

Rüya Gören Evren

Bir Ben Yaratmak İçin Rüya Görürüz

Batılı Medeniyetlerin hatırlayabildiği kadar uzun zamandır, rüyalara karşı derin bir cazibe mevcut olmuştur. Kehanet gücüne veya geleceği görme gücüne sahip olduklarının kabul edilmesinin yanı sıra, geçmişin ve hatta geçmiş yaşamların anılarının yeniden canlandırılması için bile kullanılmışlardır. Birçok kültür rüya sırasında ruhun bedenden ayrıldığına ve diğer dünyalara yolculuk yaptığına, belki de hayal alemi adı verilen başka bir evreni ziyaret ettiğine inanır.



Rüyalar, zaman ve mekan sınırlamalarından kurtulmuş gibi görünür. Şair/filozof William Blake'in rüyaları, bir rüyanın kehanet ve yaratıcı gücünü gösterir yani rüya gören kişiye yaratıcı güç verdiği söylenen rüyalar vardır.

Avusturalyalı Aborjin efsanelerine göre evren, uzun bir zaman önce Büyük Ruh'un rüyası olarak bilinmeyen bir alemde vücut buldu. Bu ruh, hala rüya görmektedir ve kıyamet gününe kadar rüya görmeye de devam edecektir. Bu efsaneye göre, zaman ve mekan da rüyada ortaya çıkmıştır ve

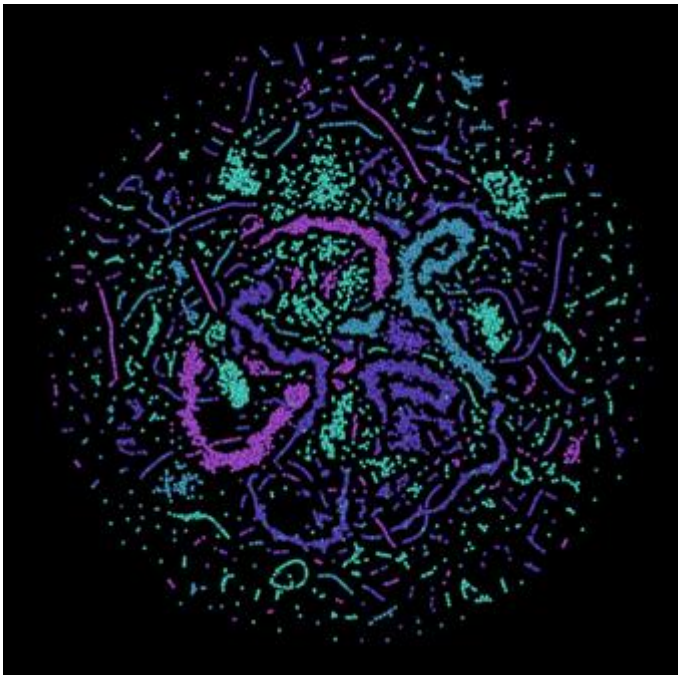
bütün her şey, tüm maddesel nesnelere, tüm yaşayan varlıklar ve bitkiler, hiçbir şey değildir. Sadece Büyük Ruh, tüm görüntüleri rüyada paylaşmak için olanak sağlamıştır. Kısacası, biz sadece rüya görme yeteneği olan rüyalarız. Biz aynı zamanda hem rüya göreniz hem de rüyanın ta kendisiyiz.

Rüyalar göründüklerinden daha fazlası mıdır, belki hayatın daha derin anlamlarına ve evrenin doğasının daha derin içgörüsüne işaret eder mi? Eğer öyleyse, bu içgörü ne olabilir? Belki Aborjin efsanesi daha derin anlama işaret eder. Yaşam sadece bir rüya mıdır? Şüphesiz bundan daha fazlası gibi görünür. Ya hepimizin çevresinde deneyimlediği günlük olaylar ve enerji? Onlarda sadece bir rüya mıdır?

Bu dolambaçlı sorulardan, efsanelerden günümüze, bizim batılı düşünüş tarzımıza, çevremizde gördüğümüz evreni gözetleme şeklimize ve bilhassa bir bilinç araştırmasına ve modern rüya bilimine çok uzun bir mesafe var gibi gözükabilir. Ancak, tür olarak hayatta kalmamız, özbenin ve evrenin evrildiği bu gerekli “öğrenme laboratuvarında”, rüya görmeyi hayati olarak görmeye başlayacağımız bu kitapta yapmaya çalışacağım tam olarak bu yolculuktur. Özetle madde, rüyalar yoluyla evrilir.

Evrin ve Rüyalar

Bu kitap, zaman ve evrim vasıtasıyla iki yol izleyecektir. Beynin nasıl geliştiğini görmek ve ayrıca, kişinin kişisel farkındalığını geliştirme yeteneğine, benlik kavramına, kılavuzluk eden rüyaların, evrimin gerekli bir yönü olduğunu görmek için zamanda geri gideriz. Ancak bu benlik kavramı daima değişir, daima büyür. Zamanda geriye gittikçe aynı zamanda, temeli nörobiyoloji, fizyoloji ve en derin noktasında kuantum fizik üzerine kurulan bir rüya görme teorisinde de gittikçe daha derine ineriz.



Evrim boyunca yolculuk bizi REM, uyku (REM; yani hızlı göz hareketi, rüya görmenin meydana geldiğini ima eder) uyumaya muktedir olan büyüyen, gelişen bir beyne sahip fetüsün kendisine kadar götürür. REM uykusu, sonrasında daha fazla beyin gelişimine ve beynin uyarılara tepki verme kapasitesinde artışa götürür.

Bu noktadan zaman içinde ileriye doğru hareket ederiz ve rüya görmenin bilinç evriminin laboratuvarı olduğunu görürüz. Bunu çeşitli biçimlerde görürüz; Avusturalyalı düş zamanı efsaneleri, telepatik rüyalar, lüsid rüyalar, rüyaların bedenle olan ilişkisi araştırmaları, ben ötesi rüyaları da içeren “büyük rüya” deneyimleri; sanatta, mimarlıkta ve politik sistemlerde kanıtlandığı üzere rüya görmenin uyanık yaşamla örtüşmesi ve rüyaların kuantum fizikle ilişkisi.

Rüya Görmek Nedir?

Elbette “Rüya görmekle neyi kastediyorum?” temel sorusu vardır. Lüsid rüyalar -rüya gören kişinin, rüya gördüğünün farkında olduğu rüyalar- hakkında konuşuyorum. “Gerçekten tüm her şey rüya görür mü?” demek istiyorum. Madde, daha çok hareketsiz ve cansız görünür. Belki bu sadece bir metafordur. Peki ya hayvanlar, onlar rüya görür mü? Bitkiler rüya görür mü? Peki ya kayalar veya okyanus? Tüm gezegenin rüya gördüğünü mü kast ediyorum?

Gerçekten evren kendini varoluşa mı “düşledi”; aslında hala rüya görüyor mu ya da hepsi sadece büyük bir patlama mıydı? Yoksa kendi hayallerimizin dünyasına mı işaret ediyorum, gündüz düşlerimize mi? Veya belki ruhların ve hayaletlerin dünyasına, UFO fenomenine ve benzer şeylere atıfta bulunuyorum. Cevap, bu kitapta göstermeyi umduğum üzere yukarıdakilerin hepsini içerir. Diğer bir deyişle, rüya görme, kişinin daha yüksek bir kişisel farkındalık geliştirmesini sağlayan, bilincinin gerekli bir bölümüdür.

Yukarıda anlatılan etkenlerin tümünün bunda nasıl rol oynadığını göstermek, uyku sırasında meydana gelen rüyalar hakkında ne bildiğimizin ve uyanırken gördüğümüz rüyalarla neyi kastettiğimin kavranmasını gerektirir. Uyanırken rüyalar? Bu terimler kendi aralarında çelişmiyor mu? Tüm bu soruları ve düşünceleri cevaplamayı umuyorum.

Bu aşamada okuyucuya ilk uyarımı yapmak istiyorum. Bir bilim yazarı olarak sıklıkla çatışma içindeyim. “Düz” bilim olarak, açık bir şekilde yazıldığını umarak, ne kadar anlatıyorum ve bir filozof ve metafizikçi olarak bu işlek yollardan kurumsal düşünme diyarına ne kadar geçiyorum? Gerçekle hayali ayıran aradaki çizgi nerede?

Bunu tam olarak bilmediğimi itiraf ediyorum. Sadece tahminde bulunabilirim. Elbette bazı gerçekler besbellidir. Rüya gören beynin nörofizyolojisi, kapsamlı şekilde incelenmiştir. Sinirlerimiz hakkında çok şey biliyoruz. Ancak “sinir” eksikliği veya fazlalığı hakkında az şey biliyoruz. Neyi nesnel olarak kavrayabileceğimizi anlıyoruz, ama kendi öznel deneyimlerimizi çok az anlıyoruz. “Görüyorum” cümlesinde fiille ilgili neyin doğru olması gerektiğini nesnel olarak biliyoruz, ama özne, bir şekilde hepimizin kendi içinde hissettiği o kıymetli “ben” hakkında, çok az biliyoruz.

Dolayısıyla rüya gören madde dünyasına yapacağımız yolculuk, aynı zamanda “ben”e yapılan bir yolculuktur, “rüya gören evren” olarak adlandırdığım teorinin açıklamasında er geç sonuçlanacaktır.

Rüyaların İlk Bilimi

Rüyalar Sigmund Freud, Carl Jung ve diğerleri tarafından bilimsel olarak incelenmiştir. Bilim dünyasına Freud, *ego* ve *id* gibi terimler kazanmıştır ve bu, onu bir bilinç yapısına yönlendirmiştir. Freud özneye “*ego*” adını verir. Ego ve özben aynı şey midir? Bu ego, kafalarımızın içinde mi? Yoksa ego veya “ben” başka bir yerde midir? Eğer başka bir yerdeyse onu nasıl ifade etmeliyiz ve nerede aramalıyız?

Beyinde görüntü ve anıların oluşturulduğu araçlar ve bilincin mekanikleri, özellikle Benjamin Libet’in eserleri, beynin zaman ve mekanda izdüşümsel çalıştığını kuvvetle iddia eder.

Jonathan Winson, J.Alan Hobson, Sir Francis Crick ve Graeme Mitchison, Montague Ullman ve diğerlerinin biyolojik ve fizyolojik verilerini ve teorilerini içeren rüya gören beynin incelenmesi, beynin holografik olarak görüntü üreten, mekanik olarak uyanıkken ve rüyada nöral ağ gibi çalıştığını kuvvetle iddia eder. Sonraki gelişmeler, fetüs ve yeni doğanların özbeni geliştirmek için rüya gördüklerini ortaya çıkarmıştır.

Uyanık Halde ve Rüyalarda Kişisel Farkındalık

Rüya gören nedir? Bu soru akıl-beden probleminin kalbinde yatar. Bu bizi, Arnold Mindell’in “rüya-beden” gibi, Jayne Gackenbach’ın lüsid ve “şahit” rüya çalışmaları gibi ve diğer birçoklarının kavramlarına götürür.

Son günlerde *lüsid rüyalara* büyük çapta bir ilgi olmuştur. Bu rüyalar, içerik ve deneyim açısından sıradan rüyalardan oldukça farklıdır. Rüya devam ettiği sırada, kişinin rüya gördüğünün farkında olması ve rüya sonrasında rüyasıyla ilgili hatırladığı canlı detaylarla ayırt edilirler. Kişi ayrıca, rüya varlığının olaylarının kendi kontrolünde olduğunu hisseder.

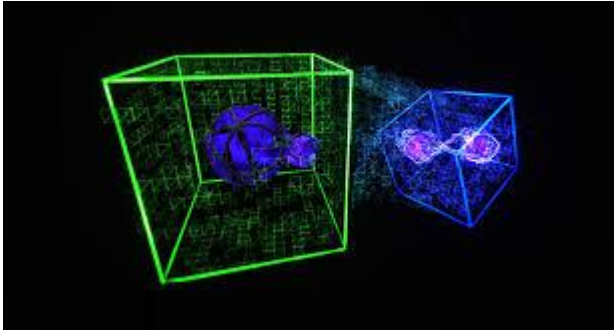
Bu *varlık* ifadesini kullanıyorum, çünkü kendi lüsid rüyalarımnda, her ne kadar onun da aynı zamanda “ben” olduğumu bilsem de, rüya gören varlığı, normal uyanan karakterimden farklı hissedirim. En çarpıcı farklılık, iki bilinçli akla bölünme farkındalığıdır: Evde yatakta uyuyan kişi ve rüyayı deneyimleyen ve başından beri evde yatakta olduğunu bilen kişi. Bir lüsid rüyadan uyanır uyanmaz, kişi rüyasını hemen hatırlar.

Lüsid rüyalarda özbenin farkında olmak? Bu ne demektir? Kişisel farkındalık nedir? Hepimiz kişinin farkında olmasının ne demek olduğunu biliyor gibi gözüküyoruz. Ama bu basit, günlük deneyim, ne bilimsel olarak veya bu meselede spiritüel öğretiler tabirince, henüz anlayamamıştır.

Kişisel farkındalığın basit anlamı; özbeni, özben olmayandan ayırt edebilme kabiliyetidir ve bunu yapabilmek için, kişinin rüya görmesinin şart olduğunu iddia ediyorum. Başka bir deyişle, evrende var olan en temel ayrımı oluşturmak için gereken işlem, rüya görmektir: Ben ve o, özne ve nesne. Bu nasıl olur? Böyle bir ayrım nasıl ortaya çıkar?

Büyük Rüyanın İçine Girmek

“Büyük rüya” deneyimi, UFO deneyimleri ve ölüm anı deneyimleri gibi tüm hayal alemi fenomenlerini içerir. *Kartalın Arayışı* (Eagle’s Quest) kitabımda, hayal aleminin nasıl büyük rüyaların kaynağı olabileceğini açıkladım. Ayrıca, şamanların maddeyi iyileştirmek ve dönüştürmek için bilinci nasıl değiştirdiklerini araştırdım. O kitapta, bazı zamanlar bilinç durumlarını anlamak için fizikteki akademik eğitimime dayanarak yeni metaforlar sağlamaya çalıştım. Burada büyük rüyayı hayal aleminin günlük hayatımıza girmesinin bir kanıtı olarak inceleyeceğiz.



Bunun bir örneği, rüyaların gelmiş geçmiş en büyük ve muhtemelen en zeki fizikçisi Wolfgang Pauli’nin çalışmalarını nasıl etkilediğine baktığımızda görülür. 1958’de ölen Pauli ile ilgili son yayınlar, kendisinin kuantum fizik ve psikolojinin örtüşmesi ile ilgili bir teori yönünde çalıştığını göstermiştir ve bu örtüşme kendisine rüya görüntüleri ile açığa vurmuştur.

Benliğiniz Nerededir?

Sonuç olarak nihayetinde bilincin nerede ve nasıl işlediğini ve rüya gören ve uyanan hayat arasındaki farkı neyin oluşturduğunu keşfetsek de, hala kendi gizemimizle yüz yüze kalırız. Özben, açıkça her birimizde mevcuttur ve böyle olduğu halde, sadece nerede bulunduğunu bilmeyiz. Holografik model ve otomatik kendiliğinden başvurma ile ilgilenen kuantum fizikten gelen kavramlara dayanılarak “neden kendimizi derimizin altında bulmayacağımız” konusu üzerine ışık tutacağız.

Özbenin bulunduğu yer konusu, uzun zamandır bizimle birlikte. Buna “akıl-beden problemi” denir. Görünen şu ki, bilim bu sorunu metafizik, felsefe, din, sinirbilim, bilgisayar bilimi, psikoloji ve fiziği içeren çok sayıda farklı öğretilerle çözmeyi denemiştir. Her biri cevabın önemli bir bölümüne ulaşmıştır, ama hiçbiri bilinç farkındalığının, özellikle kişisel farkındalığın rolü olmak üzere tüm saklı anlamını tam olarak sentezleyememiştir.

Belki de sadece günümüzde, tüm bu öğretileri kapsayan bir cevap formüle etmek, kuantum fizikteki kayda değer keşiflerden dolayı mümkündür. Kuantum fiziğinin, bu çalışmalar ve rüya görme arasındaki gereken bağlantıyı sağladığına inanıyorum. Kuantum fiziği, günümüzde insan akli tarafından tasarlanmış en güçlü, en kesin ve en yararlı bilim olarak nitelendirilir. Dünyayı çok küçük madde, enerji birimleri ve bunların etkileri açısından anlayabilmemizi sağlar. Yeni icatlar ne kadar etkileyici olsa da, kuantum fiziğinin etkileri daha da çarpıcıdır. Gözlemin maddeyi altüst ettiğini ve değiştirdiğini ima eder.

Yukarıdaki tüm gerçek ve teorilerin doğru olduğunu kabul edersek, sadece beynimizin holografik olarak çalışmadığını, ayrıca kuantum fizik ve David Bohm’un saklı düzen teorisine dayanarak madde ve enerji dünyasının da bu şekilde işlediğine dair oldukça garip bir sonuca ulaşırız. Bu görüşte yeni olan şey, öznenin de evren boyunca holografik olarak dağıtıldığı ve ortaya çıktığı, ondan neredeyse madde ve enerjinin dağıtıldığı ve ortaya çıktığı hemen hemen aynı şey olduğu fikridir – sanki bir rüyadan uyanır gibi.