

Yaklaşık 50 yıl önce batıda yapılan ve gelişmiş teknoloji çağında daha kolay olan GELECEKLE ilgili rüyaları ve durugörülerini bir araya getirme çalışması ülkemiz için bir ilk olacaktır. Bunun için de herkesin ulaşabileceği internet üzerinden rüyaları bir araya getirme en hızlı yoldur. Bu ülkede 71 milyon insan var ve her gece yaklaşık 2 saat rüya görüldüğü düşünülürken, dün gece Türkiye'de 140 milyon saat rüya görüldü demektir. Bu 365 gün ya da bir yıl için  $70 \text{ milyon} \times 2 \times 365$  ile çarpımı yapar ki, varın bunu siz hesaplayın. Bu 51 milyar 100 milyon saat rüya demektir. Bu rüyalarda anlamlı bir şeyler yok mudur?

3200 yıl önce Çanakkale Boğazı yakınlarında "Troya" kentinin barışsever ve cesur insanları, kral Priamos'un idaresi altında uzun yıllar barış içinde bir hayat sürmüşler. Birgün, kral Priamos'un karısı Hekabe bir rüya gördü. Rüyasında, karnından ateşler çıkmakta ve ateşin dumanı, bütün Troya surlarını sarmaktaydı. Hekabe, bu rüyasını önce kocasına; daha sonra da bir kahine anlattı. Kahinin yaptığı yorum, hiç de iç açıcı değildi. Ona göre, Hekabe, hamileydi ve doğacak olan çocuk, ilerde Troyalıların başına büyük dertler açacak, kentin yok oluşuna neden olacaktı. Bu kehanete inanan Kral Priamos, çocuk doğduktan sonra bir adamını bebeği öldürmek için görevlendirdi. Savunmasız yeni doğmuş bebeği öldürmeyen Troyalı adam, onu o zaman ki adı "İda" olan bugünkü "Kazdağı"na götürüp, bir ormana bırakır. Nasıl olsa, yabani hayvanlar onu öldürür diye aklından geçirir. Bebeği dağa bırakırlar ama bir çoban onu bulur ve yetiştirir. Bu çocuk, ilerde gerçekten Troyalıların başına birçok dertler açacak ve hatta yok oluşuna neden olacak olan, Atinalı Helen'le büyük aşk yaşayan ünlü Paris'tir.

Hepimiz günlük yaşamımızda, Troya'da kraliçesi Hekabe'nin sonradan Troya'nın yok oluşuna neden olacak büyük toplumsal olayları işaret eden rüyalar gibi olmasa da, bizde sürekli rüyalar görürüz. Aradan geçen 3200 yıla karşın çok bir şey değişmemiş, bizim ve tanıdığımız kişilerin gelecekte olan bir olayı çok önceden rüyalarında görmelerini artık kanıksamışızdır. Bunu neredeyse doğal insansı bir yetenek ve hatta bazıları için de doğaüstü yetenek olarak karşılarız ama bize biraz da şaşkınlık varir. Rüyalarla ilgili olarak önceden bilme ya da haber alma iki şekilde olabilmektedir. Birincisi, sonradan ortaya çıkacak konu ile hiç bir ilgisi olmayan bir kişinin rüyasında görmesidir. Buna sıradan bir vatandaşın, 11 Eylüldeki ikiz kulelerin yıkılmasını rüyasında görmesi örnek olarak verilebilir. Bu durumda kişi dünyanın herhangi bir yerinde olabilir ve ikiz kulelerle herhangi bir ilişkisi olmaz. İkincisi, bir konu üzerinde yoğunlaşmış ama bir türlü bir sonuca ulaşamayan kişinin rüyasında çözüme ulaşmasıdır. Bu durumda genellikle

önceden hazır olan bir beyin vardır. Kişi hemen hemen tüm eforunu bir konu üzerinde odaklar. Uyanık zihni-bilinci ile çözemediği problemi, rüyasındaki zihin-bilinci ile çözer ve uyanınca da bunu günlük yaşamındaki soruna uygular. Bu durum daha sıktır ve bilim tarihinde de örnekleri sıktır. Birinci hadisenin ortaya çıkışı olasılık yasaları (büyük sayılar kuralı) içerisinde açıklanabilirken, ikinci durum hazır olan bir beynin, uyku ve rüya sırasında çalışmaya bir şekilde devam etmesi, çözüme ulaşması ile açıklanabilir. Ancak, her iki durum içinde, daha sonra değinileceği üzere “mucize etkisi” ve “seçici bellek” ortaktır.

### **Büyük Sayılar Kuralı**

Rüyada önceden bilmelerin olası bir açıklaması da, John Allen Paulos tarafından öne sürülen “büyük sayılar kuralı” olabilir. Buna göre milyonlarca saat rüya gören bir toplumun önceden bazı olayları bilebilmesi olasılık dahilindedir. Örneğin, Türkiye’de 70 milyon insanın her biri, her gece an az 2 saat rüya görür. Her rüya yaklaşık 50 farklı tema içerir. Bu yaklaşık günde görülen 140 milyon saat süren rüya demektir. Yıllık 365 günle bu sayıyı çarparsanız 51,100,000,000 saat rüya süresi yapar (bütün bu sayıları da 250 farklı rüya içeriği ile çarparsanız artık rakanlar epey büyür). Dünyadaki 7 milyar insan için günlük düşünüldüğünde, 7 milyarx2 saat rüya=14 milyar saat, her gün gezegenimizde insanlar rüya görür. İstatistiksel olarak kişilerin rüyalarının karakterleri, konu ve sembolleri farklıdır. Çoğu kişinin farklı bir geçmişi, problemleri ve zihinlerinde gerçek yaşamın farklı yansımaları vardır. Rüyada görülen bir olayın gerçek yaşamdaki bir olayla eşleşmesi ne paranormal bir etkidir, ne de geleceği önceden bilmedir. Bu anormallikleri “rastlantısal eşleşme” olarak adlandırmak daha doğru olacaktır.

Büyük sayılar kuralına göre, Dünya’da 7 milyar insanın her gün toplam olarak gördüğü 14 milyar saat rüya vardır. Bunların çoğunluğu anlamsızdır ve ertesi gün bilinçli zihnimizle hatırladığımız günlük yaşamdaki olaylarla herhangi bağlantısı kurulmaz. İstatistiksel kurallara göre; eğer yeterli deneme yapılırsa, istediğimiz sonuç sadece olasılık dahilinde değildir, büyük bir oranda istediğimiz sonuç gerçekleşecektir. Örneğin, bir kişinin önceden birisi tarafından rüyada ve ertesi gün de günlük yaşamda görülme olasılığı epey yüksektir: 1/4144545. Yakın zamanda yapılan hesaplamalara göre, her gece gezegenimizde görülen rüyaların yaklaşık 1.5 milyon kadarı geleceği görme eşleşmesi içerir.

Paulos, yukarıdakine benzer bir olayın gerçekleşme ihtimalinin pek de sandığımız kadar düşük olmadığını gösteriyor: Hesaplamanın kolaylığı açısından, herhangi bir rüyanın gerçek hayattaki bir olayla benzeme olasılığının 1/10,000 yani 0.0001 olduğunu düşünelim. Bu oran gerçekten de oldukça düşüktür ve neredeyse sıfıra yakındır. Doğal olarak, gerçek yaşamla örtüşmeyen bir rüya görme olasılığı da 9,999/10,000 yani 0.9999 olacaktır (%99). 1 yıl boyunca bu hesabı yayacak olursak, bütün bir yıl boyunca gerçek yaşamla kesişmeyen rüyalar görme olasılığı  $[0.9999]^{365}=0.9641$  olacaktır. Diğer bir ifade ile yıl boyunca gördüğümüz 730 saat süren rüyanın %96.41'inin gerçek yaşamla hiçbir ilişkisi olmayacaktır. Ancak geriye kalan 1-0.9641'lik oran önceden tahmin edilen gerçek yaşam olasılığını göstermektedir ki bu rakam 0.0359'a diğer bir ifade ile %3.59'a eşittir.

Bu aslında oldukça yüksek bir orandır. Çünkü bu oran sadece bir yıllık zaman için ve sadece bir kişi için geçerlidir. Dünya üzerindeki 7 milyar insanın her birinin, yılda 7 milyar x 2 saat gece rüyası x 365 gün olarak düşünülduğünde ve rüyalarında %3.59 olasılıkla gerçekleştiğini düşünenecek olursak her yıl milyonlarca “önceden bilme” olayının olduğu rüya ortaya çıkar. Daha ilginç olarak, dünyadaki herhangi bir insanın 10 yıl boyunca gördüğü rüyalarının hiçbirinin çıkmama olasılığı  $[0.9999]^{365\text{gün} \times 10\text{yıl}} = 0.6941$  iken, gelecekteki olayı tahmin eden bir rüyayı görme olasılığı %30.59 olacaktır. Bu rakam günlük yaşamda başınıza gelebilecek bir çok olasılıktan (şeker hastalığına yakalanma, felç geçirme, kalp krizi geçirme, ülkemizde trafik kazasına karışma ...) çok çok daha yüksektir.

Diğer yandan, bir çok kişi her gece nötral, yani ertesi günkü kişilerle ve olaylarla ilişkili olmayan rüyalar görür. Bunlar doğal felaketler olan depremler, fırtınalar, ölümler veya yangınlar tarzında olabilirler. Ancak, sonraki gün ve günlerde “eşleşebileceği” olaylar olmaz ise herhangi birisi hatırlamaz. Dolayısı ile eşleşebilen rüyalar ile bir “seçici bellek”de devreye girer.

Buna karşın; önceden haber veren rüyaların içeriği kişisel veya ailevi olduğunda büyük sayılar kuralının devreye girmesi çok muhtemel değildir. Sevilen bir insanın rüyada öldüğünün görülmesi ve gerçek yaşamda da aynı zamanda ölmesi olasılık modeli ile kolaylıkla açıklanamaz. Bunun örnekleri Abraham Lincoln’un kendine yapılacak suikasti ve Atatürk’ün (1881-1938) annesinin ölümünü çağrıştıran simgeleri rüyasında görmesidir.

### **Mucize etkisi**

Rüyalarda önceden bilme durumu sıklıkla, bilinen olayın ciddiyeti ve önemine göre “mucize” etkisi yaratır. Basında konu edilir, kişiler arasında süreki konuşulur, dilden dile aktarılır. Olayı bilen kişi ise tam bir “geleceği görme” uzamını olarak sunulur. Oysa, nötral rüyalar zavallı olarak unutulur ve hiç hatırlanmazlar bile. Önceden rüyada bilmeler, bir anlamda mucizeler şekilde doğa yasalarının ihlali olarak görülür. Felsefeci David Hume’ye göre, “tüm sonuçlar, varsayılan nedenlerini aynı kesinlik derecesi içinde izlemezler.” Doğanın olağan seyri içinde gelişen olaylar, insanların olağana olan uyumu ve adaptasyonu nedeni ile, bir mucize olarak değerlendirilmezler. Mucizelerden ortaya çıkan hayret ve şaşkınlık, olaylar hakkındaki inanç doğrultusunda hissedilir bir eğilime neden olur. Bireysel olarak bizler, mantıksal çıkarımlarımızla olağan dışı olan bir rüyada gelecekte olacak bir olayı hemen geri çevirmemize rağmen, zihin her zaman aynı kuralı işletmez. Adeta mucizele hissi zihinde daha verimli bir toprağa ekilir ve hemen meyvelerini verir. Artık “geleceği önceden bilme” rüyası dalga gibi her belleğe yayılır.

Bunlara ek olarak yanlış aktarılan ve ikincil kaynaklardan “mucize etkisi” ile yayılan yanlış bilgiler de vardır. Örneğin; Mendeleev’in elementlerin periyodik tablosunu rüyasında gördüğü, Otto Loewi’nin kubağa kalbindeki sinir iletiminin kimyasal olduğunu rüyasında keşfettiği öne

sürülür (bu keşfi ile Nobel ödülü almıştır). Otto Loewi'nin doğrudan rüyasında gördüğü konusunda ifadesi olmamakla birlikte, olası rüyanın görülmesinden 32 yıl sonra, konu ile ilgili bir çok atıflar yapılmıştır. Ancak he iki durumun da gerçek olmadığı ya da olduğundan farklı öne sürüldüğü yapılan tarihsel incelemelerle ortaya konmuştur.

### **Hazır Beyinde İşleyen Bilinçaltı**

Bilinçaltı kişinin bilincinde olmadığı, ama davranışını etkileyen bir ruhsal duruma denir. Ya da olarak, bilinçten kaçan ruhsal olguların tümü olarak tanımlanır. Bilgi bilimsel olarak ise şunu ifade eder: bilinçli olarak saniyede en fazla 40 bit'lik bilgiyi algılarız, geri kalanı çok daha fazladır ve bilinçaltına gider. Giden bu bilgiler, bilince emir olarak değil de fısıldama olarak yansır. Dolayısı ile günlük uyanıklık bilincimiz bir dereceye kadar uykumuzda da devam eder.

Hepimizin her an bildiği, klasik ve basamaklı akıl yürütme ve sorun çözmelere karşın, beynimizde “sezgisel sorun çözme” ile uğraşan bir çalışma şekli de vardır. Albet Einstein (1879-1955) ve Henri Poincaré (1854-1912) kendi yaratıcılık süreçlerini bir çok kez anlatmışlardır. Bu dahilerin her ikisi de yaptıkları keşfin birden bire ortaya çıktığını vurgulamışlardır. Poincare, sezgiciliği yaratıcılığın dört evresinden biri olarak kabul eder. Sırasıyla, işleme, kuluçka evresi, aydınlanma ve açıklama şeklinde yaratıcılık yol alır. İşleme, kişinin günlük uyanıklık durumu ve bilinçli bir şekilde problemin verilerini hazmetmesidir. Yani bu dönemde kişi sorunla ya da problemle yoğun olarak uğraşır. Daha sonraki kuluçka evresinde kişinin daha önce bilinçli olarak içlediği veriler bilinçsiz modda yollarını izlerken, kişi bilinçsiz olarak problemde uzaklaşır (uykuya dalar, uyur ya da rüya görmeye başlar). Üçüncü evreyse, yani aydınlanma en önemli olanıdır. Bu evrede problemin çözümü umulmayan bir şekilde ortaya çıkar. Bu uyanıklık bilinci esnasında sezgisel olarak adlandırılırken, rüya görme durumunda “rüyada nail olma/çözme” olarak adlandırılır. Son evre ise aniden ortaya çıkan bu çözümü uyandıktan sonra hatırlama ve doğrulama evresidir. Birden çözümlenme aslında bilginin uzun süre rüya esnasında bilinçsiz olarak işlenmesinin bir sonucudur. Ancak, rüya da bu tür çözümlere ya da keşiflere ulaşmak için “hazır bir beyin” gerekir.

Bu yazıyı okuduktan sonra, “rüyalarda geleceği önceden görmek” ya da “rüyada keşifler yapmak” için uykuya dalıp rüya görmeyi bekleyebilirsiniz. Ama insanlık tarihinde çoğu keşifler, “uyanık” insanlar ve halklar tarafından yapılmıştır. Bu nedenle uyanık kalmakta ve günlük uyanıklık bilincimizle araştırma yapmalıyız. Uzun süredir uyuyan bir toplum olarak, rüyalardan beklediklerimizi alamadık. Artık uyanma vaktidir... Uyanık bilinçle öğrenelim ama beynimizi de gelecek rüyalara hazırlayalım...