

Duyu Organları Olmadan Hissetmek

İnsan, uyanıkken çevresini duyu organları aracılığıyla algıladığını; görmek için gözlere, işitmek için kulaklara, dokunmak için deriye ihtiyaç duyduğunu sanır. Ancak uyku sırasında görülen rüyalar, bilinçli bir duysal deneyimin ortaya çıkması için, dış dünyadan gelen duysal uyarıların her zaman gerekli olmadığını göstermektedir.

Gece uyuduğunuzu düşünün. Rüyanızda bir sokaktasınız. Yağmur yüzünüze düşüyor, birinin sesini duyuyor, ona cevap veriyorsunuz. Bir merdivenden ılık çalarak iniyor, kalabalığın arasından geçerek telaşla bir yere yetişmeye çalışıyorsunuz...

Oysa uyuduğunuz oda sessiz ve kapkaranlık... Duyu organlarınızla dışarıdan hiçbir şey algılamıyorken, rüyanızda bambaşka bir alemin içindesiniz. Uyandığınızda, "Demek rüyaymış." dersiniz. Fakat rüyadayken, yaşadığınız sahnelerin gerçek olmadığını bilemezsiniz.

İşte üzerinde durulması gereken nokta budur: Bilinçli bir deneyim yaşamak için dışarıdan gelen duysal bir uyarının bulunması şart değildir. Beyin, kendisine dışarıdan hiçbir ışık, hiçbir ses ulaşmazken bile bütünlüklü ve gerçekçi bir deneyim oluşturabilir. Rüya bunun en bilinen örneklerinden biridir.

Bu konuda yapılan deneysel çalışmalar da dikkat çekici sonuçlar ortaya koymuştur. Bir uyku laboratuvarında gerçekleştirilen bir çalışmada, berrak rüya görebilen deneklerden, rüyaya geçtiklerini fark ettikleri anda önceden belirlenen bir göz hareketi dizisi gerçekleştirmeleri istenmiştir. Deneklerin gözlerini belirli bir sırayla sağa ve sola hareket ettirmeleriyle oluşturulan bu işaretler, eş zamanlı olarak kaydedilen beyin etkinliğiyle birlikte değerlendirilmiştir. Çalışmada beyin etkinliği 19 ayrı noktadan kaydedilmiştir.

Çalışmanın sonucunda, uyuyan deneklerin önemli bir bölümü, rüya gördüklerini önceden belirlenen göz hareketleri aracılığıyla bildirebilmiştir. Böylece dışarıdan herhangi bir duysal sinyalin bilinçli olarak alınmadığı uyku sırasında, kişinin farkında olduğu canlı ve bilinçli bir deneyimin sürdüğü gösterilmiştir. (1)

Başka bir çalışmada ise uykuda, dışarıdan belirgin bir duyuşal uyarın bulunmaksızın meydana gelen bilinçli rüya deneyiminin beynin arka bölgelerindeki etkinlikle ilişkili olduğu, yüksek çözünürlüklü kayıtlar aracılığıyla ortaya konmuştur. (2)

Benzer bir durum yalnızca uyku sırasında değıl, uyanık insanlarda da gözlemlenmektedir. Bunun en bilinen örneklerinden biri fantom uzuv deneyimidir. Buna göre, bir uzvu cerrahi olarak alınmış bazı hastalar, artık fiziksel olarak mevcut olmayan uzuvlarını hala hissedebilmektedir. Örneğın kişı, olmayan kolundaki parmaklarını veya avucunu hissedebilmekte, hatta bu uzuvda ağrı duyabilmektedir.

Sinirbilimci Vilayanur S. Ramachandran, fantom uzuv deneyimini açıklarken, bu duyumların son derece canlı ve gerçekçi olduğunu, hastanın kolunun artık mevcut olmadığını farkında olmasına rağmen duyuşal deneyimin devam ettiğini belirtmektedir. Ramachandran şöyle der: “Bunlar çok inandırıcı, canlı duyumlardır. Hasta sanrılı değıldir. Kolun orada olmadığını bilir, ama yine de bu, hasta için samimi bir duyuşal deneyimdir.” (3)

Burada dikkat çekici olan nokta şudur: Fiziksel olarak mevcut olmayan bir uzuvdan herhangi bir duyuşal sinyal gelmemesine rağmen, kişide o uzva ilişkin gerçek bir duyum meydana gelebilmektedir. Bu durum, duyuşal deneyimin yalnızca dış dünyadaki fiziksel nesnenin varlığıyla açıklanamayacağını göstermektedir.

Şimdi düşünelim: Rüya da gördüğümüz dünya ile şu an gördüğümüz dünya, bize ulaşma biçimi bakımından önemli bir ortak özelliğı sahiptir. Her iki durumda da gördüğümüz görüntü, duyduğumuz ses ve hissettiğimiz dokunuş bilinçte bir deneyim olarak ortaya çıkar.

Rüya da dışarıda herhangi bir nesne veya olay bulunmadığı halde bütün bu duyumlar eksiksiz olarak oluşabiliyorsa, uyanırken yaşadığımız deneyimde de dış dünyadaki nesnelerin kendisini doğrudan deneyimlemediğimiz anlaşılır. Dış dünyadan gelen duyuşal bilgiler, beynimizde işlenerek görüntü, ses ve dokunma gibi deneyimlere dönüşür. Diğer bir anlatımla bizim deneyimlediğimiz şey dışarıdaki nesnenin kendisi değıl, beynimizde oluşan onunla ilgili görüntü ve duyumlardır.

Dolayısıyla şu an içinde bulunduğumuz deneyimin bir rüya olmadığını kanıtlayamayız. Çünkü hem rüyada hem de uyanıklıkta gördüğümüz, duyduğumuz ve hissettiğimiz şeyler, bilinçte bir deneyim olarak ortaya çıkmaktadır. Her ikisinde de, bize sunulan duyuşal dünyanın içinde bulunuruz.

Peki bu bilgi ne işimize yarar? Bu bilgi, hayata bakışı değiştirecek çok önemli bir bilimsel gerçektir. Dünya hayatının peşinden koşmanın zeminini yok eder. Uğruna hırs yapılan mal, mülk, makam yalnızca beyindeki bir görüntüden ibarettir. Peşinden koşulan şeyin aslını kimse hiçbir zaman göremez, eline alıp hissedemez.

Kuran, dünya hayatının geçiciliğine dikkat çekerek şöyle bildirir:

Dünya hayatı bir oyun ve eğlenceden başka bir şey değildir. Sakınıp korunanlar için ahiret yurdu muhakkak ki daha hayırlıdır. Hala akıl erdiremiyor musunuz? (Enam Suresi, 32)
Bize bu görüntüleri gösteren, uyku ve uyanıklık halimiz üzerinde tasarruf sahibi olan Allah'tır. Dikkat verilmesi gereken tek varlık O'dur. Sorumluluğunuz da yalnızca O'na karşıdır. Allah, Kuran'da şöyle buyurmaktadır:

Allah, ölecekleri zaman canlarını alır; ölmeyeni de uykusunda (bir tür ölüme sokar). Böylece, kendisi hakkında ölüm kararı verilmiş olanı(n ruhunu) tutar, öbürünü ise adı konulmuş bir ecele kadar salar. Şüphesiz bunda, düşünebilen bir kavim için gerçekten ayetler vardır. (Zümer Suresi, 42)

Kaynaklar

(1) Voss ve ark. — Berrak rüyada göz sinyaliyle bilinç işaretlemesi, 19 kanallı EEG, Sleep Dergisi. DOI: 10.1093/sleep/32.9.1191

(2) Uykuda dışarıdan uyarı olmaksızın üretilen bilinçli rüya deneyiminin beyin arka bölgelerindeki etkinlik ile ilişkisi, yüksek yoğunluklu EEG (14 sağlıklı denek). DOI: 10.1523/jneurosci.0855-18.2018

(3) Vilayanur S. Ramachandran — Sinirbilimci, California Üniversitesi, San Diego. "3 Clues to Understanding Your Brain", TED2007 (fantom uzuv üzerine)

<https://www.harunyahya.info/makaleler/duyu-organlari-olmadan-hissetmek>