RUHSAL ARAŞTIRMALAR BÜLTENİ

Aylık e-bülten
Mayıs 2012 Yıl: 2 Sayı: 16
İzmir Ruhsal Araştırmalar Derneği

Değerli Okuyucular,

Yaz aylarına girmekte olduğumuz şu günlerde, Derneğimizin Mayıs ayı bülteni ile karşınızdayız. 2011 Şubat ayında başlattığımız e-bültenimizin 16. Sayısına gelmiş bulunuyoruz. Zamanın çok çok hızlı akıp geçtiği şu günlerde sizlerde zamana dair farkındalık anları yaşıyor musunuz?

Haftaların ve ayların birbirini hızla takip ettiği bir dönemde sakin kalabilmek bazı anları yakalayabilmek oldukça güç... İşte bu anlardan biri de içinize dönüp sadece kendiniz için bir şeyler yapabildiğiniz, merak ettiğiniz konularda bilgi sahibi olabildiğiniz küçük anlar... Sizlere bültenimizle bu anlardan küçük bir bölüm yaşatabildiğimizi umut ediyoruz.

Bu ay sayımızda ölüme yakın deneyimlere yakından bakabilecek, bu konuda çevremizden duyduğumuz, çeşitli kaynaklarda okuduğumuz pek çok bilgiyi bir arada bulabilecek ve zihnimizdeki ölüm düşüncesini yeniden çerçevelendirebileceğiz.

Bültenimizde ayrıca, son günlerde popüler olan refleksoloji hakkında temel bilgileri içeren ve uygulamanın özüne dair fikir edinmenizi sağlayacak makalemizi sizlerle paylaşıyoruz.

Yeni sayımızda zihninizde yeni düşünceler oluşturabildiğimizi umuyoruz...

Sevgi ve saygılarımızla,

İzmir Ruhsal Araştırmalar Derneği

Bu Sayımızda...

Ölüm ve Ölüme Yakın Deneyimler - Gülfer Ülgentay
Refleksoloji – David F. Vennells, Refleksoloji Kitabından Derleyen: Nusret Yılmaz
İRAD Mayıs Ayı Etkinlikleri

ÖLÜM ve ÖLÜME YAKIN DENEYİMLER

Gülfer Ülgentay

Doğum ve ölüm gerçeği hayatımızdaki göreceli olmayan tek gerçektir. Hepimiz bir gün öleceğimizi bildiğimiz için kendimize göre ölümle ilgili doğal bir kabullenişimiz vardır. Fakat ölümün nasıl bir şey olduğunu ve gittiğimiz yerin nasıl bir yer olduğunu çok fazla düşünmeyiz, bu konuları araştırmak pek aklımıza gelmez. Ancak çok yakın bir sevdiğimizin ölmesi durumunda ölüm hakkında biraz daha çok düşünürüz. Ve ölümden sonra, gerçekten bir varoluş söz konusu ise, neler olmaktadır?

Ölüm ve ötealem konusu daha ziyade dinleri ilgilendiriyormuş gibi görünse de, elimizde ötealem ile ilgili farklı kaynaklardan edinilmiş çok fazla bilgi mevcuttur. Bu bilgiler, ötealemin nasıl bir yer olduğu, insanların varlıklarını nasıl devam ettirdikleri hakkında , hem tecrübe edip geri dönen varlıklardan ki buna öyd adını veriyoruz. Hem de medyomlar vasıtasıyla irtibat kurulan ruhsal varlıklardan aldığımız yöntemsel bilgilerdir.

ÖYD NEDİR?

ÖYD; bireylerin klinik olarak ‘’ölü’’ kabul edildikten sonra yeniden diriltildikleri ve kendilerine gelmelerinin ardından, bu deneyim sırasında fiziksel bedenlerini terk ettiklerini ve ölümden sonra gidilen alem olduğu anlaşılan bir yeri ziyaret etmiş olduklarını anlattıkları olaylardır. Bir başka tanımlamayla ÖYD’ler; trafik kazası geçirenlerde, kalbi duran ve tıbbi müdahale ile tekrar canlandırılan insanların klinik olarak ölü sayıldıkları ama biyolojik olarak ölmedikleri durumlarda yaşanan beden dışına kayıştır. Yani ÖYD, şuurun bedenden ayrılması ve etrafında olup bitenleri, kendi bedenine yapılan müdahaleleri, doktor ve hemşirelerin hareketlerini, hastane koridorlarında bekleyen yakınlarını, bitişik odada neler olup bittiğini görmeyi ve konuşulanları işitmeyi sürdürmesidir.

ÖYD ‘ler; bize ölümün bir son olmadığını, bizim düşünen ve algılayan yanımızın beyin veya beden olmadığını ispatlayan değişik şuur hallerinden biridir. Beden dışına kayan şuurun algılamaları devam eder. Uygun koşullar altında şuurumuz -bizim düşünen, algılayan parçamız fiziksel bedenden ayrılabilir ve dilediği herhangi bir yerde bulunabilir.

ÖYD YAŞANAN DURUMLAR

ÖYD’ler; daha çok trafik kazası geçirenlerde, kalp krizi geçirip çok kısa bir süre de olsa kalbi durup tekrar tıbbi müdahale ile hayata döndürülenlerde, uzun süre komada kalanlarda ya da boğulma vakalarında ortaya çıkmaktadır.

ÖYD’NİN TARİHÇESİ

Gerçekte ÖYD’lerin tarihi çok eskilere uzanmaktadır. “Mısırın Ölüler Kitabı”nda, “Tibetin Ölüler Kitabı”nda, Eflatun’un “Devlet” adlı kitabının onuncu bölümünde, orta çağ yazar ve ressamlarının eserlerinde, 6. Yüzyılda büyük Gregor’un Diyaloglarında bir dizi ÖYD kaydedilmiştir. Ayrıca Harvard Ünversitesinde din araştırmaları okutmanı olan Carol Zaleski ‘’Öte dünyaya yolculuklar ‘’ adlı son kitabında Ortaçağ edebiyatının ÖYD örnekleriyle dolu olduğunu belirtmiştir. ÖYD’ler Sufilerin öğretilerinde de anlatılmakta olup, insanlığın en başından beri bu fenomeni bildiğini göstermektedir.

BİLİMSEL ÇALIŞMALAR

ÖYD'ler hakkında klinik açıdan düşünmeye başlanması, 1871 yılında İsviçreli bir jeolog olan profesor Albert Heim'ın yayınlamış olduğu ve bir dağ tırmanışı sırasında kendisinin ve arkadaşlarının düşüp, yaşamış oldukları ÖYD-yi anlattığı ''Düşüşte Ölüm Üzerine Notlar'' adlı kitaba dayanır. Tıp alanında yapılan çalışmalar, ilk kez 1970'lerin birinci yarısında Dr. Raymond Moody ve Dr. Michael Sabom tarafından yüzlerce hasta ile görüşmeler, titiz sorgulamalar, istatistikler sonucu Amerikan kamuoyunun ve insanlığın dikkatine sunulmuştur. ÖYD'ler ile ilgili bir başka önemli araştırmacı ise İsveçli psikiyatrist doktor Eizabeth Kübler Ross'dur. Ross, ÖYD ve ölüm problemleri üzerine ihtisas yapmıştı. Ölmekte olan hastalarla ve hayata tekrar döndürülen hastalarla yapmış olduğu kendi araştırmalarının sonuçlarının; Dr. R. Moody ve M.Sabom tarafından toplanan bilgilerin, kendi araştırmasındaki sonuçlarla şaşırtıcı benzerliklerinden çok etkilendiğini belirtmiştir. Ve bunları yayınladığı kitaplarda aktarmıştır.

Dr. Raymond Moody'nin kitabı best seller olmuş ve kitapta anlatılanların ışığında, tıp dünyasından başkaları da kendi araştırmalarına başlamıştır. Bunlardan biri de Connecticut Üniversitesi'nden psikoloji, profesör Kenneth Ring idi. Ring, 1977 de konuyla ilgilenen diğer profesyoneller ile birlikte başta Raymond Moody, Michael Sabom, Bruce Greyson olmak üzere ölüme yakın deneyimlerin bilimsel çalışmaları birliği adında bir organizasyon kurarak bu deneyimle ilgili raporları topladı. Bu organizasyon sonradan IANDS International Association For Near Death Studies (Uluslararası Ölüme Yakın Deneyim Araştırmaları Birliği) haline geldi. Ring 1980 yılında; yapmış olduğu araştırmalarını '' Ölümde Yaşam'' (Life at Death)adlı kitabında yayınladı.

Çocuklardaki ÖYD'leri araştıran bir başka doktor ise pediatrist Melvin Morse idi. Morse; ÖYD'lerin diğer aleme yapılan yolculuklar olarak kabul edilebileceğini söylemiştir. Ayrıca ölüme yakın deneyimlerle ilgili binlerce hastayla yaklaşık 26 yıl boyunca çalışan ve kendisi de 3 kez öyd yaşayan araştırmacı P.M.H Atwater da hem çocuklarda hem yetişkinlerde ölüme yakın deneyimleri ortaya koyan pek çok çalışma yapmış ve bunları yayınlamış olduğu 7 ayrı kitapta toplamıştır.1981 yılında yapılan bir Gallup araştırması sekiz milyon yetişkin Amerikalının bir ÖYD deneyimlemiş olduğunu ortaya koymuştur.

ÖYD'NİN 4 AYRI TÜRÜ

Araştırmacı P. Atwater'a göre ÖYD'lerin 4 ayrı türü bulunmaktadır. Bunlar;

- BAŞLANGIÇ DENEYİMİ (Sevgi dolu hiçlik)%76 çocuklarda %20 yetişkinlerde
- KÖTÜ YA DA CEHENNEMSİ DENEYİM(içsel arınma ve insanın kendisiyle yüzleşmesi) %3 çocuklarda %15 yetişkinlerde
- İYİ YA DA CENNETSİ DENEYİM(Güven ve insanın kendini değerlendirmesi)%19 çocuklarda %47 yetişkinlerde
- AŞKIN DENEYİM(Genişletici açıklamalar ve dönüştürücü gerçekliker)%2 çocuklarda %18 yetişkinlerde görülmektedir.

ÖYD'NİN AŞAMALARI ve YAŞANAN ORTAK NOKTALAR

ÖYD sırasında bedeninden uzaklaşan ruh varlığı için bedensel acılar sona erer. Birey, doktoruna veya yakınlarına kendisini duyurmak isteyip de duyuramadığını anladığı zaman ölmüş olduğunu idrak etmeye başlar. Yakınlarına, ölmediğini söylemek ister ama bir türlü

irtibat kuramaz. Kendisini bedeninin üzerinde havada süzülür durumda bulur. Daha sonra, uzak, ucunda parlak ışık bulunan bir tünelden geçerek, aşkın bir aleme (şuur durumuna) varır. Burada, daha önce ölmüş akrabaları ve dostlarıyla ya da kişilerin algılamalarına göre değişen ve büyük bir şefkat duygusu yayan ışıklı ruhsal varlıklarla karşılaşır. Tümüyle farklı bir gerçeklik düzeyine gerçek bir yolculuk yapar. Genellikle tanımlamaz güzellikte bir müzik duyar ve gözlerinin önünden daha önce hiç görmediği güzellikte görüntüler geçer, bu ışıkla dolu dünyada hiçbir acı ve korku duymuyordur, içini neşe, sevgi ve barış duyguları kaplar. Tüm yaşamı gözlerinin önünde panaromik bir biçimde yeniden canlanır. Birey, içinde bulunduğu ortamda öylesine rahat ve sükûnet halindedir ki, bedenine geri dönmek istemez. Ancak, kimi zaman henüz zamanı gelmediğine ikna edilerek, kimi zaman çocuğunu veya eşini bir daha göremeyeceği hatırlatılarak bedenine dönmesi sağlanır. Çünkü bu varlıkların doğmadan önce yaptıkları hayat planına göre henüz yapmayı planladıkları işleri bitmemiştir. Bir başka ifade ile dünyadan ayrılma zamanı gelmemiştir.

Ünlü psikanalist Carl Jung 'da yaşadığı bir ölüme yakın deneyim sırasında gördüğü vizyonların güzelliğini, vecd halinde bulunma hislerini, sakinlik ve huzurun çok yoğun olduğunu ve bunları ifade etmenin çok zor olduğunu öne sürmüştür. Ayrıca doktor Elizabeth Kübler-Ross'un ölmekte olan hastalarla yaptığı sohbetlerde, bu hastaların da ÖYD yaşayıp da tekrar hayata döndürülen kişilerle çok benzer bilgiler aktardığını görüyoruz. Ölmekte olan hastalar son sözlerinde; orasının ne kadar güzel, ne kadar huzur verici olduğunu, bütün ağrılarının nasıl yok olduğunu dile getirmişler; kendilerini selamlamaya gelen daha önceden ölmüş olan akraba ve arkadaşlarını gördüklerini belirtmişlerdir. Araştırmalar, yaşanan her ÖYD'nin birbirine benzer noktaları olabildiği gibi, birbirinden farklı deneyimleri de kapsayabildiğini ortaya koymuştur. Genellikle 9 temel başlıkta toplanan ÖYD'nin temel niteliklerinin hepsini birden deneyimlemek tam bir ÖYD anlamına gelir. Bu ender görülen bir şeydir. Çoğunlukla ÖYD yaşayan kişiler bu temel niteliklerin sadece birkaç tanesini de yaşayabilir. Ancak bu niteliklerin 9'unu birden yaşamamış olmak daha sonra göreceğimiz ÖYD deneyiminin dönüştürücü etkisini asla azaltmamaktadır. Bu aşamaları deneyimleyen hastaların kendi ifadeleri ile bu 9 aşama şu şekildedir:

1.Ölmüş Olma Hissi;

Anlatması zor. Öyle bir zamandı ki artık kocamın karısı değildim. Anne ve babamın evlatları değildim. Tam olarak ve bütünüyle bendim.(kalp krizi geçirmiş olan 65 yaşında bir hasta.)

2. Sükunet ve Rahatlama;

Sanki beni dünyaya bağlayan ipler kesilmiş gibiydi. Dolayısıyla artık ne korkum kalmıştı, ne de bedenimi hissediyordum. Doktorların yardıma çalıştıklarını duyuyordum, fakat bu benim için hiçbir şey ifade etmiyordu. (trafik kazası geçiren bir hasta)

3. Bedeni Terk Etme;

Hastane yatağında yatan bedenime tepeden bakıyordum. Çevremde telaşla hareket eden doktor ve hemşireler vardı. Odanın içine bir makine getirdiklerini gördüm, daha sonra bunun kalp durduğunda kalbe şok uygulamak için kullanılan makinelerden biri olduğunu öğrendim. Bir rahip geldi ve son duamı okumaya başladı. Sanki tiyatro salonunda sergilenen bir oyunu izleyen bir seyirci gibiydim. Sonra bedenime geri döndüm. Kendime geldiğimi ve ayakucumdaki diğer kendimi araştırdığımı hatırlıyorum.(İlaç alerjisinden neredeyse ölen bir kadın)

4.Tünel Deneyimi;

Fırtına çıktığı sırada golf oynuyordum ve bir anda yıldırım çarptı. Birkaç saniye bedenimin üzerinde asılı kaldım, sonra bir tünelin içine doğru çekilmeye başladım. Etrafımda görebildiğim hiçbir şey yoktu, fakat büyük bir hızla yukarı çıktığım duygusundaydım. Öbür uçta gözüken ve giderek artan ışığı görünce açık bir şekilde bunun bir tünel olduğunu anladım.

5. Işıktan İnsanlar;

Bir tünelden geçtikten sonra, bir grup insan tarafından karşılandım. Sanki fener gibi hepsi de ışık saçıyorlardı. Bulunduğum yerde aynı şekilde ışıyordu ve oradaki her şey ışık içindeydi. Orada karşılaştığım kişilerin hiç birini tanımıyordum ama bana büyük bir sevgi duyduklarını hissedebiliyordum.(kalp krizi geçiren 10 yaşında bir çocuk)

6. Işıktan Varlık;

Büyük çiçeklerle dolu bir bahçede kendime geldiğimi hatırlıyorum. Bahçe ılık, aydınlık ve güzeldi. Etrafıma bakındım ve o Varlığı gördüm. Bahçe olağanüstü güzeldi fakat onun yanında her şey sönük kalıyordu. Onun tarafından bütünsel anlamda sevildiğimi ve bütünsel anlamda beslendiğimi hissettim. O güne kadar bildiğim tüm duyguların içerisinde en sevinç verici olanıydı. Aradan bu kadar sene geçmesine rağmen bu duyguyu hala hissedebiliyorum.(çocukluğunda geçirdiği bir ÖYD'yi tanımlayan orta yaşlı bir bayan)

7. Hayatın gözden Geçirilmesi;

Işıklı bir varlık beni kuşattı ve hayatımı gösterdi bana. Burada gördüğünüz şeylerden bazıları hoşunuza gitmeyebilir, fakat bunların ortaya çıkması sizin kendinizi iyi hissetmenizi sağlar. Bu tekrarda ben küçük bir kızken olan bir olayın özel bir yeri vardı. Kız kardeşimin paskalya sepetinde benim çok istediğim bir oyuncak olduğu için sepeti kapıp kaçmıştım. Tekrar sırasında kız kardeşimin yaşadığı hayal kırıklığı, yitirme ve gücenme duygularını aynen hissettim. İncittiğim ve kendilerini iyi hissetmelerine neden olduğum kişilerin ta kendisi oldum.(23 yaşında ÖYD yaşayan bir bayan)

8. İstenmeyen Dönüş;

Hayatımın tekrarından sonra bedenime geri dönmeyi istemedim. Orada rahattım ve beni kuşatan ışık saf sevgiydi. O ışıktan varlık bana geri gitmeyi isteyip istemediğimi sordu ve ben "hayır" diye yanıtladım. Fakat geri dönemem gerektiğini, yapılacak işlerim olduğunu söyledi. Ardından bedenimin içine doğru çekildim. Bir anda yatağımdaydım ve elinde şok aletiyle yanımda duran doktora bakıyordum. O anda yeniden hayata döndürüldüğüm için büyük bir kızgınlık duydum. Doktora bunu bir daha asla yapma diye bağırdım. Bu tavrım beni var gücüyle yaşatmaya çalışan meslektaşımı şok etmişti. (kalbi durduktan sonra tekrar çalıştırılan bir kardiyolog)

9. Kişilikteki Dönüşüm;

Hastanede kendime geldiğimde gördüğüm ilk şey bir çiçekti ve bu beni ağlattı. İster inanın ister inanmayın ama ölümden geri döndüğüm o ana kadar meğer ben hiçbir çiçeği gerçek anlamda görememişim. Öldüğüm zaman öğrendiğim bir şey, hepimizin büyük canlı bir evrenin bir parçası olduğumuzdur. Eğer bir başkasını, veya canlı bir varlığı kendimizi incitmeksizin incitebileceğimizi düşünüyorsak, çok yanılıyoruz demektir.(ağır bir kalp krizi atlatan bir iş adamı)

ÖYD sırasında yaşanan bu temel niteliklerin bu sırada beyin tarafından üretilen bir takım görüntüler, halüsinasyonlar olduğunu ileri süren ÖYD'leri kabul etmek istemeyen ya da çok şüpheci yaklaşan doktorlar ve araştırmacılar da olmuştur. Ancak ÖYD yaşayanların aktardıkları pek çok somut bilgiler de vardır. ÖYD yaşayan hastalar, kendilerine yapılan müdahaleler sırasında doktorların konuşmalarını, müdahalenin her türlü ayrıntısını aktarmışlardır. Ayrıca hastane koridorlarında bekleyen yakınlarının o sırada üzerlerinde hangi kıyafetlerin olduğu, dışarıda bekleyen tüm aile yakınlarını tek tek bildirdikleri belirtilmiştir. Bir vakada ise bir hasta ÖYD sırasında kendisini hastane binasının üzerinde süzülürken gördüğünü ve bu sırada çatının bir bölümünde normalde hiçbir kat pencerelerinden görülemeyecek bir yerde tek bir erkek ayakkabısı gördüğünü belirtmiş ve bu bilginin kontrolü için hastanın tarifine göre çatıya bir görevli gönderildiğinde orada gerçekten duran tek erkek ayakkabısı tespit edilmiştir.

DENEYİM SONRASI ETKİLER

ÖYD yaşayan birey kendi derin şuurunun farkına varır ve gerek kendi derin şuurundan gerekse rehber varlıklardan bilgi alarak gerçekte kim olduğunun ve niçin yeryüzünde bulunduğunun ayrımına varır. ÖYD, gel geç dünya değerlerine gömülmüş bir varlığın uyanması için meydana gelmiş bir yardımdır adeta.

ÖYD yaşayan kişilerin hayata karşı olan tutumlarının derinliği ve yönü değişir. Ölüm endişesi tamamen yok olmasa da azalır. Ölüm dediğimiz geçişin ne olduğunu önceden görmek ayrıcalığına ulaştıkları için anlayış ve kişiliklerinde tamamen pozitif yönde bir değişim olur. Tüm varlıkların sevilmeye layık olduğunu kavrarlar. Sevgi ve evrensel bilginin, ruhsal bilginin, hayattaki tek önemli şey olduğunu anlarlar. Önemli olanla önemsiz olanı ayırt etmeyi öğrenirler.

Dinsel inançlarında dinlerin şekilselliğinden uzaklaşma ve ruhsal bilgiler ışığında yaşama eğilimi başlar. Aşkın bir pozitifliğin her şeyi kapladığına inanırlar.

Hayata bireysel bir pencereden değil daha küresel bir pencereden bakarak anlayışlarında derinleşirler ve yüzeysellikten uzaklaşırlar. Hepimizin kozmik şuurla bağlantılı varlıklar olduğumuzu ve bu nedenle öz itibarıyla farklı olmadığımızı anlayıp hoşgörülü ve toleranslı olurlar. Varlıkların bu dünyaya niçin doğduklarını idrak ederler. Yardımlaşma ve dayanışma yasasının en önemli yasalardan biri olduğunu kavrayıp geri kalan ömürlerinde hizmet etmeyi, bilgilenmeyi ve sevginin uygulanmasını ön planda tutarlar.

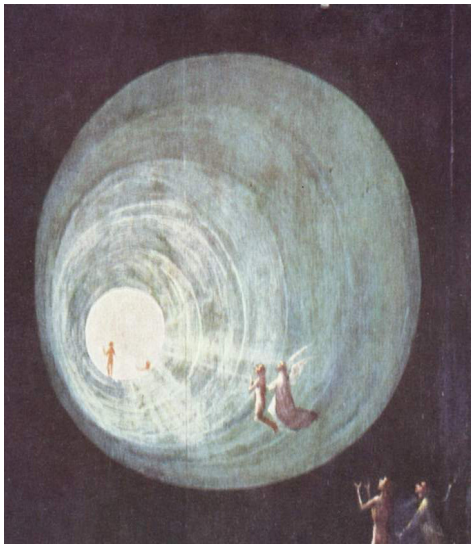
ÇOCUKLARDA ÖYD

Araştırmacı Dr. P. Marie Atwater'ın belirttiğine göre, bugünün çocukları, daha önceki nesillerden gerçekten çok farklı; olağan dışı zekiler ve hatta yetenekliler; geçmiş yaşam kaynaklı, dünya dışı, ya da çok boyutlu olsun olmasın yabancı varoluşlar ile özdeşleşebilir haldeler ve doğal yaratıcı sezgilere sahipler. Ölüme yakın deneyimler üzerine geçmişte yapılan araştırmalar, yetişkinlere odaklanıyordu.

Çocuklarla ilgili ilk çalışmaları yapan bir pediatrist olan doktor Melvin Morse 'du. Daha sonra 1999 yılında yayınlamış olduğu ''Yeni Çocuklar ve Ölüme Yakın Deneyimler'' adlı kitapta çocuklarla ilgili çok daha geniş kapsamlı bir araştırmayı bize sunan Dr. P. Atwater olmuştur. Atwater'a göre her yaştan çocuk ÖYD yaşayabilir. Yeni doğanlar ve bebekler de buna dahildir. Atwater , 277 çocuk üzerinde yapmış olduğu araştırmaya dayanarak , çocukların ak-

tardığı ÖYD deneyimlerinin çoğunun yetişkinlerinkine göre daha basit olduğunu söylemektedir.

Çocuklarda ayrıca %70 gibi bir oranda ''öyd sırasında meleklerin ziyaretinden'' söz edilmektedir. ÖYD yaşayan çocukların ortak olarak dile getirdikleri bir başka ifade ise ''Kendimi çocuk bedeni içinde bir yetişkin gibi hissediyorum'' ifadesiydi. ÖYD yaşayan çocukların birçoğunda görülen ortak dönüşümler ise oldukça şaşırtıcı ve etkileyicidir. En çok görülen IQ'lardaki artıştır. ÖYD deneyiminden hemen sonra birçoğu, eşsiz yaratıcı ve sezgisel zihinlere, birçok yeti artışına, doymak bilmeyen bir meraka ve ender görülen bir öğrenme yeteneğine sahip olmaktadırlar. Bunların tümü açıklayıcı olabilecek herhangi bir genetik işaret olmaksızın gerçekleşmektedir. Bunun nedeni daha çok çocukların ÖYD yaşadıkları dönemde temel beyin gelişim sürecinin halen devam ediyor olmasından kaynaklandığı belirtilmektedir.



ÖYD SONRASI YAŞANAN DÖNÜŞÜMLER

*Ölüm kaygısında azalma *Hayattan daha çok tat alma * Psişik yeteneklerde artış; duyular dışı algılama güçlenir, şifa, telepati, önceden bilme ve otomatik yazı gibi yetenekler ortaya çıkmaktadır.

* Zeka kapasitesinde artış *Çok daha duyarlı sevgi dolu bir varlığa dönüşme söz konusu olabilir.

GÜNÜMÜZDEKİ ÖYD ÇALIŞMALARI

1977 yılında Dr.Keneth Ring önderliğinde pek çok araştırmacının bir araya gelerek, ÖYD ile ilgili bilimsel çalışmalar birliği adı altında bir organizasyon kurdular. 1981 'de bu konuda çalışmalar yapan dünya üzerindeki tüm araştırmacılara ve bu deneyimi yaşayan kişilere yardımcı olmak amacıyla uluslararası bir birlik olarak çalışmalarına devam etti ve uluslararası ölüme yakın deneyimler çalışmaları birliği kısaca IANDS olarak adını değiştirdi ve hala günümüzde dünyada bu konudaki tüm bilimsel çalışmaları toplayan, dünyanın bir çok yerindeki ÖYD yaşayanları ve araştırmacıları bir araya getiren tek kuruluştur. Ölüme yakın deneyimleri ve bu deneyimin insan şuuruyla bağlantısını araştırmaktadır. www. Iands.org adresinden ulaşılabilir. Birliğin eğitim amaçlı pek çok çalışmaları vardır, çeşitli konferanslar verilmekte ayrıca internet üzerinden ÖYD kursu verilmektedir. İnternet sayfasındaki bilgi formunu gönderip bu kursa katılabiliyorsunuz. IANDS internet sayfasında Amerika 'da sağlık programları yapan Dr. Mehmet Öz'ün bir programında ÖYD' yi deneyimleyen bir doktor ile yaptığı röportajın görüntüleri de yer almaktadır.

SONUÇ

ÖYD'lerden elde edilen kanıtlar; Tanrının intikamcı olmadığını, bizleri yargılamadığını veya mahkum etmediğini, günahlarımız için bize kızgın olmadığını işaret etmektedirler. Bütün yapılan araştırmalar ve raporlar, ortak bir mutabakat içinde, elbette ki yargılamanın olduğunu ancak, bütün yargılamanın, ışık varlıktan değil de bireyin kendi içinden geldiğini belirtmektedirler. Görünen odur ki aslında, Tanrının bize vermeye açık olduğu tek şey koşulsuz sevgidir. Tamamen sevgi dolu olan ve yargılamayan Tanrı anlayışı, pek çok dinsel öğretiyle çelişmektedir. ÖYD üzerindeki araştırmalar şu net sonuçları ortaya koymuştur: ÖYD yaşayanlar çoğu dünya dinlerinde ortak olan temel değerleri doğrulamaktadırlar. ÖYD yaşayanların hem fikir olduğu şey, yaşamın amacının bilgi ve sevgi olduğudur. ÖYD'nin değiştirici etkileri üzerinde yapılan çalışmalar gösteriyor ki zenginliğin, statünün, maddi sahiplenmelerin kültürümüzdeki değerleri çok daha az önemli bir hale dönüşüyor ve sevginin uzun ömürlü vicdani değerleri, başkalarını önemsemek, ilahi yükseliş ile ilgili bilgi elde etmek çok daha büyük önem kazanıyor.

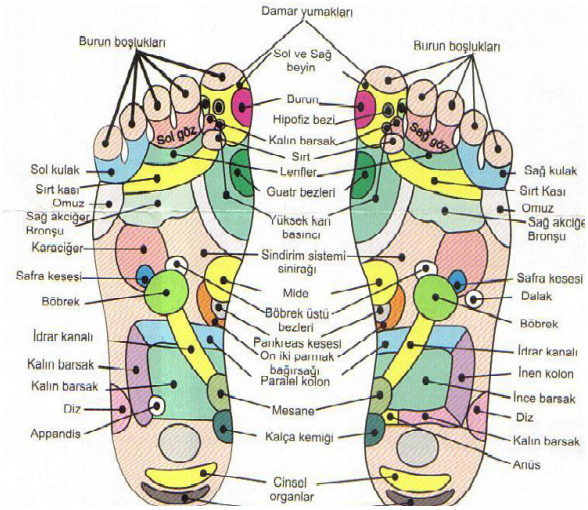
REFLEKSOLOJİ

David F. Vennells

Refleksoloji Nedir?

Oxford İngilizce Sözlüğü'nde refleksoloji; gerilimi almak ve hastalıkları tedavi etmek için ayaklardaki belirli noktalara masaj uygulanması; refleks ise, bir uyarana verilen istem dışı ya da otomatik hareket olarak tanımlanmıştır.

Bunlar güzel fakat genel tanımlardır; refleksoloji sanatı ve biliminin gerçek tanımının yalnızca yüzeyine değinmektedir. Aslında, "refleks" sözcüğünün tanımı oldukça yanıltıcıdır. Refleksologlar bir şeye karşılık olan bir "hareket" değil, daha çok belirli bir fiziksel, zihinsel ya da duygusal fonksiyonun artma, azalma veya yeniden dengelenmesi biçiminde başka bir uyaran ya da tepki ararlar.



Bir düzeyde refleksolojinin amacı, tek kelimeyle ve öncelikle mümkün olduğunca hızlı ve kolay bir şekilde bedene ve zihne yeniden sağlık vermektir. Bu şekilde hasta, daha fazla bir tedaviye gereksinim duymaz ve yaşamdan yeniden keyif alabilir. Elbette eğer refleksoloji her zaman kullanılabilseydi bu harika olurdu. Ancak kusursuz bir dünyada yaşamıyoruz ve refleksolojinin amacı da gerçekçi bir şekilde ilgilendiği her hasta üzerinde yapabileceklerini başarıyla gerçekleştirmektir.

Kimi zaman sadece hastanın şikayetlerinin şiddetini azaltmayı başarabiliriz ve bu düzelmeyi koruyabilmek için düzenli tedavilere devam etmemiz gerekebilir. Bu tür bir tedaviyi ancak hasta bu değişikliklerden memnun olursa başarılı olarak kabul edebiliriz.

En önemli şey, rahatsızlığına karşı hastanın kendi tutumudur. Refleksolojinin en büyük etkilere sahip olduğu nokta da budur. Tedavi, dinleme, bazen de hastalarla konuşma yoluyla olumlu zihinsel ve duygusal nitelikleri teşvik etmek refleksologların onlara yardımcı olabileceği en iyi yollardan bazılarıdır. Olumlu bir zihin refleksoloji almanın harika bir yan ürünüdür ve iyileştirme sürecindeki en önemli faktörlerden biridir. Bilimsel araştırmaların sonuçlarıyla da bir kişinin sağlığında olumlu bir zihnin etkisini doğrulayabiliriz. Kesindir: Mutlu olmak size yarar!

Aslında, iyi bir zihinsel tutum kazandırmak refleksoloğun bir numaralı önceliği olmalıdır. Bunun nedenlerine daha sonra bakacağız, ama şimdilik mutlu bir zihnin oldukça yararlı bir şey olduğunu kesinlikle söyleyebiliriz. Bu dünyada o ya da bu şekilde şiddetli acılarla uğraşmak zorunda olan birçok kişi var, yine de birçok kişi bunu mutlu bir zihin, rahat bir zihin, tam da mutluluktan başka bir şey istemeyen bir zihinle yapar. Böyle kişiler sağlıklı mıdır? İyileşmeye ihtiyaç duyarlar mı?

Bu bir refleksoloji tanımı ya da anlayışıyla uygun mudur? "İyileştirme yolu" ile ilgili bir anlayışa doğru bir yolculuğa başlıyorsak, en başından, içimizdeki o şefkatli başkalarına yardımcı olma isteğinin gücünü ortaya çıkarmamız ve şekillendirmemiz için bir parça bilgelik geliştirmemiz gerekir. Bilgelik esastır. Teknik açıdan başarılı, şefkatli bir iyileştirici olabilirsiniz, ama bir parça bilgelik olmadan, eylemlerinizin birçoğu yanlış yöne saptırılabilir ve zamanınızla çabanız boşa harcanmış olur. Garip görünebilir ama bir şifacının en büyük amacı, "her şeyi ve en son amacı" iyi bir sağlık değildir.

Refleksoloji Nasıl Çalışır?

Refleksolojinin ilk ne zaman kullanıldığını söylemek gerçekten imkansızdır. Refleksolojiyle ilgili bilinen en eski kayda Mısır, Sakkara'daki Ankmahor adlı Mısırlı bir hekimin mezarının duvarında rastlanmıştır. Tarihi yaklaşık İ. Ö. 2330-2500 yıllarına dek uzanan bu duvar resmi iki adamın ayakları üzerinde çalışan başka iki adamı gösterir. Yazıtta, hastalar "Beni incitme" derken, terapist "Sana öyle davranacağım ki bu yüzden bana şükredeceksin" karşılığını verir.

Eğer ayak masajına refleksolojinin basit bir uygulaması olarak bakarsak, refleksolojinin insan ırkı kadar eski hatta belki daha eski olduğunu söyleyebiliriz. İnsanlarla yakından ilişkili olanlar da dahil olmak üzere belirli maymun türleri primitif türde bir ayak masajı uygular. Elbette, bedenin iyileştirici güçlerini uyardıklarının bilinçli bir şekilde farkında değildirler. Bu sadece içgüdüseldir ve iyi hissetmeyi sağlar. Birçok kişi, kendi ayaklarına masaj yapılmasından hoşlanır. Gevşetici ve hoş bir histir, birçok biçimde stresi alır. Ama, her ikisi de beden ve zihin için çeşitli nedenlerle yararlı oldukları halde, ayak masajıyla, refleksoloji arasında kesin bir fark bulunmaktadır.

Refleksolojinin gerçekte nasıl çalıştığı konusunda iki temel düşünce okulu vardır. Ne yazık ki günümüzde ikisinin de klinik açıdan doğru oldukları kanıtlanamamıştır. Ancak bu, refleksolojinin işe yaradığı gerçeğini değiştirmemektedir.

Çağdaş refleksolojinin annesi olarak görülen Eunice Ingham'ın da arasında bulunduğu ilk refleksologların birçoğunun ileri sürdüğü ilk kuram ayağın vücudun çeşitli bölümleriyle sınırsız sayıda sinir ucuyla bağlantılı olduğudur. Ayaklarda alışılmadık biçimde çok sayıda sinir ucu bulunmaktadır; işte birçok kişinin ayaklarını gıdıklanma gibi fiziksel uyarıma karşı özellikle duyarlı hissetmesinin nedeni budur. Çeşitli sinir uçlarının bedenin "kuşaklarına" karşılık geldiği düşünülmüştür, hala da düşünülmektedir ve bu durum kuşak kuramı olarak adlandırılmıştır. Dr. William Fitzgerald bedenin kafadan ayakucuna ve buna karşılık gelen on el ve ayak parmağına giden on dikey kuşağa bölünebileceğini bulmuştur. Belirli parmaklara uygulanan basıncın bedenin ilgili kuşaklar içinde kalan bölümleri üzerinde bir etkisi olacaktır.

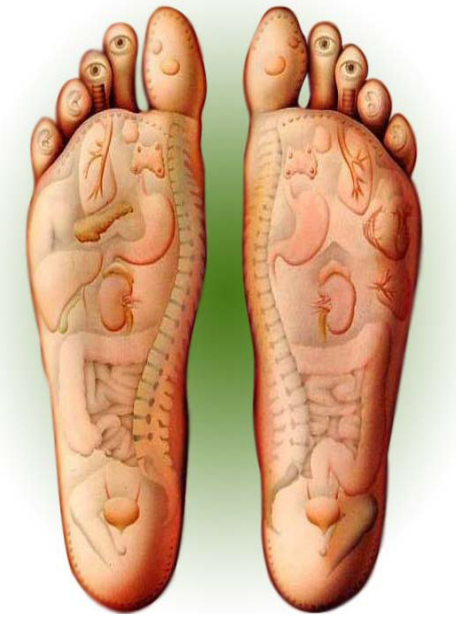
Ayrıca, sinir uçlarının insan anatomisinin haritasına karşılık geldiği de düşünülmüştür. Aslında, her iki ayağımızın tabanına birlikte bakarsak, insan bedeninin genel şeklini oluşturur gibi görünür: Baş parmaklar, kafa ve boyunla ilişkilidir; küçük parmakların ayakla birleştikleri yerler, sağ ve sol omuzlar ve ayakların üst kısımları da omurganın sağ ve sol yanıdır.

Bir yere kadar bu kuram da doğrudur, ama bunun kesin, doğru ve belirli bir kuram olduğu konusunda açık bir kanıt yoktur. Aslında, ayaklardaki sinir uçlarının sayısı ve karmaşıklığı ayakların hangi bölümünün bedenin hangi bölümünü etkilediğini açıkça belirlemeyi neredeyse imkansız hale getirir. Sinir sistemi oldukça geniş olduğu ve vücudun her yanını kapladığı için sadece tek bir küçük bölgede rahatlama ya da acı yaratmanın bütün üzerinde dramatik bir etkisi vardır.

Bu konuda bilimsel sonuçlar olmamasına rağmen refleksoloji uygulamanın, basit bir ayak masajından öte, belirli bir şekilde ayaklara masaj yaparak uyarıma yol açmanın beden ve zihin üzerinde doğrudan ve olumlu bir etkisi olduğunu kabul etmek zorunda bıraktıracak kadar yararlı bir etkisi olduğuna dair vaka hikayeleri

ve anekdotlardan elde edilen çokça kanıt bulunmaktadır.

Bugünlerde birçok şifacı refleksolojiyi Çin tıbbıyla ilgili bilgilerle açıklamaktadır. Bu, bedende yaşam gücü enerjisini, chi'yi taşıyan birtakım görülmez enerji yolları ya da meridyenler olduğunu şart koşmaktadır. Bu yollar, olasılıkla stres yüzünden, bloke olduğunda, hastalıkla sonuçlanabileceği söylenir. Bazen bu blokajları açmak ve sağlıklı yaşam gücü enerjisinin serbestçe akışını uyarmak için akupunktur ya da akupresür kullanılır. Başlıca enerji yollarının büyük çoğunluğu ayaklarda başladığı ya da bittiği için, doğal olarak refleksoloji bunları bir şekilde uyaracaktır. Ancak, tam bir refleksoloji tedavisi bile meridyenlerin tümünü uyarmayacak ya da tedavi etmeyecektir, çünkü bunların hepsi ayaklarda sona ermez, ayrıca başlıca olanların yanı sıra birçok ikincil yol da bulunmaktadır. Akupunktur ve akupresürün tüm beden üzerinde uygulanmasının nedeni budur. (Akupunktur geçmişi binlerce yıla uzanır, bu yüzden yalnızca ayakları tedavi etmek yoluyla en etkilisi olsaydı, bunun şimdiye kadar fark edilmiş olacağı düşünülebilir.)



Bazı Yeni Fikirler

Hem refleksolojinin hem de akupunktur ve diğer benzer terapilerin niçin işe yaradığı konusunda gerçekten bazı yeni ipuçları ve basit fikirler aramak zorundayız. Sinir uçları kuramı ya da kuşak kuramı ile yaşam gücü meridyenleri kuramından alınan olası bir açıklama aşağıda verilmiştir.

Doğu felsefeleri ve doğal tıp sistemlerinin birçoğunda sinir sisteminin zihinle beden arasındaki bağlantı olduğunu biliyoruz. Ayrıca, süptil içsel enerjilerin ya da Budist felsefede bilindikleri biçimiyle "rüzgarlar"ın, zihinsel ve fiziksel sağlığımızı yönettiğini de biliyoruz. Güçlü, açık ve iyi dengelenmiş süptil içsel rüzgarlar taşıyıp doğal olarak ürettiğimizde, fiziksel ve zihinsel sağlığımız da iyi olur. Bu fikirleri anlamak için, yaşam gücü enerjisinin ne olduğu ve yaşam için niçin bu kadar önemli, kritik olduğu konusunda temel bir anlayışa sahip olmak yardımcı olacaktır.

Yaşam gücü enerjisinin, tüm yaşamın süptil temeli, her yaşam biçiminin doğum, yaşam ve ölüm döngüsünü destekleyen, besleyen ve ayakta tutan bir tür kozmik çorba olduğunu söyleyebiliriz.

Modern fizik bize her maddenin farklı enerji frekanslarından yapıldığını söyler. Katı nesneler oldukça düşük ya da yavaş frekansta titreşen enerjiden yapılmıştır. Su, hava ve yaşam gücü enerjisi gibi daha az katı nesneler inanılmaz derecede hızlı titreşirler. Maddenin molekülleri ve atomları içinde oransal olarak evrendeki gezegenler arasındakinden daha fazla boşluk olduğunu, bu yüzden de hiçbir şeyin göründüğü gibi olmadığını da biliyoruz.

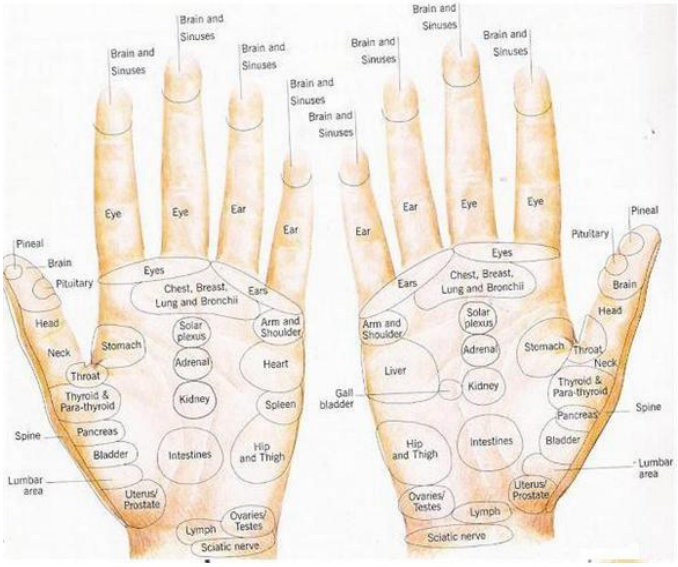
Budizm ve Vedik bilim gibi Doğu felsefelerinin birçoğu, enerji kavramını bizden çok daha iyi kavramışlardır. Onlar ayrıca kendini adamış birçok uygulamacının yaşadığı mistik ve spiritüel deneyimleri açıklayacak bir şekilde bu bilgiyi dinlerine de katarlar. Bu topluluklarda, bilim, din ve sanat ayrı ayrı şeyler değil, sadece aynı yaşam ağacının dalları olarak görülür.

Doğu'nun Tanrı anlayışının bir yönü evrensel bir yaşam gücü enerjisi biçimindedir; yani tüm yaşamın tek gerçek kaynağı. Bitkilere, ağaçlara, hayvanlara, insanlara, gezegenlere, yıldızlara ve evrenlere yaşam nefesi veren enerjilerin hepsi, bu tek kaynaktan gelir. İyi bir fiziksel, zihinsel ve spiritüel sağlık sürdürmek ya da oluşturmak istiyorsak temas kurmamız gereken yaşam kaynağı budur.

Dua, meditasyon, doğada bir yürüyüş yapmak ya da şifa almak yoluyla bu enerjiyle te-

masa geçtiğimizde, kendimizi daha az "ayrı", kendi içimizde giderek daha "bütün" ve kendimizi yaratılışın "bütün"ü içinde hissederiz. Bir birlik duygusu yaşarız. Olayların mükemmel düzeni içindeki yerimiz ya da rolümüzün daha farkında olur ve aynı zamanda kendimizi kuşku veya özür olmaksızın olduğumuz her şey olma becerilerimiz konusunda emin, desteklenmiş, güvende ve açık hissederiz. Bu spiritüel ya da kişisel deneyimlerin iyileşmenin "özü" olduğunu ve birçok tamamlayıcı terapinin istenen bir yan ürünü olduklarını söyleyebiliriz.

İki tür yaşam gücü enerjisi vardır: içsel ve dışsal. İçsel yaşam gücü enerjisi, her canlı varlığın bedeni ve zihninde var olan süptil enerjidir. Dışsal yaşam gücü enerjisi bitkiler, çiçekler, ağaçlar, kayalar, mineraller ve kristallerde vardır. Bu enerji çoğu kez Bach Flower Remedies, kristalle iyileştirme ve homeopaitk ve bitkisel ilaçlarda olduğu gibi iyileştirme amaçları için kullanılır. Sadece bir ormanda ya da deniz kıyısında yürümenin bile üzerimizde sakinleştirici ve iyileştirici etkisi olabilir. Bu yerlerde bulunan, kendi içsel enerjilerimizi "yükselten" çok sayıda saf, dışsal yaşam gücü enerjisi vardır ve bu bedenimizle zihnimizde karşılıklı bir etkiye sahiptir. Tersine, bu enerjilerin kısıtlanmış olduğu kentsel alanlarda ve stresli ortamlarda çokça zaman geçirirsek özellikle de bunları yukarıdaki durumlara dönüştüremiyor ya da çıkaramıyorsak sağlığımız bundan ters biçimde etkilenebilir. Daha önce de ifade edildiği gibi, içsel yaşam gücü enerjisi, insan bedenindeki süptil kanallar ya da meridyenlerden geçer ve bunlar, örneğin stres yüzünden, bloke olduğu ya da dengesizleştiğinde, hastalıkla sonuçlanabilir. Birçok tamamlayıcı terapi, beden ve zihnin bu içsel enerjileri yeniden dengelemesi ve temizlemesine, bu şekilde de sağlığı ve iyiliği geliştirerek yardımcı olmaya çabalar; işte bu, refleksolojinin de bir iyileştirme tekniği olarak çalışma biçimidir.



Refleksolojinin içsel enerji sistemimizi yeniden dengeleme, temizleme ve yenileme yoluyla sağlığımız ve iyiliğimiz üzerinde büyük bir etkisi olabilir. İçsel yaşam gücü enerjisi engellenmiş, durgun ya da dengesiz olduğunda, düzenli refleksoloji tedavileri, bu enerjinin niteliğini doğal olarak ve çaba harcamadan dağıtma, bedenimizin, zihnimizin ve çevrenin izin vereceği en sağlıklı düzeye yükseltme etkisine sahiptir. Bir refleksoloji tedavisi, aynı zamanda çoğunlukla hastalık tarafından kesilen ya da kısıtlanan evrensel yaşam gücü enerjisinin yeniden dengeli bir akışı sağlayacak biçimde enerji sistemimizi açma etkisine de sahiptir. Belki de kesin bir şekilde, bu yaşam gücü enerjisinin kesilmiş olmasının pek çok hastalığın nedeni olduğunu söyleyebiliriz.

Bu yüzden iyileştirme sürecinin büyük bir bölümü, hastanın bu evrensel yaşam gücüyle doğal ilişkisinden niçin uzak düştüğünü ve gelecekte bununla sağlıklı bir ilişki sürdürmek için nasıl çalışabileceklerini saptamaktır. Bazı kişiler için bu kendi dini ya da başka bir dini yeniden keşfetme ya da meditasyon, yoga veya Tai Chi gibi uygulamaları araştırma yoluyla kişisel bir spiritüel devrimi içerebilir. Yaşamla bu özel içsel ilişkiyi geliştirmek için dindar olmak zorunda değiliz. Bebeklerin mutlaka dindar olması gerekmez, ama onlar da kesinlikle özel bir yerden gelen özel, saf bir enerji taşırlar. Birçok tanınmış ve saygı gören spiritüel öğretmen, şifacı ve azizin de benzer bir enerji taşıdıklarından söz etmek ilginç gelebilir.

Bilinçli Enerji

İçsel ve dışsal yaşam gücü enerjisi uyum içinde olduklarında, aynı saflık düzeyine sahip olduklarında, aynı dalgaboyu/frekansta var ol-

duklarında ve aynı varoluş alemi içinde bulunduklarında, oldukça benzer enerjilerdir. Tek fark, içsel yaşam gücü enerjisinin bilinç ya da "zihin"e sahip olması ve bundan ayrı biçimde var olamamasıdır. Bilinçle içsel yaşam gücü enerjisi arasındaki yakın ilişki yüzünden, ağaçlar, kristaller, Toprak ya da diğer dışsal yaşam gücü enerjisi kaynaklarına karşı hissettiğimiz yakınlık ya da eşlik duygusunun tek nedeninin bunların bir kişisel karakter ya da zihne sahip olmaları olduğuna inanmak kolaydır. Ağaçlar, kristaller ve Toprak'taki gibi, dışsal yaşam gücü enerjisi zihin ya da bilince sahip değildir. Ancak, bu onları daha az özel ya da daha az kutsal "canlılar" yapmaz.

Bu yüzden içsel enerjilerimiz ve zihnimiz ayrılmazdır. Neredeyse tek olarak vardırlar ve oldukça yakın, birbirine bağlı bir ilişkiye sahiptirler. Aslında, genellikle fark etmesek de, düşünce ve duygularımız içsel enerjilerimize "biner"ler. İyi bir niteliği olan olumlu bir içsel yaşam gücü enerjisi taşırsak, bizim için olumlu zihin durumları geliştirmek kolay olur ve genellikle olumlu yaşam deneyimlerine çekilir ve sorunların daha kolay üstesinden geliriz. Aynı şekilde, bilinçli bir biçimde güven, iyilikseverlik ve bilgelik geliştirmeye çalışırsak, bu içsel enerjilerimizin niteliğini yükseltecek, bunun sonucunda da sağlımızı ve yaşamımızın başka birçok yönünü düzeltecektir. Antikle Çağdaşı Birleştirmek

Sinir sistemi, zihin ve içsel enerjilerimiz arasındaki bağlantıya geri dönecek olursak, refleksoloji uygulamasının sinir sistemini uyardığı ya da gevşettiğini söyleyebiliriz. Bu uyarım ve gevşeme aynı anda zihni ve içsel enerji sistemimizi etkiler. İleride daha ayrıntılı bir şekilde açıklanacağı gibi, iyi olma potansiyeline sahipsek, sadece sinir sistemi aracılığıyla zihni ve içsel enerji sistemini tedavi ederek, uyararak, gevşeterek ya da "masaj yaparak" doğal olarak iyi bir sağlık yönünde yol alırız. Doğru koşullar sunulduğunda bedenimiz herhangi bir şekilde bunu gerçekleştirme eğilimi gösterir. Refleksoloji ve diğer terapilerde yaptığımız şey sadece bu süreci teşvik etmek ve iç huzur, "boşluk" ve iyileşmeye yol açan diğer koşulları yaratmaktır.

Yalnızca ayaklara masaj yapmaktan kaynaklanan fiziksel ve zihinsel sağlıktaki olumlu değişimleri görmek gerçekten şaşırtıcıdır. Bunun büyük bölümü, sadece refleksoloji tedavisi sırasında oluşturulan derin fiziksel ve zihinsel gevşeme nedeniyledir, çünkü bu kendi içsel iyileştirme becerilerimizi yeniden kazanmamız için gereken başlıca koşullardan biridir. İyi bir beslenme, düzenli egzersiz, sosyal ve çevresel koşullar, zihinsel tutum vb. gibi başka birçok koşul da vardır. Ancak, iyi bir sağlığın bu kadar kolay kazanılmadığı ya da korunmadığı zamanlar da vardır; bu durumda daha derin çözümler aramamız gerekir. (Bunlar daha sonra, hastalığın nedeni ve tedavisi hakkındaki sekizinci bölümde incelenecektir.)

Genel olarak konuşursak, iyi bir motivasyonla refleksolojinin her düzeyde daha bütün ve sağlıklı varlıklar olmamıza yardım ederek kendimizin ve başkalarının yaşam kalitesini geliştirmede büyük ölçüde yardımcı olduğunu görebiliriz. Bu da daha sonra doğal olarak çevremizdeki kişilere ve tedavi ettiklerimizin arkadaşlarıyla yakınlarına yarar sağlar. Bir hastaya yardım ettiğimizde, dolaylı olarak o hastanın yakın bir bağı ya da ilişkisi olan kişilerin hepsine de yardım ediyoruz demektir. Başkalarına yararlı olmak için ne özel bir fırsat.

David F. Vennells, Refleksoloji
Kitabından Derleyen: Nusret Yılmaz

İRAD MAYIS AYI ETKİNLİKLERİ

Konferans
01 Mayıs 2012 Salı - Saat: 19.00 - 20.30
Konu: Ruhsal ve Zihinsel Durgunluk
Konuşmacı: Duygu Güner

Konferans
15 Mayıs 2012 Salı - Saat: 19.00 - 20.30
Konu: Duygusal Şifa
Konuşmacı: Bilge Buket

Konferans
29 Mayıs 2012 Salı - Saat: 19.00 - 20.30
Konu: Astral Seyahat
Konuşmacı: Nusret Sefa Yılmaz

Yer: İzmir Ruhsal Araştırmalar Derneği

1408 Sk. No: 6 Kat: 5 Da: 10 (Alsancak Camisi Karşısı)

Not: Bilgi için
lütfen 464 00 17 no'lu telefonumuzu arayın.