmak, haklı çıkmak veya başkalarını yönlendirmek gibi bir dertleri olmadığı için, başka insanlar üzerinde mevcudiyetleriyle etkili olurlar. Fikirlerini, Kaynak'ın yaratıcı enerjisiyle uyum sağlayarak açıklarlar. Asla gücenmezler, çünkü egonun, fikirleri üzerinde hiçbir etkisi yoktur.

Bağlantı kuranlar yaşamlarını niyet etme alanıyla titreşim uyumunu sağlamış halde sürdürürler. Onlar için her şey enerjidir. Düşük enerjili faaliyetlere inanan ve destekleyen insanlara karşı düşmanca davranmanın, nefret etmenin, hatta öfkelenmenin, şiddetin herhangi bir türevine prim vermenin, dünyaya, insanın güçsüzleşmesine neden olacak benzer enerjiler davet etme sonucunu doğuracağını bilirler.

Bağlantı kuranlar, sezgilerine dayanan güce erişmelerine olanak sağlayan yüksek / hızlı enerjilerle yaşarlar. Bu insanların neler olacağına dair sezgileri vardır. Bunun ne olduğunu sorduğunuzda size, İzah edemem, ama biliyorum, çünkü hissediyorum, diyeceklerdir. Öngördükleri veya arzuladıkları şey sonuçta gerçekleştiğinde, tahminlerinde yanılmadıkları görülür. Bu durum onlar açısından sürpriz değildir, işlerin yolunda gideceğini bilirler. Kaynak enerjisiyle sürekli bağlantıda olmaları sayesinde, sezgilerini harekete geçirecek yetenekleri ve neyin nasıl olanaklı kılınabileceğini ve başarılabileceğini kavrayacak güçleri vardır. İçsel bilinçleri sonsuz biçimde sabırlı olmalarına olanak tanır. Arzuladıkları şeyin gerçekleşmesinin zaman alması yüzünden asla hayal kırıklığına uğramazlar.

Bağlantı kuranlar, kitapta belirtilen niyet etmenin yedi yüzünün niteliklerine sahip, bu nitelikleri yansıtan insanlardır. Başkalarının beklentilerine uymaksızın hareket eden, olağanüstü yaratıcı insan-

lardır. Bu insanlar üstelendikleri görevlerde eşsiz bireyselliklerini sergilerler, dikkatlerini ve hayal güçlerini yönelttikleri her konuda yaratıcı olabildiklerini söylerler.

Bağlantı kuranlar olağanüstü şefkatli ve sevgi dolu insanlardır. Kaynak enerjisiyle uyumlu olmanın, hâsıl oldukları gücün şefkatini yansıtacağını bilirler. Şefkatli olmak için özel çaba göstermezler. Karşılarına çıkan her şey için müteşekkirdirler ve her canlıya ve gezegene karşı şefkat göstermenin, müteşekkirliği göstermenin bir yolu olduğunu bilirler. Bu tarz davranmakla karşısındaki insanlardan da iyilik görürler ve amaçlarını gerçekleştirmekte kendilerine yardımcı olacak dostlar kazanırlar. Amaçlarına ulaşmak yolunda birbirlerine yardımcı olan sevgi, şefkat dolu, cömert insanlarla işbirliği yaparlar.

Bağlantı kuranların dünyadaki güzellikleri görmede ne kadar usta olduklarını da fark etmişsinizdir. Muhakkak takdir edecek bir şeyler bulurlar. Yıldızlı bir gecenin büyüüne kapılır, zambağın üzerinde duran bir kurbağanın güzelliğinde kaybolabilirler. Bu insanlar çocukların içinde yatan güzelliği görürler, yaşları gereği doğalarında var olan ihtişamlığı algırlarlar. Düşük enerjiye sahip insanları yargılamak gibi bir eğilimleri yoktur ve her şeyi yaratan Kaynak'ın sadece güzelliği cismileştireceğini, yani güzelliğin her zaman el altında bulunan bir şey olduğunu bilirler.

Bağlantı kuranlar dur durak bilmezler! Yaşam hakkında araştırmacıdırlar ve her türlü faaliyetin içinde bulunmak isterler. İnsanla ve yaratıcı çabayla ilgili her şeyden zevk alırlar, ufuklarını hep geniş tutarlar. Niyet etmenin her şeye ve her türlü olanağa açık, daima yayılan, genişleyen niteliğine haiz olmaları, arzularını gerçekleştirmekte ustalaşmalarının en belirgin özelliğidir. Evrene asla hayır demezler. Yaklaşımları, Teşekkür ederim; Karşıma çıkan şeyden ne öğrenebilirim, bunun gelişimime nasıl bir katkısı olabilir?, şeklindedir. Kaynak'ın kendilerine sunduğu herhangi bir şeyi veya karşılarına çıkardığı herhangi bir insanı yargılamayı reddederler, bu davranış tarzı Kaynak enerjisiyle uyum sağlamalarını ve Kaynak'ın te-

min etmeye istekli olduğu her şeye karşı açık olmaları sonucunu doğurur. Bu insanların kapıları olanaklara her zaman açıktır, asla kapanmaz. Bu sayede hiç durmaksızın akan berekete karşı tamamen alıcı durumda kalırlar.

Bağlantı kuranların yukarda sözü edilen davranış tarzları, çok şanslı görünmelerinin başlıca nedenidir. Bu tür insanların yakınında olduğunuzda kendinizi enerjik, belli bir amacı olan, ruhanilikten esinlenmiş ve evrenle bütünleşmiş bir insan gibi hissedersiniz. Size verdikleri enerji nedeniyle bu insanlarla hep beraber olma isteği uyanır içinizde. Kendinizi enerjik hissettiğinizde, bereketli Kaynak enerjisini kendinize çeker ve farkında olmadan, diğer insanları da akıştan yararlanmaya davet edersiniz. Bağlantı yalnızca Kaynak enerjisi ile değil, evrendeki herkes ve her şeyle kurulur. Bağlantı kuranlar tüm kozmosla ve kozmostaki her bir atomla aynı paraleldedir. Söz konusu bağlantı, niyet etmenin sonsuz gücünün harekete geçmesini ve bu güce ulaşılabilirliğini sağlar.

Bağlantı kuran, bilinçli insanlar sondan başa düşünüp, arzularıkları şey cismi dünyada gerçekleşmeden evvel onu yaşarlar. Duygularını, niyet etmenin gücüyle uyum sağlayıp sağlamadıklarını anlamak için bir işaret olarak kullanırlar. Kendilerini iyi hissettikleri takdirde, Kaynak'la titreşim uyumunu yakaladıklarını bilirler. Kötü hissettiklerinde, daha yüksek enerjilere geçiş yapmak için bunu işaret olarak algırlar ve arzu ettikleri şey zaten ellerinin altındaymış düşüncesiyle ve iyi duygularla hareket ederler. Arzularınızı gerçekleştirmek için ne yapmanız gerektiğini sorduğunuzda, hiç tereddüt etmeden, olaylara bakış açınızı değiştir, olayların da değiştiğini göreceksin, derler.

Bu insanların iç dünyalarını örnek almanızı ve niyet etmenin sonsuz derecede ihtişamlı gücünden yararlanmanızı isterim. Garanti ederim, bu gücün işe yaradığını göreceksiniz!

NIYET ETMENİN GÜCÜ

*Yaşamınızı kendi tarzınızla
şekillendirmeyi öğrenmek*

“Niyet etmek bir güçtür ve her şey, herkes evrendeki bu görünmez güce bağlıdır.”

Niyet etmek, genellikle kişinin kendince belirlediği hedeften ödün vermeksizin, her koşulda başarıya ulaşmasını sağlayan itici güç, bir tür kararlılık olarak görülür. Bu bakış açısına göre, çok çalışmak ve mükemmeliyete ulaşmak için yorulmak bilmeden çaba göstermek başarıyı getirecektir. Ancak bu kitapta niyet etme olgusu çok daha farklı biçimde ele alınmaktadır. Dr. Wayne W. Dyer, niyet etmeyi, yaratma eyleminin ortaya çıkmasını sağlayan, evrendeki bir güç olarak ele alıyor. Bu kitap niyet etmeye bir eylem olarak değil, sizin de parçası olduğunuz bir enerji olarak bakıyor, hepimizin, niyet etmenin görünmeyen gücü sayesinde bu dünyaya geldiğimizi öne sürüyor. Bu kitap, niyet etme olgusuna, hayatınızı biçimlendirmek için erişebileceğiniz bir enerji alanı olarak bakan ilk kitap özelliğini taşımaktadır.




DHARMA®

ISBN:975-8729-71-3



9 789758 729715

www.dharma.com.tr

15,00 YTL
15.000.000 TL