

DUYUMSAL YOKSUNLUK, ÇİLECİLİK VE DİNSEL DENEYİM

Türker ALKAN

Tarihi inceleyen kişi, bugünü anlamayı ve yarını kestirmeyi amaçlar. Tarihsel deneyimler, bugünü ve yarını yorumlamamıza el verdikleri ölçüde anlamlıdır, önemlidir. Fakat, tarihle olan ilişkimizi tek yönlü olarak görmemek gerekir. Bugünün gelişen bilgi düzeyi ile birlikte, tarihsel olayları algılamamız ve yorumlamamız sürekli olarak değiştiği gibi; yarınımıza ilişkin beklentilerimizin değişmesi de tarihi değerlendirmemize yen boyutlar getirir. Kısacası, bir taraftan tarihin yardımı ile bugünün toplumunu anlamaya ve yarını öngörmeye çalışırız; başka bir yönden de, her kuşağın bilgi ve beklentileri tarihi yeni bir ışık altında yorumlamamıza yol açar. Dün, bugün ve yarın arasında hiç bitmeyen bir karşılıklı etkileşim söz konusudur. Konuya böyle bakınca, tarih, durağan bir olaylar yığını olmaktan çıkar, değişen toplumsal koşul ve beklentilerle birlikte yeni görünüşler kazanmaya başlar.

Ekonomide, sosyolojide, siyaset biliminde, psikolojide ... ortaya atılan yeni kuram, kavram ve görüşler; tarihin kısmen ya da tümüyle yeniden gözden geçirilmesini, tarihsel olaylara yeni bir açıdan bakılmasını gerektirebilir. Psikolojide 1950'lerden bu yana üzerinde çok durulan konulardan birisi olan *duyumsal yoksunluk* olgusunun, çilecilik ve dinsel deneyim açısından tarihsel olaylara ışık tutup tutamayacağı sorunlarını bu denemede irdelemeye çalışacağım.

ÇİLECİLİK

Din, bütün toplumlarda görülen, çok yönlü ve karmaşık olgulardan birisidir. Dini açıklamak ve anlamak için, birey ve toplum açısından bir çok varsayımlar ileri sürülmüş. Bu yazıda, çileciliğin dinsel deneyim açısından oynadığı rolü kısaca irdelemeye ve duyumsal yoksunluk çalışmalarının verileri ışığında incelemeye çalışacağım.

Çilecilik (asceticism), beden ile ruh arasında temel bir ayrım olduğunu var sayan dinlerde izlenen bir olgudur. Beden; geçici, dün-

yevi zevk ve ihtirasların kaynağı olan, insanların erdeme ulaşmasını engelleyen bir öge olarak görülür. Ruh ise ebedidir, gerçek mutlulukları ve temiz zevkleri ancak onunla tadabiliriz. Bedenimizin ruhumuzu kirletmesine engel olmamız gerekir. O halde, bedensel zevklerden vaz geçmeli, daha da önemlisi, kötülüklerin kaynağı olan bedenimize eziyet ederek ruhsal erişkinliğe ulaşmaya çalışmalıyız. Böylece, kendimizi ölümden sonraki ebedi yaşama en etkili bir biçimde hazırlamış oluruz.

Russell, çileciliğin, uygarlığın ilerlemesi ile daha çok ortaya çıktığını ileri sürüyor. Eski kutsal kitaplardan çok, yeni kutsal kitaplarda; Yunan uygarlığının ilk dönemlerinden çok, sonraki dönemlerinde görüldüğünü belirtiyor. Çileciliğin, uygar insanların hemen hepsinde, bir dereceye kadar da olsa görülebilen, kendiliğinden (spontaneous) bir olgu olduğu kanısında. (1)

Fakat, ilkel toplumlarda, özellikle erginleme (initiation) törenlerinde, çileciliğin geniş ölçüde uygulandığını görüyoruz. Bu nedenle, çileciliğin sadece uygarlıkla gelen bir olgu olduğunu ileri sürmek pek de doğru olmayacaktır. Erginleme törenine katılacak gençler, uzun süre ormanda veya dağ başlarında yalnız yaşamaya zorlanırlar. Vaftiz babaları olan yaşlı kişiden başkası ile ilişki kurmaları yasaklanır. Bu koşullar altında aylarca yaşamak zorundadırlar. Kendilerine çok az yemek verilir, bazen çok uzun bir süre oruç tutmaları istenir. Çok az uyurlar, konuşmaları yasaklanır. Gereksinmelerini el-kol hareketleri ile anlatmak zorundadırlar. Yıkanmaları, bazen hareket etmeleri bile yasaklanmıştır. Çıplak ve hareketsiz olarak toprağın üzerinde uzanıp aylarca beklerler. Bir çok erginleme töreninde, genç adama işkence uygulandığı da görülür. Larakia kabilesinde, vaftiz babaları ve muhafızlar, hiç bir neden yokken ve birden bire, erginlenecek genci dövmeğe başlarlar. Sopa ile dövülmek, altında ateş yakılan yataklarda sesini çıkarmadan yatmak, ısırılmak... bir çok kabilede görülen uygulamalardır. (2)

(1) Bertrand Russell. *Why I Am Not a Christian*. N.Y.: Simon and Schuster, 1957, s. 173.

(2) Emile Durkheim. *The Elementary Forms of Religions Life*. N.Y.: Collier Books, 1961, s. 349-353.

Bu arada, "beyin yıkama" adı verilen yöntemle, erginleme törenleri arasındaki büyük benzerliğe de dikkati çekmek gerekir. Her iki durumda da, bireyin kişiliğini ve dünya görüşünü değiştirme amacı vardır. Erginleme törenlerinin yakından incelenmesi, "beyin yıkama"nın hiç de sanıldığı gibi yeni ve çağdaş bir yöntem olmadığını gösterebilir.

İsa'dan önceki Akdeniz ülkeleri, kâhinlerin, falcıların, keramet sahiplerinin, mucize yaratıcılarının dolup taşıdığı yerlerdi. Bu ortamda çilecilik hızla gelişti. Kendi bedenlerine karşı yaptıkları eziyeti çok ileri götüren çileci dindarların öldüğü bile oluyordu. Mısır çöllerinde yaşayan Therapentae'ler (ruhu tedavi edenler), tek başlarına hücrelerde kalıyor ve cinsel ilişkiden kaçınıyorlardı. Örneğin, Apollonius on altı yaşında, evliliği, eti, şarabı bıraktı, hiç bir zaman traş olmadı ve beş yıl süreyle konuşmadı. Kapalı kapılardan geçmek, bütün dilleri anlamak, şeytanları kovmak, ölüleri diriltmek gibi olağanüstü yetenekleri olduğuna inanılırdı. (3) Mısır'lı ünlü din adamlarından Hermes de sık sık ıssız yerlerde inzivaya çekilirdi. Nihayet, bir gün tek başına çölde iken Tanrı Oziris ile konuştu. (4)

Mısır'ın bu ortamında, çileciliği kurumsallaştıran bir örgüt biçimi olarak ilk manastırların geliştiğini görüyoruz. Korma'lı aziz Anthony ilk manastırı 300 yıllarında kurdu. On beş yıl, yalnız olarak, evinin yakınındaki bir kulübede yaşadı ve çileciliği kendi köyünde yaymak istedi, fakat başarılı olamadı. (5) Bunun üzerine köyünden ayrıldı ve yirmi yıl çölde kaldı. Bu yalnızlığı sırasında, kendisini günaha çekmek isteyen kadın ve erkek kılığında girmiş şeytanları görüyor, onlarla baş edebilmek için durmadan dua edip oruç tutuyordu. Zamanla, Anthony'nin çevresinde kendisi gibi yaşayan kişiler toplanmaya başladı. 315-320 yıllarında, bu münzeviler topluluğunu Pachamins örgütleyerek manastırları geliştirdi (manastır, yalnız yaşayan anlamına geliyordu). Bu manastırlar öyle bir ilgi topladı ki, kısa bir süre sonra 10.000 rahib ve 20.000 rahibe buralarda yaşamaya başladı. (6)

Manastırlar, bir arada yaşanılan, küçük hücrelerde inzivaya çekilinen yerlerdi. Mimari ve yaşama biçimi, dışarı ile olan ilişkiyi en az düzeye indirecek tarzdaydı. Bununla birlikte, manastırların çevresinde yaşayan, çok ender durumlarda manastırlara gelen ge-

(3) Will Durant, *Caesar and Christ*. N.Y.: Simon and Schuster, 1944, s. 525-526.

(4) Enver Behnan Şapolyo. *Peygamberler Tarihi*. Ankara: Önasya Yayınları, 1968, s. 31-32.

(5) İsa ve Muhammed'in de ilk çıkışlarında kendi kentlerinde başarısız olmaları ilginçtir. Belli ki kişinin kendi köyünde peygamber olması oldukça zor bir iş.

(6) Bertrand Russell. *A History of Western Philosophy*. N.Y.: Simon and Schuster, 1945, s. 376.

John B. Noss. *Man's Religions*. N.Y.: Macmillan, 1968, s. 641-642.

Encyclopedia of Religion and Ethics. (Ed.) J. Hastings. N.Y.: Charles Scribner's Sons, 1951, c. VII, s. 788.

niş bir münzevi topluluğu da bulunuyordu. Bu münzeviler, mağaralarda, çöllerde, direklerin ve ağaçların tepelerinde, kovuklarda yaşıyorlardı. Bu koşullarda uzun yıllar geçirenler vardı. Kuşkusuz ki, yalnız geçen sürenin uzunluğu ile birlikte, kutsallıkları da artıyordu. Manastırda uyulması zorunlu kuralların başında sessizlik ve yalnızlık geliyordu. Manastırlarda oturanların dış dünya ile iletişim kurması çok katı kurallarla sınırlandırılmıştı. Dağlarda ve çöllerde yalnız yaşayan münzevilerin yalnızlığını bozan tek şey, ara sıra yemek getiren ruhani babaları idi. Bu durumda da konuşulmaz, yiyecek belirli bir yere bırakılır ve gidilirdi. Mısır'da gelişen bu manastırlar, Suriye'de ve Anadolu'da hızlı yayıldı, daha sonra Avrupa'da görülmeye başlandı. (7)

Hıristiyan azizelerinin büyük bir çoğunluğu, "sessizlik ve yalnızlık"la eğitildiler. Aziz Benedict, yirmi yaşında, Roma'daki zengin ve rahat yaşamını bırakıp bir mağaraya kapandı ve üç yıl süreyle kimseyle görüşmeden orada kaldı. Aziz Bernard, otuz sekiz yıl, saman yatağından başka hiç bir şeyin sığmadığı küçük bir hücrede yaşadı. Kilisenin verdiği görevleri yerine getirmek için, bu süre içinde sadece on iki kez hücrelerinden çıktı. Aziz Francis, derin bir vadideki kulübesinde yalnız oturuyor, oruç tutuyor, bir takım dinsel imgeler görüyordu. Uzun bir oruç ve dua sonucunda, yalnız havada uçan İsa'yı görmeye kalmadı, İsa'nın çarşıdaki yara izlerinin kendi vücudunda da belirdiğini izledi. Aziz Finnochua, koltuk altlarından geçirilmiş demirlerle kendisini boşlukta sallandırarak yedi yıl geçirdi. Böylece, dünyada boşalttığı yer karşılığında, kendisine cennette bir yerin ayrılmasını garanti etmek istiyordu. Aziz Mochua, kendi isteği ile bir hapis hücresinde yaşıyordu. Aziz Kevin, yedi yıl ayakta, uymadan ve kılmıdamadan durdu. Bu arada açık duran avucunun içine kuşların yuva yapıp yumurtalarını bıraktığı ve yavrularını yetiştirdiği söylenir. (8)

İsa'nın üzerinde büyük etkisi olan ve onu taktis eden Yahya, halkın arasına karışıp dinsel bildirisini iletmeden önce uzun yıllar çöllerde yalnız yaşadı. İsa da takdis olmasını izleyen kırk gün içinde çöllere çekildi, yalnız kaldı. Bu sırada Şeytan'ın İsa'yı baştan çıkarmak için çok uğraştığı söylenir. (9)

(7) Noss, s. 642.

Encyclopedia of Religion and Ethics, c. VII, VIII, s. 784-788.

(8) Will Durant. The Age of Faith. Simon and Schuster, 1950, s. 791-800.

Bertrand Russell. A History of Western Philosophy, s. 377-380.

Encyclopedia of Religion and Ethics, c. VII, VIII, s. 72.

(9) Noss, s. 596.

Hindu ve Buda dinlerinde de rahipler manastırlarda, kayalara oyulmuş inlerde, ormanlarda uzun süre yalnız yaşayarak meditasyona dalarlardı. Benares'li bir Brahman fakiri, çivili yatağı üzerinde çıplak olarak otuz beş yıl uzanmıştı. Tırnakları avuçlarını delip diğer taraftan çıkıncaya kadar ellerini yumruk yapıp oturanlar da vardır. Yıllarca konuşmayanlar, uzun süreler oruç tutanlar çok sık görülürdü. Bir Hindu dul kadın yer altında yaptırdığı hücrelerinden çıkmadan 38 yıl geçirmişti. Büyük bir üne kavuştu, ülkenin uzak köşelerinden kendisini ziyarete gelenler oldu. (10)

Buda'nın kendisi de bu deneyimlerden geçti. Yirmi dokuz yaşında zengin babasının evini terk ederek ormanlara daldı. Altı yıl süreyle tek başına ormanlarda ve dağlarda dolaştı. Çok az yiyerek ve bedenine eziyette bulunarak çileciliği denedi. Rahatsız edici elbiseler giyiyor, günlerce aynı pozisyonda duruyor, dikenler üzerinde oturuyor, çürüyen cesetler arasında yaşıyor, yıkanmıyordu. Kir, bedeninden kendiliğinden dökülür olmuştu. Günde bir tahıl veya pirinç tanesiyle idare ettiği gibi, bazen kendi pisliğini bile yediği oluyordu. Nihayet, "büyük gerçek" kendisine açıklanıncaya kadar kalkmama kararı ile bir incir ağacının altına oturdu. Sekizinci gün büyük deneyim başladı ve kırk dokuz gün süreyle aynı yerde kaldı. (11)

Janiizmin kurucusu Mahavira da Buda'nınkine benzer bir yaşam sürdürdü. Bir mihracenin oğlu idi. Servetini bırakarak otuz bir yaşında din adamlığına, çileciliğe başladı. Elbiselerini çıkarıp çınl çıplak dolaşarak tanrısal gerçeği aramaya koyuldu. Üzerine biriken böcekleri ve sinekleri kovmuyor, kendisini kaşımıyordu bile. Konuşmama yemini olduğu için, kendisine kızan halkın, meditasyonu sırasında işkence yapmasına, bıcağıyla vücudunu kesip, saçlarını yolmasına aldırmandan sessizce duruyordu. Böylece geçirdiği on üçüncü yılın sonunda tanrısal gerçeği buldu, Nirvana'ya ulaştı. (12)

Konuşmama, yememe, toplumsal yalıtılma gibi olguları, eski Japon dini olan Şinto'da da görüyoruz. (13)

Müslümanlıkta yaygın bir çilecilik uygulaması olmamakla birlikte, bir çeşit sufi manastırı olan hanegâhlarda, yalnızlık, sessizlik,

(10) Encyclopedia of Religion and Ethics, c. I, s. 92-95; c. VII, VIII, s. 782-797.

(11) Noss, s. 172.

Huston Smith. The Religions of Man. N.Y.: Harper and Row, 1965, s. 93-96.

(12) Noss, s. 156-162.

(13) Encyclopedia of Religion and Ethics, c. I, s. 96.

oruç ve uykusuzluk, şeytana karşı mücadele ve olgunlaşmada belli başlı araçlar olarak kullanılmıştı. (14)

Buraya kadar, sessizlik ve yalnızlığın, dinsel deneyimde, özellikle, "vahiy", "nirvana", "melekleri görme", "şeytanla mücadele etme", "tanrısal mesajlar alma" konularında büyük bir önemi olduğunu gördük. Kendilerini toplumdan yalıtılarak meditasyona dalar bu kişiler, gerçekten doğaüstü, tanrısal bir deneyim mi geçiriyorlardı, yoksa, içinde buldukları fiziksel-biyolojik koşulların doğal bir sonucu olarak bazı imgeler görüp sesler işitiyor ve bunları beklentileri doğrultusunda mı yorumluyorlardı? Bu konuda aydınlatıcı olabilecek bir dizi çalışma yapılmış bulunmaktadır. "Duyumsal yoksunluk" başlığı altında toplanabilecek olan bu çalışmalara şimdi kısaca bir göz atalım.

DUYUMSAL YOKSUNLUK

Duyumsal yoksunluk çalışmaları, uzun süre hastahane de yalıtılmış hastalarda gelişen psikopatolojik bazı belirtilere dikkati çeken Solomon ve arkadaşlarının 1958'de düzenledikleri bir sempozyum ile başladı. Bu hastalarda veya çok yüksekte, uzun süre yalnız uçan pilotlarda, patolojik endişe duygusu, sabuklama (hezeyan : delusion) ve sanrılar (hallucinations) görüldü. Bu belirtiler, tıbbi veya psikiyatrik tedavi yöntemleri ile değil, çevrede algılanan ortamı zenginleştirerek giderilebildi.

Bunun üzerine, duyumsal ve algısal yoksunluk çalışmaları başladı ve giderek psikolojinin önemli çalışma alanlarından birisi duruma geldi. Duyumsal yoksunluk çalışmalarında, uyarıların en düşük olası düzeye indirilmesi amaçlanır. Deneklerin, özel olarak yapılmış havuzlarda uzun süre su altında tutulması, ses geçirmeyen karanlık odalarda hareketsiz olarak yatırılması gibi yöntemler uygulanır. Algısal yoksunluk çalışmalarında ise, amaç, uyarıların en düşük düzeye indirmek değil, uyarıların anlamlı ve örgütlü bir bütünlük içinde algılanmasına engel olmaktır. Yaratılan yapay ortamda (genellikle laboratuvar odası), ışık ve ses uyarıların, geleneksel algılama alışkanlıklarının dışına taşan düzensizlik, örgütsüzlük ve rastgelelikle verilir.

(14) A.J. Arberry, *Sufism*. London : George Allen and Unwin Ltd., 1950, s. 75.
Encyclopedia of Religion and Ethics, c. I, s. 104.

(15) Bu sempozyumda sunulan bildiriler daha sonra yayınlandı :
P. Solomon, P.E. Kubzansky, P.H. Leiderman, J. H. Mendelson, R. Trumbull,
D. Wexler. *Sensory Deprivation*. Cambridge, Mass. : Harvard U.P., 1961.

DY (duyumsa yoksunluk) çalışmaları sırasında, beyin dalgalarının faaliyetinin azaldığı ve telkin (propaganda) yoluyla davranış değişikliğinin oldukça kolay bir biçimde gerçekleştirildiği izlendi. Fakat, her iki durumda da denekler arasında büyük farklar bulunduğu görüldü. (16) "Beyin yıkama" adı verilen davranış değiştirme yönteminde bireylerin katı bir biçimde çevrelerinden yalıtılmasının nedeni, bu gözlemlerle daha iyi anlaşılmaktadır.

Yapılan çalışmaların bir kısmında, yalıtılmayı izleyen dönemde, dikkati bir noktada yoğunlaştırma ve problem çözme yeteneklerinin bir ölçüde azaldığı görüldü. Öznel olarak bilişsel yeteneklerin azaldığına ilişkin bu tür raporlar varsa da, yapılan nesnel ölçümlerde bu durumun gerçekte pek de önemli olmadığı anlaşıldı. Yapılan başka çalışmalarda ise, bilişsel-düşünsel yeteneklerin hiç bir biçimde sekteye uğramadığı, hatta yalıtılmayı izleyen ilk günler içinde, ezberleme, sözlü ve soyut uslamlama (muhakeme) gibi yeteneklerde ilerleme olduğu bile saptandı. DY'un uzaması durumunda, uğranılan bilişsel zedelenmelerin uyumla düzeldiği de görüldü. Bu arada, DY sırasında öğrenme yeteneğinin önemli ölçüde arttığı izleniyor. Yapılan çalışmalarda, bilişsel-düşünsel düzeyde bir zedelenme doğması durumunun, duyumsal yoksunluktan çok algısal yoksunlukla ilgili olduğu bulundu. Özet olarak, DY sonucunda, bireyin bilişsel-düşünsel yeteneklerinden genel bir sorun ortaya çıkmamaktadır. Bu yeteneklerin bir kısmı kısa bir süre zedelense bile, uyumla tekrar eski düzeyini bulmaktadır. Öte yandan, çilecilik ve dinsel deneyim açısından önemle üzerinde durulması gereken bir nokta, sözlü ve soyut uslamlama yeteneklerinde belirli bir gelişmenin görülebilmesidir. (17)

DY deneylerinde, deneklerin bir kısmında sanrısız imgeler ve ses işitmeler olduğu görüldü. Bu imge ve sesler çoğu kez basit bir yapı göstermekle birlikte, bazı durumlarda yüksek derecede karmaşık ve örgütlüdür. (18) Freedman ve arkadaşlarının yaptığı araştır-

(16) Duane P. Schultz. *Sensory Restriction: Effects on Behavior*. N.Y.: Academic Press, 1965, s. 57, 72-76, 80.

(17) Schultz, *agy*, s. 61-72, 76-77.

J.P. Zubek, W. Sansom, A. Prysiaznik, "Intellectual Changes During Prolonged Perceptual Isolation," *Canadian Journal of Psychology*, 1960, 14, s. 233-243.

(18) N. Cohen, "Sources of Reports of Visual and Auditory Sensations in Perceptual Isolation Experiments." *Psychological Bulletin*, 1964, c. 62, s. 1-20.

J.P. Zubek, "Effects of Prolonged Sensory and Perceptual Deprivation." *British Medical Bulletin*, 1964, c. 20, s. 38-42.

mada, sekiz denek, sekiz saat süre ile DY deneyinden geçti. Deneklerin bir kısmı mızganma (hypnagogic) durumuna geçti, bir tanesinde açıkça paranoid eğilimler belirdi. Deneklerin dördünde vücut imgeleri değişti (organların vücutlarından ayrıldığını görme gibi), diğerleri ise paranoid nitelikte korkular duydular. (19) Bir başka deneyde de, 2-3 gün süreyle DY deneyinden geçen 29 denekten 25'inin sanrıya ilişkin raporlar verdiği görüldü. (20)

Sanrı görme üzerine telkin ve beklentilerin etkili olup olmadığını saptamak için yapılan bir diğer çalışmada, 14 erkek denek sadece bir saat DY deneyinden geçirildi. Fakat, deneyden önce, beklenen sonuçlarla ilgili olarak (algılanacak sanrısız ses ve imgeler üzerine) bilgi verildi ve "sanrı yaratıcı" (hallucinogenic) olduğu söylenen (aslında hiç bir etkisi bulunmayan) birer hap verildi. Bu koşullar altında, uzun süre DY deneyiminden geçmiş olan deneklerin bildirdiğinden çok daha yüksek oranda sanrısız imge ve ses algılandığına tanık olundu. Deneklerden on ikisi imge, on dördü de ses algıladıklarını bildirdiler. (21) Fakat, daha sonra yapılan çalışmalar, Jackson ve Kelly'nin bulgularını doğrulamadı. Telkin ve beklentilerin, basit ve örgütlenmemiş sanrısız algılamalarda etkili olduğu, daha üst düzeydeki sanrısız algılamaları etkilemediği görüldü. (22)

Açıklanması zor bir olgu, Solomon ve arkadaşlarının, DY sırasında izlenen sanrısız deneyimlere dikkati çekmesinden sonra yapılan ilk araştırmalarda yüksek oranlarda sanrısız algılamalar olduğunun bildirilmesine karşın, son yıllarda yapılan deneylerde sanrısız algılama bildirimlerinin gittikçe düşmekte olmasıdır. Genellikle, yapılan araştırmalarda, sanrısız imge algılanması deneklerin yarısında görülmekte, daha örgütlü imgelerin algılanmasına ise deneklerin sadece % 20'sinde rastlanmaktadır. (23)

Sanrısız algılama, bir uyku öncesi veya kendinden geçme durumunda beliriyor. Tam tersine, belirli derecede bir uyanıklığı ve

- (19) S.J. Freedman, H.U. Grunebaum, M. Greenblatt, "Perceptual and Cognitive Changes in Sensory Deprivation," *Sensory Deprivation*. (Der. Solomon), s. 58-71.
- (20) H. Woodburn, "Cognitive and Psychological Effects of Perceptual Isolation," *Sensory Deprivation*, (Der. Solomon), s. 6-33.
- (21) C.W. Jackson ve E.L. Kelly, "Influence of Suggestion and Subjects' Prior Knowledge in Research on Sensory Deprivation," *Science*, 1962, c. 132, s. 211-212.
- (22) Marvin Zuckermann, "Hallucinations, Reported Sensations, and Images," *Sensory Deprivation: Fifteen Years of Research*. N.Y.: Meredith Co., 1969, s. 109-111.
- (23) Zuckermann, s. 86.

uyarılmışlığı gerektiriyor. Bu olgu, deneklerin bildirimlerinden ve beyin dalgası ölçümlerinden çıkarılıyor. Zaman içinde, önce belirli bir anlam taşımayan örgütsüz sanrısız algılamalar ortaya çıkıyor, sonra, daha anlamlı, karmaşık ve üst düzeyde örgütlenmiş algılamalar izleniyor. Yapılan çalışmalarda, kişilik farklarının ve zekânın sanrısız deneyimleri etkileyip etkilemediği konusunda kesin bir sonuca ulaşılamadı. (24)

Yapay laboratuvar koşulları dışında, doğal nedenlerle uzun süre yalnız kalan kişilerle ilgili araştırmalarda da, yukarıda özetlenen deney sonuçlarına benzer algılama ve davranma biçimlerinin geliştiği görüldü. Bu kişilerde, özellikle, sanrısız imge ve ses algılamaları, kendini "kurtarıcı" gibi görme eğilimi, doğaüstü güçlere inanç, yaşayan varlıklara karşı büyük bir sevgi, cansız cisimlerle konuşma ... gibi davranış, tutum ve eğilimler ortaya çıkıyor. Fakat, yalnızlığın bu etkilerinin, insanlar veya gruplar üzerinde aynı biçimde kendisini göstermediği de izleniyor. (25)

(24) Zuckermann, s. 105, 119-121.

(25) J. Lilly, "Mental Effects of Reduction of Ordinary Levels Physical Stimuli on Intact Healthy Persons, *Psychiat. Res. Rep.*, 1956, c. 5, s. 1-9.

SONUÇ

Çilecilik deneyimlerinin dinle ilişkisini kısaca gördükten ve DY çalışmalarının sonuçlarını gözden geçirdikten sonra; "yalnız kalma", "sessizlik" gibi durumların, "vahiy", "nirvana", "melekleri görme", "Tanrı ile konuşma" deneyimlerine yol açtığını ileri sürebiliriz. Çilecilerin baş vurduğu, uzun süre oruç tutma, kendi bedenine eziyet etme gibi davranışlar, büyük bir olasılıkla, sanrısızlık imge görme sürecini hızlandıran, sanrıları daha canlı ve örgütlü kılan araçlardı. Bunların yanısıra, geçireceği dinsel deneyimin niteliği konusunda kendisini önceden koşullandırmış olan kişinin beklentileri de sonucu etkiliyor olabilir.

Ayrıca, duyumsal yoksunluğu doğal olarak sağlayan Ortadoğu'nun tekdüze görünümlü çöllerinin, bu bölgede çok sayıda peygamber ve din çıkmasını etkileyen öğelerden birisi olduğu da söylenebilir.

Bu söylenenler, kuşkusuz ki, din olgusunu çileciliğin mekanik bir yorumuna bağlamak anlamına gelmeyeceği gibi; meditasyonun tek sonucunun "tanrısal deneyim" olduğu savı da ileri sürülmektedir. Çilecilik ve meditasyon, belirli dozlarda kullanıldığı zaman, gerçekten insanın kişiliğini zenginleştiren, iç dünyamızı anlamamızı ve kendimizi tanımamızı sağlayan, irademizi bileyen bir yöntem olabilir. Fakat, bu yöntemi, yukarıdaki örneklerde görüldüğü gibi aşırı bir biçimde kullanmak, bedensel sağlığı zedeleyebileceği gibi, akıl sağlığı açısından da pek iyi olmayan sonuçlar doğurabilir.