

Beyazperdenin bu yaza damgasını vuran filmi hiç kuşkusuz Başlangıç/Inception oldu. Rüya tasarımı, rüyalara girip sır çalmak gibi ilginç unsurlar üzerine inşa edilen film bu alanda çalışan bilim insanlarını da oldukça heyecanlandırdı. Dünyanın ve Türkiye'nin en önemli rüya araştırmacılarına sorduk: "Bunlar mümkün olabilir mi?" Sinemaya gitmeyi pek de tercih etmediğimiz şu mevsimde öyle bir film girdi ki vizyona ortalığı yaz sığacağı kadar kasıp kavurdu. Herkes Christopher Nolan'ın Başlangıç/Inception filmiyle konuşuyor. "Matrix'ten sonra en iyi film", "Bir başyapıt", "Nolan yine döktürmüş" türünde yorumlar havada uçtuğunda filme olan merak ve filmin gişe hasılatı da giderek artıyor. İzleyiciler kurguya, hikayeye, aksiyon sahnelerine ve efektlere olan hayranlıklarını her platformda belirtirlerken bir grup insan filmin başka bir boyutuyla ilgileniyor. Daha doğrusu onlar meslekleri gereği Inception'da işlenen konuların detaylarıyla uğraşıyorlar. Bilmeyenler için hemen filmin konusuna dair minicik bir bilgi verelim: Dom Cobb yani Leonardo DiCaprio çok yetenekli bir hırsız. Uzmanlık alanı ise zihnin en savunmasız olduğu rüya görme anında, bilinçaltının derinliklerindeki değerli sırları çekip çıkarmak ve onları çalmak. Kimseyi izleme zevkinden alıkoymamak için filmdeki hikayenin bu kadarından yola çıkarak rüya mimarisi, rüya ve bilinçaltı ilişkisinin filmdeki temel konular olduğunu söylememiz yeterli.

Bilimkurgu filmlerinin kimi zaman bilimsel gelişmeler için öncü fikirler ortaya çıkardığı bilindir. İşte rüya araştırmalarıyla uğraşan birçok bilim insanı da Inception'ı bu gözle izledi. Biz de aralarında New York'taki ünlü Rüya Laboratuvarı'nın eski direktörlerinden psikoloji profesörlüğü yapan Dr. Stanley Krippner, yine ABD'deki John F. Kennedy Üniversitesi'nde rüya çalışmalarını başlatan Prof. Fariba Bogzaran, 25 yıldır rüya çözümlemeleri yapan psikiyatr Doç. Dr. Nusret Kaya'nın da olduğu bilim insanlarına Başlangıç'ı ve rüyaları sorduk.

### GELECEK GÖRÜLEBİLİR

Nöroloji uzmanı Dr. Sultan Tarlacı parapsikoloji ve kuantum fiziğini nöroloji ile birleştiren ve rüyalarla ilgili ilginç araştırmalar yapan bir isim. Halen uluslararası NeuroQuantology dergisinin de editörlüğünü yapıyor. Başlangıç tabii ki Tarlacı'nın da ilgisini çekmiş. Ancak kendisinin rüyalarla ilgili ana çalışma alanını geleceği görme konusu oluşturuyor. Tarlacı, rüyaların gerçekten önemli olduğunu ve kendi araştırmalarına dayanarak rüyalarda geleceği görmenin mümkün olabileceğini iddia ediyor: "Rüyada gelen çözümler ya da gelecekte haber almalar, olayı doğrudan doğruya filme kaydedilmiş gibi görme tarzında olabileceği gibi sembolik ifadelerle görme şeklinde de olabilir. Dolayısıyla rüyaların yorumlanması başlı başına bir sorun. Sabah hala canlı olan bir rüyaya ilişkin hatırladıklarımız, günün akışı içinde küçük kırıntılar dışında silinip gider. Nadir durumlarda bazı rüyalar inatla bellekte kalır. Rüyaların içeriğini unutmamızın bir nedeni çoğunlukla anlaşılabilirlikten yoksun olmalarıdır. Buna ek olarak uyanık bilincimizdeki nedensellik ilkesi ile ortaya çıkmamaları, rüyaların genelde eşsiz olması, rüyalarındaki düşünsel malzemelerin uyanık bilincimize tercüme edilmesindeki yetersizliktir. Rüyalarımız imaj ve görüntülerden oluştuğu halde uyanık bilincimizde düşüncelerimiz için kavramları kullanırız. Bu nedenle hatırlanmaları zordur."

Tarlacı, filmde de işlenen uyku halinde bilinç ve bilinçaltının nasıl çalıştığına dair ise şu bilgileri veriyor: "Uyku durumu ve rüya görme esnasında bilincimiz tam olarak kendi içsellliğimize ve dış dünyadaki uyaranlara kapanmaz. Rüya gören kişi uyanık bilincin dünyasından uzaklaşır ama tam bir kopukluk olmaz. Rüyaların bir kısmı uyanık yaşamı devam ettirir. Rüyalarımız düzenli bir biçimde, kısa süre önce bilincimizde bulunan veya bilinçaltımızdaki fikirlere bağlı olarak ortaya

çıkart. Rüyalarımız bir kısım içerik ve malzemesini uyanık yaşamımızdan ödünç alır.”

Alt beynin dilini çözmek kolay değil

Doç. Dr. Nusret Kaya, Türkiye’de rüya analizi yapan ender bilim insanlarından biri. Psikiyatr Kaya, 25 yıl boyunca bu alanda danışanlarından elde ettiği tecrübelerle dayanarak rüyaların önemini her fırsatta vurguluyor. Kaya, rüyalarla ilişkin bilimkurgu filmlerinin bilimsel açıdan da önemli olduğunu, bu alandaki çalışmaların önünü açabileceğini söylüyor. Kaya “İnsanların bilinçaltılarının rüya yoluyla yönlendirilmesi şu anda mümkün değil. Fakat rüya yoluyla danışanlarımızın kendilerini daha iyi hissetmesi hatta duygusal zekalarının gelişmesi söz konusu. İnsanların üst beynin kurulmadığı zamanlarda yani ana rahmi ve 0-2 yaş arası bebeklik dönemlerinin kayıtlarını rüyalar anlatabilir. Rüya analizi iyileştirici bir etkiye sahiptir” diyor.

Kaya, rüyaların her birinin bir anlamı olduğunu ama analiz yapmadan rüyanın beynin hangi katmanından geldiğinin anlaşamadığını da belirtiyor: “Rüya alt beynin dilidir ama oldukça zor bir dildir. Simge ve çağrışım dilini öğrenmediğiniz sürece çözümlenemezsiniz. Şuur altındaki negatif kayıtların yok olması için rüyalarınızı yazmanız lazım. Psikolojik negatif virüsler ancak bu yöntemle ortadan kalkar.”

Başlangıç bize harika bir tasavvur imkanı sundu

ABD’deki John F. Kennedy Üniversitesi’nde rüya araştırmalarını başlatan Prof. Fariba Bogzaran 30 yıldır bu alanda çalışıyor. Bogzaran, Başlangıç ve rüyalarla ilgili şunları anlatıyor: “Kocamla birlikte sinemaya girdiğimizde filmle ilgili pek bir fikrim yoktu. Eminim pek çok izleyici filmde keyif almıştır. Bana göre de yaratıcı yönü harika. Ama yirmi yıldır lucid rüya görme, rüya içinde rüyalar, eş rüya görme, olağanüstü rüyalar konusunda ders veren biri olarak filmde önemli sorularla ayrıldım. Tabii bu film bir bilimkurgu ama her bilimkurgu hikayenin arkasında bilimsel gerçeklikler ve gerçek hayattan anlatımlar vardır. Sinemadan çıkıp eve gittiğimizde kendisi de bir rüya araştırmacısı olan kocamla filmi tartıştık. O, rüyaların filme dahil edilmesinden heyecan duymuştu. Filmin genç kuşaklar arasında bir numara olacağını da söyledi. Tabii bizim gibi rüya araştırmaları alanında çalışanlar bu filmi defalarca seyredecektir. Çünkü bu film rüyalar ve rüyalarındaki olağanüstü deneyimlerle ilgili tartışmalar için harika bir tasavvur imkanı sunuyor. Ama umarım rüyalar sayesinde bilincimizi çelişki, açgözlülük ve şiddetin ötesine geçmek için daha geniş bir vizyona ulaştırabiliriz. Yönetmen Christopher Nolan, rüyalarla ilgilendiğine göre bir sonraki filminde rüyalarındaki psikolojik gölgelerle yüzleşmeyi sürdüreceğini ve doğal akıl fenomenini açığa çıkaracağı alanlara yöneleceğini de ümit ediyorum.”

İnsanları uykuda yönlendirmek mümkün olabilir

Rüyalar üzerine yıllardır araştırma yapan 74 yaşındaki psikoloji profesörü Stanley Krippner halen San Francisco Saybrook Lisansüstü Eğitim Okulu’nda alanıyla ilgili dersler veriyor. Krippner, Başlangıç’ı izlediğini ve hayalgücünü kuvvetlendiren, insanları rüyalarla ilgili düşünmeye iten bir film olduğunu söylüyor. Başkanlığını yürütmüş olduğu Uluslararası Rüya Araştırmaları Birliği’nin internet sitesinin filmde sonra inanılmaz bir ilgi gördüğünü anlatan Krippner, rüyaları kullanarak insanları yönlendirmenin şu an için gerçekçi görünmese de ileride mümkün olabileceğini vurguluyor. Krippner “Rüya Telepatisi adlı kitabımda kendi araştırmalarıma yer vermişim. Araştırma grubumuz Brooklyn’deki Maimonides Medical Center’da dört yıl boyunca uyuyan bir insanın zihnine çeşitli görüntüler göndermeyi denedi.

## Bilim insanları 'rüya'ya yattı

Sultan Tarlacı tarafından yazıldı.

Salı, 12 Şubat 2013 21:34 - Son Güncelleme Salı, 19 Şubat 2013 07:12

---

Girişimlerin çoğunda başarılı olundu. Fakat bizim deneyimlerimiz tam olarak Başlangıç'takilere benzemiyor. Çünkü şu anda filmdekine benzer çalışmalar yapmak hiçbir hastane ya da klinikçe etik bulunmaz" diyor.

Krippner'e rüyaları kullanarak insanları yönlendirmenin ileride nasıl mümkün olabileceğini soruyoruz. İşte yanıtı: "Bunun nasıl yapılacağıyla ilgili tam olarak fikrim yok ama rüya gören kişide onun bilgisi dışında hayaller uyandıracak ve elektrikle çalışan bir alan yaratılabilir. Rüya o insanın uyandığı zaman belli biçimde davranmasını sağlayan belirli kılavuzlar verecektir. Bu, hipnoz ötesi bir hale benzeyecektir. Kelimelerden ziyade rüya imgelerine dayanabilir."

Lucid rüya nedir?

Memento/Akıl Defteri, The Dark Night/Kara Şövalye gibi filmleriyle ünlünen yönetmen-senarist Christopher Nolan, son filmi Başlangıç'ın hikayesini 'lucid rüyalar' üzerine kurmuş. Peki bu kavram ne anlama geliyor? Kısaca kişinin rüya gördüğünün farkında olduğu ve olayları çoğu zaman istediği gibi yönlendirebildiği rüyalara verilen isim. Lucid rüyada kişi, rüya görmekte olduğunu fark eder. Fakat bu fark edişin sonucunda uyanmayıp rüya görmeye devam eder. Bu tip rüyalara berrak, şefaf ya da saydam rüyalar da denilebiliyor.