

T.C.
DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ PROGRAMI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

SAHAJA YOGA: İÇERİĞİ, AMACI TÜRKİYE’DEKİ FAALİYETLERİ

Serkan DERİN

Danışman

Doç. Dr. Hakkı Şah YASDIMAN

2011

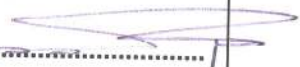
YÜKSEK LİSANS
TEZ/ PROJE ONAY SAYFASI

Üniversite : Dokuz Eylül Üniversitesi
Enstitü : Sosyal Bilimler Enstitüsü
Adı ve Soyadı : Serkan DERİN
Tez Başlığı : Sahaja Yoga: İçeriği, Amacı, Türkiye'deki Faaliyetleri

2008800409

Savunma Tarihi : 17.08.2011
Danışmanı : Doç.Dr.Hakkı Şah YASDIMAN

JÜRİ ÜYELERİ

<u>Ünvanı, Adı, Soyadı</u>	<u>Üniversitesi</u>	<u>İmza</u>
Doç.Dr.Hakkı Şah YASDIMAN	DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ	
Yrd.Doç.Dr.Bekir Zakir ÇOBAN	DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ	
Doç.Dr.Muammer ERBAŞ	DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ	

Oybirliği (X)

Oy Çokluğu ()

Serkan DERİN tarafından hazırlanmış ve sunulmuş "Sahaja Yoga: İçeriği, Amacı, Türkiye'deki Faaliyetleri" başlıklı Tezi () / Projesi () kabul edilmiştir.

Prof.Dr. Utku UTKULU
Enstitü Müdürü

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum **“SAHAJA YOGA: İÇERİĞİ, AMACI, TÜRKİYE’DEKİ FAALİYETLERİ”** adlı çalışmanın tarafımdan bilimsel ahlak ve kurallara aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin bibliyografyada gösterilen eserlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

...../...../2011

Serkan DERİN

ÖZET

Yüksek Lisans Tezi

Sahaja Yoga: İçeriği, Amacı, Türkiye’deki Faaliyetleri

Serkan Derin

Dokuz Eylül Üniversitesi

Sosyal Bilimler Enstitüsü

Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı

Felsefe ve Din Bilimleri Programı

Türkiye’de son yıllarda faaliyet gösteren Yeni Dini Hareketler’den birisi de Sahaja Yoga’dır. Bu oluşum her ne kadar kendisini tarih içinde ortaya çıkan yoga ekollerinden birisi olarak gösterse de, sahip olduğu özelliklerin Yeni Dini Hareketler’i çağrıştırması nedeniyle bu hareketler içinde değerlendirilmektedir.

Biz bu çalışmamızda Sahaja Yoga’yı hem Yeni Dini Hareketler’e hem de yoga ekollerine benzerliği yönüyle ele alarak inceledik.

Bu çerçevede yaptığımız çalışmamız giriş, iki bölüm ve sonuç kısımlarından oluşmaktadır. Giriş bölümünde araştırmanın konusu, önemi kapsamı, amacı, metodu, ve kaynaklarına yer verdik. Ayrıca bu bölümde Sahaja Yoga’ya giriş mahiyetinde yoganın anlamını, ortaya çıkışını, tarihsel gelişimini, Sahaja Yoga ile Yeni Dini Hareketler arasındaki ilişkiyi, Sahaja Yoga ile sağlık arasındaki kesişme alanlarını gözden geçirdik.

Birinci bölümde Sahaja Yoga’nın anlamı, ortaya çıkışı, gelişimi, kurucusu Şri Mataji’nin hayatı, hareket içindeki konumu üzerinde durduk. Ayrıca Sahaja Yoga’nın teşkilat yapısı ve bu teşkilatın faaliyetleri gibi konularda bilgi verdik.

İkinci bölümde Sahaja Yoga’nın temel kavramları, nasıl uygulandığı, diğer dinlere bakışı gibi konuları ele aldık. Yine bu bölümde Sahaja Yoga’ya yöneltilen eleştirilere de yer verdik.

Sonuç bölümünde araştırmamızda ulaştığımız malzemenin ışığında değerlendirmeler yaparak çalışmamızı tamamladık.

Anahtar Kelimeler: Yeni Dini Hareketler, Sahaja Yoga, Yoga, Meditasyon, Şri Mataji.

ABSTRACT
Master Thesis
Sahaja Yoga: It's Content, Purpose, Actions in Turkey
Serkan Derin
Dokuz Eylül University
Graduate School of Social Sciences
Department of Philosophy and Religion Sciences
Philosophy and Religion Sciences Program

In recent years, one of the New Religious Movements that shows activity in Turkey is the Sahaja Yoga. Although this formation manifests itself as one of the yoga schools appeared through history, it is considered within the New Religious Movements since its features have associations with them. In this study, we have evaluated the Sahaja Yoga according to its similarities to both New Religious Movements and yoga schools.

The study we carried out within this frame consists of “introduction, two sections and result chapters.” In the introduction, we mentioned about this study's subject matter, importance, extent, purpose, method, and resources. Apart from this, in this section, in order to provide an outlook to the Sahaja Yoga, we reviewed yoga's meaning, its origin, its historical development, the relationship between the Sahaja Yoga and New Religious Movements, and the intersection points of the Sahaja Yoga and health.

In first chapter we emphasized meaning, emergence, development of Sahaja Yoga and life of Shri Mataji who founder of Sahaja Yoga, Shri Mataji's location in movement. Besides we acquainted subject like organization structure of Sahaja Yoga and activity of this organization.

In second chapter we emphasized basic concept of Sahaja Yoga, how practised, view to other religions. We also discuss about critique to Sahaja Yoga.

In the final chapter, we concluded our study by providing evaluations in the light of the results that we obtained through our research.

Keywords: New Religious Movements, Sahaja Yoga, Yoga, Meditation, Shri Mataji.

İÇİNDEKİLER

TEZ ONAY SAYFASI	II
YEMİN METNİ	III
ÖZET	IV
ABSTRACT	V
İÇİNDEKİLER	VI
KISALTMALAR	X
GİRİŞ	1
1. ARAŞTIRMANIN KONUSU, ÖNEMİ, KAPSAMI, AMACI, METODU, VE KAYNAKLARI	1
1.1. Konu	1
1.2. Önem	1
1.3. Kapsam	2
1.4. Amaç	2
1.5. Metot	2
1.6. Kaynaklar	3
2. YOGA, ORTAYA ÇIKIŞI, GELİŞMESİ VE SAHAJA YOGA İLE İLİŞKİSİ	6
2.1. Yoga'nın Anlamı, Ortaya Çıkışı ve Gelişmesi	6
2.1.1.Yoga'nın Anlamı	6
2.1.2.Yoga'nın Ortaya Çıkışı ve Gelişmesi	8
2.1.3.Yoga Uygulamalarında Görülen Farklılıklar	10
2.1.3.1. Doğu'daki Yoga	10
2.1.3.2. Batı'daki Yoga	11
2.1.4.Klasik Yoga-Sahaja Yoga İlişkisi	13
3. SAHAJA YOGA VE YENİ DİNİ HAREKETLER	14
3.1. Yeni Dini Hareketlerin Tanımlanması	14
3.2. Yeni Dini Hareketlerin Sınıflandırılması	17
3.2.1.Yeni Dini Hareketlerin Kökenlerini Esas Alan Tipoloji.....	17
3.2.2.Ahlaki ve Manevi Gelişim Yöntemlerini Esas Alan Tipoloji.....	17
3.2.3.Dünyaya Karşı Tutumları Esas Alan Tipolojiler	18
3.3. Sahaja Yoga'nın Yeni Dini Hareketlerdeki Yeri	19

4.	ALTERNETİF TIP YÖNTEMİ OLARAK SAHAJA YOGA	20
4.1.	Yoga-Sağlık İlişkisi.....	22
4.2.	Sahaja Yoga ve Sağlık	23

BİRİNCİ BÖLÜM

SAHAJA YOGA’NIN ANLAMI, ORTAYA ÇIKIŞI, GELİŞİMİ, TEŞKİLAT YAPISI VE FAALİYETLERİ

1.	SAHAJA YOGA’NIN ANLAMI	26
2.	SAHAJA YOGA’NIN ORTAYA ÇIKIŞI.....	27
2.1.	Sahaja Yoga’nın Kurucusu: Şri Mataji	29
2.1.1.	Tarihsel Şri Mataji	29
2.1.2.	Mitsel Şri Mataji	32
2.1.3.	Tarafarlarının Gözüyle Şri Mataji.....	33
2.1.4.	Karizmatik Bir Lider Olarak Şri Mataji	34
2.1.5.	Kutsal Metinler ve Şri Mataji.....	35
2.1.5.1.	Hint Metinlerinde Şri Mataji	35
2.1.5.2.	Yeni Ahit ve Şri Mataji	36
2.1.5.3.	Kur'an'da Şri Mataji Şri Mataji.....	37
3.	SAHAJA YOGA’NIN TARİHSEL GELİŞİMİ	38
4.	SAHAJA YOGA’NIN FAALİYETLERİ.....	39
4.1.	İnternet	39
4.2.	Yayınlar.....	40
4.3.	Sahaja Yoga Projeleri.....	41
4.3.1.	Sahaja Yoga Kitap Projesi	41
4.3.2.	Sahaja Yoga Okul Projeleri.....	41
4.3.2.1.	Sahaja Yoga Okulu.....	42
4.3.2.2.	Sahaja Yoga Tiyatro Okulu	43
4.3.2.3.	Sahaja Yoga Müzik Okulu	43
4.3.2.4.	Cabella Uluslar arası Sahaj Okulu.....	44
4.3.3.	Şri Mataji Fotoğraf Arşivi Projesi.....	45
4.3.4.	Sahaja Yoga Sağlık Merkezi Projeleri	45

4.3.4.1. Uluslararası Sağlık Merkezi	46
4.3.4.1.1. Merkezdeki Günlük Aktiviteler	47
4.3.4.2. Rehabilitasyon Merkezi	47
5. SAHAJA YOGA’NIN TÜRKİYE’DE	
ORTAYA ÇIKIŞI VE FAALİYETLERİ	48
5.1. Sahaja Yoga’nın Türkiye’de Ortaya Çıkışı.....	48
5.2. Sahaja Yoga’nın Türkiye’deki Faaliyetleri.....	49
6. SAHAJA YOGA’NIN TEŞKİLAT YAPISI	50
7. SAHAJA YOGA’NIN FİNANS	
KAYNAKLARI VE HARCAMALARI	51
8. SAHAJA YOGA’NIN HEDEF KİTLESİ	54

İKİNCİ BÖLÜM

SAHAJA YOGA’NIN TEMEL KAVRAMLARI, UYGULAMALARI VE SAHAJA YOGA’YA YÖNELTİLEN TENKİTLER

1. SAHAJA YOGA’NIN TEMEL KAVRAMLARI.....	56
1.1. Kendini Gerçekleştirme	57
1.2. Vibrasyon	59
1.3. Kundalini.....	60
1.4. Nadiler.....	62
1.4.1.İda Nadi.....	64
1.4.2.Pingala Nadi	65
1.4.3.Sushumna Nadi	67
1.5. Çakralar	68
1.5.1.Mooladhara Çakra.....	69
1.5.2.Swadisthan Çakra.....	70
1.5.3.Nabhi Çakra	71
1.5.4.Kalp Çakra veya Anahata Çakra	72
1.5.5.Vishuddhi Çakra	73
1.5.6.Agnya Çakra	74
1.5.7.Sahasrara Çakra.....	75

1.5.8.Void.....	76
1.6. Ego ve Süperegö 76	76
1.7. Arınma 78	78
2. SAHAJA YOGA'YA MAHSUS İNANÇLAR 79	79
2.1. Şri Mataji'nin Enkarnasyonu ve Tüm İnsanlık İçin Gelen Bir Kurtarıcı Olması..... 79	79
3. SAHAJA YOGA'NIN KİŞİNİN HAYATINDAKİ YERİ..... 81	81
4. SAHAJA YOGA'NIN DİĞER DİNLERE BAKIŞI..... 81	81
4.1. Sahaja Yoga'ya Göre Hristiyanlık ve İslamiyet 82	82
5. SAHAJA YOGA UYGULAMALARI 82	82
5.1. Sahaja Yoga Uygulamalarında Görülen Bölgesel Farklılıklar..... 84	84
5.2. Sahaja Yoga Uygulamalarındaki Ortak Noktalar 84	84
5.2.1.Aydınlanma 84	84
5.2.2.Günlük Meditasyon..... 86	86
5.2.3.Üç Mum Meditasyonu..... 88	88
5.2.4.Derinlemesine Meditasyon..... 90	90
5.2.5.Haftalık Buluşmalar 90	90
5.2.6.Yıllık Toplantılar..... 91	91
6. SAHAJA YOGA'YA YÖNELTİLEN ELEŞTİRİLER..... 91	91
6.1. Orjinallik 92	92
6.2. Kültür Farklılığı 93	93
6.3. Misyonerlik ve Beyin Yıkama 95	95
6.4. Ücret..... 97	97
SONUÇ 99	99
KAYNAKÇA 103	103
EKLER:..... 103	103
EK 1. AYDINLANMA MEDİTASYONU..... 133	133
EK 2. BANDAN VEREREK KUNDALİNİYİ KORUMA 134	134
EK 3. TUZLU SU UYGULAMASI VE NADİLERİ DENGEME..... 135	135
EK 4. NADİLER VE ÇAKRALAR..... 136	136
EK 6. ŞRİ MATAJİ'NİN MUCİZEVİ OLDUĞUNA İNANILAN FOTOĞRAFLARI 137	137

KISALTMALAR

AÜDTCF	Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih Coğrafya Fakültesi
AÜİFD	Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi
AÜSBE	Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
Bkz.	Bakınız
C.	Cilt
CÜİFD	Cumhuriyet Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi
Çev.	Çeviren
ÇÜİF	Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi
DEÜİFD	Dokuz Eylül Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi
MÜSBE	Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
S.	Sayı
s.	Sayfa
ss.	Sayfalar
SÜSBE	Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
UÜİFD	Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi
UÜSBE	Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

GİRİŞ

1. ARAŞTIRMANIN KONUSU, KAPSAMI, AMACI, METODU, VE KAYNAKLARI

1.1. Konu

Son yıllarda ortaya çıkan YDH içerisinde dikkati çeken gruplardan birisi de Sahaja Yoga'dır. Dünyanın her tarafında bu harekete gönül verenler çıktığı gibi, tenkit edenler ve hatta tehlikeli görenler de bulunmaktadır. Bizim ülkemiz açısından bakıldığında, Sahaja Yoga'nın fazla tanınan bir hareket olduğunu söylememiz mümkün değildir. Bu hareketin Türkiye'de bilinen yönü; sadece yoga uygulamaları ile ilgili kısmıdır. Hareketin ortaya çıkışı, mahiyeti, faaliyetleri, temel inanç ve uygulamaları ülkemiz insanı tarafından yeterince bilinmemektedir. Biz bu çalışmada Sahaja Yoga'nın tanınmayan, bilinmeyen yönü üzerinde durduk ve Sahaja Yoga'nın ortaya çıkması, Dünya'da ve Türkiye'de yayılması, içeriği, amaçları, yapmış olduğu organizasyonlar gibi konuları ele aldık.

1.2. Önem

Daha önce de bahsettiğimiz gibi, Sahaja Yoga ülkemizde fazla bilinmemektedir. Bu alanda yapılmış henüz herhangi bir çalışma da bulunmamaktadır. Elinizdeki araştırma Sahaja Yoga konusunda yapılmış ilk bilimsel çalışmadır. Bu yönüyle, bizim araştırmamız hareketin bilinmeyen taraflarını ortaya koyması, ve sahasındaki ilk çalışma olması bakımından önemlidir.

Ülkemizde alan çalışmalarına ihtiyaç duyulmaktadır. Özellikle YDH konusunda yapılacak araştırmalar bize bu hareketlerin mahiyetlerini bildirmesi bakımından ehemmiyetlidir. Biz de bu durumu gözeterek bu çalışmayı bir alan araştırması olarak yaptık. Böylece Sahaja Yoga'nın mahiyetini ortaya koyma çabası içinde olduk.

1.3. Kapsam

Sahaja Yoga konusu bizim araştırmamızın sınırlarını aşacak kadar geniştir. Örneğın bu hareketin her ÷lkedeki faaliyetleri başlı başına bir araştırma konusudur. Yine örneğın Sahaja Yoga ve Sağlık ilişkisi başlı başına bir çalışma alanıdır. Bizim bu ve benzeri konular üzerinde durmamız araştırmamızın sınırlarını zorlayacağı için çalışmalarımızı belirli konular üzerine yoğunlaştırdık. Böylece, biz sadece şri Mataji'nin hayatı, Sahaja Yoga'nın alternatif tıp yöntemi olarak kullanılması, temel kavramları, nasıl uygulandığı, projeleri, Sahaja Yoga'ya mahsus inanç ve uygulamalar, Sahaja Yoga'ya yöneltilen tenkitler gibi konularla araştırmamızı sınırlandırdık. Böylece araştırmamızın kapsadığı konuları biraz daha dar bir çerçevede ele aldık.

1.4. Amaç

Bizim bu araştırmadaki temel amacımız Sahaja Yoga'yı ele aldığımız konular çerçevesinde, özellikle de ÷lke insanına tanıtmaktır. Elbette bu araştırmanın bilimsel zemindeki hedefi sadece ÷lke insanı ile sınırlı değildir. Ama, Türkiye'de bu alanda büyük bir boşluk bulunduğu da bir vakiadır. Dolayısıyla bu araştırmanın en önemli amaçlarından birisi alanındaki boşluğu doldurmasıdır.

Bu araştırmadaki bir diğer temel amaç ise; Sahaja Yoga'nın bir din mi, bir meditasyon ya da yoga tekniğı mi yoksa Yeni Dini Hareketler'den birisi mi şeklindeki soruların cevabını bulmaktır.

Bir diğer amaç da, bu hareketin görünürdeki faaliyetlerinin arkasında başka hedeflerinin olup olmadığını tespit etmektir.

1.5. Metot

Biz bir alan araştırması olarak yaptığımız bu çalışmayı tamamen objektif bir kriter ile yaptık. Böylece bu hareket ile ilgili olumlu olumsuz tüm görüşlere yer vermeye çalıştık. Lehte aleyhte yazılmış eserlere baktık. Ayrıca, çalışmalarımız sırasında Sahaja Yoga merkezlerine giderek gözlemlerde bulunduk, m÷lakatlar

yaptık incelediğimiz konuları yerinde tespit ettik, bu tespitlerimizi tarafsız bir şekilde tanımladık. Zaman zaman karşılaştırmalar yaptık. Bu karşılaştırmaları analitik bir bakış açısıyla gerçekleştirdik. Böylece suçlayıcı ya da savunmacı tavırlardan uzak durduk. Dolayısıyla, bu araştırmayı, reddiye şeklinde olmayan, tamamıyla tarafsız bir şekilde kaleme aldık.

1.6. Kaynaklar

Sahaja Yoga ile ilgili araştırma yapmanın en büyük zorluğu kaynak bulma konusundaki sıkıntıdır. Gerek yabancı dilde gerekse Türkçe’de bu konuda yazılmış eser sayısı son derece sınırlıdır. Aslında Türkçe’de bu konuda yayınlanan bilimsel anlamda bir kitap da yoktur. Sadece Şri Mataji’nin yazdığı, İngilizce’den Türkçe’ye çevrilen iki kitap bulunmaktadır.

İnternet sayfalarında yayınlanan bazı yazılar ise yabancı dillerden tercüme edilerek bu sitelere konulmuş bulunmaktadır. Bu yazılarda ise Sahaja Yoga’nın mahiyeti, içeriği gibi hususlar ele alınmamaktadır. Yazılarda daha ziyade üzerinde durulan konular Sahaja Yoga ile sağlık arasındaki ilişkiyi göstermeye çalışan deneylerin anlatımından ibarettir. Aslında belirtmeliyiz ki, bu internet sitelerinde verilen bilgiler hemen hemen birbirinin aynısıdır. Türkçe sitelerde verilen bilgilere gelince; onlar da çoğunlukla yabancı sitelerdeki yazıların kötü bir çevirisi olmaktan öteye geçememektedir. Dolayısıyla, sitelerdeki bu yazılar nitelik ve nicelik yönünden sıkıntılarla doludur.

Bizim İngilizce olarak ulaşabildiğimiz yabancı eserler sınırlı sayıdadır. Sahaja Yoga ile ilgili ulaşabildiğimiz bu kitaplara baktığımızda, onların önemli bir kısmının bizzat Sahaja Yogi’ler tarafından yazılmış olduğunu görmekteyiz. Onların da bu kitapları objektiflikten uzak bir şekilde kaleme aldıklarını tespit etmekteyiz.

Durum böyle olunca, hem objektif davranabilmek hem de bu hareketi bizzat kaynağında inceleyebilmek için, meditasyon yapılan merkezlere gittik. Ancak şunu da söylemeliyiz ki, bu merkezler de bizim için ileri derecede bir bilgi kaynağı olamamıştır. Çünkü, bu merkezlerde net ve doyurucu cevaplar elde edemedik. Bunun pek çok sebebi bulunmaktadır. Örneğin bu merkezlerdeki kişilerin bizim sorularımıza cevap verecek kadar donanımlı olmamaları ya da bilgi vermekten

kaçınmaları bunlardan bazılarıdır. Yine de belirtmeliyiz ki, biz Sahaja Yoga ile ilgili en önemli bilgileri bu merkezlerdeki gözlemlerimizden ve geliştirdiğimiz diyaloglardan elde ettik.

Çalışmalarımız boyunca en çok yararlandığımız eserler ve onların içerikleri hakkında kısaca şu şekilde bilgi vermemiz mümkündür:

Meta Modern Çağ: Şri Mataji tarafından yazılan bu kitap aslen İngilizce olup Türkçe'ye çevrilmiştir. Bu kitapta Şri mataji, *Modernizm ve Akılcılık, Demokrasi, Irkçılık, Batı'daki Kültür, Dinler, Huzur, Dünya Barışı, Evrim, Meta Bilimin Mesajı, Gizli Beden* gibi konulardaki düşüncelerini yazmıştır.

Milenyum Tarikatları: Ali Köse'nin yazdığı bu kitabın aslında sadece dört sayfalık bir bölümünde Sahaja Yoga hakkında bilgi verilmektedir. Bizim burada bu eseri zikretme sebebimiz ise; Sahaja Yoga'dan bahseden tek Türkçe eser olmasıdır.

Sahaja Yoga, Socializing Processes in a South Asia: Judith Coney tarafından yazılmış olan bu eser Sahaja Yoga'dan en kapsamlı bahseden eserdir diyebiliriz. Coney, eserinde Şri Mataji'nin hayatı, meditasyonun nasıl yapılacağı, Sahaja Yoga'da kadınlar ve çocukların rolleri gibi konulardan bahsetmiştir.

Meditation: Bu eser, Nigel Powel tarafından yazılmış olup bir tanıtma kitabı niteliğindedir. Tek tek bütün nadi ve çakralar anlatılıp ardından meditasyonun nerde ve nasıl yapılacağı, faydaları üzerinde durulmuştur.

The Third Advent: Grégoire de Kalbermatten tarafından yazılmış olan bu eser daha ziyade yazarın yaşadıklarını yazdığı bir eser konumundadır. O bu eserinde Sahaja Yoga ile tanışması, ardından Şri Mataji ile ilk karşılaşması gibi konulardan bahsetmektedir.

Bunların dışında en fazla yararlandığımız web sayfaları ve içerikleri ise şunlardır:

<http://www.sahajayogaportal.org/> : Bu sitede Sahaja Yoga ve Şri Mataji hakkında genel bilgiler verilmektedir. Ayrıca siteden Sahaja Yoga ile ilgili yapılan çeşitli deneysel çalışmalara da ulaşmak mümkündür. Bu açılardan bakıldığında bu sitenin diğer siteler içinde en faydalısı olduğunu söylemek mümkündür.

<http://www.sahajayogaturkey.f2s.com/> : Bu site yabancı ülkelerdeki Sahaja Yoga sitelerinin, şekil ve içerik olarak, Türkiye'ye uyarlanmış halidir.

<http://www.sahajayoga.org/> : Bu site ise Sahaja Yoga ve Şri Mataji hakkında bilgiler verilen bir sitedir. Dünya’da ve Türkiye’de açılan sitelerin önemli bir kısmı bu siteyi örnek almaktadır. Diğer sitelerde verilen bilgiler bu sitede verilenlerle hemen hemen aynıdır.

2. YOGA, ORTAYA ÇIKIŞI, GELİŞMESİ VE SAHAJA YOGA İLE İLİŞKİSİ

2.1. Yoganın Anlamı, Ortaya Çıkışı ve Gelişmesi

2.1.1. Yoga'nın Anlamı

İnsanın hem bedenî hem de zihnî ve manevî gücünü bir araya getirdiğine inanılan yoga, Hint dinlerinin temel ritüellerindendir. Yoga, Hint dinlerinde bir irade eğitimi yolu olarak kabul edilmektedir.¹

Yoga kelimesinin Hintçe'de iki anlamı bulunmaktadır. Yoganın ilk anlamı; düzenli pratikler, belirli zihinsel ve bedensel egzersizler ile kişinin ruhunun evrensel ruh ile birleşmesidir. İkinci anlama göre ise yoga bir yaşama sanatıdır.²

Çeşitli sözlüklerde ve kitaplarda tanımları yapılan yoga, Sanskritçe'de ilahiliğe ya da birliğe bağlanmayı arama anlamındaki “yug” sözcüğünden türemiştir.³ Buna göre yogayı, *maya aleminin*⁴ ötesindeki hakikatlere ulaşmayı hedefleyen, bu sebeple de içinde yaşadığımız dünyadan duyular yoluyla elde edilen aldatıcı etkilere kapılmadan, duyum sınırlarının ötesindeki hakikate ulaşmaya çalışan mistik bir yol olarak tanımlamak mümkündür.⁵ Yoga, Hinduizm'e ait eski metinlerde

¹ Abdurrahman Küçük, Günay Tümer, Mehmet Alparslan Küçük, **Dinler Tarihi**, Berikan Yayınları, Ankara, 2009, s. 182.

² Arthur Liebers, “Relax With Yoga”, <http://www.sacred-texts.com/hin/rwy/rwy02.htm>, (Erişim Tarihi, 03.07.2010). Bu konuda bilgi için ayrıca bkz. Hilmi Ömer Budda, **Dinler Tarihi**, C. 1, Vakıf Yayınları, İstanbul, 1935, s. 87. Buna benzer bir ifade Mahmut Aydın'ın, **Dinler Tarihi** adlı eserinde şöyle geçmektedir: Yoga, Batı'da yaygın olarak kullanılan anlama göre ya tamamıyla manevi ruhsal amaçlar için ya da manevi olduğu kadar maksimum fiziki ve zihni olgunluğa ulaşmak için yapılan fiziki, zihni ve psikolojik araştırmalar bütünüdür. Hinduizm'de bedensel ve zihni olarak kişiyi/beni eğiterek onun Brahman-Atman tekliğinin farkına varmasını ve böylece yeniden doğum ve ölümler girdabından kurtulmasını sağlayan alıştırmalar yoga sistemini oluşturmaktadır. Bu konuda bilgi için bkz: Mahmut Aydın, **Anahatlarıyla Dinler Tarihi**, Ensar Neşriyat, İstanbul, 2010, s. 84.

³ Greg Turek, **A Seeker's Journey**, Knowledge of Reality Publishing, Taree, 1995, s. 48.

⁴ Mayanın kelime anlamı yanılgı, illüzyon, gerçekliği olmayan bir şeyin gerçekmiş gibi algılanmasıdır. Hint dinlerinde, kişinin gerçeği kavrayarak kurtuluşa ermesini engelleyen unsur anlamında kullanılmaktadır. Daha geniş bilgi için bkz. Ali İhsan Yitik, **Hint Dinleri**, İzmir İlahiyat Vakfı Yayınları, İzmir, 2005, ss. 7-8.

⁵ Alparslan Salt ve Cem Çobanlı, “Yoga”, **Dharma Ansiklopedi**, Dharma Yayınları, İstanbul, 2001, s. 487.

acıdan kurtulmanın yolu olarak da gösterilmiştir.⁶ Buna göre insan içinde yaşadığı dünyayı gerçek sandığı için acı çekmektedir. Bu acıdan kurtulmanın yollarından biri ise yoga yapmaktır.⁷

Hint kutsal metinlerinden Bhagavatgita'da⁸ yoga hakkında şöyle ifadeler yer almaktadır:

“Bir kimse duyu nesnelere ve eylemlere bağıllık geliştirmese, dünyalık düşüncelerden vazgeçerse, bu kişiye yogaya ulaşmıştır denir.”⁹

“Akli, en yüce huzuru yakalamış, tutkuları sönmüş lekesiz yogi, lekesiz Brahma ile bir hale gelir.”¹⁰

“Özü yoga bağıllığında olan kişi, tüm canlılarda kendi benliğini, kendi benliğinde de tüm canlıları görür. Bu, her yerde olan görüşüdür.”¹¹

“Ateşli bir biçimde bana inanan ve her zaman derin düşünceyle bana bağlanıp, düşüncesini bana yoğunlaştıranı en iyi Yogi sayarım.”¹²

Bu ifadelerden de anlaşıldığı üzere Bhagavatgita'daki yoga, kişiyi nefsanî arzularından uzaklaştıran, her şeyde kendisini, kendisinde ise her şeyi görmesini sağlayan ve onu tanrı Brahma ile “bir” yapan bir disiplin olarak karşımıza çıkmaktadır.

Yukarıda vermiş olduğumuz bilgiler ışığında yoganın kişiyi varlığın ardındaki hakikate, evrensel ruh ile bütünleşmeye, acılardan kurtulmaya götüren bir yol olduğunu söylemek mümkündür.

⁶ Companion Encyclopedia of Asian Philosophy, Editor, Brian Carr, Indira Mahalingam, Routledge Publishing, London, 1997, s. 167.

⁷ Hinduizmde kurtuluş inancı ile ilgili olarak bkz. Yitik, **Hint Dinleri**, ss. 7-11; Aydın, **Anahatlarıyla Dinler Tarihi**, ss. 81-86; Rukiye Karaali, **Hint Kökenli Dinlerde Kurtuluş Anlayışı**, AÜSBE, Felsefe ve Din bilimleri Ana Bilim Dalı, (Basılmamış Yüksek Lisans Tezi), Ankara, 2008.

⁸ Bhagavatgita, Hindular arasında çok meşhur olan bir destandır. Bu destan Mahabharata destanındaki Bhishma-parva kısmının bir bölümüdür. Bhagavatgita günümüz Hinduizminin felsefesi olarak kabul edilir. Bu konuda bilgi için bkz. **Bhagavadgita Hinduların Kutsal Kitabı**, Çev. Korhan Kaya, Dost Yayınları, Ankara, 2004.

⁹ Kaya, **Bhagavadgita Hinduların Kutsal Kitabı**, s. 45.

¹⁰ Kaya, **Bhagavadgita Hinduların Kutsal Kitabı**, s. 47.

¹¹ Kaya, **Bhagavadgita Hinduların Kutsal Kitabı**, s. 47.

¹² Kaya, **Bhagavadgita Hinduların Kutsal Kitabı**, s. 65.

2.1.2. Yoga'nın Ortaya Çıkışı ve Gelişmesi

Yogayı, ortaya çıktığı tarihten günümüze kadar, dört ana döneme ayırarak incelemek mümkündür. Yoga'nın başlangıcının M.Ö. 3000'lere kadar gittiği tahmin edilmektedir. Bunun sebebi İndus vadisinde yapılan birtakım arkeolojik kazılarda taş mühürler üzerinde bulunan ve yoga duruşlarını gösteren figürlerdir.¹³ Bu dönem *Veda öncesi dönem* olarak adlandırılmaktadır. Sonraki dönemde Aryanlar'ın bölgeye gelmesiyle yerli halk, yani Dravidyenler Aryanlar ile karışmış ve bunun sonucunda ortak bir kültür oluşmuştur. Yoga pratiklerinin ve Hinduizm'in başlaması bu tarihlere denk gelmektedir. En eski Hint kutsal metinleri olan Vedalar da bu dönemde yazılmıştır. Bu nedenle bu döneme de *Veda Dönemi* denilmiştir.¹⁴ Üçüncü dönem, Klasik yoga sistemi de olan *Darsana Dönemidir*. Klasik yoga M.Ö. 400-500 yılları arasında yaşayan Patanjali adlı bir *yoginin*¹⁵ *Yoga Sutra* isimli eserinde anlatılmıştır.¹⁶ Patanjali, eserinde yoganın hedefinin *Samadhi*¹⁷ olduğunu belirtmiştir.¹⁸ Dördüncü dönem ise *Modern Yoga* dönemidir. Bu dönemde özellikle

¹³ “A Brief History of Yoga”, <http://maitrihouseyoga.com/wp-content/uploads/history.pdf>, s. 1. (Erişim Tarihi, 09.10.2010). Bu taş figürler konusunda ayrıca bkz. Emin Cihan Duyan, **Çalışma Yaşamında Yoga: İş Tatmini ve Stres Yönetiminde Etkileri Üzerine Bir Araştırma**, UÜSBE Çalışma Ekonomisi ve Endüstri İlişkileri Anabilim Dalı Yönetim ve Çalışma Psikolojisi Bilim Dalı, (Basılmamış Yüksek lisans Tezi), Bursa, 2008, s. 34.

¹⁴ “Kutsal birlik”, “Gerçeğin birliği” inancı bu dönemde ortaya çıkmıştır. Bu konuda daha geniş bilgi için bkz. “A Brief History of Yoga”, s. 1.

¹⁵ Yoga yapan kişilere yogi denmektedir. Yogi ile ilgili olarak daha fazla bilgi için bkz: Swâmi Abhedânanda, “How To be A Yogi”, <http://www.sacred-texts.com/hin/hby/index.htm>, (Erişim Tarihi, 04.08.2010).

¹⁶ Cybelle Shattuck, **Hinduism**, Routledge Publication, London, 1999, s. 30. Yoga Sutra adlı eser için bkz. Yogi Madhvacharya, Michael Beloved, “Yoga Sutras of Patanjali”, Brooklyn, 2007, <http://tera-3.ul.cs.cmu.edu/Docs/Yoga-Sutras.pdf>, (Erişim Tarihi, 30.05.2010).

¹⁷ Samadhi, yoganın son aşamasıdır. Burada konsantre olunan nesne ile konsantre olan bir olur. Samadhi, mutlak birlik alanıdır. Bu konu için bkz. “Yoga Glossary”, <http://www.healthandyoga.com/yogaglossary.pdf>, (Erişim Tarihi, 09.10.2010).

¹⁸ Patanjali, Yoga'nın kurucusu değildir; o sadece yoganın doktrin ve tekniklerini derlemiştir. Bu konuda bkz. Mircea Eliade, “Yoga”, **The Encyclopedia of Religion**, C. 15, Macmillan Publishing Company, New York, 1986, ss. 519-520.

Buda'nın fikirleri öne çıkarılır. Buda, kişinin derinlemesine meditasyona geçmeden önce kendisini disiplinle kontrol etmesi gerektiğini söyler.¹⁹

Dört ana başlık altında ele aldığımız yoga yaklaşık beş bin yıllık bir geçmişe sahiptir. Yoga bu uzun süre içinde birçok dala ayrılmıştır. Hatha Yoga, Bhakti Yoga, Karma Yoga bunlardan sadece birkaç tanesidir.²⁰ Yoga zamanla, değişik adlar altında Hindistan sınırlarını aşarak çeşitli ülkelere yayılmıştır. İlk olarak 13. asır ile 18. asır arasında yaşayan Hint sufiler aracılığıyla Doğu'dan Batı'ya gelen yoga 19. asırda Avrupa'nın her tarafına ulaşmıştır.²¹

Günümüzde yoga, Asya ve Avrupa'nın da sınırlarını aşmış ve çok daha geniş bir coğrafyaya yayılmıştır. Dünya üzerinde bu kadar büyük bir yayılma gösteren yoga, (doğal olarak) tarihsel ve coğrafi bazı değişikliklere uğramıştır. Bunun sonucunda da gerek yoganın amacı gerekse yogadan ne anlaşıldığı konusunda farklı görüşler ileri sürülmüştür. Böylece (Doğu'dakinden farklı olarak) Batı'da yogadan daha başka beklentiler ortaya çıkmıştır. Yogilerin ateşte yürümek, havada asılı kalmak, uçmak, görünmezlik gibi büyüsel, mucizevi ve doğaüstü olaylara daha fazla odaklanmalarının sebebi de budur.²²

Halbuki yoganın klasik metinlerinde -bütün bu yukarda zikredilen olağanüstü olaylardan bahsedilmekle birlikte- yogilere yoganın asıl amacının bu güçlere ulaşmak olduğundan söz edilmemiş, böyle bir hedef de gösterilmemiştir. Bunun yerine, kişinin ruhsal özgürlüğe kavuşması hedeflenmiştir.

Yukarıda da belirtildiği üzere kişilere hakikati göstermek, onları acılardan kurtarmak gibi bazı özelliklere sahip olduğuna inanılan yoga yaklaşık beş bin yıllık

¹⁹ “A Brief History of Yoga”, s. 2. Yoga tarihiyle ilgili olarak ayrıca bkz. “The Origin and History of Yoga”, <http://medicalindia.org/Origin%20%26%20History%20of%20Yoga.pdf>, (Erişim Tarihi, 09.10.2010); “A History Of Yoga From The Upanishads To The Hatha Yoga Pradipika” <http://www.athayog.me.uk/history.pdf>, (Erişim Tarihi, 09.10.2010); Elizabeth de Michelis “A History of Modern Yoga”, **Journal of Alternative Spiritualities and New Age Studies**, London & New York, 2004, <http://www.asanas.org.uk/files/002hammer.pdf>, (Erişim Tarihi, 09.10.2010); “History Of Yoga”, <http://www.yogapam.me.uk/History%20of%20Yoga.pdf>, (Erişim Tarihi 09.10.2010); “What is Yoga”, http://www.durvasula.com/Taranga/what_is_yoga.pdf, (Erişim Tarihi, 09.10.2010); “Yoga History, Beliefs, and Practices”, <http://www.lcms.org/graphics/assets/media/CTCR/Yoga.pdf>, (Erişim Tarihi, 09.10.2010); “Yoga in Asia-Mimetic History: Problems in the Location of Secret Knowledge”, http://muse.jhu.edu/login?uri=/journals/comparative_studies_of_south_asia_africa_and_the_middle_east/v029/29.2.alter.pdf, (Erişim Tarihi, 15.10.2010); “What is Yoga”, <http://www.evelinebodymindspirit.com/articles/6.pdf>, (Erişim Tarihi, 15.10.2010).

²⁰ Yoga çeşitleriyle ilgili geniş bilgi için şu esere bakınız. S.K. Das, **Divine Light, Yoga System With Their Secret Techniques**, New Age Books, New Delhi, 2002.

²¹ Salt ve Çobanlı, s. 488.

²² Geoffrey Parrinder, **Mysticism in the World's Religion**, Sheldon Press, London, 1976, s. 47.

bir geçmişe sahiptir. Bu uzun tarihinde çeşitli dallara ayrılarak dünyanın pek çok yerine yayılan yogadan farklı beklentiler ortaya çıkmıştır. Bu beklentiler ise yoganın özünde olan nitelikler ile uyuşmamaktadır. Dolayısıyla bugün Batı’da Doğu’dakinden farklı bir yoga olgusuyla karşı karşıya bulunmaktayız. Bunun sebebini ise yayıldığı yerlerdeki insanların beklentileri olarak göstermek mümkündür.

2.1.3. Yoga Uygulamalarında Görülen Farklılıklar

Yoga, Hindistan kökenli bir uygulamadır; ancak günümüzde onun uygulamaları, kültürel küreselleşmenin de etkisiyle, her yerde var olan ortak bir ürün haline gelmiştir. Yoganın dünyanın büyük bir kısmına yayılmış olması onun her yerde aynı şekilde uygulandığı anlamına gelmemektedir. Bölgelere göre uygulama ve yogadan beklentiler konusunda bazı farklar vardır. En önemli ayrım yoganın dinsel boyutudur. Hindistan’da yoga kurtuluşa götüren dini bir ritüel iken Batı’da kişiyi rahatlatan, stresten uzaklaştıran fiziksel bir uygulamadır.²³ Yoga uygulamalarında görülen farkları genel olarak şu şekilde vermek mümkündür:

2.1.3.1. Doğu’daki Yoga

Burada bizim Doğu’dan kastımız yoganın ortaya çıktığı yer olan Hindistan’dır. Daha önce de söylediğimiz gibi, yoga Hindistan’da kişiyi kurtuluşa ulaştıran bir araçtır. Bu yönüyle de dini bir anlama sahiptir.²⁴

Hindistan’daki, yoga sekiz basamaktan oluşmaktadır. Bu basamaklar şu şekildedir:

Yama: Zarar vermeme, doğruluk, çalmama, tensel zevkleri kontrol etme.

Niyama: Arı olma, halinden memnun olma, okuma, hatırlama.

²³ Elizabeth de Michelis, s. 151.

²⁴ Yukarıda “Yoga’nın Anlamı”, “Yoganın Ortaya Çıkışı ve Gelişmesi” başlıkları altında vermiş olduğumuz bilgiler Doğu’daki yoga anlayışının genel bir çerçevesini vermektedir. Biz bu konu üzerinde durmayacağız. Bu konuda daha fazla bilgi için Bkz. Georg Feuerstein, “Hindu Yoga, Buddhist Yoga, Jainist Yoga”, <http://www.traditionalyogastudies.com/Hindu%20Yoga.pdf>, (Erişim Tarihi, 18.10.2010).

Asana: Patanjali'nin Yoga Sutra'larında meditasyonda kullanılan oturma duruşunu ifade etmektedir.

Pranayama: "Prana", nefes, "ayama", durdurmak demektir. Ayrıca, yaşam gücünün kontrolü olarak da yorumlanabilir.

Pratyahara: Dış nesnelerden duyu organlarını geri çekmedir.

Dharana: Dikkati tek bir nesne üzerine odaklamadır.

Dhyana: Meditasyon nesnesinin doğası üzerine yoğun tefekkürdür.

Samâdhi: Meditasyon nesnesi ile şuurun birleşmesidir.²⁵

Bu basamaklardan da anlaşıldığı gibi Hindistan'da yoga belirli aşamalardan geçtikten sonra ulaşılan bir hali ifade etmektedir. Ayrıca onu bir Hint mistisizmi olarak ele almak da mümkündür.²⁶

2.1.3.2. Batı'daki Yoga

Batı'da yoga ile ilgili pek çok konunun yanlış anlaşıldığını söylemek mümkündür. Öncelikle belirtmeliyiz ki Batı'da yoga pratikleri Hindistan'da olduğu gibi dini bir anlam taşımamakta, sadece fiziksel egzersizler olarak kabul edilmektedir. Hatta bu seküler bakış o kadar ileri bir dereceye götürülmüştür ki yoga egzersizleri spor kurulu tarafından belirlenir olmuştur.²⁷

Batılıların yogayı sadece fiziksel egzersizler olarak gördüklerini Arthur Liebers'in şu sözleri de açıkça ortaya koymaktadır: "*Amerikalıların çoğu Yoga'nın kendisinden daha çok yogi kelimesini ya da yoga pratiklerini duymuşlardır. Buna göre, yogi bez parçalarıyla sarılmış ve hayatını çivili yatak üzerinde geçiren veya bir ağacın altında, kuşlar kafasına yuva yapana kadar, hareketsiz oturan bir Hint fakiridir.*"²⁸ Bu ifadeden de anlaşıldığı gibi Batı'da yoganın fiziksel yönüne daha çok

²⁵ Bu konuda bkz. "Yoga", <http://tr.wikipedia.org/wiki/Yoga>, (Erişim Tarihi, 31.05.2011).

²⁶ Hint mistisizmi için bkz. S. N. Dasgupta, **Hindu Mysticism**, Open Court Publishing, Chicago, 1927, <http://www.sacred-texts.com/hin/hm/index.htm>, (Erişim Tarihi, 18.10.2010).

²⁷ Elizabeth de Michelis, s. 151.

²⁸ Arthur Liebers, **Relax With Yoga**, <http://www.sacred-texts.com/hin/rwy/rwy02.htm>, (Erişim Tarihi, 03.07.2010). Amerika'daki yogaya bakış konusunda ve yoga algılamaları için ayrıca bkz. M.R. Smith, "Yoga in America... What Went Wrong?", **Morningside School of Yoga and Physical Culture**, April, 2003, <http://www.morningsideyoga.com/YogaInAmerica.pdf>, (Erişim Tarihi, 18.10.2010); Emily Tipping, "East Meets West in Yoga Tradition", <http://www.ucis.pitt.edu/main/intl/2002/Intl2002-Medicine.pdf>, (Erişim Tarihi, 18.10.2010).

odaklanılmaktadır. Böylece yoganın zihinsel bir etkinlik olduğu görmezden gelinmektedir.²⁹

Halbuki Hindistan’da yapılan yoga ya da meditasyon, Batı’ya nispeten daha ruhsal bir mahiyete sahiptir. Batı’daki bilim adamları ise meditasyonu psikolojik faydaları için teşvik etmekte, onu klinik tedavilerde kullanmakta ve bilimsel çalışmalarını da bu anlayış üzerine inşa etmektedirler.³⁰

Belirtmeliyiz ki Batı’da yogaya ilgi duyulmasının birtakım sebepleri bulunmaktadır; bu sebeplerden birisine göre bazıları yogayı gerçek anlamına uygun olarak yapmakta, bazıları ise yogayı genç görünmek ve genç kalmak için bir araç olarak görmektedir. Diğer bir sebebe göre; özellikle de bilim adamlarının yoğunlukta bulunduğu bir grup, yoganın kişiliğin gelişimine katkısı olduğu üzerinde durmaktadır. Yine bir başka sebebe göreyse, bazı gruplar yogayı içlerindeki gücü ortaya çıkarma aracı olarak görmektedirler. Bu gruplara ait kişiler belirli liderler çevresinde toplanarak dini topluluklar meydana getirebilmektedirler. Bu toplulukları temsil eden liderler de kendilerinin aydınlanmış olduklarını ve ulaştıkları aydınlanmayı başkalarına dokunmak veya bakmak suretiyle verebileceklerini/verebildiklerini iddia etmektedirler. Bu söylem ve iddia ise klasik yoga için fazla vakit ayıramayan kişilere daha cazip gelmektedir.³¹ Buradan hareketle Batı’da yoganın ne olduğunu ve nasıl yapılması gerektiğini bilen kişilerin sayısının sınırlı olduğunu söylemek mümkündür.

Batı’da yoganın daha ziyade fiziksel ya da ruhsal faydaları olduğuna inanılarak yapılmasının ve yogaya bu gözle bakılmasının sebebi öncelikle Devananda isimli yoga üstadıdır. Bu kişi, ustası Sivananda ile birlikte Batı’da yogayı fizyolojik ve psikolojik yönleriyle yaymak için çalışmalar yapmıştır.³² Ayrıca yine Batı’da yoganın yayılmasında Ramakrishna, Şri Aurobindo, Ramana Maharishi,

²⁹ “Modern Growth of Yoga in the West”, <http://www.sanshirokwai.com/Modern%20Growth%20of%20Yoga%20in%20the%20West-3.pdf>, (Erişim Tarihi, 30.05.2010); Meltem Dirik Nauer, “Yoga ve Mesafe”, **Bizim Dergi**, Ocak 2009, S. 13, s. 18, http://www.turk-frauenverein.ch/bizim_dergi/bizim-dergi-09-1.pdf, (Erişim Tarihi, 17.07.2010).

³⁰ Jensine Andersen, “Meditation Meets Behavioural Medicine”, **Cognitive Models and Spritual Maps**, Editor, Jensine Andersen, Robert K. C. Forman, Imprint Academic Publication, America, 2000, s. 18.

³¹ Ashok Kumar Malhotra, **An Introduction to Yoga Philosophy**, Ashgate Publishing Company, Burlington, 2003, ss. 15-16.

³² Duyan, s. 36.

Yogananda v.b Hint mistikleri ile Teozofi Cemiyeti gibi kuruluşların da önemli bir etkisinin olduğu görülmektedir.³³

Türkiye’deki yoga anlayış ve uygulamalarına baktığımızda ise (Yine aynen Batı’da olduğu gibi), sadece fiziksel olarak yapılan, rahatlamak için uygulanan ve genelde sağlık için başvuru bir meditasyon tekniği ile karşılaşmaktayız.³⁴ Türkiye’de yoganın böyle bir anlayışla uygulanmasına getirilen eleştirilere karşın her geçen gün açılan yoga merkezlerinin ve yoga hakkında yayımlanan kitapların sayısı artmaktadır. Özellikle yaşam standartları yüksek olan semtlerde sağlıklı yaşam merkezi, ya da yoga merkezi adıyla merkezler açılmakta veya spor salonlarında yoga eğitmenleri eşliğinde meditasyon yapılmaktadır.

2.1.4. Klasik Yoga-Sahaja Yoga İlişkisi

Yukarıda da ifade ettiğimiz gibi klasik yoga, yani Hindistan’da uygulanan yoga belirli basamaklar geçildikten sonra ulaşılabilecek bir hedefi olan, içinde zihinsel ve bedensel eylemleri barındıran dinî bir öğretilerdir. Klasik yoganın hedefi kişiyi içinde bulunduğu doğum-ölüm-yeniden doğum çarkından kurtararak nirvanaya³⁵ ulaştırmaktır.³⁶ Nirvana’ya ulaşmak ya da kurtuluşa ulaşmanın yollarından biri olarak yoga yapılmakta, bunun için de bir çalışma disiplini gerekmektedir.³⁷

Sahaja Yoga’da, nirvana gibi kişinin uzun yıllar çalışarak ulaşabileceği bir sonuç yerine çok daha kolay ve kısa sürede elde edilebilecek olan aydınlanma amaçlanmaktadır. Aydınlanma ise bir sonuç değil aksine bir başlangıçtır. Sahaja Yoga’ya bir kişi ancak aydınlanmaya ulaştıktan sonra başlar.³⁸

³³ Salt ve Çobanlı, s. 488.

³⁴ “Yoga Hakkında Bilmek İstedığınız Her Şey”, **Hindistan’a Bakış**, Ağustos- Eylül, 2004, http://yogamerkezi.org/dosyalar/BasindaBiz/pdf/BasindaBiz_11.pdf, (Erişim Tarihi, 17.06.2010).

³⁵ Nirvana, kelime olarak ateşin sönmesi, sönmek, soğumak, sakinleşmek gibi anlamlara gelmektedir. Budizm’de ise nirvana kelimesi dünyanın ızdıraplarından kurtulup huzur ve mutluluğa erişmek anlamında kullanılmaktadır. Bu konuda daha fazla bilgi için bkz. L. De La Vallée Poussin, “Nirvana”, **Encyclopedia of Religion and Ethics**, C. 9, s. 376.

³⁶ Yitik, **Hint Dinleri**, ss. 9-10.

³⁷ Hint dinlerindeki kurtuluş inancı ile ilgili geniş malumat için bkz. Karaali, **Hint Kökenli Dinlerde Kurtuluş Anlayışı**, ss. 21-45, 65-72, 88-93.

³⁸ Eileen Barker, **New Religious Movement a Practical Introduction**, HMSO Publication Center, London, 1989, s. 207.

Sahaja Yoga ile klasik yoga arasındaki ilişki, Sahaja Yoga'nın Hint kökenli bir grup olması, dolayısıyla temellerinin yogaya dayanması sebebiyledir. Ancak bu bağın çok güçlü olmadığını da söylemeliyiz. Klasik yoganın birkaç hareketi hariç neredeyse hiçbir uygulaması Sahaja Yoga'da kullanılmamaktadır. Bu nedenle Sahaja Yoga'nın bir meditasyon tekniği mi yoksa Doğu kökenli Yeni Dini Hareketler'den birisi olarak mı kabul edileceği hala tartışılmaktadır.

3. SAHAJA YOGA VE YENİ DİNİ HAREKETLER

Sahaja Yoga'nın daha iyi anlaşılabilmesi için aşağıda Yeni Dini Hareketler'in,³⁹ ortaya çıkışlarını ve temel düşüncelerini kısaca ele alacağız. Bu çerçevede ilk olarak YDH'nin kısa bir tarihini ve belirli özelliklerini verecek, arkasından da Sahaja Yoga'nın bu hareketler içindeki yerini açıklayacağız.

3.1. Yeni Dini Hareketlerin Tanımlanması⁴⁰

YDH, 1950'lerde ortaya çıkmış, 1970'lerden sonra ise geniş bir şekilde ilgi görmeye başlamıştır. Bilimsel olarak ilk defa YDH tanımlanmasının kullanılışı da 1970'lerdir.⁴¹ Bu konuda yapılan araştırmalarda YDH kavramı tek başına ele alınmamakta; gelişme, modernizm, küreselleşme gibi olgularla birlikte değerlendirilmektedir. Bu çerçevede bakıldığında, yirminci asırda bilimin hızla

³⁹ Bundan sonraki sayfalarda Yeni Dini Hareketler yerine YDH kısaltması kullanılacaktır.

⁴⁰ YDH bizim araştırmamızın asıl konusu olmadığı için biz bu konu üzerinde detaylı durmayacağız ve sadece genel bilgileri vermekle yetineceğiz. Bu konuda daha geniş bilgi için şu eserlere bkz. Thomas König, **The New Age Movement: Genesis of a High Volume, Low Impact Identity**, European University Institute, Italy, 2000, <http://www.restore.ac.uk/lboro/staff/thomas/disse.pdf>, (Erişim Tarihi, 14.07.2010); Barker, **New Religious Movement a Practical Introduction**; Ali Rafet Özkan, **Kıyamet Tarikatları**, IQ Yayınları, İstanbul, 2006; Beckford, James A. ve diğerleri "New Religions", Editor, Mircea Eliade, **The Encyclopedia of Religion**, C. 15, ss. 390-411, Macmillan Publishing Company, New York, 1986; Özlem Uluç, **Yeni Dini Hareketler**, MÜSBE İlahiyat Anabilim Dalı, Din Sosyolojisi Bilim Dalı, (Basılmamış Yüksek Lisans Tezi), İstanbul, 2006; Beckford, James A., Martine Levasseur, **New Religious Movement and Social Change**, Editor, James A. Beckford, United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization, Paris, 1988, "New Religious Movements in Primal Societies", **Dictionary of Religions**, Editor, John R. Hinnels, The Penguin Books, 1984, s. 232; "New Religious Movements in the West", **Dictionary of Religions**, Editor, John R. Hinnels, The Penguin Books, 1984, s. 233.

⁴¹ M. Ali Kirman, "Beyin Yıkama Teorileri", **AÜİFD**, C. 45 (2004) S. 1, s. 107.

gelişmesi toplumsal yapıyı, dolayısıyla dini yapıyı da etkilemiştir.⁴² Bunun sonucunda araştırmacılar, artık olayları mitoloji ve efsanelerle açıklamayan, bilime güvenen insanların dine olan ihtiyacının azalıp azalmayacağını araştırmaya başlamışlardır. Bazı araştırmacılara göre modern insanın dine olan ilgisinde herhangi bir azalma olmamıştır.⁴³ Ancak kişilerin dine olan ihtiyaçlarında bir azalma olmasa da arayışlarını mevcut dinlerde değil daha küçük dini gruplarda sürdürdükleri saptanmıştır.⁴⁴ YDH'nin bu şekilde ortaya çıktığını söylemek mümkündür.

Belirtmek gerekir ki, YDH'nin herkes tarafından kabul edilen tam bir tanımını yapmak oldukça zordur. Kısaca, YDH ruhsal konulara bireysel ve eklektik bir yaklaşımı ifade eden bir hareket olarak tanımlanabilir. Bu akımlarda üyeler bir dini takip etmek yerine dünya dinlerinin çoğundan ve Şamanizm, Okültizm, Taoizm gibi akım ve felsefelerden bünyelerine ihtiyaç duydukları kadar ilaveler yaparak bireysel, ruhsal gelişimlerini tamamlamaktadır. Bu şekilde diğer inançlardan unsurlar almalarının sebebi, bütün dinlerin aynı gerçekliğin farklı tezahürleri olduğuna dair inançlarıdır. Dolayısıyla her türlü dini kaynaktan olabildiğince yararlanma yoluna gidilmektedir. Ancak mistik ve gnostik kaynaklar diğerlerinden daha değerlidir. Buna göre Tanrı, insanın tamamen dışında aşkın bir varlık değil; tersine içkin bir varlıktır. Bu sayede insanın da kutsallığın bir parçası olabileceğine inanılmaktadır.⁴⁵

Diğer bazı araştırmacılara göre, modern toplumlarda modernitenin getirmiş olduğu hızlı değişim süreci, aşırı rasyonelleşme, bireyselleşme gibi durumlar toplumsal yapıda bir inanç boşluğu doğurmakta bu da bir anlam krizine yol açmaktadır. Geleneksel kültürün temelini zayıflamasıyla birlikte geleneksel dindarlık da zayıflamakta, böylece yeni ruhsal ve dinsel formlar ortaya çıkmakta, bir takım mistik, büyüsel hareketlerin zuhuruna zemin hazırlamaktadır.⁴⁶ YDH işte bu ortaya çıkan hareketlerin genel adı olarak kullanılmaktadır.

⁴² Ahmet Faruk Sinanoğlu, "Toplumsal Değişim ve Din", **Hikmet Yurdu**, Yıl:1, S.2, (Temmuz-Aralık / 2008), s. 27, <http://www.hikmetyurdu.com/sayilar/sayi2/2-sinanoglu.pdf>, (Erişim Tarihi, 18.07.2010).

⁴³ Hasan Onat, "Küreselleşme ve Din", **Yeni Bir Gelecek Açılırken İnsan ve Din Sempozyumu**, ÇÜİF, Adana, 2001, s. 78.

⁴⁴ Özkan, s. 32.

⁴⁵ Mustafa Arslan, "Değişim Sürecinde Yeni Dindarlık Formları: 'Yeni Çağ' İnanışları Örneği", **Değerler Eğitim Dergisi**, 4 (11) 2006, ss. 14,16,17.

⁴⁶ Arslan, s. 9.

Bazı araştırmacılar ise bu hareketlerin dini değişimin doğal bir ürünü olduğunu ve eski ifadelerin yeniden düzenlenerek modern topluma uyarlandığını savunmaktadırlar.⁴⁷

Genel olarak toplumdaki değişim ve gelişmenin sonucunda ortaya çıkan YDH’de karışık teolojik konulardan ziyade deneyime, özellikle de mistik deneyime önem verilmektedir. Bu bakımdan YDH geleneksel dinlerin karmaşık ve örgütlü inanç sistemlerine oranla daha sade ilkelere sahiptir. Kutsal ve metafizik olanla doğrudan ilişki kurmayı hedefleyen bu yaklaşımda ruhsal deneyimler ön plandadır.⁴⁸ Yani, YDH kişinin ruhsal gelişimine vurgu yapmakta bu yönüyle de belli bir takım dini dogmalar yerine bireyin ihtiyaçlarına önem vermektedir.⁴⁹ Üyelerine hayatın anlamı, eşyanın tabiatı gibi temel sorulara bazı cevaplar sunmakta, dini ve felsefi bir dünya görüşü önermekte, yine onlara ilişkin bilgi, ruhsal dinginlik ve iç huzur, kendini yani öz benliğini ortaya çıkarma, manevi yönden olgunlaşma ve gelişme gibi elde edilebilir bazı yüksek gayeler için vasıta ve imkanlar sağlamaktadır.⁵⁰

YDH’ye özellikle doğu kaynaklı akımlara katılanların temel motivasyonları materyalist hayat tarzından tatmin olmama şeklindedir. Bu insanlar materyalist ve rasyonel anlayışların kendilerine kaybettiği manevi alanı tekrar elde etme umuduyla bu akımları denemektedirler.⁵¹

Her ne kadar YDH, ruhçu ve dini nitelikte olsa da astroloji, astrofizik, parapsikoloji, alternatif tıp gibi modern söylemlerden de bazı destekler almaktadır. Böylece bir taraftan olabildiğince mistik, akıldışı unsurları içerisinde barındırırken diğer taraftan bu irrasyonel ilkeleri postmodern bir söylemle sunmakta, rafine ve özgün bir felsefi dil kullanmaktadır. Bunların yanı sıra çevrecilikten tıbbı, felsefeden fiziğe, ekonomiden silahlanmaya, müziğe, sanata, edebiyata kadar çok geniş alanda modernliğe karşı eleştiri ve cevaplar sunmaktadır.⁵²

Bütün bunlara rağmen YDH, herkes tarafından olumlu şekilde karşılanmamaktadır. Bazı araştırmacılara göre bu hareketler gizlilik, dolandırıcılık,

⁴⁷ Beckford, “New Religions”, s. 390.

⁴⁸ Arslan, s. 14.

⁴⁹ Peter B. Clarke, “New Religions as a Global Phenomenon”, **Encyclopedia of New Religious Movement**, Editor, Peter B. Clarke, Routledge Publishing, New York, 2006, s. 9; Arslan, s. 17.

⁵⁰ Kirman, “Yeni Dini Hareketleri Tanımlama Problemi ve Tipolojik Yaklaşımlar”, **Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi**, C. 3 (2003), s. 32.

⁵¹ Ali Köse, **Milenyum Tarikatları**, Truva Yayınları, İstanbul, 2006, s. 20.

⁵² Arslan, s. 15.

hilekarlık, otoriter liderlik, üye kazanmak için beyin yıkama yöntemini kullanma ve üyelerin hayatının tamamını kuşatma, heterodoks ve sapkın birer kült olma gibi özelliklere sahiptir.⁵³

3.2. Yeni Dini Hareketlerin Sınıflandırılması

YDH, farklı şekillerde tasnife tabi tutulmaktadır. Bu konunun derinlemesine incelenmesi hem araştırmamızın sınırlarını aşacağı hem de araştırmamızın ana konusu olmadığı için biz burada tasnifler üzerinde fazla durmayacağız. Bir örnek olmak üzere YDH'nin tasnifinde yapılan en basit tipolojiyi vermekle yetineceğiz.⁵⁴ Buna göre YDH genelde üç şekilde tasnif edilmektedir. Bunlar kısaca şöyledir:

3.2.1. Yeni Dini Hareketlerin Kökenlerini Esas Alan Tipoloji

YDH'yi ortaya çıktıkları dini geleneklere, yani kökenlerine göre sınıflamaya tabi tutmak kullanılan en yaygın yöntemlerden biridir. Bu şekilde yapılan sınıflandırmada akımlar Asya kökenli akımlar, Hristiyan kökenli akımlar şeklinde bir tasnife tabi tutulabilir. Hare Krişna⁵⁵, OSHO⁵⁶ gibi gruplar doğu kökenli hareketlere, Moon⁵⁷, Mormon⁵⁸ gibi hareketler de Batı kökenli hareketlere örnek olarak gösterilebilir.

3.2.2. Ahlaki ve Manevi Gelişim Yöntemlerini Esas Alan Tipoloji

Bu şekilde yapılan bir tasnifte akımlar monistik ve düalistik olarak ayrılmaktadır. Monistik gruptaki hareketler içsel manevi bir dönüşümü savunmakta

⁵³ Kirman, "Yeni Dini Hareketleri Tanımlama Problemi ve Tipolojik Yaklaşımlar", s. 29.

⁵⁴ Bu tasnif M. Ali Kirman'nın "Yeni Dini Hareketleri Tanımlama Problemi ve Tipolojik Yaklaşımlar" makalesindeki tasnife göredir.

⁵⁵ Hare Krişna için bkz., Ali İhsan Yitik, "Hare Krişna Hareketi", **DEÜİFD**, C.13, İzmir, 2001, ss. 93-107.

⁵⁶ OSHO için bkz. Barker, "Raajnesism", ss. 201-205.

⁵⁷ Moonculuk için bkz., Mustafa Bıyık, "Yeni Dünya Düzenine Küresel Bir Din Modeli: Moonculuk", **Milel ve Nihal**, 1 (1), 93-114. http://www.dinlertarihi.com/dergi/cilt_1/sayi1/mustafabiyik.pdf, (Erişim Tarihi, 13.06.2010).

⁵⁸ Mormonluk için bkz., Ramazan Işık, "Mormonluk ve Mormon Kilisesi Üzerine Bir Araştırma", **CÜİFD**, C.10/1, s. 165-190, Haziran, 2006.

bunun da karizmatik bir lidere⁵⁹ tam bir teslimiyet ile mümkün olabileceğini ileri sürmektedirler. Bu akımların önemli özelliklerinden birisi, hayatın her alanını ilahi kurallara göre düzenleme konusunda tavizsiz bir ısrar içinde olmalarıdır. Hare Krişna, Divine Light Mission⁶⁰ bu hareketlere örnek olarak gösterilebilir. Moon, Children of God⁶¹, Unification Church⁶² hareketleri ise hem Tanrı hem de insan merkezli bir ahlaki dualizmi kabul ettikleri için “dualistik” olarak adlandırılabilir.

3.2.3. Dünyaya Karşı Tutumları Esas Alan Tipolojiler

YDH’yi dış dünyaya karşı tutumlarına göre üç kategoriye ayırmak mümkündür. İlk grupta dünyayı reddedenler, ikinci grupta dünyaya karşı mesafeli duranlar, üçüncü grupta ise dünyayı benimseyen ve onaylayanlar yer almaktadır.

İlk gruptaki dünyayı reddedenlerin ortak özellikleri arasında açık ve kesin şekilde tanımlanmış bir Tanrı anlayışına sahip bulunmak, yerleşik ve kurumsallaşmış olmamak, dış dünya ile sınırlı bir ilişki içinde yaşamak gibi özellikler sayılabilir. İkinci gruptakilerin ise dünya ile bazen uyum sağlarken bazen de ters düştükleri görülebilir. Üçüncü gruptakilere gelince, her ne kadar bunların ayin ve törenlerine rastlanmasa da yine de, onlar kutsal ve doğaüstü güçlere ulaşma yollarını sağlayabileceklerini/sağlayabildiklerini iddia ederler. Üyelerine genellikle her insanda bulunan manevi güçleri ihmal etmeden de toplumda kabul edilen değerleri ifade etmenin mümkün olduğunu söylerler. Çoğunlukla kurtuluş fikri üzerinde duran bu hareketler sadece dinsel bir değişim ve gelişim amacı gütmeyenler, aynı zamanda mutsuzluk, acı çekme ve yetersizlik gibi kişisel problemlere de bir çözüm getirmeye çalışırlar.

Tanımını, tarihçesini ve tasnifini kısaca verdiğimiz YDH, artık dünyanın hemen her yerine yayılmış durumdadır. Bazı araştırmacılar tarafından tehlikeli olarak algılandıkça da gün geçtikçe üye sayıları artmakta ve bu hareketlere yenileri eklenmektedir. Yukarıda da görüldüğü gibi, YDH kendi içinde çeşitli dallara ayrılmakta kişiler ihtiyaçlarına göre bu gruplardan birisini tercih etmektedir. Kimileri

⁵⁹ Karizmatik lider sahip olduğu güçler ile insanları etkileme gücüne sahip kişilere denmektedir. Bu konuda ileriki sayfalarda ayrıntılı şekilde durulacaktır.

⁶⁰ Divine Light Mission için bkz. Barker, “Elan Vital”, ss. 176-178.

⁶¹ Children of God için bkz. Barker, “Children of God”, ss. 171-173.

⁶² Unification Church için bkz. Barker, “Unification Church”, ss. 214-216.

huzur, kimileri inanç boşluklarını doldurmak, kimileri ise nihai kurtuluş için bu gruplara yönelmektedir. Biz aşağıda Sahaja Yoga'nın bu gruplar içindeki konumunu ele aldık, aynı zamanda insanların bu grubu tercih sebepleri üzerinde durduk.

3.3. Sahaja Yoga'nın Yeni Dini Hareketlerdeki Yeri

Yukarıdaki tasnifi göz önünde bulundurarak, Sahaja Yoga ile ilgili şöyle bir değerlendirme yapmak mümkündür. İlk, yani köken merkezli tasnife göre, Sahaja Yoga, Asya kökenli hareketlerdendir. İkinci tasnife göre, karizmatik bir lidere sahip olması ve ilerleyen sayfalarda bahsedeceğimiz diğer özellikleri bakımından *monistik* gruplar içinde değerlendirilebilir. Üçüncü tasnife göre ise, her ne kadar tam olarak bütün özellikleri uymasa bile, üçüncü gruba yani dünyayı benimseyenler grubuna dahil edilebilir.

Sahaja Yoga'da YDH'de gördüğümüz özelliklerin pek çoğu bulunmaktadır. Öncelikle grup karizmatik bir lidere sahiptir. Onun karizmatik bir lider olarak diğer liderlerden ayrılan bir tarafı da vardır. Sahaja Yoganın kurucusu Şri Mataji, diğer karizmatik liderler arasında karizmatik bir kadın lider olarak dikkat çekmektedir.⁶³ Sahaja Yoga'nın YDH ile ortak yönlerinden bir diğeri de modernliğin getirdiği sorunlara sunmuş olduğu öneriler, dünyanın sonunun yaklaştığına inanılması gibi hususlardır. Sahaja Yoga'ya göre dünyanın sonuna yaklaşılmış bulunmaktadır. Buna göre içinde bulunduğumuz modern zamana Kali Yuga⁶⁴ dönemi denilmektedir. Bu çağ kargaşa ve karmaşanın hakim olduğu bir çağdır. Bu dönemde geleneksel değerler ihmal edilir ve ahlaki karmaşalar yaşanır.

Aynı zamanda bu çağ yeni form ve yeni düzenlemeler için arayışların olduğu bir çağdır.⁶⁵ Kali Yuga'nın ardından Krita Yuga gelmektedir ki bu dönem bir geçiş evresidir. İncil'de "Son Yargı", Kuran'da "Diriliş Zamanı, Kıyam", astrolojide kova çağı, yani yeniden doğuş çağı olarak tarif edilen bu zaman diliminde aktif hale gelen

⁶³ Uluç, s. 136.

⁶⁴ Hint inancında Yuga'lar zamandaki evreler olup binlerce yıl sürerler ve döngüsel biçimde ilerlerler. Kali Yuga bu döngülerdeki en düşük ahlaki ve ruhani seviyedir. Aslında bu inanış Sahaja Yoga'ya mahsus değildir; Hint düşüncesinde mevcuttur. Bu konuda ayrıntılı bilgi için bkz. Korhan Kaya, "Yuga" **Hint Mitolojisi Sözlüğü**, İmge Kitabevi, Ankara, 1997, s. 179; Georges Ifrah, **Hint Uygarlığında Sayısal Simgeler Sözlüğü**, Çev. Kurtuluş Dinçer, Tübitak Yayınları, Ankara, 1998, ss. 210-216 (Yuga maddeleri).

⁶⁵ Şri Mataji, **Meta Modern Çağ**, Tasarım Yayınları, İstanbul, 2008, s. 7.

kutsal güç sayesinde arayış içinde olan insanlara aydınlanmaları verilecektir.⁶⁶ İşte bütün bu Sahaja Yoga öğretisindeki ifadeler YDH'nin temel düşüncelerinden olan dünyanın sonunun yaklaştığı ve kurtuluş için de tek yolun kendileri olduğunu iddia eden söylemler ile örtüşmektedir. Bu yönüyle de Sahaja Yoga, YDH içerisinde gösterilmektedir.

4. ALTERNETİF TIP YÖNTEMİ OLARAK SAHAJA YOGA

Sahaja Yoga'nın alternatif tıp metodu olarak kullanılmasından ve sağlığa yararlarından söz etmeden önce dinsel uygulamalar içerisindeki yoga ve meditasyon yoluyla şifa arama konusuna kısaca bir göz atmak istiyoruz. Bu çerçevede öncelikle din-sağlık ilişkisinin kısa bir tarihini verecek, daha sonra da Sahaja Yoga ile sağlık ilişkisi üzerinde duracağız.

Din ile sağlık arasında bir ilişkinin olup olmadığı konusu tarih boyunca merak edilmiştir. Günümüzde de bu konuda çeşitli çalışmalar yapılmakta ve ikisi arasında böyle bir bağlantının varlığı araştırılmaktadır. Yapılan araştırmalar, dini inancın sağlık üzerinde pozitif bir etkisinin bulunduğunu göstermektedir.⁶⁷

Eski dönemlerde dini ritüellerin iyileştirici, şifa verici bir tarafının olduğuna inanılmaktaydı.⁶⁸ Eski toplumlardan günümüze tıbbın gelişimini şöyle sıralamak mümkündür: 1) Doğal Tıp, 2) Dini Tıp, 3) Mistik Tıp, 4) İlmi tıp.⁶⁹

⁶⁶ Mataji, **Meta Modern Çağ**, ss. 7-9.

⁶⁷ Susan Sered, **What Religion Teaches about Healing and What Healing Teaches About Religion**, s. 1, <http://www.hds.harvard.edu/cswr/resources/print/rhb/body/02.sered.pdf>, (Erişim Tarihi, 11.06.2010).

⁶⁸ Harold G. Koenig, "Is Religion Good For Your Health? The Effect of Religion on Physical and Mental Health", **The Haworth Pastoral Press**, New York, 1997, s. 187, http://www.isam.org.tr/documents%5C_dosyalar%5C_pdfler%5Cislam_arastirmalari_dergisi%5Csayi11%5C187_191.pdf, (Erişim Tarihi, 25.05.2010). Din sağlık ilişkisi için ayrıca bkz. Angus Deaton, **Aging, Religion and Health**, Princeton University, July, 2009, http://www.princeton.edu/~deaton/downloads/Religion_and_Health_All_August09.pdf, (Erişim Tarihi, 25.05.2010); Doug Oman, Carl E. Thoresen, "Does Religion Cause Health?": Differing Interpretations and Diverse Meanings", **Journal of Health Psychology**, London, Thousand Oaks and New Delhi, C. 7 (4) 365-380, http://www.uk.sagepub.com/marks/materials/4_Oman.pdf, (Erişim Tarihi, 25.05.2010); David J. Hufford, **An Analysis of The Field of Spirituality Religion And Health (S/RH)**, <http://www.templetonadvancedresearchprogram.com/pdf/TARP-Hufford.pdf>, (Erişim Tarihi, 25.05.2010); John Gartner, "Religious Commitment, Mental Health and Prosocial Behaviour: A Review of the Empirical Literature", **Religion and Clinical Practice of Psychology**, Editor, Edward P. Shofronske, American Psychological Association, Washington, 1996, ss. 187-203.

⁶⁹ Süheyl Ünver, **Tıp Tarihi (Tarihten Evvelki Zamandan İslam Tababetine Kadar)**, İstanbul Üniversitesi Yayınları, İstanbul, 1938, s. 14.

İlkel insanlar ilk olarak doğal olaylarla karşı karşıya geldikleri için bu durumu kendi akılları ile açıklamaya çalışarak ilk düşünceleri meydana koymuşlardır. Sonrasında fikirlerin gelişmesi ile dinî tıp diyebileceğimiz bir alan doğmuştur. Bu dinsel tıbbın tesirinde fazla kalınması ve işlenmesi ile mistik tıp doğmuş ve son olarak bilimsel metotlara dayanan ilmi tıp ortaya çıkmıştır.⁷⁰ Geçilen bu merhalelerden sonra modern tıba ulaşan insanlar eski tıp metotlarını tamamen bırakmış değildir.⁷¹ Her ne kadar günümüzde tıp oldukça gelişmiş olsa da hala dini-mistik metotlar ile şifa bulma beklentisinde olanlar ya da alternatif tıba yönelenler mevcuttur.⁷² Özellikle reiki, yoga, meditasyon gibi doğulu düşünce sistemleri daha bu anlamda çok rağbet görmektedir.

Yapılan bazı araştırmalar sonucunda dini inancın hastalıkların tedavisine yardımcı olduğu ya da dini inanca sahip ve ibadetlerini yerine getiren insanların tedavi sürelerinde kısalma olduğu da söylenmektedir. Yine aynı şekilde toplu ibadete katılan kişilerde depresyon belirtilerinin, alkol-sigara kullanma oranlarının düşük olduğu tespit edilmiştir.⁷³ Ave Maria ilahisi söyleyen denekler üzerinde yapılan bir deneyde deneklerin bu ilahiyi söylerken nefes ritimleri, tansiyonları ölçülmüş ve ilahi esnasında tansiyonlarının daha düşük olduğu, nefes ritimlerinin de daha düzenli olduğu kaydedilmiştir.⁷⁴

Binlerce yıllık bir geçmişe sahip olan tıp ilmi çeşitli aşamalardan geçtikten sonra günümüzdeki bilimsel seviyeye ulaşmıştır. Bununla birlikte en uzun ve en kalıcı devrin dinsel tıp olduğunu söylemek mümkündür. Çünkü dinsel tıptan sonra gelen bilimsel tıp dini tıbbı tamamen yok edememiştir. Hatta yok etmek bir yana bilimsel tıp içinde alternatif tıp adı altında yeni bir alan gelişmiştir. Yeni gelişen

⁷⁰ Ünver, s. 14; Ayrıca bkz. E. Thramer, "Health and Gods of Healing", **Encyclopedia of Religion and Ethics**, Editor, James Hastings, C. 6, Edinburg, 1994, ss. 540-556.

⁷¹ Bruce Y. Lee, Andrew B. Newberg, "Religion and Health: A Review and Critical Analysis", **Zygon**, C. 40, S. 2, June, 2005, s. 443, <http://www.andrewnewberg.com/pdfs/2005/ReligionandHealthReview.pdf>, (Erişim Tarihi, 27.10.2010).

⁷² Alternatif tıp dendiğinde sadece dinsel tıp anlaşılmamalıdır. Bitkisel yollardan doğal olarak elde edilen ilaçların da yardımıyla bilimsel tıba bir yardımcı niteliğindeki tıp metoduna alternatif tıp denmektedir. Alternatif tıp özellikle 1990'lardan itibaren ilgi görmeye başlamıştır. Daha fazla bilgi için bkz: Reskan Altun, Ali Özden, "Tamamlayıcı ve Alternatif Tıp", **Güncel Gastroenteroloji**, Eylül, 3/8, Türk Gastroenteroloji Yayın Organı, Ankara, 2004, s. 231. <http://guncel.tgv.org.tr/journal/6/pdf/70.pdf>, (Erişim Tarihi, 07.06.2010).

⁷³ Ayrıntılı bilgi için bkz. M. Akif Kılavuz, "Hasta-Hekim İlişkileri Açısından Din Öğretiminin Önemi", **UÜİFD**, C. 11, S. 2, 2002, ss. 73-86; Ayrıca bkz, Melahat Akgün Kostak, "Hemşirelik Bakımının Spritüel Boyutu", **Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi**, C. 2, S. 6, Aralık, 2007. <http://web.firat.edu.tr/shmyo/edergi/ciltikisayiali/iceridekiler6.htm>, (Erişim Tarihi, 25.05.2010).

⁷⁴ Uta Henschel, "Ruhumuz, İçimizdeki Şifa Kaynağımız", **GEO**, Eylül 2008/9, s. 69.

alternatif tıp metodu genel olarak bitki yoluyla tedaviyi içerse de yoga, meditasyon gibi dinsel metodları da içinde barındırmaktadır.

4.1. Yoga-Sağlık İlişkisi

Günümüzde de hala devam ettiği ileri sürülen din ile sağlık arasındaki ilişkide yoganın önemli bir yeri bulunmaktadır. Zaten daha önce de belirttiğimiz gibi, Batı’da yoganın uygulanma amacı şifa bulmak ya da en azından bilimsel tedaviye yardımcı olmaktır. Yani Batı’da yoga zihinsel ve fiziksel sağlık için alternatif ve tamamlayıcı tıp olarak görülmektedir.⁷⁵

Yoga’nın kaygı bozukluğu, depresyon gibi psikolojik ve tansiyon, astım, gastrit, sinir sistemi, uyku bozukluğu gibi fiziksel rahatsızlıkların tedavisine yardımcı olduğu kabul edilmektedir.⁷⁶

Yoga ile tedavinin sebebi bilimsel tıpta tedavinin ilaçlar yardımı ile yapılması, ilaçların ise hastalığı geçici olarak iyileştirirken vücuda zarar vermesi şeklindeki düşüncedir.⁷⁷

⁷⁵ “Yoga for Health: An Introduction”, **National Institutes of Health; U.S. Department of Health and Human Services**, http://nccam.nih.gov/health/yoga/D412_BKG.pdf, (Erişim Tarihi, 20.06.2010).

⁷⁶ Trisha Lamb, “Health Benefits of Yoga”, <http://www.philmilgrom.com/pdf/BenefitsYoga.pdf>, (Erişim Tarihi, 20.06.2010). Bu alanda pek çok araştırma yapılmıştır. Yapılan bu çalışmalardan bazıları için bkz. June Butlin, “Links Between the Physical and the Emotional”, <http://www.wholisticresearch.com/info/artshow.php3?artid=24>, (Erişim Tarihi, 29.10.2010); Lorenzo Gordon, Errol York Morrison, Donovan McGrowder, Yeiny Fraser Penas, Eslaen Martorell Zamoraz, David Garwood, Ruby Alexander-Lindo and Rachael Irving, “Effect of Yoga and Traditional Physical Exercise on Hormones and Percentage Insulin Binding Receptor in Patients with Type 2 Diabetes”, **American Journal of Biotechnology and Biochemistry**, 4 (1), ss. 35-42, 2008, <http://www.scipub.org/fulltext/ajbb/ajbb4135-42.pdf>, (Erişim Tarihi, 29.10.2010); L. I. Aftanas, S.A. Golosheikine, “Non-linear Dynamic Complexity of the Human EEG During Meditation”, **Neuroscience Letters**, C. 330 (2002), ss. 143-146, <http://www.sahajayogaportal.org/papers/EECMeditation.pdf>, (Erişim Tarihi, 29.10.2010); Ramesh Manocha, Deborah Black, David Spiro, Jake Ryan, Con Stough, “Changing Definitions of Meditation- Is there a Physiological Corollary? Skin temperature changes of a mental silence orientated form of meditation compared to rest”, **Journal of International Society of Life Information Science**, C. 28, No. 1, Mart, 2010, http://www.researchingmeditation.org/meditation_research/skintemp.pdf, (Erişim Tarihi, 30.10.2010); “Meditation Practices for Health: State of the Research”, Kurul, Alberta (Canada), 2007, <http://www.ahrq.gov/downloads/pub/evidence/pdf/meditation/medit.pdf>, (Erişim Tarihi, 30.10.2010); Yardi Nandan, “Yoga for Control of Epilepsy”, s. 7, http://yogaspace.es/doc/Yoga_Brain_Neurophysiology.pdf, (Erişim Tarihi, 16.03.2010).

⁷⁷ “Alternative Health Care”, <http://www.bhopal.net/delhi-marchers/factsheets/alternativehealthcare.pdf>, (Erişim Tarihi, 14.06.2010).

Yoga ile sağlık bulma konusunda Türkiye’de de çeşitli çalışmalar yapılmaktadır. Yoga merkezlerinin genel vaadinin sağlıklı yaşam olduğu görülmektedir. Hatta lkemizde sadece yoga ve sağlık konusunda çıkarılan bir dergi bile bulunmaktadır.⁷⁸

4.2. Sahaja Yoga ve Sağlık

Yoganın sağlık için uygulanabileceğini ilk söyleyen grup Sahaja Yoga değildir. Yoga ile şıfa bulma eski zamanlardan beri uygulanmaktadır.⁷⁹ Sahaja Yoga’da, yapılan meditasyon sayesinde Kundalini enerjisinin uyandırıldığına ve böylece aktif hale getirildiğine, bunun da hastalıkların tedavisinde kullanılabileceğine inanılmaktadır. Bu inanişa göre kişi düzenli meditasyonlar sayesinde kendisini daha iyi tanıyacak ve vücudunu kontrol etmeyi öğrenecek ya da çakra ve nadilerini kullanarak kendisini tedavi edebilecektir. Örneğin kişinin nabi akrasını kontrol ederek mide ağrısını iyileştirebileceğine inanılmaktadır.⁸⁰ Takipçileri tarafından alternatif bir tıp metodu olarak görülmesinin yanında çeşitli bilim adamları tarafından yapılan deneylerde Sahaja Yoga’nın astım, anksiyete, depresyon, epilepsi, stres, hiperaktivite gibi hastalıklara iyi gelip gelmediği araştırılmıştır.⁸¹ Sahaja Yoga’nın en önemli faydasının sağlık açısından kişiyi

⁷⁸ Bkz. <http://www.yogavesaglik.com/Default.aspx>, (Erişim Tarihi, 14.06.2010).

⁷⁹ rneğin Amerika’da 1970’lerden beri meditasyonun hipertansiyon, kalp hastalıkları, stres gibi hastalıkların tedavisine olan etkisi araştırılmaktadır. bkz. Andersen, s. 22.

⁸⁰ Nigel Powel, **Meditation Sahaja Yoga**, Corvalis Publishing, London, 2005, s. 81.

⁸¹ Yapılan bu araştırmalardan bazıları için bkz. Selezneva Tatyana, “The Effect of the Subtle Vibration on the İmmunological Parameters of Blood”, <http://www.sahajayogaportal.org/UstMenu1/BilimveEkoloji.aspx>, (Erişim Tarihi, 13.03.2010); Linda J. Harrison, Ramesh Manocha, Katya Rubia, “Sahaja Yoga Meditation as a Family Treatment Programme for Children with Attention Deficit-Hyperactivity Disorder”, **Clinical Child Psychology and Psychiatry**, C. 9 (4): 479–497, London, 2004, <http://www.sahajayogaportal.org/UstMenu1/BilimveEkoloji.aspx>, (Erişim Tarihi, 13.03.2010); Helen Tobler “A Meditative Approach to Menopause”, “The Weekend Australian”, Edition 1 Sat. 13 Jul., 2002, <http://www.sahajayogaportal.org/UstMenu1/BilimveEkoloji.aspx>, (Erişim Tarihi, 13.03.2010); Ramesh Manocha, “Researching Meditation Clinical Applications in Healthcare”, **Diversity Magazine**, C. 2, No. 5, June, 2001, <http://www.sahajayogaportal.org/UstMenu1/BilimveEkoloji.aspx>, (Erişim Tarihi, 13.03.2010); L. A. Eliseeva, “Psycho-Electro-Physiological Analysis of Biological Feedback Effects for Realized and Non-Realized People”, **Proceedings of the International Conference ‘Moral. Health. Peace: East-West’**, St. Petersburg, 19-20 September, 1995, <http://www.sahajayogaportal.org/UstMenu1/BilimveEkoloji.aspx>, (Erişim Tarihi, 13.03.2010); “Sahaja Yoga’nın Sağlığa Yararları”, <http://www.sahajayogaportal.org/UstMenu1/BilimveEkoloji.aspx>, (Erişim Tarihi, 13.03.2010); J.S. Neki, “An İndian İdeal of Mental Health”, **Psychiatry**, C. 38, Feb., 1975, <http://www.sahajayogaportal.org/UstMenu1/BilimveEkoloji.aspx>, (Erişim Tarihi,13.03.2010); Gabriel Kabar Trust- Bolack, “Sahaja Yoga: Clinical

sakinleştirmesi ve ona huzur vermesi olduğu söylenmektedir. Böylece Sahaja Yoga'ya katılanların daha rahat, daha stressiz bir hayat süreceği iddia edilmektedir.

Sahaja Yoga ile şifa bulma, basit hareketler ile rahatlamaktan, çok ciddi hastalıkların tedavi edilmesine kadar geniş bir yelpazeye yayılmaktadır. Örneğin bandan hareketleri⁸² ile ayak, sırt ağrısı gibi vücut ağrılarının kendi kendine tedavi edilebileceğine inanılmaktadır. Bunun yanında felç, kanser gibi oldukça ciddi hastalıkların da Sahaja Yoga ile tedavilerinin mümkün olduğu söylenmektedir. Dr. Rai'nin⁸³ belirttiğine göre yirmi yılını felçli geçirmiş bir hasta Sahaja Yoga sayesinde bu hastalıktan kurtulmuştur. Yine aynı şekilde nefes darlığından şikayeti olan birisi de Sahaja Yoga sayesinde iyileşmiştir.⁸⁴

Sahaja Yoga'nın dolayısıyla vibrasyonların etkisi sadece kişiler üzerinde değil bitkiler, cansız varlıklarda da denenmektedir. Örneğin 1995'te Petersburg'ta yapılan Uluslararası Bilim Konferansı'nda yayımlanan bildirilerden birisi vibrasyonların sudaki etkileri üzerinedir. Şri Mataji'nin bizzat kendisi ya da fotoğrafı vasıtasıyla vibrasyon verilen suyun şifalı olduğu ve suyun kalitesinin arttığı kanıtlanmaya çalışılmıştır.⁸⁵

Daha önce de belirttiğimiz gibi sağlık, Sahaja Yoga'nın üzerinde önemle durduğu bir konudur. Bu, 19 Şubat 1996'da Şri Mataji'nin meditasyon yoluyla şifa veren bir merkez kurmasından da anlaşılmaktadır.⁸⁶ Bu merkezde hipertansiyon, astım, diyabet, migren, epilepsi, depresyon ve kanser gibi hastalıkların nedenleri

Applications for Stress and Psychosomatic Diseases", **Seattle Central Community College**, <http://www.sahajayogaportal.org/UstMenu1/BilimveEkoloji.aspx>, (Erişim Tarihi, 13.03.2010); Ramesh Manocha, G. B. Marks, P. Kenchington, D. Peters, C. M. Salome, "Sahaja Yoga in the Management of Moderate to Severe Asthma: A Randomised Controlled Trial", **Thorax**, C. 57, ss. 110–115, <http://www.sahajayogaportal.org/UstMenu1/BilimveEkoloji.aspx>, (Erişim Tarihi, 13.03.2010); V. K. Sharma, S. Das, S. Mondal, U. Goswami, A. Gandhi, "Effect of Sahaja Yoga On Neuro-Cognitive Functions in Patients Suffering From Major Depression", **Indian J Physiol Pharmacol**, C. 50 (4) 2006, ss. 375–383, http://www.ijpp.com/vol50_4/375-383.pdf, (Erişim Tarihi, 17.05.2010).

⁸² Bandan, Sahaja Yoga meditasyonunun öncesinde ve sonrasında kundaliniyi korumak için yapılan hareketlerdir. <http://www.sahajayogablog.org/2010/10/10-types-of-bandhan.html>, (Erişim Tarihi, 23.06.2011). İlerleyen sayfalarda ayrıntılı bilgi verilecektir.

⁸³ Dr. Rai, Sudipta Basu ile Mumbai Uluslararası Sahaja Yoga Araştırma ve Sağlık Merkezi Başkanıdır.

⁸⁴ Bu merkez için bkz. "About ISYRHC, A Few Statistics of the Health Centre", http://www.sahajahealthcentre.com/about_isyrhc.html, (Erişim Tarihi, 12.05.2010).

⁸⁵ Lyudmila Tkachenko, "Sudaki Vibrasyonların Etkileri Üzerine Araştırma", <http://www.sahajayogaportal.org/getdoc/8884361a-1ff2-4b04-99d4-c6990b830c5e/Link5.aspx>, (Erişim Tarihi, 13.04.2010).

⁸⁶ Bu merkez hakkında bilgi almak için bkz. "The International Sahaja Yoga Health and Research Centre", <http://www.sahajahealthcentre.com/index.html>, (Erişim Tarihi, 17.05.2010).

araştırılmakta ve bu hastalıklara yakalananlar tedavi edilmeye çalışılmaktadır. Her geçen gün bu merkezin ziyaretçileri artmaktadır.⁸⁷

⁸⁷ “About ISYRHC”, http://www.sahajahealthcentre.com/about_isyrhc.html, (Erişim Tarihi, 17.05.2010).

BİRİNCİ BÖLÜM

SAHAJA YOGA’NIN ANLAMI, ORTAYA ÇIKIŞI, GELİŞİMİ, TEŞKİLAT YAPISI VE FAALİYETLERİ

1. SAHAJA YOGA’NIN ANLAMI

Sahaja Yoga, her insanın içinde var olduğuna inanılan kundalini enerjisinin uyandırılmasına dayanan ve temelinde aydınlanma bulunan özel bir meditasyon tekniğidir.⁸⁸

“Sahaja” terimi Sanskritçe’de saha ve ja kelimelerinin birleşmesinden oluşur. **Saha**, “ile, birlikte”, **ja** ise “doğmak” anlamındadır.⁸⁹ Bu ikisinin birleşmesinden oluşan Sahaja, “kendiliğinden” demektir.⁹⁰ Diğer taraftan Yoga kelimesi ise birleşme, bir olma manasındadır.⁹¹ Bu iki kelime, yani Sahaja Yoga’daki kelimeler yan yana getirildiğinde **kendiliğinden birleşme** anlamına gelen bir tamlama oluşmaktadır.

Sahaja Yoga’dan bahseden kitaplarda ya da internet sitelerinde yazdığı kadarıyla, Sahaja Yoga’ya bu adın verilmesinin nedeni ondaki aydınlanma tekniğinde yatmaktadır. Buna göre Sahaja Yoga’da aydınlanma zahmetsiz bir şekilde yapılmaktadır.⁹² Meditasyon esnasında kişi, herhangi bir “Guru”ya⁹³ ihtiyaç duymaksızın kendi kendine *kundalini* enerjisini uyandırabilmekte böylece aydınlanabilmektedir.⁹⁴ Bu sayede kişi hiçbir ücret ödmeden ya da bir gurunun yanında kalıp ona hizmet etmek gibi bir zahmete katlanmadan kolayca aydınlanmasını sağlayabilmektedir.⁹⁵

⁸⁸ “Sahaja Yoga Nedir”, [www.sahajayogaportal.org.](http://www.sahajayogaportal.org/), (Update, 2007), (Erişim Tarihi, 28.08.2010).

⁸⁹ Frederic P. Miller, F. Agnes Vandome, Editor, John Mc Brewster, **Kundalini Yoga**, Alphascript Publishing, Mauritius, 2009, s. 57.

⁹⁰ Clarke, s. 544.

⁹¹ “Maran Illustrated Yoga”, s. 4, <http://site.ebrary.com/lib/deulibrary/edf.action?p00=&docID=10082096&page=14>, (Erişim Tarihi, 03.04.2010).

⁹² “Sahaja Yoga Meditation, Self Realization”, http://www.sahajayogaspirituality.com/self_realization.html, (Erişim Tarihi, 28.08.2010).

⁹³ Guru, Hindu din öğretmeni demektir. Hint dinsel geleneğinde manevi yol göstericiler olarak kabul edilmektedir. bkz. Aydın, s. 95.

⁹⁴ “Yoga Nedir”, <http://www.sahajayogaportal.org/Home/YogaNedir.aspx>, (Son Güncelleme, 2007), (Erişim Tarihi, 10.04.2010).

⁹⁵ “How is Sahaja Yoga Different From Other Types of Yoga?”, http://www.sahajayoga.org/whatiss/how_sy_different.asp, (Erişim Tarihi, 31.10.2010).

Aydınlanma tekniğinin bu şekilde olması Sahaja Yoga'nın tercih edilmesinin en önemli sebeplerinden biridir. İnternet siteleri ve Sahaja Yoga hakkındaki kitaplarda bu konu üzerinde önemle durulmakta ve aydınlanmanın bu kadar kolayca elde edilmesi Şri Mataji'nin insanlığa bir hediyesi olarak gösterilmektedir.⁹⁶

2. SAHAJA YOGA'NIN ORTAYA ÇIKIŞI

Sahaja Yoga'nın ortaya çıkışını iki ayrı şekilde ele almak mümkündür. Buna göre Sahaja Yoga hem tarih içinde ortaya çıkan çeşitli yoga tekniklerinden hem de 1950'lerden sonra görülmeye başlayan YDH'den birisi olarak değerlendirilebilir. Biz çalışmamızda Sahaja Yoga'nın bu iki yönünü de ele alacağız.

Sahaja Yoga tarih içinde ortaya çıkan yoga tekniklerinden bir tanesi olarak ele alındığında, onun diğer yogaların birleşmesiyle meydana gelen eklektik bir yapıya sahip olduğu söylenebilir. Buna göre Sahaja Yoga'nın kişiyi, kendini bilmeye götüren tüm eski yogaların bütün özelliklerini bünyesinde topladığına inanılmaktadır.⁹⁷ Bu konu üzerine araştırma yapan Nigel Powel'ın ifadesi ile Sahaja Yoga, geçmişin oldukça sert ve münzevi yogasıyla modern zamanın ihtiyaçlarının kavşağında durmaktadır.⁹⁸

Üyelerinin inancına göre, Sahaja Yoga'nın temelleri çok eskilere dayanmaktadır. Önceki dönemlerde yoga yoluyla kendini gerçekleştirmek ya da aydınlanmak isteyenler bunun için çok fazla zahmete katlanmak zorunda kalıyordu. Aydınlanmanın bu kadar zor olması ve öğrenilen bilgilerin hocadan öğrenciye geçerek ilerlemesi sınırlı kalmasına sebep oluyordu.⁹⁹ Aydınlanmak isteyen birisi öncelikle kendisine bir “Guru” bulmak zorundaydı. Kişi ancak bu gurudan alacağı dersler ve uygulamalar sayesinde aydınlanmayı başarabilirdi, ancak bu şekilde bir yol da yıllar almakta kişinin neredeyse bütün enerjisini bu yolda harcamasına sebep olmaktaydı. Zaman içinde yoga çeşitli adlar altında dallara ayrılmış ve aydınlanmayı

⁹⁶ Bu konuda bilgi için bkz. “Self Realisation”, <http://www.sahajayoga.org.in/SelfRealization.asp>, (Erişim Tarihi, 31.10.2010); “About Self Realization”, http://www.austinsahajayoga.org/self_realization.html, (Erişim Tarihi, 31.10.2010).

⁹⁷ Powel, s. 77.

⁹⁸ Powel, s. 77.

⁹⁹ “The Significance Of Self-Realisation”, <http://www.sahajayoga.org.in/SelfRealization.asp>, (Erişim Tarihi, 13.10.2009).

başaran kişilerden bazıları kendi aydınlanma yöntemlerinin ön planda olduğu birer yoga ekolü kurmuşlardır. Sahaja Yoga da bu yoga ekollerinden bir tanesidir.

Sahaja Yoga'nın ortaya çıkmasındaki en önemli olay, Şri Mataji'nin aydınlanmaya ulaşması ve yaşadığı bu tecrübeyi insanlara anlatarak onların da aydınlanmasını sağlaması olmuştur. Sahaja Yoga'nın kurucusu olan Şri Mataji, 5 Mayıs 1970'de yaşadığı deneyim ile, yani sahasrara çakrasının¹⁰⁰ açılmasıyla, gerçekliğin bilgisine erdiğini iddia etmiştir.¹⁰¹ Kendi bulduğu ve oldukça kolay olan bir yöntemle aydınlanmayı gerçekleştirdikten sonra bunu herkese öğretmeye karar vermiştir. Bu tarihten itibaren önce küçük gruplara, ardından daha büyük gruplara aydınlamayı öğretmiştir.¹⁰² Günümüze kadar büyük salonlarda pek çok kişiye aynı anda aydınlanmaları verilmekteydi. Ancak Şri Mataji'nin ölümünden sonra geniş salonlarda aydınlanmanın verilip verilmediği konusunda elimizde bir bilgi bulunmamaktadır.¹⁰³

Günümüzde yüzlerce şubesi ve binlerce takipçisi bulunan Sahaja Yoga, kendine ait okulları, sağlık merkezleri, tiyatro okulları bulunan geniş çaplı bir hareket durumundadır. Bu hareketin bu kadar yayılmasının en önemli sebeplerinden biri, söylediğimiz gibi oldukça kolay uygulanabilir olmasıdır. Kişinin istediği zamanda ve yerde Sahaja Yoga'yı uygulayabileceği böylece rahatlayacağı ve stresten kurtulacağı söylenmektedir.

¹⁰⁰ Sahasrara çakra insanda bulunduğu inanılan yedi çakranın yedincisidir. Taç çakra olarak da bilinir. Bkz. <http://www.ybd.s5.com/SAHASRARA.htm>, (Erişim Tarihi, 22.06.2011). İlerleyen sayfalarda ayrıntılı şekilde üzerinde durulacaktır.

¹⁰¹ Grégoire de Kalbermatten, **The Third Advent**, Penguin Books, London, 2003, s. 165.

¹⁰² “Shri Mataji Nirmala Devi Sahaja Yoga'nın Kurucusu, Sahaja Yoga'nın dünyanın dört bir yanına yayılması”, <http://www.sahajayogaturkey.f2s.com/mataji.html>, (Erişim Tarihi, 11.12.2009).

¹⁰³ Dolayısıyla büyük salonlarda aydınlanma verme işlemi bitmiş midir, yoksa başka birisi tarafından devam ettirilmekte midir? Bu konuda herhangi bir bilgiye ulaşamadık. Ancak bizim görüşümüz bu işlemin bitmiş olması gerektiği yönündedir. Bunun sebebi, ilerleyen sayfalarda da görüleceği üzere, Şri Mataji'nin, inanların gözünde normal bir insan olmamasıdır. O, Vişnu'nun avatarı olarak kabul edilmektedir. Bu yüzden de onun yerini normal bir insanın almasını beklemek mümkün görünmemektedir.

2.1. Sahaja Yoga'nın Kurucusu: Şri Mataji

YDH'nin hemen hepsinde olduğu gibi Sahaja Yoga'da da grubun kurucusu, yani Şri Mataji merkezde yer almaktadır. Yine birçok dini liderde olduğu gibi, Şri Mataji'nin de bir yandan gerçek yaşamıyla ilgili diğer yandan ise onun efsanevi ve abartılmış hayat hikayesi ile ilgili anlatılar bulunmaktadır. Hatta çoğu zaman bu efsanevi yönün gerçeğin önüne geçtiği görülmektedir.¹⁰⁴ Biz bu lideri tarihsel ve mitsel olarak iki ayrı başlık altında inceleyeceğiz. Ardından da onun karizmatik liderliği ve takipçilerinin gözündeki yeri üzerinde duracağız.

2.1.1. Tarihsel Şri Mataji

Öncelikle belirtmeliyiz ki, Şri Mataji'nin hayatı hakkında kitaplarda yer alan bilgiler aslında birbirinin tekrardan ibarettir.¹⁰⁵ Bu bilgiler de birkaç sayfayı geçmemektedir. Bu bilgiler arasında ise bir bütünlük görülmemektedir. Bu nedenle Şri Mataji'nin bütün hayatı hakkında bir bilgi bulunmamakta; ancak hayatından bazı kesitler hakkında bilgi sahibi olunabilmektedir.

Elimizdeki malumata göre Şri Mataji Nirmala Devi¹⁰⁶ olarak da bilinen Mataji, 21 Mart 1923'te Hindistan'ın Maharastra şehrinde dünyaya gelmiştir. Anne ve babası Hristiyan olup Shalivahana Kraliyet Hanedanı'nın soyundandır. Babası Kuran'ı Marathi diline çeviren kişidir. Annesi ise Hindistan'da matematik şeref payesi kazanan ilk kadındır. İnaniş'a göre Şri Mataji doğduktan sonra ailesi yüzündeki parlaklığı görünce ona "Tertemiz, kusursuz" anlamındaki *Nirmala* adını vermiştir.¹⁰⁷ Ailenin altı çocuğundan ikincisidir ve en büyük kızıdır.¹⁰⁸ Şri Mataji,

¹⁰⁴ Bazı kaynaklarda ise bu efsanevi yönün aksine onun bir sahtekar olduğu ve insanları kandırarak paralarını aldığı iddia edilmektedir. Ayrıntılı bilgi için bkz. "Sahaja Yoga's Historical Backround", www.sahajayogafacts.info, (Erişim Tarihi, 27.05.2010).

¹⁰⁵ Hayatı hakkında bilgi için bkz. Judith Coney, **Sahaja Yoga Socializing Processes in a South Asian New Religious Movement**, Oxford University Press, England, 1999, ss. 24-29; Powel, ss. 11-13.

¹⁰⁶ Altıncı asırda Hinduizm bünyesinde ortaya çıkan Devi, Hint mitolojisinin ana tanrıçalarından birisi olmuştur. Birçok formda karşımıza çıkmaktadır. İyi ve kötü tanrıça olarak ona ibadet edilmektedir. Şiva'nın karısı olarak bilinir. Bkz. Aydın, s. 79; "Devi" **Encyclopedia of World Mythology**, Editor, Rebecca Parcs, Cengage Learning, America, 2009, s. 297. Ayrıca bkz. John Dowson, "Devi", **A Classical Dictionary of Hindu Mythology**, World Public Library Edition, Copyright 2010, s. 86. "Devi", <http://tr.wikipedia.org/wiki/Devi>, (Erişim Tarihi, 27.05.2011).

¹⁰⁷ "Shri Mataji's Birth", http://www.shrimataji.net/albums/biography/ShriMatajiNirmalaDevi-SelectedBiography_files/frame.htm, (Erişim Tarihi, 10.03.2010).

Hristiyan bir ailenin çocuğu olarak doğduğu için çocukluğu da Hristiyan bir çevrede geçmiştir.¹⁰⁹

Şri Mataji'nin yedi yaşında iken ailesiyle birlikte Mahatma Gandhi'nin aşramında¹¹⁰ kaldığı¹¹¹ ve Gandhi'nin ondaki ışığı fark ederek Mataji'yi Nepali¹¹² diye çağırdığı söylenmektedir. Şri Mataji'nin eğitimi ile ilgili bilğimiz sınırlı olmakla birlikte, kaynaklarda onun bir müddet Lahor Hristiyan Tıp Fakültesi'nde tıp eğitimine devam ettiği yazmaktadır.¹¹³

Ailesinin yanında Hindistan'ın kurtuluş hareketine katılan Şri Mataji bu dönemde kurtuluş hareketi ile ilgili mücadelelere fazlasıyla zaman ayırdığı için tıp eğitimini yarıda bırakmak zorunda kalır. Bu durumu kendisi şöyle ifade eder:

*“Çok fazla uğraşıyordum. Henüz on sekiz yaşındaydım ve hiçbir şeyden korkmuyordum. Polis bana işkence ediyordu, hayatım acınacak haldeydi...”*¹¹⁴

1942'de Gandhi'nin Hindistan mücadelesini durdurma kararından sonra mücadelede rol alan başkalarıyla birlikte tutuklanmış ve bir müddet cezaevinde yatmıştır.¹¹⁵ 1947'de Hindistan'ın bağımsızlığa kavuşmasından sonra Şri Mataji Mr. Chandika Prasad Srivastava adlı diplomat ile evlenir, bu evlilikten iki kızları olur.¹¹⁶

¹⁰⁸ Coney, s. 25.

¹⁰⁹ Rajeev M. Kaushik, **The Midnight Awakening**, Rupa Publication, New Delhi, 2008, s. 17.

¹¹⁰ Aşram, Hindistan' da orman içinde ya da dağlık bir yerde bilgelerin kaldıkları yere verilen isimdir. Aşram hakkında daha fazla bilgi için bkz. <http://tr.wikipedia.org/wiki/A%C5%99Fram>, (Erişim Tarihi, 22.06.2011).

¹¹¹ “Shri Mataji Nirmala Devi, Sahaja Yoga'nın Kurucusu, Hindistan'ın Özgürlüğü için Mücadele”, <http://www.sahajayogaistanbul.org/shrimataji.html>, (Erişim Tarihi, 10.03.2010).

¹¹² “Shri Mataji Nirmala Devi, Sahaja Yoga'nın Kurucusu, Hindistan'ın Özgürlüğü için Mücadele”, <http://www.sahajayogaportal.org/Home/ShriMataji.aspx>, (Erişim Tarihi, 14.03.2010).

¹¹³ Turek, s. 54. Bu konuyla ilgili olarak şunu da söylemeliyiz ki Şri Mataji'nin hayatı hakkında bilgi veren kaynakların çoğunda böyle bir bilgi bulunmasına rağmen biz Lahor'da Hristiyan Tıp Fakültesi olduğuna dair bir malumata erişemedik. Edindiğimiz bilgilere göre Lahor'da Balakram Medical College adıyla bilinen bir tıp fakültesi vardır. Hristiyan Tıp Fakültesi ise Penjab bölgesinin Ludhiana şehrinde. Bazı internet sitelerinde Şri Mataji'nin iki okula da gittiği söylenmektedir. Bu konuda daha geniş bilgi için bkz. http://en.wikipedia.org/Nirmala_Srivastava, (Erişim Tarihi, 28.06.2011); http://www.shrimataji.net/albums/biography/ShriMatajiNirmalaDevi-SelectedBiography_files/frame.htm, (Erişim Tarihi, 28.06.2011).

¹¹⁴ Coney, s. 25.

¹¹⁵ Bazı kaynaklarında Şri Mataji'nin kurtuluş mücadelesine katıldığı için cezaevine girdiği kayıtlıdır. İnternette ulaştığımız bu bilgi bizim elimizdeki kaynaklarda yer almamaktadır.

¹¹⁶ “Sahaja Yoga is born”, <http://www.sahajayoga.org.in/ShriMatajiIntro.asp>, (Erişim Tarihi, 17.04.2010). Şri Mataji'nin eşi Srivastava hakkında ayrıntılı bilgi için bkz. Shri Mataji's Husband Sir C. P. Srivastava, http://www.sahajayoga.org/sir_cp_srivastava.asp, (Erişim Tarihi, 31.10.2010).

Şri Mataji, 5 Mayıs 1970’ de Hindistan’ın Nargol şehrinde, Sahasrara çakrasının açılmasıyla aydınlanmaya ulaşır.¹¹⁷ O, bu aydınlanmayı şöyle anlatır: “İçimizde bulunan ve esas güç olan Kundalini’yi gördüm. O kundalini, içimizdeki kutsal güçtür ve bu güç adeta açılan bir teleskop gibi yükselir. Sonra, başımdan her yöne yayılan bir ışık seli gördüm. Kaybolduğumu hissettim.”¹¹⁸

Şri Mataji, aydınlanmayı yaşamasından kısa bir süre sonra eşinin Birleşmiş Milletler Uluslararası Denizcilik Organizasyonu’nun genel sekreteri olmasıyla İngiltere’ye taşınır ve Sahaja Yoga’yı İngiltere’de yaymaya başlar.

Şri Mataji zaman içinde tanınır hale gelmiştir. 1970’lerin ortasına gelindiğinde evine kişisel ziyaretler ve grup ziyaretleri başlar. Daha sonra ise Londra’da ilk bölgesel buluşma gerçekleşir. Mataji burada, 2 Aralık 1979’da, takipçilerine Tanrılığını ilan eder. Mataji’nin bu buluşmadaki sözlerinden bazıları şu şekildedir:

*“Bugün benim insanlığı koruyan ‘Bir’ olduğumu, bütün annelerin annesi olan, ilk anne olan, Adi Şakti olan “bir” olduğumu, ilan ettiğim gündür. ‘Şakti’ Tanrı’nın en yoğun arzu halidir ve kendisine, evrene, insanlığa bir anlam vermek için bu dünyaya enkarne olmuştur. Şuna eminim ki sevgim, sabrım ve gücüm sayesinde bunu başaracağım”.*¹¹⁹

Şri Mataji’nin takipçileri gün geçtikçe artmıştır. Artık aydınlanmayı sadece bulunduğu çevreye değil daha geniş bir alana yaymak için pek çok yolculuğa çıkarak değişik ülkelere gitmiştir.¹²⁰

Sahaja Yoga’nın büyüyüp dünya üzerinde yayılmaya başlamasıyla birlikte Şri Mataji dünyanın çeşitli ülkelerine seyahat ederek düşüncelerini ifade etmeye ve Sahaja Yoga’nın küresel bir din olduğunu anlatmaya başlamıştır. Şri Mataji öldüğü tarih olan 23 Şubat 2011’e kadar dünyanın çeşitli ülkelerinde verdiği konferanslar ile bu çalışmalarına devam etmiştir.¹²¹

¹¹⁷ “Opening Sahasrara”, http://www.shrimataji.net/albums/biography/ShriMatajiNirmalaDevi-SelectedBiography_files/frame.htm, (Erişim Tarihi, 03.12.2009).

¹¹⁸ Coney, s. 26.

¹¹⁹ Coney, s. 27.

¹²⁰ “About Shri Mataji Nirmala Devi”, <http://www.sahajayoga.org/shrimataji/>, (Erişim Tarihi, 17.04.2010).

¹²¹ Coney, ss. 28-29.

2.1.2. Mitsel Şri Mataji

Birçok dini liderin hayatında karşılaştığımız gibi Şri Mataji'nin de yaşamında efsanevi yönler bulunmaktadır. Bu efsaneler onun doğumuyla başlar. Efsanelerden bazıları Şri Mataji'nin doğumundan önce onun müjdelenmesiyle ilgilidir. Örneğin Hint kutsal metinlerinde yer alan bazı cümlelerden hareketle Şri Mataji'nin gelişinin önceden haber verildiği yorumları yapılmaktadır. Yine örneğin Tevrat, İncil ve Kuran'da da bu yönde ifadelerin bulunduğu ileri sürülmektedir.¹²²

Şri Mataji'nin hayatıyla ilgili efsaneler sadece onun doğumuyla sınırlı değildir. Doğumundan sonra ailesinin Mataji'ye Nirmala adını vermesi, Gandi'nin onu Nepali diye çağırması da mucizevi olaylar olarak değerlendirilmektedir. Şri Mataji'nin mucizevi özelliklerinin eşine de yansıdığına inanılmaktadır. Mr. Srivastava, Şri Mataji ile evlendikten sonra, işinde hızlı bir şekilde yükselmiştir. Bu yükselişin Şri Mataji sayesinde olduğu kabul edilmektedir.¹²³

Şri Mataji ile ilgili en önemli efsane onun Hint dinlerindeki büyük tanrılardan birisi olan Vişnu'nun¹²⁴ onuncu avatarı, yani Şri Kalki olduğudur. Hint mitolojisinde Şri Kalki, dünyaya gelecek ve bozulan düzeni yeniden kuracak kişidir. Buna göre, Tanrı Vişnu onuncu avatarında Kali Yuga dönemindeki kötülükleri yok edecektir. Yeni dönem arınmış, saf insanlar ile başlayacak ve Vişnu da onlara hükmedecektir.¹²⁵ Böyle bir inanış olsa da birçok Hinduya göre, Vişnu'nun Şri Kalki olarak enkarne olmasına daha 427.000 yıl vardır. Bu durumda Şri Mataji'nin iddiası gelenekle uyuşmamaktadır.¹²⁶

¹²² Şri Mataji'nin kutsal kitaplarda müjdelenmesi konusu ileriki sayfalarda ayrı bir başlık altında ele alınacaktır. Şri Mataji'nin doğumundan önceki müjdelere için bkz: **Sahaja Book of Prophecies** http://www.adishakti.org/pdf_files_2/sahaja_yoga_book_of_prophecies.pdf, (Erişim Tarihi, 28.03.2010).

¹²³ Coney, s.25.

¹²⁴ Vişnu, Hint dinlerindeki en önemli tanrılardan biridir. Her şeye nüfuz eden bir tanrıdır. Gökyüzü gibi mavi kabul edilmektedir. Vişnu, dünyada kaosun hakim olduğu zamanlarda dünyaya çeşitli bedenlerde enkarne olarak insanları içinde bulundukları kötü durumdan kurtarmaktadır. Bu konuda bilgi için bkz. Aydın, s. 93.

¹²⁵ Bu konuda ayrıntılı bilgi için bkz: Tefik Aksoy, **Mitoslarda Yaratılış Motifleri**, SÜSBE Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı, Dinler Tarihi Bilim Dalı (Basılmamış Yüksek Lisans Tezi), Konya 2007, ss 256-258.

¹²⁶ Coney, s. 110. Hint inanışına göre Kalki, Tanrı Vişnu'nun avatarlarından birisidir. Dünyaya gelecek ve evrensel iyiliği, barışı ve refahı getirecektir. Vişnu, Krişna olarak cennete gittiği zaman Kali Yuga devri başlayacak. Bu çağ savaş ve ihtilaf çağı olacak. Bundan sonra Vişnu'nun Kalki olarak tekrar gelmesi, kötülüğü yok ederek tıpkı Krita Yuga çağında olduğu gibi adaletin, doğruluğun krallığını kurması beklenecek. Daha fazla bilgi için bkz. W. J. Wilkins **Hindu**

Kalbermatten, Şri Mataji'nin kutsal bir kişi olduğunu başından geçen şu olay ile bize anlatmaktadır:

“1975'in Ağustos ayında Şri Mataji ile buluştum ve ona şöyle dedim: ‘Şri Mataji, sen kimsin?’ Şöyle cevap verdi ‘Ellerini aç, gözlerini kapat ve aynı soruyu tekrar sor’. Dediklerini yaptım ve her tarafımı geniş bir sessizlik kapladı. Uzaklarda ‘dom-dom, dom-dom’ sesleri geliyordu. Derin bir sessizlik olduğu için sanki genişliyordum, büyüyordum. Aynı zamanda bir sükunet alanında gibiydim. Ne kadar bu şekilde kaldım bilmiyorum. Gözlerimi açtığımda Şri Mataji gülüyordu. ‘evet’ dedi. ‘Hiçbir şey Şri Mataji, sadece sessizlik’ dedim. O da ‘Ben sessizliğim’ dedi”.¹²⁷

Bu ifadelerden Kalbermatten'nin Şri Mataji karşısında adeta büyülediği ve metafizik bir tecrübe yaşadığı anlaşılmaktadır. Bu ve buna benzer olaylar ile Şri Mataji'nin aslında tanrısal bir şahsiyete sahip olduğu kanıtlanmaya çalışılmaktadır.

2.1.3. Taraftarlarının Gözüyle Şri Mataji

Şri Mataji, Sahaja Yoga takipçileri tarafından oldukça saygı gösterilen bir liderdir. Bu yüzden yukarıda saydığımız efsanevi yönler takipçiler tarafından sorgulanmadan kabul görmektedir. Hatta bu saygıyı onun fotoğraflarına gösterilen tazimde bile görmek mümkündür. Sahaja Yoga'ya katılan her takipçi evinde Şri Mataji'nin bir fotoğrafını bulundurur. Bu fotoğrafın güzel bir şekilde çerçevelenmesine dikkat edilir. Fotoğrafın saygıyla tutulması gerekir. Yine fotoğrafın konulacağı yerin bir nevi sunak olmasına önem verilir. Şri Mataji'nin fotoğrafının bu kadar önemli olmasının sebebi meditasyon esnasında onun fotoğrafına ihtiyaç duyulmasıdır.¹²⁸ Fotoğraflarına atfedilen bu önem dolayısıyla, Sahaja Yoga ile ilgili hemen her internet sitesinde, Şri Mataji'nin mucizevi fotoğraflarına yer verilmektedir. Bu fotoğraflarda Şri Mataji'den çıkan vibrasyonlar görülmekte ya da ondaki tanrısallığı gösteren birtakım işaretler bulunmaktadır.

Mythology, Vedic and Puranic, <http://www.sacred-texts.com/hin/hmvp/hmvp29.htm>, (Erişim Tarihi, 17.08.2010).

¹²⁷ Kalbermatten, s. 159.

¹²⁸ “Sahaja Yoga Daily Practies”, <http://www.sahaja-yoga.org/>, (Erişim Tarihi, 23.05.2010).

2.1.4. Karizmatik Bir Lider Olarak Şri Mataji

Karizma, en kısa şekliyle “Kişinin, farklı ve çok sayıda insanın güvenini, beğenisini, hayranlığını kazanma yetisine ve bu özelliğiyle dini, siyasi vb. konularda kitleleri etkileme gücüne sahip olması” şeklinde tanımlanabilir.¹²⁹ Karizmatik liderlik ya da karizmatik otorite ise bu güçler temelinde meşrulaştırılan güçtür.¹³⁰

YDH, Tanrı ile iletişime geçtiğini, ondan mesaj getirdiğini iddia eden karizmatik liderler tarafından yönetilir. Fikirlerine, kurallarına ve totalistik metotlarına tartışılmaz bir sadakat ve tam bir bağlılık isteyen bu liderler sınırsız bir otorite ile donatılmıştır.¹³¹ Yine bu liderler takipçilerinin kurtuluş reçetesine sahiptir. Grup mensuplarınca bu kurtuluş reçetesi tek yol olarak kabul edilmektedir.¹³² Onlara göre sadece bir tek doğru inanç ve sadece bu inancın pratikleri vardır.

Bununla birlikte karizma, bir lider kadar bir takipçiye de ihtiyaç duyar. Karizmatik lider, kendisini tek başına karizmatik bir kişiliğe oturtamaz.¹³³ Yani onun bir lider olabilmesi için bir takipçi tarafından kabul edilmiş olması gerekir.¹³⁴

Karizmatik lider ile ilgili ifade edilen bütün bu niteliklerin çoğunu Sahaja Yoga’da da görmekteyiz. Örneğin Şri Mataji doğaüstü güçleri olduğuna inanılan bir lider konumundadır. Ondan çıkan vibrasyonların normal birinden çıkandan daha etkili olduğuna inanılmaktadır. Tanrı ile olan iletişimine gelince o, daha önce de

¹²⁹ Selçuk Budak, “Karizma”, **Psikoloji Sözlüğü**, Bilim ve Sanat Yayınları, Ankara, 2000, s. 428.

¹³⁰ Budak, “Karizmatik Otorite”, **Psikoloji Sözlüğü**, s. 429. Karizmatik Otorite kavramını ortaya çıkaran Max Weber’in otorite biçimlerini açıkladığı ünlü tipolojisinde “geleneksel” ve “karizmatik” tipler birbirinden ayrılmaktadır. Geleneksel biçim, geleneksel bir mesaj veren ya da geleneksel olarak onaylanan bir makamdaki lidere bağlıyken karizmatik otorite sadece liderin şahsından güç alır (Gordon Marshall, “Karizma”, **Sosyoloji Sözlüğü**, Çev. Osman Akınbay, Derya Kömürcü, Bilim ve Sanat Yayınları, Ankara, 1999, s. 387). Weber’e göre karizma, kendisinde doğaüstü güçlerin olduğuna inanılan ve sıradan insanlardan ayrılan, belli niteliklere sahip olan ve insanları bunalımdan kurtaran kişiyi tanımlamak için kullanılır (Sezgin Kızılcıkel, Yaşar Erjem, “Karizmatik Otorite”, **Açıklamalı Sosyoloji Terimleri Sözlüğü**, Konya, 1992, s. 236). Karizmatik liderlikle ilgili olarak ayrıca bkz. George D. Chryssides, “New Religious Movements- Some Problems of Definition”, <http://web.uni-marburg.de/religionswissenschaft/journal/diskus/chryssides.html>, (Erişim Tarihi, 17.05.2010); L. Du Pertuis, “How people recognize charisma: the case of darshan in Radhasoami and Divine Light Mission”, **Sociological Analysis**, C. 47, ss. 111-124.

¹³¹ George D. Chryssides, “Defining New Spirituality”, CESNUR 14. International Conference, s. 3, www.cesnur.com, (Erişim Tarihi, 17.11.2009).

¹³² Özkan, s. 49.

¹³³ Coney, ss. 95-96.

¹³⁴ George D. Chryssides, “Unrecognized charisma? A study and comparison of four charismatic leaders: Charles Taze Russell, Joseph Smith, L. Ron Hubbard, Swami Prabhupada”, **International Conference The Spiritual Supermarket: Religious Pluralism in the 21st Century**, London, April, 2001, www.cesnur.com, (Erişim Tarihi, 17.11.2009).

belirttiğimiz gibi, Tanrı Vişnu'nun bir enkarnasyonu olduğunu söylemekte ve takipçileri tarafından bu şekilde kabul edilmektedir. Buradan hareketle Mataji'nin bir iletişimden ziyade bizzat Tanrı'nın kendisi olduğunu söylememiz mümkündür.

2.1.5. Kutsal Metinler ve Şri Mataji

Yukarıda, *Mitsel Şri Mataji* başlığı altında Şri Mataji'nin Kuran, Tevrat, İncil gibi kutsal kitaplarda önceden haber verildiğine inanıldığından bahsetmiştik. Bu bölümde, Kutsal kitaplarda geçen hangi cümlelerinin bu şekilde yorumlandığını vereceğiz.

2.1.5.1. Hint Metinlerinde Şri Mataji

Sahaja Yoga'da Şri Mataji'nin gelişinin müjdelendiğini kanıtlayabilmek için Hindistan'da yaklaşık 2000 yıl önce yaşadığı söylenen Bhrigumuni adındaki yazarın Nadi Granth¹³⁵ adlı eserindeki şu ifadeler kullanılmaktadır:

*“Jüpiter, Balık burcundayken büyük bir yogi yeryüzüne enkarne olacak. 1970 yılı geldiğinde pek çok kişiye göre yeni bir çağ başlayacak. Kaliyuga bitecek ve Kritayuga başlayacak. Dünya'nın eksenini yer değiştirecek ve Dünya gitgide Güneş'e yaklaşacak. İnsan yaşamı tamamen devrimsel bir değişim geçirecek...”*¹³⁶

Burada geçen “1970 yılı” ifadesi ile Şri Mataji'nin kastedildiği iddia edilmektedir. Daha önce ifade ettiğimiz gibi Şri Mataji 1970 yılında bir tecrübe yaşadığını iddia etmiş ve sahasrara çakrasının açıldığını söylemiştir.

Şri Mataji'nin Vişnu'nun onuncu enkarnasyonu olduğuna Bhavisya Puranalar'da geçen şu cümle delil olarak kullanılmaktadır: *“Dünya'da Dharma*¹³⁷ *kötüye gittiği zaman Vişnu on defa dünyaya inecek ve insanlara Naam*¹³⁸*’ın evrensel önemini anlatacak.*¹³⁹

¹³⁵ Nadi Granth hakkında bilgi için bkz. <http://sahaj-az.blogspot.com/2007/09/nadi-granth.html>, (Erişim Tarihi, 17.06.2011).

¹³⁶ “Kehanetler ve Gerçekleşmeleri”, www.sahajayogaturkey.f2s.com/kehanetler.html, (Erişim Tarihi, 19.11.2009). Bu konuda ayrıca bkz: **The Sahaja Book Of Prophecies**, s. 10.

¹³⁷ Dharma, Hint dinlerinde *din, görev, ahlak, erdem, adalet, kanun, doğru yol* anlamlarında kullanılır. Ayrıntılı bilgi için bkz. Kaya, “Dharma”, **Hint Mitolojisi Sözlüğü**, s. 62.

¹³⁸ Naam, kutsal yaşam gücü demektir. Sihizm'de Tanrı'ya verilen çeşitli isimlere karşılık gelir. Hayatın dört meyvesinden biridir. İbadet esnasında Naam Japna ismi tekrarlanır. Bkz. “Naam”,

Rig Veda'daki¹⁴⁰ bir cümlede de dünyanın kötüye gittiği dönemde dünyaya inecek olan Vişnu'dan bahsedilmektedir. Metin şu şekildedir:

*“Dünyada günahın arttığı, iyi davranışların azaldığı, ayın ışığının gecenin karanlığında kaybolduğu zaman Vişnu, Keşatra boyundan ortaya çıkacak ve bozulmuş olan bu dünyaya erdemi yeniden getirecektir.”*¹⁴¹

Bu alıntılarda geçen onuncu avatarın Şri Mataji olduğuna inanılmakta ve böylece ona bir tanrısallık atfedilmektedir.

2.1.5.2. Yeni Ahit'te Şri Mataji

İncil'in bazı bölümlerinde özellikle de Kutsal Ruh'tan bahseden metinlerde Şri Mataji'nin doğumunun müjdelendiği ileri sürülmektedir. Örneğin aşağıdaki şu metin bunlardan birisidir.

“Ben size gerçeği söylüyorum. Benim gitmem sizin yararınıza; çünkü eğer ben gitmezsem, Rahatlatıcı size gelmeyecek; ama eğer ben gidersem O'nu size göndereceğim” (Yuhanna 16:7). Bu metinde gelecek olan “rahatlatıcı”nın Şri Mataji olduğu yorumları yapılmaktadır. Bu anlamda kullanılan metinlerden bir diğeri de şudur: *“Fakat Babam'ın Benim adımla göndereceği Rahatlatıcı, Kutsal Ruh, O size tüm şeyleri öğretecek, ve size söylediğim her şeyi hatırlanıza getirecek”* (Yuhanna 14:26). Yine bu metinde de Kutsal Ruh ile kastedilenin Şri Mataji'nin olduğu iddia edilmektedir. Bu bağlamda şu metinler de kullanılmaktadır. *“O, gerçeğin Ruh'u geldiğinde sizi tüm gerçeklerin içine götürecektir; çünkü o kendisinden konuşmayacak ama her ne getirecekse onu söyleyecek; ve size gelecek olanı bildirecek.”* (Yuhanna 16:13);¹⁴² *“Beni seviyorsanız, buyruklarımı yerine getirirsiniz. Ben de Baba'dan*

<http://tr.wikipedia.org/wiki/Sihizm>, (Erişim Tarihi, 02.06.2011); “Nama”, <http://en.wikipedia.org/wiki/N%C4%81ma>, (Erişim Tarihi, 02.06.2011); “Naam”, <http://www.sikhiwiki.org/index.php/Naam>, (Erişim Tarihi, 02.06.2011).

¹³⁹ **The Sahaja Book Of Prophecies**, s. 7.

¹⁴⁰ Rig Veda, Hint düşüncesinin en eski ve en klasik kutsal metni olarak kabul edilir. Ayrıntılı bilgi için bkz. Yitik, **Hint Dinleri**, s. 19.

¹⁴¹ **The Sahaja Book Of Prophecies**, s. 7. The Sahaja Book Of Prophecies adlı eserde bu ifadelerin “Rig Veda: Mandala 7, Ush 5, Mantra 5 and Chapter 6” da geçtiği belirtilmektedir. Ancak biz yapmış olduğumuz araştırmada Rig Veda'nın işaret edilen yerlerinde böyle ifadelere rastlayamadık. Bununla birlikte bu ifadelerin aslında Bhagavatgita'nın dördüncü bölümünün 7. ve 8. pasajlarında geçtiğini gördük. Bu pasajlar için bkz. Kaya, **Bhagavadgita Hinduların Kutsal Kitabı**, s. 40.

¹⁴² “Kehanetler ve Gerçekleşmeleri”, <http://www.sahajayogaturkey.f2s.com/kehanetler.html>, (Erişim Tarihi, 02.06.2010).

dileyeceğim. O sonsuza kadar sizinle birlikte olsun diye size başka bir Yardımcı, Gerçeğin Ruhunu verecek” (Yuhanna İncili, 14:15); “Gökte olağanüstü bir belirti, güneşe sarınmış bir kadın görüldü. Ay ayaklarının altındaydı, başında on iki yıldızdan oluşan bir tac vardı.” (Vahiy, 12:1)

Bu metinlerin yanında İncil’lerdeki şu metinler de Sahaja Yoga ile ilişkilendirilmeye çalışılmaktadır. Örneğin aşağıdaki metin Sahaja Yoga için bir müjde olarak görülmektedir:

“İsa ona şu karşılığı verdi: Sana doğrusunu söyleyeyim, bir kimse yeniden doğmadıkça Tanrı’nın egemenliğini göremez.”¹⁴³ Bu metinde geçen “yeniden doğmak” ifadesi ile insanların Sahaja Yoga ile aydınlanmaya ulaşmasının kastedildiği iddia edilmektedir.¹⁴⁴

Buraya kadar ele aldığımız metinlerde dikkati çeken husus Hristiyan geleneği içinde İsa’nın tekrar gelişini müjdelemek için kullanılan ifadelerin aslında Şri Mataji’yi kastettiği yönünde bir çabanın sergileniyor olmasıdır. Bu anlamda da metinlerin Şri Mataji’nin gelişiyile ilgili kehanetleri için kullanılmasıdır. Bir başka ifade ile Şri Mataji’nin gelişinin İncil’de müjdelendiği yorumlarının yapılmaya çalışılmasıdır. Şri Mataji ile ilgili İncillerden hareketle yapılan kehanetler ve verilen müjdeler bu haliyle ciddi tartışmalar doğurmaktadır.

2.1.5.3. Kur’an’da Şri Mataji

Kuran’daki bazı kavramlar da Sahaja Yoga ile ilişkilendirilmeye çalışılmaktadır. Örneğin rüzgardan, ellerden bahseden bazı ayetler bunlardandır. Bu çerçevede fazlasıyla kullanılan ayetlerden birisi de şudur: “Biz onların ağızlarını mühürleyeceğiz ve elleri bizimle konuşacak, ve ayakları yaptıklarına şahadet edecek”¹⁴⁵ Buradaki ellerin konuşması ile meditasyon sırasında ellerde hissedildiği düşünülen titreşimler arasında bir bağlantı kurulmaktadır. Böylece bu ayetteki ellerin

¹⁴³ Kalbermatten, s. 169.

¹⁴⁴ Türkçe Kitab-ı Mukaddeslerde Yuhanna 16:7’deki “rahatlatıcı” yerine “kurtarıcı”, Yuhanna 14:26’daki “rahatlatıcı” yerine de “yardımcı” ifadelerinin kullanılmıştır. (İncil, Yeni Yaşam Yayınları, İstanbul, 2001; Kutsal Kitap, Yeni Yaşam Yayınları, İstanbul, 2001.) Bu durum göstermektedir ki metinlerdeki bazı kelimelere Şri Mataji ile ilişkilendirilebilmek farklı anlamlar yüklenmektedir. Bu ise tartışmalara neden olmaktadır.

¹⁴⁵ Yasin suresi 65. Ayet. “Kehanetler ve Gerçekleşmeleri”, <http://www.sahajayogaturkey.f2s.com/kehanetler.html>, (Erişim Tarihi, 02.06.2010).

konusması ifadesi ile Sahaja Yoga’da meditasyon esnasında ellerden ve başın üzerinden çıktığına inanılan serin serin esintinin kastedildiği ileri sürülmektedir.

Burada şu hususu belirtmeliyiz ki, kehanetlerden bahseden internet sitelerinde “Kehanetler ve Gerçekleşmeleri” başlığı altında ve The Book of Sahaja Yoga Prophecies adlı eserde yer alan yukarda zikrettiğimiz ayetin aslında Şri Mataji ile bir ilgisi bulunmamaktadır. Bu ifadelerdeki ilişki Şri Mataji’nin kendisinden ziyade meditasyon esnasında ellerde ve başın üzerinde hissedildiğine inanılan vibrasyonlar ile ilgilidir.

Sahaja Yoga ve Şri Mataji ile kutsal kitaplardan hareketle yapılan yorumlar bunlarla sınırlı değildir. Sahaja Yoga hareketi neredeyse yazılan bütün kutsal kitaplarda bir yorum çıkarma çabasına içindedir. Hatta öyle ki hiçbir dini yönü olmayan Holderlin, William Blake, Goethe gibi sanatçılara ait kitaplardan bile birtakım pasajlar alınarak Sahaja Yoga veya Şri Mataji ile ilişkili kurulmaya çalışılmaktadır. Bütün bu çabalarla hem taraftarlarına hem sempatizanlarına hem de bu harekete ilgi duyup araştıranlara Şri Mataji’nin olağanüstü bir kişilik olduğu telkini yapılmaya gayret edildiği görülmektedir.¹⁴⁶

3. SAHAJA YOGA’NIN TARİHSEL GELİŞİMİ

Sahaja Yoga’nın tarihi ele alındığında özellikle iki ülke üzerinde durmak gerekmektedir. Bunlardan birincisi Hindistan, ikincisi ise İngiltere’dir. Hindistan, Şri Mataji’nin aydınlandığı, İngiltere ise Şri Mataji’nin Sahaja Yoga’yı kurup yaymaya başladığı coğrafya olması bakımından önemlidir. Ama belirtmeliyiz ki, İngiltere Sahaja Yoga’nın yayılmaya başladığı yer olması bakımından Hindistan’dan daha önemlidir. Bu nedenle biz de bu bölümde daha çok İngiltere üzerinde duracağız.

Yukarda da zikrettiğimiz gibi, Sahaja Yoga’nın dünyaya yayılması İngiltere’de başlar. 1970’te aydınlanma yaşayan Şri Mataji eşinin işi münasebetiyle İngiltere’ye gider. Daha sonra ilk faaliyetlerine burada başlar. 1987’ye gelindiğinde İngiltere’deki aşramlarının sayısı beşe ve takipçilerinin sayısı da 220’ye ulaşır. Şri Mataji bu aşramlarda takipçileri ile birlikte yaşar. Ayrıca Cambridgeshire, Shudy Camps gibi yerlerde de kullanılmak üzere büyük evler satın alır.

¹⁴⁶ The Sahaja Book of Prophecies, ss. 28-32, 52,53, 55,56.

1993 yılına gelindiğinde takipçilerin sayısı 300'ün üzerine çıkar. Londra'da 12, diğer şehirlerde de 20 aşram açılır.¹⁴⁷ İngiltere'de yapılan toplantılarda Şri Mataji başka ülkelerden kendisini ziyarete gelenlere kendi ülkelerinde Sahaja Yoga merkezi kurmaları yönünde talepte bulunur. Böylece Sahaja Yoga hızlı bir yayılma sürecine girer ve nihayet 1994 yılına kadar 30 ülkede teşkilatlanır.¹⁴⁸ Günümüzde ise Sahaja Yoga neredeyse her ülkede karşımıza çıkmaktadır. Bu hızlı yayılma nedeniyle bugün için Sahaja Yoga'nın toplam kaç merkezinin olduğunu söylemek güçtür. Bizim en son ulaştığımız verilere göre toplam 66 ülke için erişim imkanı bulunmaktadır.¹⁴⁹

4. SAHAJA YOGA'NIN FAALİYETLERİ

YDH' ye baktığımızda genel olarak bu hareketlerin neredeyse hepsinde ortak bazı yayılma ve taraftar toplama metotları görülmektedir. İnternet, kitaplar, broşür dağıtma, küçük toplantılar gibi metotlar bunlardan bazılarıdır. Sahaja Yoga da bu metotlardan bir kısmını kullanmaktadır. Bununla birlikte, Sahaja Yoga bazı faaliyetlerinde YDH'den ayrılır. Mesela gönüllü kişiler ile yapılan ev ziyaretleri ya da broşür, dergi dağıtma gibi taraftar toplama metotları kullanılmamaktadır. Sahaja Yoga'da bunların yerine hastane, okul açma gibi çeşitli sosyal faaliyetler bulunmaktadır. Bu faaliyetleri şu başlıklar altında toplamak mümkündür:

4.1. İnternet

Sahaja Yoga'nın en önemli yayılma aracının internet olduğunu söylemek mümkündür. Neredeyse her ülkeye ait bir internet sitesi bulunmaktadır. Hatta bazen aynı ülkede birkaç tane internet sitesine rastlamak mümkündür. Bu sitelerde Sahaja Yoga'nın ne olduğu anlatılmakta ve kısaca tarihi bilgiler verilmektedir. Bu meyanda Şri Mataji'nin hayat hikayesi üzerinde durulmaktadır. Ayrıca kundalini ve çakralar da tanıtılmaktadır. Yine internet sitelerinde Sahaja Yoga'nın nasıl uygulanacağı konusunda malumat yer almaktadır.

¹⁴⁷ Coney, s. 29.

¹⁴⁸ Coney, ss. 27-28.

¹⁴⁹ "Sahaja Yoga Worldwide", <http://www.sahajayoga.org/worldwidecontacts/>, (Erişim Tarihi, 07.06.2010).

Sahaja Yoga ile ilgili genel bilgiler veren sitelerin yanı sıra belirli konulara odaklanmış siteler de görülmektedir. Örneğin bir site sadece Şri Mataji'nin fotoğraflarına, özellikle de onun mucizevi olduğuna inanılan fotoğraflarına yer verirken¹⁵⁰ bir başka site ise Şri Mataji'nin hayatına odaklanmıştır.¹⁵¹ Türkiye'ye baktığımızda Sahaja Yoga propagandası yapan üç tane önemli internet sitesi tespit etmekteyiz. Bu siteler yukarda bahsettiğimiz faaliyetleri ve özellikleri içeren faaliyetler yapmaktadır. Bunlar www.sahajayogaturkey.f2s.com, www.sahajayogaportal.org, <http://www.sahajayogaistanbul.org/> adlı sitelerdir.

4.2. Yayınlar

Yayınlarda özellikle Şri Mataji tarafından yazılan kitaplar önemli bir yer işgal eder. Sahaja Yoga'da Şri Mataji'nin yanı sıra başkaları tarafından yazılan bazı kitaplar da önemli olarak görülür. Bu kişilerin bir kısmı Sahaja Yoga'ya mensup bir kısmı ise değildir. Sahaja Yoga hareketinin yayınladığı *Blossom Times* dergisinde Şri Mataji'nin yazılarının yanı sıra Sahaja Yoga'ya bağlı başka kişilerin de yazıları çıkmaktadır.¹⁵² Yayımlanan bu yazılarda genellikle Sahaja Yoga'nın kolaylığı ve faydaları, stres başta olmak üzere çeşitli hastalıklarla mücadele etmenin yolları anlatılmaktadır.

Türkiye açısından bakıldığında eserler yoluyla yayılma konusunda, Sahaja Yoga'nın çok etkili olduğunu söylemek mümkün değildir. Şri Mataji'nin yazdığı *Meta Modern Çağ* adlı kitap ve yine Şri Mataji'nin yazdığı *Sevgiyle Pişir* adlı yemek kitabı dışında Türkçe yazılmış ya da Türkçe'ye çevrilmiş hiçbir Sahaja Yoga kitabı yoktur. Broşür niteliğinde olan birkaç esere de ancak Sahaja Yoga merkezlerine gidildiğinde ulaşılabilmektedir. Bu durum ise Sahaja Yoga'nın basılı eserler yoluyla tanınması konusunda sınırlı kalmasına sebep olmaktadır.

¹⁵⁰ Bu fotoğraflardan bazıları için bkz. <http://www.imageevent.com/sahaja/miraclephotos?p>, (Erişim Tarihi, 18.06.2011).

¹⁵¹ Bu site için bkz. http://www.shrimataji.net/albums/biography/ShriMatajiNirmalaDeviSelectedBiography_files/frame.htm, (Erişim Tarihi, 18.06.2011).

¹⁵² <http://www.blossomtimes.org/site/index.asp?pageid=89>, (Erişim Tarihi, 24.04.2010).

4.3. Sahaja Yoga Projeleri

Bu projeleri SahajaYoga Kitap Projesi, Sahaja Yoga Sağlık Merkezi Projeleri, Sahaja Yoga Arşiv Projeleri, Sahaja Yoga Okul Projeleri başlıkları altında toplamak mümkündür.

4.3.1. Sahaja Yoga Kitap Projesi

Bu proje 2003 yılında Şri Mataji tarafından ortaya atılmıştır. Aynı yılın Eylül ayında uluslararası kitapçılarda yayımlanmak üzere bazı kitaplar basılmıştır. Bu proje sayesinde Sahaja Yoga'yı tanımayan insanlara da ulaşmak amaçlanmıştır.

Bu proje çerçevesinde Sahaja yogilerden oluşan bir grubun Şri Mataji'nin güncel konuşmalarının doğru bir şekilde transkripsiyonunu yapması da planlanmıştır. Transkripsiyonlar yapıldıktan sonra editörlerin çeşitli başlıklarda kitaplar derleyecekleri ve basacakları ifade edilmektedir. Bu kitaplardan bazılarının başlıklarının şöyle olması planlanmıştır:

1. SahajaYoga'ya Giriş
2. Kapıdaki Muhafız
3. Nasıl Kendi Gurun Olursun
4. Soğuk Ateş
5. Manevi Dünya
6. Dönüşüm Pratikeri
7. Aydınlık Zihin
8. Işığın Tanrıları

4.3.2. Sahaja Yoga Okul Projeleri

Sahaja Yoga projeleri içinde okullar önemli bir yer işgal etmektedir. Bunun sebebi Şri Mataji'nin çocuklara ve onların gelişimlerine önem vermesidir.

4.3.2.1. Sahaja Yoga Okulu

Dünyanın çeşitli yerlerinde, ailelerin çocuklarını gönderdiği ve hemen her yerden öğrencilerin geldiği Sahaja Yoga okulları vardır. Bunlardan birisi İtalya'nın Roma kentindedir. Bu okul en az iki yaşındaki çocukları kabul etmektedir. Bir diğer okul da Hindistan'dadır. Bu okul da en az dört yaşındaki çocukları almaktadır. Eğitim için bu okullara gelen çocuklar yaklaşık dokuz ay kadar buralarda yatılı olarak kalmaktadır.¹⁵³

Bizzat Şri Mataji'nin isteğiyle açılan bu okulların amacının çocuklara hayal gücü, yaratıcılık, merak gibi nitelikleri kazandırmak olduğu söylenmektedir. Bunun için çocuklar okulda kaldıkları süre boyunca sıkı bir eğitimden geçmektedir. Bu eğitim esnasında uyulması gereken sert kurallar bulunmaktadır.¹⁵⁴ Örneğin Hindistan'daki okulda yaşı daha küçük olanlar 06.00'da biraz daha büyük olanlar da 05.30'da kalkıp gün içinde çeşitli dersler ve aktivitelerden sonra da 21.00'da yatmaktadır. Okulda konuşulan dil İngilizce'dir. Bunun dışında Almanca ya da Hintçe de öğretilmektedir. Aynı zamanda bu okullarda Sahaja Yoga pratikleri de uygulanmaktadır.¹⁵⁵

Bu okulların bir başka özelliği de bazı kısıtlayıcı taraflarının olmasıdır. Örneğin çocukların televizyon izlemesi ya da radyo dinlemesi yasaktır. Ailelerin de her istediği zaman çocuklarını görmelerine izin verilmemektedir. Sadece çocukların haftada bir defa mektup yazmasına izin verilmektedir.¹⁵⁶

Sahaja Yoga'nın bu iki okuldan başka bir de Kanada'da açmış olduğu bir başka okul daha bulunmaktadır. Bu okul aslında Şri Mataji'nin Kanada'daki evinin okula dönüştürülmesiyle ortaya çıkmıştır, dolayısıyla bu eğitim merkezi ancak 15-20 kişilik kadardır. Buraya gelen öğrenciler diğer okullardaki gibi Matematik, İngilizce vs. dersleri görmekte, bunun yanında da meditasyon eğitimi almaktadır.¹⁵⁷

¹⁵³ Coney, s. 159.

¹⁵⁴ <http://www.isps.edu.in/index.asp?pageid=7&subpage=9>, (Erişim Tarihi, 29.04.2010).

¹⁵⁵ Coney, s.160.

¹⁵⁶ Coney, s. 161. Çocuklara bu şekilde disiplinli yaklaşılmasının sebebi Şri Mataji'nin çocuklarla ilgili görüşleridir. Şri Mataji'ye göre çocuklar çok iyi disiplin edilmelidir. Eğitilmeyen çocuklar diğer insanlara karşı saygısız davranırlar (Coney, s. 152). Çocuklarla çok fazla içli dışlı olunmamalıdır. Bu, tehlikeli bir şeydir. Onlara emanetmiş gibi muamele etmelidir. Şri Mataji'ye göre çocuklar ailelerine değil kendisine aittir (Coney, s. 148-149).

¹⁵⁷ "North American International Sahaj Middle School Vancouver B.C. Canada", http://files.sahajayogablog.org/080829_VancouverSahajaYogaSchool.pdf, (Erişim Tarihi, 23.05.2010).

4.3.2.2. Sahaja Yoga Tiyatro Okulu

Sahaja Yoga’da çocukların eğitimleri esnasında alacakları tiyatro derslerinin onların bilişsel, davranışsal, iletişimsel becerilerine ve yaratıcılıklarına faydalı olacak bir aktivite olduğu kabul edilmektedir.¹⁵⁸ Bu bağlamda Şri Mataji, 1996 yılında Belçika’nın Ghent şehrinde Theatre of Eternal Values adlı uluslar arası bir tiyatro grubu kurmuştur. Bu tiyatro, bünyesine öğrenci kabul eden bir okul gibi işlemektedir. Almış oldukları eğitimlerden sonra gösteriler sahneleyen bu grup Almanya, İngiltere, Avusturya, İtalya, Kanada gibi ülkelerde çok sayıda oyun sahnelemiştir.¹⁵⁹ Bu grup Türkiye’de de “Bir Saatin İçinde Sonsuzluk” adlı oyunlarını İstanbul, Ankara ve Bursa’da sahnelemiştir.¹⁶⁰

Tiyatro okulu açıldığı günden itibaren eğitim projeleri kapsamında İngiltere, Avusturya ve İtalya’da liselerde ve üniversitelerde öğrenciler ve öğretmenler ile uzmanlar yetiştirmek, eğitim aktarmak amacıyla yakın ilişkiler içinde çalışmaktadır

Bu okuldan başka bir de İtalya’da TEV Youth Theatre Group adıyla bir grup da vardır. Bu grup küçük yaştaki çocukların tiyatro eğitimleri için kurulmuştur.¹⁶¹

4.3.2.3. Sahaja Yoga Müzik Okulu

Sahaja Yoga’nın müzik okuluna geçmeden önce müziğin Sahaja Yoga’daki yeri ve önemi üzerinde durmak gerekmektedir. Sahaja Yoga’da meditasyon esnasında dinlenen müziğin Kundalini’nin uyanmasına yardım ettiğine inanılır. Meditasyon yaparken müzik dinleyen Sahaja Yoginin bu müziği kulaklarıyla değil çakralarıyla dinlediği, bunun da kundalininin yükselmesine yardım ettiği kabul edilir.¹⁶²

¹⁵⁸ “Theatre in Education”, http://theatreofeternalvalues.com/display_4.php?structure_id=24&father=4, (Erişim Tarihi, 29.06.2011).

¹⁵⁹ http://theatreofeternalvalues.com/display_2.php?structure_id=1, (Erişim Tarihi, 30 Mart 2010).

¹⁶⁰ “Bir Saatin İçinde Sonsuzluk”, <http://eternalworlds.wordpress.com/>, (Erişim Tarihi, 29.06.2011).

¹⁶¹ Bu konuda geniş bilgi için bkz. http://theatreofeternalvalues.com/display_4.php?structure_id=24&father=4, (Erişim Tarihi, 29.06.2011).

¹⁶² Arun Apte, **Music And Sahaja Yoga**, İngilizceye çeviren, D.V. Athavale, Ritana Books, New Delhi, 1998, s.125.

Sahaja Yoga'ya göre düşük seviyede duran enerji, müzik ile çok yüksek seviyelere çıkabilir. Ayrıca her notanın bir çakraya tekabül ettiğine ve onu etkilediğine de inanılır. Şri Mataji'nin ifadesiyle müzik, vibrasyonları harekete geçirmenin yollarından biridir. Tabi bu müzik kutsal bir müzik olmalıdır. Ayrıca müziğin bu etkisinin görülmesi için kişinin gerçekleşmeyi yaşamış olması gerekir.¹⁶³

Sahaja Yoga'nın müzik projesi kapsamında Şri Mataji tarafından bir müzik okulu açılmıştır.¹⁶⁴ 1 Ocak 2003'te kurulan bu okul, Sahaja Yoga disiplini üzerine temellenmiştir. Okulda öğrencilere sanatta ve ruhsallıkta uzmanlaşma öğretilir.¹⁶⁵ Bu çerçevede okulda tıbbî müzik terapisi, Hint klasik müziği, kuçipudi dansı¹⁶⁶, tabla¹⁶⁷, sitar¹⁶⁸ ve Hint minyatür sanatı kursları verilmektedir.

4.3.2.4. Cabella Uluslararası Sahaja Okulu

Bu okul 2008'de Şri Mataji tarafından İtalya'nın Rocchetta Ligure kentinde açılmıştır.¹⁶⁹ Bu okula 6-12 yaş arasındaki çocuklar kabul edilmektedir. Bu okul Sahaja Yogi ailelerinin çocuklarının masumiyet ve saflıklarının korunacağı, kişiliklerinin gelişeceği, modern toplumun baskı ve zorlamalarının olmayacağı bir kurum ortaya çıkarma ihtiyacıyla kurulmuştur.¹⁷⁰

Bu okulun amacının toplum ile aydınlanmayı paylaşacak, sorumluluk sahibi insanlar yetiştirmek olduğu söylenmektedir. Bunların dışında aynı amaçlarla kurulan ve aynı eğitimin verildiği başka okullar da vardır. Rusya'nın Togliatti şehrinde kurulan anaokulu,¹⁷¹ Amerika'nın New York şehrinde açılan International Sahaj

¹⁶³ "Music", <http://www.sahajayoga.ca/music/>, (Erişim Tarihi, 28.03.2010).

¹⁶⁴ "About the Academy", <http://www.pksacademy.com/about.htm>, (Erişim Tarihi, 28.03.2010).

¹⁶⁵ "About the Academy", <http://www.pksacademy.com/about.htm>, (Erişim Tarihi, 28.03.2010).

¹⁶⁶ Kuçipudi dansı Hindistanda oynanan geleneksel dansın adıdır. Daha geniş bilgi için bkz. "Klasik Hint Dansı", <http://www.sahajayogaportal.org/UstMenu1/Muzik-Sanat/Dans.aspx>, (Erişim Tarihi, 23.04.2010).

¹⁶⁷ Tabla, vurmali bir müzik enstrümanının adıdır. "Tabla", <http://www.sahajayogaportal.org/getdoc/1eeb0efe-acc4-446a-a345-0ac2c020d3f1/Enstrumanlar.aspx>, (Erişim Tarihi, 23.04.2010).

¹⁶⁸ Sitar da yine bir müzik aleti olup, telli çalgılardandır. "Sitar", <http://www.sahajayogaportal.org/getdoc/1eeb0efe-acc4-446a-a345-0ac2c020d3f1/Enstrumanlar.aspx>, (Erişim Tarihi, 23.04.2010).

¹⁶⁹ "Sahaja Yoga", http://en.wikipedia.org/wiki/Sahaja_Yoga, (Erişim Tarihi, 19.06.2011).

¹⁷⁰ "Welcome to Cabella School", <http://www.cabellaschool.org/index.html>, (Erişim Tarihi, 19.06.2011).

¹⁷¹ "All-Russian Sahaja Yog Kindergarten in Togliatti", <http://www.sahajayoga-russia.ru/?cat=47>, (Erişim Tarihi, 19.06.2011).

School¹⁷² bu okullara örnektir. Bu okullarda piyano, şarkı, drama, dans, sanat, yemek pişirme, bilgisayar, spor dersleri verilmektedir.¹⁷³

4.3.3. Şri Mataji Fotoğraf Arşivi Projesi

Bu proje Haziran 2004'te başlatılmıştır. Proje dahilinde Cabella'da küçük bir ofis açılmıştır. Dünyanın çeşitli yerlerinde yaşayan Sahaja Yogi'lerde bulunan Şri Mataji'nin çeşitli ziyaretleri esnasında çekilen fotoğrafları toplanmıştır. Toplanan bu fotoğraflar tasnif edilmiş ve 2008'de web sitesine eklenmeye başlamıştır.

Şri Mataji'nin fotoğraflarının toplanarak yayınlanmasının sebebi Şri Mataji'nin çekilen bütün fotoğraflarını bir yere toplayıp dijital ortama aktarmak ve gelecek nesiller için korumaktır.¹⁷⁴ Bununla birlikte projenin amacı sadece onun fotoğraflarının yayınlanması olarak görülmemektedir. Yayınlanan bu fotoğraflar ile Şri Mataji'nin kutsal bir kişi olduğu kanıtlanmak istenmektedir.¹⁷⁵

Şri Mataji'deki kutsallığı gösterdiğine inanılan bu fotoğraflarda Şri Mataji'den yayılan titreşimler ya da ondaki enerji gösterilmeye çalışılmaktadır. Bu anlamda yayınlanmış halihazırda yaklaşık 3500 fotoğraf bulunmaktadır.¹⁷⁶

4.3.4. Sahaja Yoga Sağlık Merkezi Projeleri

Sağlık konusunun Sahaja Yoga'da çok önemli olduğundan daha önce bahsetmiştik. Sağlığa verilen bu önem dolayısıyla dünyanın çeşitli yerlerinde sağlık merkezleri açılmış ve buralarda insanlara Sahaja Yoga yardımı ile şifa verilmeye çalışılmıştır. Bu merkezlerden bazıları şunlardır:

¹⁷² “About Us”, <http://www.sahajschool.org/about>, (Erişim Tarihi, 19.06.2011).

¹⁷³ “Our School”, <http://www.cabellschool.org/school.html>, (Erişim Tarihi, 19.06.2011).

¹⁷⁴ <http://www.sahajayogablog.org/2009/08/shri-mataji-photo-preservation-project.html>, (Erişim Tarihi, 01.07.2011).

¹⁷⁵ Bu fotoğraflarda Şri Mataji'nin kutsal bir kişi olduğu kanıtlanmak istense de dikkatli bakıldığında fotoğrafların orijinal olmadığı, üzerinde oynama yapıldığı anlaşılmaktadır. Bu konuda örnek olması için bazı fotoğraflar ekler bölümüne konulmuştur. (Bkz. EK. 5).

¹⁷⁶ Bazı fotoğraflar için bkz. <http://www.shrimataji.net/photos/index.php>, (Erişim Tarihi, 03.05.2010; <http://imageevent.com/sahaja/miraclephotos>, (Erişim Tarihi, 03.05.2010).

4.3.4.1. Uluslararası Sağlık Merkezi

Bu sağlık merkezi 19 Şubat 1996'da Hindistan'da Şri Mataji tarafından kurulmuştur. Bu merkezin amacı çeşitli hastalıklardan muzdarip insanları Sahaja Yoga pratikleri sayesinde sağlıklarına kavuşturmadır. Vibrasyonların etkileri kullanılarak yapılan tedavilerde kundalinin harekete geçirilmesi, böylece vibrasyonların hasarlı yerleri onarması şeklinde bir yöntem izlenmekte, bunun ile şifa bulunduğu inanılmaktadır.¹⁷⁷

Bu merkeze sadece Hindistan'dan değil dünyanın birçok ülkesinden insanlar tedavi olmak için gelmektedirler. Bu merkez 1996 ile 2007 yılları arasında 20.000'den fazla insana hizmet etmiştir. Ayrıca bu merkezde diyabet, hipertansiyon, epilepsi, astım gibi hastalıkların da nedenleri araştırılmaktadır.¹⁷⁸

4.3.4.1.1. Merkezdeki Günlük Aktiviteler:

Merkezdeki günlük aktiviteler, kişinin ruhsal gelişiminin ortaklaşa yapılacak meditasyon ile geliştirilmesi üzerine temellenmiştir. Burayı ziyaret eden yogi sübtıl bedenini temizlemeye ve vibrasyonlarının bilgisini edinmeye devam etmektedir. Sabah erkenden yere oturarak kişisel meditasyon yapılır. Yere oturulmasının sebebi bu şekilde sübtıl bedendeki negatifliğin yer tarafından alındığına inanılmasıdır. Doktorlar nöbetleşe olarak oradaki her hasta ile günde iki defa özel olarak ilgilenirler ve Sahaja Yoga teknikleri ile onun kanallarının temizlenmesine yardımcı olurlar. Kanalların temizlenmesinin özünün İda ve Pingala Nadilerin dengelenmesinde yattığına inanılmaktadır. Olgunlaşmış bir Sahaja Yoga takipçisinin sübtıl bedenindeki kanal ve çakralarının durumlarını hissedebileceği kabul edilir. Böylece bu kanal ve çakralardaki dikkat edilmesi gereken kısımları ve kendisinin neye ihtiyacı olduğunu bileceğine inanılır.

Sağlık merkezindeki günlük faaliyetler şöyle sıralanabilir:

¹⁷⁷ "ABOUT ISYRHC", http://www.sahajahealthcentre.com/about_isyrhc.html, (Erişim Tarihi, 03.05.2010).

¹⁷⁸ "ABOUT ISYRHC", http://www.sahajahealthcentre.com/about_isyrhc.html, (Erişim Tarihi, 03.05.2010).

- 1) Sabah Meditasyonu: 05.00
- 2) Duş
- 3) Toplu Meditasyon: 08.00-09.00
- 4) Kahvaltı: 09.00-10.00
- 5) Sabah Toplantısı: 10.00 (Sahaja Yoga temizleme tekniklerinin uygulanması)
- 6) Öğlen Yemeği: 13.30
- 7) Öğlen Uykusu
- 8) Akşam Toplantısı:17.00
- 9) Çay Molası
- 10) Toplu Akşam Meditasyonu 18.30 (Şri Mataji'nin video ya da ses kaydı ve “Bhajan” lar ile birlikte¹⁷⁹.)
- 11) Akşam Yemeği
- 12) Toplu Şekilde Tuzlu Su Uygulaması
- 13) Yatma 22.00

4.3.4.2. Rehabilitasyon Merkezi

Hindistan’ da kurulan ve adı *Vishwa Nirmala Prem Ashram* olan bu merkezin kurucusu, diğerlerinde olduğu gibi, Şri Mataji’dir. Bu kurumun amacı toplumun fakir ve terk edilmiş kesimine, yoksul kadın ve öksüz çocuklara geçici barınak sağlamak ve el becerisi kazandırmaktır. Merkezde kalanların temel gereksinimleri karşılanmakta ve mesleki beceriler kazandırılarak geçimlerinin temin edilmesi amaçlanmaktadır.¹⁸⁰

Vishwa Nirmala Prem Ashram, bağışlar ile kurulmuştur. İsteyen kişiler internet üzerinden para yatırarak bu merkeze yardımda bulunabilmektedir. Bağışlar ile bir çocuğun tüm ihtiyaçlarını karşılamak ya da bir çocuğun sadece eğitim

¹⁷⁹ Bhajan, Hindu klasik müziğine verilen isimdir. Ayrıntılı bilgi için bkz.

“Bhajan”, <http://en.wikipedia.org/wiki/Bhajan>, (Erişim Tarihi, 01.07.2011).

¹⁸⁰ “Our Vision”, <http://www.nirmalprem.org/index.asp?pageid=108>, (Erişim Tarihi, 13.06.2010).

ihtiyaçlarını gidermek veya genel bağış yapmak mümkündür. Seçilen her bağış Őekli için ödenecek miktarlar deėiŐmektedir.¹⁸¹

5. SAHAJA YOGA’NIN TÜRKİYE’DE ORTAYA ÇIKIŞI VE FAALİYETLERİ

Dünya genelinde çok geniş bir ağa sahip olan Sahaja Yoga dünyadaki faaliyetlerinin bir benzerini de Türkiye’de yürütmektedir. Sahaja Yoga bu nedenle Türkiye’nin her tarafında merkezler açma çabası içindedir. Sahaja Yoga’nın Türkiye’de ortaya çıkıŐının üzerinden henüz çok fazla bir zaman geçmiş değildir. Buna rağmen Sahaja Yoga Türkiye’de oldukça fazla bir yol almış görülmektedir.

5.1. Sahaja Yoga’nın Türkiye’de Ortaya ıkıŐı

Dünyanın diğer ülkelerinde olduğu gibi, Türkiye’de de modernliğin getirdiği yeni yaşam tarzı insanların daha rahat yaŐamasına zemin hazırlamıŐtır. Bununla birlikte yeni yaşam tarzı birtakım problemleri de ortaya çıkarmıŐtır. Bu problemlerin başında insanlarda oluşan manevi boşluk gelmektedir. Bu boşluğu doldurmak isteyen insanlar çeşitli dini gruplara ye olmak ya da yoga, meditasyon gibi faaliyetlerde bulunmak gibi yollara baŐvurmaktadırlar.

Türkiye’de yoga, meditasyon gibi Doğu ğretilerine ilginin baŐlangıcı 1970’li yıllara dayanmaktadır. 1970’lerde özellikle İstanbul ve Ankara’da küçük bir kesim, elçiliklerde veya liselerde görev yapan yabancı öğretmenlerin ya da çalıŐanların verdiği kurslarda yoga ile tanışmıŐtır. 70’li yılların sonlarına doğru Türkiye’nin ilk yoga öğretmenlerinden Mheyya İzer’in Bodrum’daki tatilcilere yoga dersleri vermesiyle de yoga geliŐmeye başlamıştır.¹⁸² Bu tarihten sonra hızlı bir yayılma sürecine giren yoganın günümüzde Türkiye’de yayılmış en geniş dinsel uygulamalardan birisi olduğunu söylemek mümkündür.

¹⁸¹ “How Can You Help”, <http://www.nirmalprem.org/index.asp?pageid=88>, (Erişim Tarihi, 13.06.2010).

¹⁸² “Kişisel Gelişim ve Yaşam... Ama Nasıl?”, <http://www.kigem.com/content.asp?bodyID=1339>, (Erişim Tarihi, 02.07.2011).

Türkiye’de oldukça revaçta olan yoga, çeşitli adlar altında, farklı şekillerde yapılmaktadır. Bunlardan bir tanesi de Sahaja Yoga’dır. Bununla birlikte Sahaja Yoga’nın Türkiye’deki tarihsel süreci hakkındaki bilgiler yok denecek kadar azdır. Sahaja Yoga’nın ilk defa Türkiye’ye hangi tarihte gelmiştir, kim tarafından getirilmiştir gibi soruların cevabı açık değildir. Kitaplarda yer almayan bu konuyla ilgili yapmış olduğumuz kişisel görüşmelerde de bu konuda herhangi bir bilgiye ulaşamadık. Bu hususta sadece Sahaja Yoga’nın ilk olarak 1989 yılında İstanbul’da başladığı bilgisine ulaşabildik. Ancak bu bilginin de güvenilirliği tartışmalıdır.

Bu konuda söyleyebileceğimiz şey şu anda (Temmuz 2011) Sahaja Yoga’nın Türkiye genelinde 59 merkezinin bulunduğuudur.¹⁸³ Bu merkezlerin genellikle İstanbul, Ankara, İzmir, Bursa, Kocaeli, Antalya, Muğla, Aydın, Balıkesir gibi büyük ve turizmin geliştiği şehirlerde yoğunlaştığı görülmektedir.

5.2. Sahaja Yoga’nın Türkiye’deki Faaliyetleri

Diğer YDH’de olduğu gibi, Sahaja Yoga da adını duyurmak veya daha geniş kitlelere yayılmak için bazı faaliyetlerde bulunmaktadır. Bununla birlikte Sahaja Yoga’nın Türkiye’de etkinlik olarak çok aktif bir yapıya sahip olduğunu söyleyemeyiz. Sahaja Yoga’nın Türkiye’deki faaliyetleri genel olarak ücretsiz seminerlerden oluşmaktadır. Bu seminerlerde Sahaja Yoga’nın faydaları, Sahaja Yoga ile sigarayı bırakmak, Sahaja Yoga ile stresi yenmek gibi konularda bilgi verilmektedir. Tespit edebildiğimiz kadarıyla seminerler Sahaja Yoga merkezlerinde verilmektedir.

Bunların dışında kitap fuarları gibi organizasyonlarda açılan standlarda Sahaja Yoga’nın tanıtımı yapılmakta ve toplu olarak aydınlanma verilmektedir. Bu standlarda bulunan bir Sahaja Yogi toplanan kişileri önce Sahaja Yoga, çakralar, enerji bedeni, Şri Mataji hakkında bilgilendirmekte, ardından da onlara belirli Sahaja Yoga hareketlerini yaptırmakta, böylece onların aydınlanmalarını sağlamaktadır.

Seminerler ve toplu aydınlanma organizasyonlarının yanında Sahaja yogiler tarafından verilen konserler gibi aktiviteler de bulunmaktadır. Bu konserlerde klasik Hint müziği çalınmaktadır.

¹⁸³ Türkiye’deki Sahaja Yoga merkezleri ve iletişim bilgileri için bkz. <http://www.sahajayogaturkey.f2s.com/smerkezleri.html>, (Erişim Tarihi, 02.07.2011).

6. SAHAJA YOGA’NIN TEŞKİLAT YAPISI

Bu konuya başlamadan önce belirtmeliyiz ki, Sahaja Yoga ile ilgili fazla bilgi bulunmayan alanlardan birisi de teşkilat yapısıdır. Bu hususta genel malumat dışında pek fazla bir şey bilinmemektedir. Biz, elimizdeki kısıtlı verilerden yola çıkarak bu konuyu anlatmaya çalışacağız.

Sahaja Yoga’daki teşkilatlanma hareketleri İngiltere’de başlamıştır. Mataji, İngiltere’de yaşarken grubun yavaş yavaş büyümesi üzerine İngiltere temsilcisi olarak birini görevlendirir. Bu liderin altına da aşramlarla ilgilenmeleri ve Şri Mataji’nin iletmeleri için de görevliler atar.¹⁸⁴ Bu şekilde ilk teşkilatlanma da başlamış olur.

Sahaja Yoga’nın kesin kurallar dahilinde belirlenmiş ve sistemleştirilmiş bir teşkilat yapısı yoktur. Bu, birbirinden habersiz ve bağımsız çalışan birimlerden oluştuğu anlamına gelmemelidir. Sahaja Yoga’nın en küçük birimi bir ev büyüklüğünde olan merkezlerdir. Bu evlerde meditasyonları yöneten ve diğer işler ile ilgilenen görevliler mevcuttur. En üst yönetim merkezi olarak ise “Sahaja Yoga’nın İlerlemesi İçin Dünya Konseyi” adıyla kurulan bir konsey bulunmaktadır. Bu konsey 2003 yılının aralık ayında Şri Mataji’nin Amerika ziyaretinden dönmeden önce kurulmuştur. Bu kurumun amacı Sahaja Yoga’nın gelişimine katkıda bulunmak ve bütün ulusal Sahaja Yoga gruplarının eylemlerine destek sağlamaktır.¹⁸⁵ Konseyin 31 üyesi bulunmaktadır. Bu üyelerin Sahaja Yoga’nın dünya lideri olduğunu söylemek mümkündür.¹⁸⁶

Dünya Konseyinden başka bir de 2006 yılında İtalya’da Sahaja Yoga Dünya Vakfı kurulmuştur. Bu vakfın amacı Sahaja Yoga’nın dünya genelinde yayılmasını ve kalıcı olmasını sağlamaktır.¹⁸⁷ Vakfın başında değişik ülkelerde yaşayan 40 üye

¹⁸⁴ Coney, s. 28.

¹⁸⁵ Bu konuda daha geniş bilgi için bkz. <http://www.sahajayoga.org/worldcouncil/>, (Erişim Tarihi, 01.07.2011).

¹⁸⁶ Bu konuda daha geniş bilgi için bkz. “Sahaja Yoga”, http://en.wikipedia.org/wiki/Sahaja_Yoga#World_Council_for_the_Advancement_of_Sahaja_Yoga, (Erişim Tarihi, 01.07.2011).

¹⁸⁷ “Mission Statement”, http://www.sahajaworldfoundation.org/index.php?option=com_content&view=article&id=13&Itemid=31, (Erişim Tarihi, 02.07.2011).

bulunmaktadır.¹⁸⁸ Bu vakıf aynı zamanda Sahaja Yoga'nın mali işlerinin yürütüldüğü merkezdir.

7. SAHAJA YOGA'NIN FİNANS KAYNAKLARI VE HARCAMALARI

Sahaja Yoga hareketi gün geçtikçe gelişmekte, büyümekte ve dünyanın pek çok ülkesine yayılmaktadır. Geniş coğrafyalarda Sahaja Yoga merkezlerinin bulunması ve okul, sağlık merkezi gibi yüksek maliyetli kuruluşlara sahip olması zengin finans kaynaklarını gerektirmektedir. Bu durumda da Sahaja Yoga'nın finans kaynaklarının ne olduğu ve bu kaynakları nerelerden temin ettiği gibi sorular akla gelmektedir. Sahaja Yoga taraftarlarının ifadelerine göre bu hareket bağış sistemi ile ayakta durmaktadır. Yapılan bağışlar Sahaja Yoga merkezlerinde alınan küçük miktarlardan, okul projeleri için alınan büyük rakamlara kadar geniş bir yelpazede çeşitlilik göstermektedir. Sahaja Yoga'nın finans tablosunu görmek için örnek olarak 2006-2010 yılları arasındaki hesap hareketliliğinin yer aldığı aşağıdaki raporları verebiliriz.¹⁸⁹

ARALIK 2006 İTİBARIYLA DÜZENLENEN BİLANÇO	
A) Girişimcilerden alınacak hesaplar	0.00€
B) DEMİRBAŞLAR	
Maddi olmayan varlıklar	492.51€
Maddi varlıklar	1,951,147.88€
C) CARİ VARLIKLAR	57,372.26€
D) Peşin Giderler ve Tahakkuk Edilmiş Gelirler	509.33€
TOPLAM BİLANÇO	2,009,521.98€

2006 GELİR-GİDER TABLOSU	
A) Düzenlenen Aktivitelerden Sağlanan Gelirler	88,712.54€
B) Aktiviteler İçin Yapılan Harcamalar	42,779.36€
Aradaki Fark	45,933.18€
C) Finansal Harcama ve Gelirler	271.51€
Finansal Gelir	414.12€
Harcamalar	142.56€
D) Vergiler Kesilmeden Önceki Kazanç	46,204.69€

¹⁸⁸ İsim listesi için bkz. "Boards of Directors" http://www.sahajaworldfoundation.org/index.php?option=com_content&view=article&id=16&Itemid=33, (Erişim Tarihi, 02.07.2011).

¹⁸⁹ Sahaja Yoga'ya ait bir internet sitesinde yayınlanan hesaplarda daha detaylı bilgiler bulunmaktadır. Biz bu tablolardaki detaylar üzerinde durmadık. Bu konuda daha geniş malumat için bkz. http://www.sahajaworldfoundation.org/index.php?option=com_content&view=article&id=21&Itemid=38, (Erişim Tarihi, 08.07.2011).

ARALIK 2007 İTİBARIYLA DÜZENLENEN BİLANÇO	
A) Taahhüt edilip ödenmeyen borç	0.00€
B) <u>DEMİRBAŞLAR</u>	328.00€
Maddi olmayan varlıklar	659.00€
Maddi varlıklar	2,309,387€
Toplam Demirbaş	2,309,715€
C) <u>CARİ VARLIKLAR</u>	334,413€
D) Peşin Giderler ve Tahakkuk Edilmiş Gelirler	6,992€
TOPLAM BİLANÇO	2,651,120€

2007 GELİR-GİDER TABLOSU	
A) Düzenlenen Aktivitelerden Sağlanan Gelirler	917,406€
B) Aktiviteler İçin Yapılan Harcamalar	611,084€
Aradaki Fark	306,322€
C) <u>Finansal Harcama ve Gelirler</u>	
Finansal Gelir	2,531€
Harcamalar	2,841€
D) Vergiler Kesilmeden Önceki Kazanç	305.835€

ARALIK 2008 İTİBARIYLA DÜZENLENEN BİLANÇO	
A) Taahhüt edilip ödenmeyen borç	0.00€
B) <u>DEMİRBAŞLAR</u>	196.00€
Maddi olmayan varlıklar	659.00€
Maddi varlıklar	2,587,829€
Toplam Demirbaş	2,588,025€
C) <u>CARİ VARLIKLAR</u>	744,289€
D) Peşin Giderler ve Tahakkuk Edilmiş Gelirler	14,811€
TOPLAM BİLANÇO	3,347,125€
2008 GELİR-GİDER TABLOSU	
A) Düzenlenen Aktivitelerden Sağlanan Gelirler	1,269,915€
B) Aktiviteler İçin Yapılan Harcamalar	1,024,813€
Aradaki Fark	245,102€
C) <u>Finansal Harcama ve Gelirler</u>	
Finansal Gelir	22.708€
Harcamalar	24,403€
D) Vergiler Kesilmeden Önceki Kazanç	221,973€

ARALIK 2009 İTİBARIYLA DÜZENLENEN BİLANÇO	
A) Taahhüt edilip ödenmeyen borç	0.00€
B) DEMİRBAŞLAR	
Maddi olmayan varlıklar	1,647€
Maddi varlıklar	3,694,221€
Toplam Demirbaş	3,695,868€
C) CARİ VARLIKLAR	744,289€
D) Peşin Giderler ve Tahakkuk Edilmiş Gelirler	14,811€
TOPLAM BİLANÇO	3,347,125€
2009 GELİR-GİDER TABLOSU	
A) Düzenlenen Aktivitelerden Sağlanan Gelirler	3,589,685€
B) Aktiviteler İçin Yapılan Harcamalar	2,155,591€
Aradaki Fark	1,434,094€
C) Finansal Harcama ve Gelirler	
Finansal Gelir	34,863€
Harcamalar	40,479€
D) Vergiler Kesilmeden Önceki Kazanç	1,441,592€

2010 GELİR-GİDER TABLOSU	
A) Düzenlenen Aktivitelerden Sağlanan Gelirler	3,589,685€
B) Aktiviteler İçin Yapılan Harcamalar	2,155,591€
Aradaki Fark	1,434,094€
C) Finansal Harcama ve Gelirler	
Finansal Gelir	34,863€
Harcamalar	40,479€
D) Vergiler Kesilmeden Önceki Kazanç	1,441,592€
ARALIK 2010 İTİBARIYLA DÜZENLENEN BİLANÇO	
A) Taahhüt edilip ödenmeyen borç	0.00€
B) DEMİRBAŞLAR	
Maddi olmayan varlıklar	12,644€
Maddi varlıklar	3,915,360€
Toplam Demirbaş	3,928,004€
C) CARİ VARLIKLAR	532,493€
D) Peşin Giderler ve Tahakkuk Edilmiş Gelirler	26,407€
TOPLAM BİLANÇO	4,486,904€

Bu tablolar Sahaja Yoga hareketinin maddi olarak büyüdüğünü açıkça ortaya koymaktadır. Bu tabloların bize verdiği verilere göre, Sahaja Yoga hareketinin temel gelir kaynakları aktivitelerden sağlanan gelirler ve bağışlardır. Bu aktiviteler de bizim daha sonra ele alacağımız haftalık toplantılar, uluslararası yıllık toplantılar, belirli zamanlarda yapılan festivaller gibi etkinliklerdir.

Bağışlara gelince, bu bağışlar da başta Sahaja Yoga merkezlerinde alınan küçük bağışlar ve banka hesaplarına yatırılan bağışlardır.

Bütün bunlardan elde edilen gelirler ile bilançolardaki rakamlardan anlaşıldığı üzere Sahaja Yoga hareketinin hem maddi varlıkları hem demirbaşları hem de maddi olmayan varlıkları sürekli artmaktadır.

Bunların dışında Sahaja Yoga'nın hisse senetleri ve tahviller ile de kendisine gelir sağladığı yayınlanan raporlarda belirtilmektedir. Verilen bilgilere göre, Sahaja Yoga 2006 yılında hisse ve tahvillerden yaklaşık 2 milyon Avro gelir sağlamıştır. 2007 yılında bu gelir artarak 2.6 milyon Avro'ya yükselmiştir. Sonraki yıllarda da bu gelir gittikçe artmış ve 2008'de 3.3 milyon Avro, 2009'da 4.2, 2010'da 4.4 milyon Avro'ya yükselmiştir.¹⁹⁰

Yukarıdaki verilen rakamlardan yola çıkarak şunu söyleyebiliriz, gerek internet sitelerinde gerekse Sahaja Yoga merkezlerinde Sahaja Yoga'nın gelir kaynağının bağışlar olduğu yönündeki söylemler gerçeklerle uyuşmamaktadır. Çünkü Sahaja Yoga hareketi düzenlenen organizasyonlardan, hisse ve tahvillerden de oldukça yüksek miktarda gelir sağlamaktadır.

8. SAHAJA YOGA'NIN HEDEF KİTLESİ

Sahaja Yoga'nın aslında belirlenmiş herhangi bir hedef kitlesi yoktur. Herkese açık olan grubun bir üyelik işlemi de yoktur. Yani gruba katılan kişilerin kimlik bilgilerinin alınıp kaydedilmesi gibi bir işlem söz konusu değildir. Ancak yine de genel olarak bakıldığında gelenler genellikle 20 ile 45 yaş arası, ekonomik olarak da orta sınıf ve üstüne mensup kişilerdir.¹⁹¹

¹⁹⁰ "Financial Information", http://www.sahajaworldfoundation.org/index.php?option=com_content&view=article&id=21&Itemid=38, (Erişim Tarihi, 10.07.2011).

¹⁹¹ Barker, s. 208.

Yapmış olduğumuz ziyaretlerden yola çıkarak şunları söyleyebiliriz ki Sahaja Yoga'ya gelenler eğitimli kişilerdir. Ayrıca erkek ya da kadınların sayısında bir eşitlik olduğunu söylemek mümkündür.

İKİNCİ BÖLÜM

SAHAJA YOGA'NIN TEMEL KAVRAMLARI, UYGULAMALARI VE SAHAJA YOGA'YA YÖNELTİLEN TENKİTLER

Sahaja Yoga'da meditasyon evde ya da belirli merkezlerde yapılabilen pratiklerden oluşmaktadır. Oldukça basit hareketler ile yapılan Sahaja Yoga'da amaç, modern dünyada yeterince yorulan ve zamanın çoğunu çalışarak geçiren insanları zahmetsiz bir meditasyon ile rahatlatmaktır. Sahaja Yoga'nın, zaman veya mekan fark etmeksizin, kişinin ihtiyaç duyduğu her an uygulanabileceği söylenmektedir. Sahaja Yoga diğer meditasyonlarda olduğu gibi fazla vakit ayrılmaksızın, birkaç dakikalık sürede yapılabilceği ifade edilmektedir.¹⁹²

Uygulanan pratiklerin Sahaja Yoga'da hayati değeri vardır. Gruba katılanların günlük yaşamlarında bu pratiklerin en az bir tanesi bulunmak zorundadır. Sahaja yogiler açısından ritüeller sadece sembolik anlamlara sahip basit hareketler değildir, bu ritüellerin asıl amacı titreşim sağlamaktır.¹⁹³ Sahaja yogilere göre bu şekilde titreşimlerle aydınlamaya ulaşmak, Sahaja Yoga'nın sadece bir takipçisi olmaktan daha önemlidir; çünkü amaç sadece Sahaja Yoga'nın takipçisi olmak değil aynı zamanda aydınlanmaktır.¹⁹⁴ Bu aydınlanmanın gerçekleşmesi bağlamında Sahaja Yoga'da bir takım temel kavramlar karşımıza çıkmaktadır.

1. SAHAJA YOGA'NIN TEMEL KAVRAMLARI

Sahaja Yoga'da bazı temel kavramlar bulunmaktadır. Sahaja Yoga uygulamalarının nasıl yapıldığının, aydınlanmanın nasıl yaşandığının daha iyi anlaşılması için bu temel kavramların açıklanması gerekmektedir. Bunları şu şekilde sıralamak mümkündür:

¹⁹² Das, s. 67.

¹⁹³ Titreşim, meditasyon esnasında vücuttan yayıldığına inanılan enerjidir. Ayrıntılı bilgi ileriki sayfalarda verilecektir.

¹⁹⁴ Coney, s. 67.

1.1. Kendini Gerçekleştirme

Kendini gerçekleştirme, sağlıklı insan davranışlarının temel yönetici gücü sayılmaktadır.¹⁹⁵ Bu güç, Maslow'un motivasyon teorisinde, insan ihtiyaçlarının sıralandığı hiyerarşinin en üstünde durmaktadır. Kendini gerçekleştirmenin yaşanabilmesi için insanın en alt basamaktan başlayarak yukarıya doğru bütün gereksinimlerini karşılaması gerekmektedir. Bu piramitte en alttan başlayarak temel fizyolojik, güvenlik, sosyo-ekonomik ve duygusal açıdan güvende olma, sevilme ve sayılma, insanın başarılı ve saygın olma ve son olarak da kendini gerçekleştirme gereksinimleri bulunur.¹⁹⁶ Saymış olduğumuz ilk beş gereksinim karşılandığı takdirde insanın kendini gerçekleştirme ihtiyacının ortaya çıkacağı iddia edilmektedir. Bu açıdan bakıldığında kendini gerçekleştirmeyi insanın ulaşabileceği nihai hedef olarak tanımlamak mümkündür.

Sosyolojik açıdan kendini gerçekleştirme, insanın sahip olduğu tüm potansiyellerini üst düzeyde geliştirmesidir. Kişinin var olduğunun bilinciyle yaşaması, var olmaktan hoşnut olması ve yaşamını kendi kararları doğrultusunda etkin ve huzurlu bir şekilde sürdürebilmesidir.¹⁹⁷

Psikolojik ve sosyolojik açıdan bu şekilde değerlendirilen kendini gerçekleştirme yerine Sahaja Yoga'da "*aydınlanma*" terimi kullanılmaktadır. Aydınlanmaya "*ikinci doğum*" ve "*kurtuluş*" gibi isimlerin verildiği de görülmektedir.¹⁹⁸ Sahaja Yoga'da kendini gerçekleştirmenin, bilgi ve

¹⁹⁵ Yıldız Kuzgun, "Kendini Gerçekleştirme", **AÜDTCF Felsefe Bölümü Dergisi**, C. 10., s. 170, <http://dergiler.ankara.edu.tr/dergiler/34/970/11942.pdf>, (Erişim Tarihi, 19.03.2010). Genel olarak "Kendini Gerçekleştirme" ile ilgili olarak bkz. "Kendini Gerçekleştirme", <http://www.kigem.com/content.asp?bodyid=2860>, (Erişim Tarihi, 04.04.2011); "Self-realization", <http://en.wikipedia.org/wiki/Self-realization>, (Erişim Tarihi, 04.04.2011); Self-realization, http://www.self-realization.com/articles/self_realization.htm, (Erişim Tarihi, 04.04.2011); Roberto Assagioli, "Self Realization and Psychological Disturbance", http://www.aappsychosynthesis.org/resources/articles/psychological_disturbances.pdf, (Erişim Tarihi, 18.05.2011).

¹⁹⁶ Öznur Özdoğan, "Kendini Gerçekleştirme Açısından İnsan Din İlişkisi", **AÜİFD**, 1997, C. 37, s. 361. Bu konu ile ilgili olarak ayrıca bkz. "Maslow Ve Kendini Gerçekleştirme Gereksinmesi", <http://www.pdrcliyiz.biz/maslow-kendini-gerceklestirme-gereksinmesi-t3033.html>, (Erişim Tarihi, 04.04.2011).

¹⁹⁷ Ali Ayten, **Kendini Gerçekleştirme ve Dindarlık İlişkisi**, MÜSBE İlahiyat Anabilim Dalı Felsefe ve Din Bilimleri Bilim Dalı, (Basılmamış Yüksek Lisans Tezi), İstanbul, 2004, s. 14.

¹⁹⁸ "Self Realisation", <http://www.sahajayoga.org.in/SelfRealization.asp>, (Erişim Tarihi, 19.03.2010).

aydınlanmanın en yüksek formu olduğuna inanılmaktadır.¹⁹⁹ Bu, gerçeği arayan kişinin nihai amacıdır. Şri Mataji'ye göre aydınlanma, gerçeklik ile ilk karşılaşmadır.²⁰⁰ Kişinin içindeki kutsallığın farkına vardığı ve “bütün” ile bağlantıya geçtiği zaman ortaya çıkan bir durumdur.²⁰¹

Sahaja Yoga'ya göre gerçekleşme, zihni kavrayış ve anlayış ile aynı şey değildir. Gerçekleşme deneyiminin ilk kez yaşanmasında, unutulmuş olan ve derinlerde yatan hakikatin ortaya çıkması söz konusudur. Yine Sahaja Yoga açısından bakıldığında aydınlanma ya da kendini gerçekleştirme kişinin gerçek evine dönmesine benzer, kişinin döndüğü bu ev tamamen uyum, denge ve sükunet doludur. Dolayısıyla aydınlanma kişinin kendi kendine gerçek doğasını kurmasıdır. Bu durumda gerçek doğa dışarıda bir yerlerde değil insanın içindedir. O, özgürlük ve kurtuluş alanıdır. Burada özgürlük ve kurtuluş ile kastedilen; acıdan, ızdırabtan, korkudan, ikilikten, hayatın baskısından, benlikten kurtulmak ve böylece özgürlüğe kavuşmaktır.²⁰² Birçok takipçi için ise gerçekleşme, kendilerine yol gösteren hayati bir işarettir.²⁰³

Sahaja Yoga'da kendini gerçekleştirme üç şekilde mümkündür: Bunlardan birincisi evde tek başına, ikincisi küçük bölgesel toplantılarda 5-10 kişilik gruplar şeklinde, üçüncüsü ise büyük toplantılarda daha geniş gruplar halinde yapılabilir. Bunları biraz daha açacak olursak gerçekleşme deneyimini yaşamak isteyen kişi internetten ya da başka birinden aldığı bilgi ve yardımla bunu yapabilir. Ayrıca kişi yaşadığı bölgenin en yakınındaki Sahaja Yoga merkezine giderek yapabilir. Yine ulusal veya uluslararası toplantılara katılarak da yapabilir.²⁰⁴ Burada şunu ifade etmek gerekir ki, ulusal ya da uluslararası toplantılar çok sık yapılmadığı ve herkesin bu toplantılara katılma fırsatı olmadığı için, Sahaja Yoga merkezlerinde yapılacak aydınlanma meditasyonu en çok tercih edilen seçenektir.

Bu şekilde farklı ortamlarda yapılabilen gerçekleşme ya da aydınlanmanın, uygulama açısından değil ama etki açısından birbirinden bazı farklı tarafları vardır.

¹⁹⁹ Powel, s. 77.

²⁰⁰ “Self Realisation”, <http://www.sahajayoga.org.in/SelfRealization.asp>, (Erişim Tarihi, 19.03.2010).

²⁰¹ Grégoire de Kalbermatten, **The Third Advent**, Penguin Books, London, 2003, s. 170.

²⁰² “Self Realisation”, <http://www.sahajayoga.org.in/SelfRealization.asp>, (Erişim Tarihi, 19.03.2010).

²⁰³ Powel, s. 84.

²⁰⁴ Şri Mataji'nin önderliğinde yapılan bir kendini gerçekleştirme videosu için bkz. <http://www.sahajayoga.net/sahaja-yoga-learn-online.html>, (Erişim Tarihi, 10.05.2011).

Yani toplantılarda yapılan aydınlanmanın daha etkili olduğu düşünülmektedir. Çünkü ne kadar çok kişi aydınlanırsa kundalini enerjisinin de o oranda kozmik enerji ile bağlantıya geçeceğine inanılmaktadır.²⁰⁵

Kundalinin uyandırılması ya da aydınlanma dinlerdeki erginleme törenlerine benzetilebilir. Bu törenlerde kişi artık dinin bir izleyicisi ya da pasif bir üyesi olmaktan çıkarak onun tam bir üyesi durumuna gelir. Sahaja Yoga’da da kişiler aydınlanma ile artık grubun bir parçası durumuna gelmektedirler. Burada şunu da söylemek gerekir ki, Sahaja Yoga’da bu aydınlanmanın bir bağlayıcılığı yoktur; kişi istediği zaman mensubu olduğu bu gruptan ayrılabilir.

1.2. Vibrasyon

Sahaja Yoga’nın temel kavramlarından birisi de vibrasyondur. Kutsal bir enerji olarak kabul edilen vibrasyon, meditasyon esnasında kundalininin harekete geçmesi ile vücutta oluşan titreşimlerdir.²⁰⁶ Bu titreşimlerin avuç içlerinden ve başın üzerinden çıkan serin bir esinti şeklinde hissedildiği kabul edilmektedir.²⁰⁷ İnanişaya göre kişi aydınlanmayı yaşayana kadar bu enerjinin farkında değildir. Vibrasyon kundalini uyandıktan ve çakralardan geçerek hareket etmeye başladıktan sonra ellerde ve başın üzerinde hissedilmektedir.²⁰⁸

Meditasyon esnasında özellikle ilk denemelerde bu esintinin mutlaka hissedilmesinin gerekmediği söylenmektedir. Hatta bu esinti hiç hissedilmeyebilir veya bazen sıcak bir esinti hissedilebilir. İnanişaya göre esintinin sıcak hissedilmesi, kundalinin harekete geçtiğinin bir işaretidir; ancak bu durum çakra ya da nadilerde bazı sorunların olduğunu da gösterebilir. Meditasyon yaptıkça bu esintinin serine dönmeye başlayacağı ifade edilmektedir.

²⁰⁵ Kozmik enerji evrende bulunduğu inanılan enerjidir. Bu enerji evrenin her tarafına yayılmış durumdadır. Sahaja Yoga da Tanrısal sevgi gücü olarak tanımlanmaktadır. Bu konuda geniş malumat için bkz. “Hint klasik müzik terapisi çakra sisteminin üzerinde nasıl çalışır?”, <http://www.sahajayogaportal.org/muzik-terapisi.html>, (Erişim Tarihi, 02.07.2011).

²⁰⁶ Andre Padoux, “Kundalini”, **Encyclopedia of Religion**, C. 8, s. 402.

²⁰⁷ Kalbermatten, s. 375. Bu konuda daha fazla bilgi için ayrıca bkz. Avinash Peyyety, “Vibratory Awareness-Heralding the Advent of a New Age of Higher Existence”, **Blossomtimes**, October, 2009, C. 3, S. 3, s. 9, <http://www.blossomtimes.org/site/index.asp?pageid=85&subpage=135>, (Erişim Tarihi, 12.05.2011); Vibration, <http://www.tnsahaj.org/Vibrations.htm>, (Erişim Tarihi, 12.05.2011).

²⁰⁸ Yogi Mahajan, **The Ascent**, Life Eternal Trust Publications, Kothrud, 1989, s. 75.

1.3. Kundalini

Kundalini, Hint yoga sisteminde beden enerjisi,²⁰⁹ hassas enerji²¹⁰ şeklinde ifade edilmektedir. Kundalini Tantrik literatürde insan ve evrende bulunan kutsal kozmik enerji olarak kabul edilmektedir.²¹¹ Kundalininin sübtıl beden²¹² altında bulunduğuna mooladhara'da²¹³ pasif bir şekilde, yılan²¹⁴ gibi uyuduğuna inanılmaktadır.²¹⁵ Klasik yoga ve Tantra'da beden ve ruhun hazırlanması, nefes kontrol egzersizleri, fiziksel egzersizler gibi hazırlıklar yapıldıktan sonra bir guru tarafından kundalini uyandırılır.²¹⁶

Sahaja Yoga'ya göre de kundalini, herkeste bulunan bir enerjidir. Bu enerji kişinin bel hizasında, omuriliğin altında, sakrum kemiğindedir.²¹⁷ Sahaja Yoga meditasyonu sayesinde, uyur halde bulunan bu enerji harekete geçirilerek vücut içinde belirli bir yol izledikten sonra kişinin başının üstünden çıkarak kozmik enerji ile bütünleşir.²¹⁸ Yukarıda bahsettiğimiz, aydınlanma ya da kendini gerçekleştirme dediğimiz deneyim de budur.

²⁰⁹ Miller, s. 19.

²¹⁰ Aidan A. Kelly, "Kundalini", **The Encyclopedia of Cult, Sect, and New Religion**, Editor, James R. Lewis, Prometheus Books, New York, 2001, s. 461.

²¹¹ Andre Padoux, "Kundalini", **Encyclopedia of Religion**, Editor, Mircea Eliade, Macmillan Publishing Company, New York, C. 8, s. 402.

²¹² Sübtıl beden nadi ve çakralardan oluşan bedendir. Bu konuda geniş bilgi için bkz. http://www.meditate4free.co.uk/subtle_s.html, (Erişim Tarihi, 12.05.2011).

²¹³ Mooladhara çakra sübtıl beden²¹² en altında bulunan çakradır. Ayrıntılı bilgi ileriki sayfalarda verilecektir.

²¹⁴ Yılan, Hinduizm'de dairesel gelişimi, reenkarnasyonu sembolize etmektedir. Bu konuda ayrıntılı bilgi için bkz. "Yılan", **Dharma Ansiklopedi**, s. 482.

²¹⁵ Miller, s. 19.

²¹⁶ Miller, s. 19. Kundalini için ayrıca bkz. Lee Sanella, "Kundalini Psychosis or Transcendence", <http://www.kundaliniawakeningsystems1.com/downloads/kundalini-psychosis-ortranscendence.pdf>, (Erişim Tarihi, 10.05.2011); "How to Master Kundalini Meditation", <http://www.heartcenteredtherapies.org/go/docs/Kundalini%20Meditation%20%20Article%20by%20John%20Selby.pdf>, (Erişim Tarihi, 10.05.2011); "The Truth about Kundalini", http://www.angelfire.com/zine/sychinese/kundalini_truth.PDF, (Erişim Tarihi, 10.05.2011); "Kundalini Yoga & Meditation", http://www.pavanguru.com/beginners_guide_2008.pdf, (Erişim Tarihi, 10.05.2011); "Gabriel Morris Kundalini and the Art of Being", <http://gabrielmorris.bravehost.com/KundaliniArtBeing.pdf>, (Erişim Tarihi, 10.05.2011); Jıddu Krishnamurti, "Kundalini Awareness", <http://www.icrcanada.org/images/Krishnamurti.pdf>, (Erişim Tarihi, 10.05.2011). Kundalini kavramının kökünde prototip inançların olduğu da söylenmektedir. Eski Hint yılan kültürüne ve kozmogonik sembollere göre, Vişnu kozmik periodlar arasında kıvrılmış yılan şeklinde uyumaktadır. Bu da kundalininin mooladhara'daki durumuyla benzerlik göstermektedir. Daha fazla malumat için bkz. Padoux, s. 402.

²¹⁷ Şri Mataji, **Sahaja Yoga Book One**, Ratnadeep Press, New Delhi, 1982, s. 14.

²¹⁸ "Kundalini, Vibrations and Self-Realization", <http://www.sahajayoga.org.in/SelfRealization.asp>, (Erişim Tarihi, 26.03.2010).

Sahaja Yoga'ya göre, herkesin içinde bulunan bu kutsal enstrüman kullanılmaksızın Sahaja Yoga yapılamaz. Kundalini adeta Tanrı'nın görünümüdür, onun dişi halidir.²¹⁹ Kalbértmatten'in ifadesi ile söyleyecek olursak:

*“Çocuklar annesinden doğar, ikinci doğum kundalinidendir. O hem içimizdeki tanrıça hem de annedir.”; “Kundalini, bizim manevi annemizdir, rehberimizdir ve anne gücüyle koruyan ruhsal bir yansımadır.”*²²⁰

Şri Mataji de kundaliniyi şöyle açıklar:

*“Bizim içimizde annemiz vardır. O, kalbimizdedir ve o uyanırsa bize bakar, ihtiyacımız olan bütün korumayı sağlar. Onu korkutacak hiçbir şey yoktur. Kundalini seni tedavi eder, seni geliştirir, bütün mutlulukları sana verir.”*²²¹

Bu ifadelerden de anlaşıldığı gibi, kundalini enerjisi Sahaja Yoga için vazgeçilmez bir unsurdur. Kundalininin bu şekilde kutsal bir enerji olarak görülmesinin yanında, meditasyon esnasında çakralardan geçerken onları temizlediğine, ego ve süperegoden gelen bütün şehvet ve arzuları yok ederek kişiyi rahatlattığına inanılmaktadır.²²²

Sahaja Yoga'da bir anne ya da tanrıça gözüyle bakılan kundalininin bilinçli bir enerji olduğu kabul edilmektedir. Buna göre eğer aydınlanma esnasında ortamda önceden aydınlanmış biri varsa onun etkisiyle kundalininin daha kolay harekete geçeceğine inanılmaktadır. Bu sebeple aydınlanma ve daha sonraki meditasyonlar sırasında bu mekanda Şri Mataji'nin fotoğrafı bulundurulmaktadır.

Kundalinin uyanışı sırasında bazı fiziksel olayların da gerçekleşeceğine, kişinin göz bebeklerinin büyüyeceğine, renginin koyulaşıp siyaha döneceğine inanılmaktadır.²²³

Burada şunu da söylemek gerekir ki, Kundalinin bu şekilde uyandırılmasına dayanan ve bu haliyle de Sahaja Yoga'ya çok benzeyen bir yoga ekolü daha vardır. Bu ekolün adı *Kundalini Yoga*'dır.²²⁴ Bu Kundalini Yoga'nın sadece bir yoga ekolü

²¹⁹ Powel, s. 46.

²²⁰ Kalbértmatten, s. 197, 217.

²²¹ Kalbértmatten, s. 221.

²²² Powel, s. 39.

²²³ Kalbértmatten, s. 220.

²²⁴ Kundalini Yoga için bkz. <http://www.kundaliniesra.com/whatiskundaliniyogat.html>, (Erişim Tarihi, 10.05.2011); <http://www.kundaliniyoga.org/>, (Erişim Tarihi, 10.05.2011); Datta Sing, “Kundalini Yoga as Taught by Yogi Bhajan”, http://www.goldenbridgeyoga.com/uploads/pdf/Beginners_Guide.pdf, (Erişim Tarihi, 10.05.2011); “Basic Kundalini Yoga Breathing”, <http://www.pinklotus.org/Kundalini%20matashakti/BASIC%20KUNDALINI%20Y>

mü yoksa Sahaja Yoga gibi YDH'den birisi mi olduğu sorusu bizim konumuzun dışında kalmaktadır.

1.4. Nadiler

Nadileri vücuttaki enerji kanalları olarak tarif etmek mümkündür.²²⁵ İnsanın sağında, solunda ve ortasında bulunmak üzere üç tane olan bu kanallar kişinin ruhsal enerjisi için birer yol gibidir. Vücut enerjisinin, bütün varlığımızı beslemek ve dengelemek için bu nadi sistemi çevresinde hareket ettiğine inanılmaktadır.²²⁶ Bu enerji sistemlerinin aslında tam olarak sağda, solda ve ortada bulunmadığı, gerçekte bunların birbirine sarmal şekilde ve merkezde bulundukları da söylenmektedir. (Bkz. Ek: 4)

Nadiler, bazı bilimsel bilgiler ile desteklenerek de açıklanmaya çalışılmıştır. Buna göre, insan vücudunda üç tip sinir sistemi vardır. Bunlar; Otonom sinir sistemi, merkezi sinir sistemi, sol ve sağ taraflarda duran sempatetik sinir sistemi ile parasempatetik sinir sistemidir. Sol sempatetik sistem İda Nadi, sağ sempatetik sistem Pingala Nadi, ortadaki parasempatetik sistem de Sushumna Nadi olarak adlandırılır.²²⁷

Sinir sisteminin bütün parçaları birbiriyle ilişkilidir. Bu sinir sistemini aşağıdaki gibi bir şema ile göstermek mümkündür.²²⁸

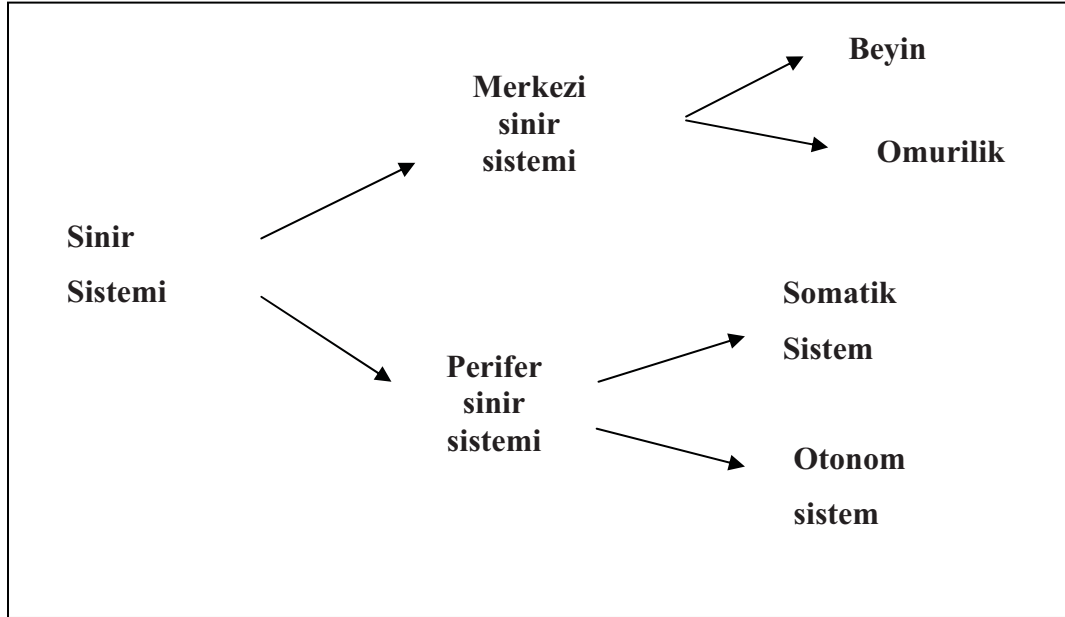
OGA%20BREATHING%201.pdf, (Erişim Tarihi, 10.05.2011); Nirvair Singh Khalsa, "108 Lesson To Do Kundalini Yoga", <http://www.kundaliniyoga.net/108%20Reasons%20to%20do%20Kundalini%20Yoga2.pdf>, (Erişim Tarihi, 10.05.2011); "Kundalini Yoga Theory", <http://www.yoga-age.com/modern/kun4.html>, (Erişim Tarihi, 11.05.2011); Alpina Varma-Chariatte, "Primordial Mother Energy the Kundalini", **Blossomtimes**, October, 2009, C. 3, S. 3, s.7, <http://www.blossomtimes.org/site/index.asp?pageid=85&subpage=135>, (Erişim Tarihi, 11.02.2010).

²²⁵ Turek, s. 61. Nadiler için ayrıca bkz. "Nadis in Yoga", http://www.sanatansociety.org/yoga_and_meditation/nadis_kundalini_yoga.htm, (Erişim Tarihi, 10.05.2010).

²²⁶ Powel, s. 41. Nadiler ve denge için ayrıca bkz. <http://www.yogajournal.com/wisdom/927>, (Erişim Tarihi, 23.05.2011).

²²⁷ Şri Mataji, **Meta Modern Çağ**, s. 178-179.

²²⁸ Rita L. Atkinson, Richard C. Atkinson, Ernest R Hilgard, **Psikolojiye Giriş**, Çev., Kemal Atakay, Mustafa Atakay, Aysun Yavuz, Sosyal Yayınları, İstanbul, 1995, s. 46.



Bu şemada bizim için asıl önemli olan otonom sistemdir. Birbirine sinir iplikçikleri ile bağlı düğüm gibi sinir yığınlarından oluşan ve beyin kökünden çıkarak omuriliğin iki yanında bir çift kordon olarak uzanan sisteme *Otonom Sinir Sistemi* denmektedir. Bu sistemin görevi, kişinin iradesinin hakim olmadığı kan damarı, kalp, mide, bağırsak gibi iç organları düzene sokmaktır.²²⁹

Otonom sinir sistemi iki gruba ayrılmaktadır. Bu sistemin kafatasına yakın yukarı kısmı (kranyal) ile kuyruksokumuna yakın aşağı kesimine (sakral) *parasempatetik sistem* denir. Otonom sinir sisteminin yukarı ve aşağı kesimleri arasında kalan bölüme de *sempatetik sinir sistemi* denir. Sempatetik ve parasempatetik bölümler bazen birbirini tamamlayıcı, çoğu zaman ise birbirine zıt faaliyette bulunur. Örneğin kalp atışları parasempatetik bölümden gelen uyarılar ile yavaşlarken sempatetik bölümden gelen uyarılarla hızlanır.²³⁰

Sahaja Yoga'ya göre sol sempatetik sinir sistem varlığının gücü tarafından kontrol edilir ve bunu sağlayan ana organ kalptir. Sağ sempatetik sinir sistem yaratma gücü tarafından kontrol edilir, bunu sağlayan ana organ karaciğerdir.

²²⁹ Feriha Baymur, **Genel Psikoloji**, İnkılap ve Aka Yayınları, İstanbul, 1978, s. 36.

²³⁰ Baymur, s. 38.

Parasempatetik sinir sistemi de evrimsel güç tarafından kontrol edilir, bunu sağlayan ana organ beyindir.²³¹

Sahaja Yoga açısından bakıldığında nadiler sadece enerji kanalları olarak değerlendirilmemektedir. Nadiler kişinin günlük yaşamında da etkilidir. Gün içindeki faaliyetler, kişinin içinde bulunduğu ruh hali gibi durumlar nadileri etkilemekte, bu da vücutta bazı fiziksel etkilere yol açmaktadır. Ayrıca, nadiler Hint mitolojisinin önemli isimleri tarafından temsil edilmektedir. Sahaja Yoga’da bu kadar önemli olan nadileri şöyle tanımlamak mümkündür:

1.4.1. İda Nadi

Diğer adıyla sol sempatetik sinir sistemi olan bu kısım vücudun stresli ve acil durumlarda ihtiyaç duyduğu enerji fazlasını, örneğin beyne ve kaslara daha fazla kan gitmesini, kan şekerinin yükselmesini sağlar.²³² Sahaja Yoga’ya göre ida nadi mooladhara çakra ile başlar ve agnya çakradan çapraz olarak geçip beynin sağ tarafındaki süperegoya kadar devam eder.²³³

Sahaja Yoga’da ida nadi, ay kanalıdır. Bu nadinin, kişinin asıl kuvvetini oluşturan arzusunun arkasındaki güç olduğu kabul edilir. Kişiler bu kuvvet sayesinde var olmuşlardır, onların yaratılmalarının ilk sebebi bu arzudur.²³⁴ Nitekim, ay Hint mitolojisinde can veren bir çiğ tanesi olarak tasvir edilmektedir.²³⁵ İda nadinin, kişinin duygusal, dişil niteliklerinin bulunduğu ve geçmişi ile ilişkili olan parçası olduğuna inanılmaktadır.²³⁶ Çünkü Sahaja Yoga’ya göre, duygular da arzudan doğmaktadır.²³⁷

Sahaja Yoga’ya göre, ida nadi aynı zamanda anne kanalıdır. Bu yüzden ida nadinin insandaki sevgi ve şefkatin şekillenmiş hali olduğuna inanılmaktadır. Bu kanal mavi ile temsil edilmektedir. Çünkü mavinin, ayın ve serinliğin rengi olduğu düşünülmektedir.

²³¹ Kalbermatten, s. 190.

²³² Budak, s. 664.

²³³ Mataji, **Sahaja Yoga Book One**, s. 21.

²³⁴ Mataji, **Sahaja Yoga Book One**, s. 21.

²³⁵ Henrich Zimmer, **Myth and Symbols in Indian Art And Civilization**, Editor, Joseph Campbell, Princeton University Press, Washington, 1974, s. 60.

²³⁶ “Sahaja Yoga Intro Book”, http://www.sahajayoga.com.au/book_one/ch-4-the-nadis/, (Erişim Tarihi, 10.05.2011).

²³⁷ Mataji, **Sahaja Yoga Book One**, s. 21.

Sahaja Yoga'ya göre kişi bu kanalı çok kullandığı zaman, yani geçmişini çok düşündüğünde nadi soğumaya başlar. Bu durumda da kişi uyuşuklaşmaya başlar, hatta depresif bir ruh haline girebilir.²³⁸ Başka bir deyişle, duygulara hitap eden bu tarafın zorlanması aşırı duygusallığa sebep olabilir. Beyin üzerindeki bu baskı epilepsi, çökme, cinnet gibi rahatsızlıklara yol açabilir. Bunun olmaması için de öncelikle sol tarafın sağ taraf ile dengelenmesi gerekir. İda nadinin öncülüğünü Şri Mahakali²³⁹ yapmaktadır.²⁴⁰

Sahaja Yoga'da ida nadinin dışıl niteliklere sahip olması, kişinin duygusal tarafına etki etmesi gibi özelliklerinden yola çıkarak kişinin manevi yönünü yansıttığını söyleyebiliriz. Cinnet, çökme gibi rahatsızlıklara bakıldığında bunların da psikolojik rahatsızlıklar olduğu görölmektedir. Bu durum da yine ida nadinin manevi taraf olmasıyla ilgilidir. Yani ida nadi kişinin manevi tarafını yansıttığı için yol açacağı rahatsızlıklar da ruhsal, psikolojik rahatsızlıklar türündendir.

1.4.2. Pingala Nadi

Pingala nadi sağ sempatetik sinir sistemi olarak bilinir.²⁴¹ Sahaja Yoga açısından bakıldığında, sağ kanal swadisthan çakra ile başlar, agnya çakradan çapraz geçerek egoya ulaşır.²⁴² Pingala nadinin güneş kanalı ve kişinin erkeksi tarafı olduğu

²³⁸ “Sahaja Yoga İntro Book”, http://www.sahajayoga.com.au/book_one/ch-4-the-nadis/, (Erişim Tarihi, 10.05.2011).

²³⁹ Mahakali Büyük Kali manasına gelmektedir. Kara Tanrıça olarak bilinir. Kali, Tanrıça Devi'nin ortaya çıkan farklı formlarından bir tanesidir. Kali'ye Mutlak Gerçek, Varlığın Kaynağı gibi anlamlar da yüklenmiştir. Bize göre ida nadiyi temsil etmesinin sebebi de budur. Zira ida nadi Sahaja Yoga'da yaratılışın sebebi olarak kabul edilmektedir. Bu konuda ayrıntılı bilgi için bkz. **Encyclopedia of World Mitology**, s. 297; Wendy Doniger O'Flaherty, **Hindu Mitolojisi**, Çev. Kudret Emiroğlu, İmge Kitabevi, Ankara, 1996, s. 296; Gantz Brothers, **Hindoo Mythology**, Adelphi Press, 1875, s. 3; W. J. Wilkins, **Hindu Mythology Vedic and Puranic**, William Cloves and Sons Limited, London, 1882, s. 257; “Kali”, <http://tr.wikipedia.org/wiki/Kali>, (Erişim Tarihi, 04.07.2011).

²⁴⁰ Mataji, **Sahaja Yoga Book One**, s. 21. İda Nadi ile ilgili olarak ayrıca bkz. “İda Nadi”, http://www.sahajavidya.org/SahajVidya/0_Files_SahajVidya/I_J_K/Ida_Nadi_sec_val2.pdf, (Erişim Tarihi, 10.05.2011); “İda Nadi”, http://www.mpsahaj.org/ida_nadi.html, (Erişim Tarihi, 07.05.2011); <http://www.klasikyoga.com/forum/index.php?topic=2675.0>, (Erişim Tarihi, 10.05.2011); “The Channels Of Energy”, http://www.wingmakers.co.nz/Pingala_And_Ida_Nadi_Channels.html, (Erişim Tarihi, 10.05.2011); “The Delicate Power of the Ida Nadi”, <http://www.ishtayoga.com/articles/54>, (Erişim Tarihi, 10.05.2011); “The Left Side”, <http://sahaj-az.blogspot.com/search/label/Ida%20Nadi>, (Erişim Tarihi, 10.05.2011).

²⁴¹ “Pingala Nadi”, http://www.sahajavidya.org/SahajVidya/0_Files_SahajVidya/P/Pingala_Nadi_sec_val2.pdf, (Erişim Tarihi, 10.05.2010).

²⁴² “The Nadis”, http://www.sahajayoga.com.au/book_one/ch-4-the-nadis/, (Erişim Tarihi, 10.05.2010).

kabul edilmektedir.²⁴³ Her ne kadar güneş Hint mitolojisinde öldürücü bir güç olarak tasvir edilse de²⁴⁴ pingala nadi kişinin yaptıklarına güç veren bir enerji kaynağı olarak kabul edilir.

İda nadinin geçmiş ile olan ilişkisine kaşılık Pingala nadi gelecek ile ilişkilendirilir. Dolayısıyla kişinin geleceğine dair düşünceleri, planları bu nadi ile bağlantılıdır. Sağ kanal olmaksızın normal insan davranışlarının sergilenemeyeceği düşünülmektedir. Pingala nadi sarı renk ile temsil edilir. Pingala nadi'nin öncülüğünü Şri Mahasaraswati²⁴⁵ yapmaktadır.²⁴⁶

Bu kanalın fazla kullanılmasının yani kişinin geleceğini çok fazla düşünmesinin sağ kanalın ısınmasına yol açacağına, bunun da kişinin sağlığını olumsuz yönde etkileyeceğine, sonuçta ise kişinin fazla sinirli olacağına inanılmaktadır.²⁴⁷ Bundan başka karaciğer problemleri, ülser, ishal gibi rahatsızlıkların sağ kanalın bozukluğundan kaynaklandığı söylenmektedir.²⁴⁸

Bu şekilde sağlık problemlerinin yaşanmaması için her akşam günlük meditasyonun sonunda ayakların tuzlu suya sokulması tavsiye edilmektedir. Bu sayede vücuttaki negatif enerji atılacağından kişinin rahatlayacağı öngörülmektedir.²⁴⁹

Şri Mataji'ye göre sağ kanalının etkisinde kalan kişiler bütün hislerini kaybederler. Sadece maddi gelişimleri ve diğer insanlar üzerlerindeki güçlerine önem verirler. O kişiler sadece egolarıyla tanımlanırlar ve onlar için kalp sadece bir taşdır. Yine bu kişiler sadece kendi zekalarının gücüne inanırlar.²⁵⁰

²⁴³ “The Subtle System”, <http://sahajayogawa.com/?id=17>, (Erişim Tarihi, 10.05.2010).

²⁴⁴ Zimmer, s. 60.

²⁴⁵ Hikmet, bilim, müzik ve sanatın tanrıçası olan Saraswati aynı zamanda Brahma'nın eşidir. Vedaların annesidir. Devanagari denilen alfabenin mucididir. Dört kollu zayıf uzun bir kadın olarak, elinde de bir müzik aleti ile tasvir edilir. Daha fazla bilgi için bkz. Wilkins, s. 91; “Saraswati”, <http://en.wikipedia.org/wiki/Saraswati>, (Erişim Tarihi, 29.05.2011).

²⁴⁶ Mataji, **Sahaja Yoga Book One**, s. 22. Pingala Nadi ile ilgili olarak ayrıca bkz. “Pingala Nadi”, http://www.sahajavidya.org/SahajVidya/0_Files_SahajVidya/P/Pingala_Nadi_sec_val2.pdf, (Erişim Tarihi, 11.05.2011); “Nadi (Enerji Kanalları)2 – Pingala Nadi” <http://www.klasikyoga.com/forum/index.php?topic=2631.0>, (Erişim Tarihi, 11.05.2011); Julie Wilcox, “The Pingala Nadi”, <http://www.ishtayoga.com/articles/53>, (Erişim Tarihi, 11.05.2011); <http://www.healthand yoga.com/yogaglossary.pdf>, (Erişim Tarihi, 11.05.2011); The Right Side, <http://sahaj-az.blogspot.com/search/label/Pingala%20Nadi>, (Erişim Tarihi, 11.05.2011).

²⁴⁷ Powel, s. 48-49.

²⁴⁸ Descieux, s. 165.

²⁴⁹ Descieux, s. 163.

²⁵⁰ Mataji, **Sahaja Yoga Book One**, s. 22-23.

Gelecek ile ilgili olması, kişinin erkeksi tarafını temsil etmesi gibi hususlardan yola çıkarak ıda nadinin kişinin maddi yönünü yansıttığını söylemek mümkündür. Yine bu nadinin kişide ülser, ishal gibi fiziksel rahatsızlıkla yol açması da bu durumu desteklemektedir.

1.4.3. Sushumna Nadi

Sahaja Yoga’da parasempatetik sinir sistemi olarak kabul edilen sushumna nadi, merkez kanaldır. Mooladharadan başlar ve düz bir şekilde vücudun en üstünde bulunan sahasrara çakraya çıkar.²⁵¹ Bu sebeple bu nadiye ruhsal yükselişin nadisi de denmektedir.²⁵²

İda ve Pingala nadinin, kişinin geçmiş ve geleceği ile ilgili kanallar olduğuna inanıldığı gibi, Sushumna nadinin de “şimdi” ile ilgili bir kanal olduğu kabul edilmektedir. Şu anda yapılanlar bu kanal ile ilgilidir.²⁵³ Kişinin, dengede olduğu zaman sushumna kanalını kullandığı düşünülür.²⁵⁴ Sushumna nadinin öncülüğünü Şri Mahalakşmi yapmaktadır.²⁵⁵

Bu üç nadinin eski Guna-Raja, Tamas ve Satva’nın yansıması olduğuna inanılmaktadır. Bunlar var olan her şeyin içinde bulunan, varlığın üç alanıdır. Geleneksel Veda felsefesinde bu alanlar ya da nitelikler varlığın hayalidir (Maya’sıdır). Raja, sağ kanala tekabül eder. Tama, gerçeğin doğasını saklayan güçtür. Satva, merkez kanaldaki evrimin ezeli görünüşüdür. Ve diğer Guna’lar arasındaki dengedir. Orası saflık alanıdır.²⁵⁶

Sahaja Yoga’da birer enerji kanalı olarak düşünülen ve kişinin günlük yaşamında son derece etkili olan nadiler ile ilgili son olarak şunu söylemek mümkündür: Nadileri birer kanal olarak tanımlamak kundalini enerjisinin onların içinden geçtiği gibi bir izlenime sebep olabilmektedir. Oysa kundalini, nadilerden

²⁵¹ “The Nadis”, http://www.sahajayoga.com.au/book_one/ch-4-the-nadis/, (Erişim Tarihi, 11.05.2010).

²⁵² “Sushumna Nadi”, <http://sahajayogawa.com/flash/home.swf>, (Erişim Tarihi, 11.05.2010).

²⁵³ Turek, s. 63.

²⁵⁴ Yogi Mahajan, s. 12. Sushumna Nadi ile ilgili olarak ayrıca bkz. “Sushumna Nadi”, http://www.sahajvidya.org/SahajVidya/0_Files_SahajVidya/S/Sushumna_Nadi_sec_val2.pdf, (Erişim Tarih, 11.05.2011); <http://www.healthandyoga.com/html/readingroom/ays/ays158.asp>, (Erişim Tarihi, 11.05.2011).

²⁵⁵ Şri olarak da bilinen Lakşmi, Tanrı Vişnu’nun eşidir. Çeşitli avatarlarından yola çıkarak dünyanın efendisi, tanrılar tanrısı gibi isimler almıştır. Bkz. Wilkins, s. 107.

²⁵⁶ Powel, s. 49-50.

değil çakralardan geçerek yükselmektedir. Yukarıda nadilerden bahsederken geçen enerji terimi kundalini enerjisini değil, ruhsal enerjiyi karşılamaktadır. Kundalini enerjisinin geçtiği çakraları da şöyle açıklamak mümkündür:

1.5. Çakralar

Erken Budizm devrinin önemli terimlerinden biri olan çakra, Sanskritçe’de tekerlek, çember gibi anlamlara gelmektedir.²⁵⁷ Çakra, Hint felsefesinde insan vücudunda bulunan metafizik veya biyofizik enerjinin bağlantı noktası olarak düşünülmektedir.²⁵⁸ Çakra, *Sübtıl bedeni* oluşturan enerjinin merkezi noktasını oluşturmaktadır.²⁵⁹

Sahaja Yoga’ya göre insan vücudunda yedi çakra bulunur. Bu yedi çakra, nadiler ile birlikte, sübtıl beden ya da gizli bedeni oluşturur. Her çakra bazı özelliklere sahiptir ve güneş sistemindeki bir gezegen ile gösterilir.²⁶⁰ Ayrıca her çakra, elin bir bölümüyle de temsil edilir.

Sahaja Yoga açısından çakraların bir fonksiyonu da kişinin ruhsal durumunun, davranışlarının, ilişkilerinin vs. çakralarında depolanan kodlara bağlı olmasıdır; ancak kişi gerçekleşmeyi yaşamadan önce bunların farkında değildir.²⁶¹ Yani çakraların masumiyet, yaratıcılık, iletişim, huzur gibi anlamları ve buna bağlı olarak bu yönde işlevleri vardır ve insanların bu özellikler ile bağlantılı olan çakranın açılmasıyla bu özellikleri kazanabileceğine inanılır.²⁶²

²⁵⁷ Charles S. Prebish, “Çakra”, **Historical Dictionary of Buddhism**, The Scarecrow Press, London, 1999, s. 85.

²⁵⁸ “Çakra”, <http://tr.wikipedia.org/wiki/%C3%87akra>, (Erişim Tarihi, 25.05.2010).

²⁵⁹ Pravina Baijnath, **Sahaja Yoga Meditation: Therapeutic Community**, University of Zululand, Kwazulu Natal, 2008, s. 37, <http://196.21.83.35/bitstream/handle/10530/148/Sahaja%20yoga%20mediation%20-%20P%20Baijnath.pdf?sequence=3>, (Erişim Tarihi, 04.07.2011)

²⁶⁰ Kalbermatten, s. 196.

²⁶¹ Kalbermatten, s. 169.

²⁶² Çakralar hakkında geniş bilgi için bkz. “Çakra”, <http://tr.wikipedia.org/wiki/%C3%87akra>, (Erişim Tarihi, 11.05.2011); <http://www.sifacemberi.com/cakra.pdf>, (Erişim Tarihi, 11.05.2011); “The Six Cârâ in the Human Body”, <http://www.mysteryofmystery.com/Library/PDF/Aleister%20Crowley%20-%20Six%20Chakra's%20in%20the%20Human%20Body.pdf>, (Erişim Tarihi, 11.05.2011); “Chakras and Channels of Energy”, <http://www.apsahaj.org/chakras.html>, (Erişim Tarihi, 17.05.2011); “Gezegenler ve Çakralar”, <http://www.sahajayogaportal.org/UstMenu1/Astroloji/GezegenlerveCakralar.aspx>, (Erişim Tarihi, 11.05.2011); “The Cakras”, <http://www.mahavidya.ca/wp-content/uploads/2008/06/doyle-aaron-cakras-yes.pdf>, (Erişim Tarihi, 17.05.2011); “Chakra”, **Britannica Encyclopedia of World Religions**, Singapur, 2006, s. 212, Şri Mataji’nin çakraları anlattığı video görüntüleri için bkz. <http://www.sahajayogaturkey.f2s.com/video/videos.html>, (Erişim Tarihi, 17.05.2011).

1.5.1. Mooladhara Çakra

Mooladhara çakra, kundalininin bulunduğu sakrum kemiğinin altında, belkemiği hizasında yer alır ve birinci çakra olarak kabul edilir.²⁶³ “Moola” yükselme, “adhara” da destek anlamındadır.²⁶⁴ Mooladhara çakranın, ruhsal yaşam ağacının köklerini oluşturduğu kabul edilir. Geleneksel yoga şemalarında kişilerin *Lotus pozisyonunda*²⁶⁵ oturmalarının sebebi, mooladhara çakranın yeryüzü ile daha yakın ilişki içerisine girdiği yönündeki inançtır.²⁶⁶

SahajaYoga’ya göre bu çakranın başlıca niteliği masumiyettir. Masumiyet yanında hikmet, saflık, ölmeyen çocukluk gibi niteliklere de sahip olan mooladhara çakra elin serçe parmağında ve avuç içinin bileğe yakın kısmında temsil edilir. Rengi ise kırmızıdır. Elementi yeryüzü²⁶⁷ ve karbon olan²⁶⁸ mooladhara çakranın önderi, Şri Ganeşa’dır.²⁶⁹

Sahaja Yoga’ya göre mooladhara çakra, üreme organlarını kontrol etmektedir. Bu sebeple cinselliğe dair davranışlar bu çakranın güçlü ya da zayıf olmasıyla yakından alakalıdır.²⁷⁰

İnanişa göre büyü, uyuşturucu gibi zararlı şeyler ile ilgilenme mooladhara çakranın zayıf olmasına sebep olur. Bu sebeple de Batı’da ve Batı tarzında yaşayan toplumlarda insanların bu çakrası oldukça bozulmuştur. Bozulan çakranın düzeltilmesi meditasyon ile mümkündür. Düzenli meditasyon ile kişinin bu çakrasını tamamen düzeltebileceğine inanılmaktadır.

²⁶³ Kaushik, s. 22. Ayrıca bkz. “Mooladhara Chakra: The Base”, http://www.adishakti.org/subtle_system/mooladhara_chakra.htm, (Erişim Tarihi, 12.05.2011); “MuladharaÇakra - Kök Çakra”, <http://www.ybd.s5.com/MULADHARA.htm>, (Erişim Tarihi, 12.05.2011); “Mooladhara Chakra”, http://www.sahajvidya.org/SahajVidya/0_Files_SahajVidya/M/Mooladhara_1_Chakra_sec_val2.pdf, (Erişim Tarihi, 12.05.2011); “Mooladhara Chakra”, <http://www.sahajayogala.org/materials/Turya-course%20Mooladhara.pdf>, (Erişim Tarihi, 12.05.2011).

²⁶⁴ Mataji, **Sahaja Yoga Book One**, s. 29.

²⁶⁵ Klasik yogada kişi vücudunun altı ve üstü iki üçgen olacak şekilde oturur. İşte bu pozisyonun adı lotus pozisyonudur.

²⁶⁶ Powel, s. 61.

²⁶⁷ Yeryüzü, mooladhara çakranın bir simgesi olarak her kitapta belirtilmiş ve belirtilirken de element kelimesi kullanılmıştır. Bu sebeple biz de bu şekilde kullanmayı uygun gördük.

²⁶⁸ “Scientific Explanation”, <http://www.sahajayoga.org.in/ScientificExplanation.asp>, (Erişim Tarihi, 12.05.2011).

²⁶⁹ Ganeşa fil başlı bir çocuk olarak tasvir edilir. Şiva ve Parvatinin doğan ilk oğludur. Bilgi ve hikmet tanrısıdır. Bkz. Wilkins, s. 267.

²⁷⁰ Descieux, s. 214.

1.5.2. Swadisthan Çakra

İkinci çakra yaratıcılığın, saf dikkatin ve saf bilginin çakrası olarak kabul edilir.²⁷¹ Sahaja Yoga'ya göre bu merkez desteklendiği ve temizlendiği zaman medeniyetin bir işareti olan sanatsal yaratıcılığı kişiye temin eder, bu da kişinin yaratıcı fikirler üretmesini sağlar.²⁷²

İnanışa göre bu çakranın verdiği saf bilgi akla ait değildir. O, avuç içlerinde hissedilebilen ve gizli bedendeki tıkanıklıkları ortaya çıkaran “*Hakikatin*”in birebir idrakidir.²⁷³ Swadisthan çakra, kişisel idrakin arkasındaki hakikati anlamaya yardım eder.²⁷⁴ Bu çakra ayrıca saf, istikrarlı dikkatin ve konsantrasyon gücünün de merkezidir. Swadisthan çakranın vücudun karaciğer, böbrekler ve karnın alt bölümünü kontrol ettiğine inanılmaktadır. Buradaki yağları kullanarak beynin düşünme fonksiyonu için gerekli olan enerjiyi sağladığı kabul edilir.²⁷⁵

Kişilerin, çok fazla düşündüğü zaman, bu merkezin tüm enerjisini tüketeneğine, bu çakra tamamen dengeden çıktığında şeker veya kan kanseri gibi hastalıklar ortaya çıkabileceğine inanılmaktadır.²⁷⁶ Bu çakranın önderliği müzik ve

²⁷¹ “Çakralar ve Enerji Kanalları”, <http://www.sahajayogaistanbul.org/gizlibeden.html>, (Erişim Tarihi, 28.05.2010).

²⁷² Powel, s. 61. Ayrıca bkz. “Liver”, http://www.sahajavidya.org/SahajVidya/0_Files_SahajVidya/L/Liver_sec_val2.pdf, (Erişim Tarihi, 12.05.2011); “Swadisthan”, http://www.sahajayogaportal.org/App_Themes/SY/eller/swadhistana.swf, (Erişim Tarihi, 12.05.2011); “Swadishthan Chakra”, <http://www.sahajayogala.org/materials/Discovery-course%20Swadisthan.pdf>, (Erişim Tarihi, 12.05.2011); “Swadisthan Chakra - Aortic plexus”, (Erişim Tarihi, 12.05.2011); <http://www.sahajayoga.ca/Presentation/Swadisthan.html>, (Erişim Tarihi, 12.05.2011); “Swadishthan Chakra”, <http://www.sahajayoga.com.au/news/2007/08/06/swadisthan-chakra/>, (Erişim Tarihi, 12.05.2011).

²⁷³ “Swadishthan Chakra”, http://www.meditate4free.co.uk/more_chakra_exp.htm, (Erişim Tarihi, 28.05.2010).

²⁷⁴ Powel, s. 62.

²⁷⁵ Mataji, **Sahaja Yoga Book One**, s. 33.

²⁷⁶ “Enerji Bedeni”, <http://www.sahajayogaportal.org/getdoc/d8edf517-af1a-4b13-ae72-92a6847ebbc8/GizliBeden.aspx>, (Erişim Tarihi, 28.05.2010). Nabhi çakra için ayrıca bkz. “Nabhi”, <http://www.icselguc.com/cakralar/7-cakra/nabhi-233/>, (Erişim Tarihi, 12.05.2010); “Nabhi Chakra”, http://www.sahajavidya.org/SahajVidya/0_Files_SahajVidya/N_O/Nabhi_1_Chakra_sec_val2.pdf, (Erişim Tarihi, 12.05.2010); “Nabhi Chakra”, <http://sahaj-az.blogspot.com/search/label/Nabhi%20Chakra>, (Erişim Tarihi, 12.05.2011); “Nabhi Çakra”, <http://members.fortunecity.com/endost/altern/medite/no3.htm>, (Erişim Tarihi, 12.05.2011); “Nabhi Chakra”, <http://www.sahajayogala.org/materials/Discovery-course%20Nabhi.pdf>, (Erişim Tarihi, 12.05.2011).

sanat tanrıçası Şri Brahmadeva tarafından yapılmaktadır.²⁷⁷ Elde başparmak ile temsil edilir; ayrıca rengi sarı, elementi de ateştir.²⁷⁸

1.5.3. Nabhi Çakra

Üçüncü çakranın kişiye cömertlik, tatminkarlık ve memnuniyet duygularını verdiği kabul edilir.²⁷⁹ Bu merkezin ana niteliği huzurdur, bu çakrayı temizleyerek kişinin stres ve gerginlikten kurtulacağına inanılır. Sahaja Yoga’da hoşnutluk, memnuniyet nabhi çakra için anahtar kelimelerdir.²⁸⁰ Dikkatin ve konsantrasyon gücünün organı olan karaciğeri yönetir. Nabhi Çakranın, kundalini tarafından doğru bir şekilde harekete geçirilmesi, sübtıl bedenın büyük bölümünün kontrol altına alındığını gösterir. Bu da ruhsal gerçeklik için olan arayışın sonlarına gelindiğine işaret eder.²⁸¹

Nabhi çakranın, kişinin varlığının temel gereksinimleri olan yiyecek, aile sevgisi, annelik ve babalık rolleri ve ilişkileri, finansal durum ve kariyer gibi öğeleri kontrol ettiği kabul edilir. Bu yüzden de para için maddi yönden çok endişe duymanın veya iş için çok zaman harcamanın bu çakrayı zayıflatığına inanılır. Bunun da karaciğeri ısıttığı, böylece dikkatin dağılmasına sebep olduğu varsayılır.²⁸²

Sahaja Yoga’ya göre nabhi çakra ve swadisthan çakra beraber, karaciğer fonksiyonlarının bulunduğu sağ kanaldaki fiziksel vücudumuz ile bağlantılıdır. Nabhi çakranın eylemleri ruhsal gelişim açısından hayati değer taşıdığı için bu çakraya özel ilgi gösterilmelidir.²⁸³ Alkol almak, yanlış yemekler yemek, yemeklere düşkün olmak, yani çok yemek ya da hızlı yemek, nabhi çakraya zarar verecektir. Bu zarar sonunda kişinin ülser, hipoglikemia, şeker gibi hastalıklara yakalanabileceğine inanılır.

²⁷⁷ Mataji, **Sahaja Yoga Book One**, s. 32.

²⁷⁸ “Scientific Explanation”, <http://www.sahajayoga.org.in/ScientificExplanation.asp>, (Erişim Tarihi, 20.05.2010).

²⁷⁹ Enerji Bedeni, <http://www.sahajayogaturkey.f2s.com/gizlibeden.html>, (Up. 2007), (Erişim Tarihi, 20.05.2010).

²⁸⁰ Mataji, **Sahaja Yoga Book One**, s. 38.

²⁸¹ Powel, s. 62.

²⁸² “Sahaja Yoga İntro Book”, http://www.sahajayoga.com.au/book_one/ch-5-the-chakras/nabhi/, (Erişim Tarihi, 20.05.2010).

²⁸³ Powel, s. 62.

Nabhi çakranın öncüsü Sri Vişnu ya da Shri Lakşmi'dir. Ayrıca elementi su, rengi yeşil olup el üzerinde de orta parmak ile gösterilir.²⁸⁴

1.5.4. Kalp Çakra veya Anahata Çakra

Göğüs kemiğinin arkasında bulunan anahata çakra, kalbin çakrasıdır ve burası, kişinin ruhsal varlığı açısından önemli çakralardan biri olarak kabul edilir.²⁸⁵ Anahata çakra kişinin içinde parlayan gizli kalmış bir elmasa benzetilir.²⁸⁶ Onun için bu çakraya “*kişinin ruhunun evidir*” denir. Kişiye sevgi, cesaret, merhamet sağladığı kabul edilir;²⁸⁷ çünkü merhamet ve sevginin kalp aracılığı ile ortaya çıkacağına inanılır.²⁸⁸ Açık kalplilikle konuşmaya başlandığı zaman bu çakranın tamamen açıldığının anlaşılabileceği düşünülür. Kişinin saf, ruhsal sevgisinin bütün gücünün yaşamına dolacağı kabul edilir. Sahaja Yoga'ya göre sevginin bu hali evrendeki en kuvvetli enerjidir. Sahaja Yoga'ya göre o, varlığın kutsal ışığının ve hakikatin kaynağıdır.²⁸⁹ Bu çakranın ve ruhun önemini Şri Mataji şöyle ifade etmektedir: “*Sen sonsuz ruhtan başka hiçbir şey değilsin.*”²⁹⁰

Vücutta, bu çakranın kalp ve akciğerleri kontrol ettiğine, temiz olması durumunda kişinin korkusuz, kendine güvenen ve sevgi dolu olacağına, tıkanması ya da kirlenmesi durumunda ise astım, kalp ve akciğer hastalıklarının görüleceğine

²⁸⁴ Mataji, **Sahaja Yoga Book One**, ss. 36, 38. Biz Lakşmi'den daha önce bahsettiğimiz için burada tekrar bilgi verme gereği duymadık. Vişnu ise Hinduizm'deki koruyucu tanrı olarak bilinir. Bu konuda ayrıntılı bilgi ileriki sayfalarda verilecektir.

²⁸⁵ Powel, s. 63. Anahata çakra için ayrıca bkz. “Hearth Chakra”, http://www.sahajayogaspirituality.com/chakras_sahaja_yoga.html, (Erişim Tarihi, 16.05.2011); “Asanas for the Chakra System”, <http://www.yogajournal.com/basics/898?page=5>, (Erişim Tarihi, 16.05.2011); “Anahata”, http://www.peacebypeace.net/images/Article_on_Anahata_pdf.pdf, (Erişim Tarihi, 16.05.2011); “Anahata Chakra (Heart)”, http://www.brahmayoga.com/Microsoft_Word_-_Docum.pdf, (Erişim Tarihi, 16.05.2011); “Anahata Chakra”, http://www.adishakti.org/subtle_system/anahat_chakra.htm, (Erişim Tarihi, 16.05.2011); “The Anāhata Chakra”, http://www.universal-mind.org/Chakra_pages/Anahata4.htm, (Erişim Tarihi, 16.05.2011); “Fourth Chakra (Anahata-Unstuck) Correspondence Chart”, <http://www.brightwateryoga.com/FourthChakraCorrespondenceChart.pdf>, (Erişim Tarihi, 16.05.2011).

²⁸⁶ “The Heart Chakra or Anahat Chakra”, http://www.meditate4free.co.uk/more_chakra_exp.htm, (Erişim Tarihi, 27.05.2010).

²⁸⁷ Powel, s. 63.

²⁸⁸ “Gizli Beden Çakraları ve Enerji Kanalları”, <http://www.sahajayogaturkey.f2s.com/gizlibeden.html>, (Erişim Tarihi, 27.05.2010).

²⁸⁹ Powel, s. 63.

²⁹⁰ Mataji, **Sahaja Yoga Book One**, s. 43.

inanılır. Anahata çakra elde serçe parmak ile gösterilir, rengi de koyu pembe. Şri Şiva tarafından temsil edilmektedir.²⁹¹

1.5.5. Vishuddhi Çakra

Sahaja Yoga’da beşinci çakranın, insanlığın, toplumun ve hislerin şekillenmiş hali olduğu kabul edilir. Bu çakranın kişiye diğer insanlarla iyi iletişim kurmakta yardım ettiğine inanılır. Sahaja Yoga’ya göre vishuddi’nin açılmasıyla kişi daha ayrı, daha farklı bir insan olmaya başlar.²⁹²

Bu çakra sağ, sol ve merkez olmak üzere üçe ayrılmıştır.²⁹³ Vishuddhi, kişiyi bütüne bağlayan ve ona bütünün bir parçası olduğu gerçeğini hissettiren çakradır.²⁹⁴ Ayrıca kişinin konuşmasını da geliştirir.²⁹⁵ Çünkü bu çakranın temel nitelikleri iletişim ve diplomasidir.²⁹⁶

Vishuddi çakranın, hem kişinin kendisinin hem de başkalarının titreşimlerini hissedebilmeyi sağladığına, kişinin konuşma ve davranışlarını etkili bir şekilde kullanmasına yardımcı olduğuna inanılır. Bunun yanında koku alma, dokunma, işitme, hissetme gibi duyuların da bu çakra tarafından kontrol edildiği söylenir.²⁹⁷

Şri Mataji’ye göre Vishuddi çakranın temiz tutulması oldukça zordur; çünkü bu çakra hem virüs, bakteri, duman gibi dış hem de aşağılık duygusu, suçluluk hissi, asabılık, saldırganlık gibi iç etkenler tarafından etkilenmeye oldukça müsaittir.²⁹⁸ Bu

²⁹¹ Şiva, Vişnu’dan sonraki ikinci büyük tanrıdır. Bu tanrıya ibadetin Aryanların Hint alt kıtasına gelmesinden önce Harappa medeniyetinde ortaya çıktığı varsayılmaktadır. Vişnu tahrir edici, yıkıcı, yok edici tanrı olarak bilinir. Bkz. Aydın, s. 70.

²⁹² Powel, s. 63. Ayrıca bkz. “Scientific Explanation”, <http://www.sahajayoga.org.in/ScientificExplanation.asp>, (Erişim Tarihi, 16.05.2011); “Vishuddhi Chakra”, http://www.adishakti.org/subtle_system/vishuddhi_chakra.htm, (Erişim Tarihi, 17.05.2011); “Vishuddhi Chakra”, http://www.sahajvidya.org/SahajVidya/0_Files_SahajVidya/U_V/Vishuddhi_1_Chakra_sec_val2.pdf, (Erişim Tarihi, 17.05.2011); Correcting the Vishuddhi Chakra, http://www.sahajvidya.org/SahajVidya/0_Files_SahajVidya/U_V/Vishuddhi_3_Correcting_sec_val2.pdf, (Erişim Tarihi, 17.05.2011); “Vishuddhi Chakra Summary”, http://www.sahajvidya.org/SahajVidya/0_Files_SahajVidya/U_V/Vishuddhi_5_Summary_sec_val2.pdf, (Erişim Tarihi, 17.05.2011); <http://sahaj-az.blogspot.com/search/label/Vishuddhi%20Chakra>, (Erişim Tarihi, 17.05.2011).

²⁹³ Mataji, **Sahaja YogaBook One**, s. 46-47.

²⁹⁴ “Gizli Beden, Çakralar ve Enerji Kanalları”, <http://www.sahajayogaturkey.f2s.com/gizlibeden.html>, (Erişim Tarihi, 17.05.2010).

²⁹⁵ Mataji, **Sahaja YogaBook One**, s. 48.

²⁹⁶ Turek, s. 68.

²⁹⁷ Mataji, **Sahaja YogaBook One**, s. 48,49.

²⁹⁸ Mataji, **Sahaja YogaBook One**, s. 48.

çakranın öncüsü Şri Krişna'dır.²⁹⁹ Rengi mavi, elementi eter olup elde işaret parmağı ile temsil edilir.³⁰⁰

1.5.6. Agnya Çakra

Beynin merkezinde yer alan ve alnın tam ortasında temsil edilen agnya çakra aynı zamanda üçüncü göz olarak da anılır. Bu çakra affediciliğin ve şefkatin çakrası olarak kabul edilir.³⁰¹ Agnya çakra, kundalinin sahasrara çakraya ulaşmasından önceki son çakradır. Kundalininin bu çakraya ulaşması ve buradan geçmesiyle kişinin *düşüncesiz farkındalık* denilen konuma girmeye başladığı kabul edilir.

Sahaja Yoga'ya göre agnya çakra, kişinin düşüncesini geliştirir ve onu daha derin bir meditasyona doğru yükseltir. Bu çakra açılmadan yapılan meditasyon sınırlı kalacaktır. Kundalinin bu çakrayı aydınlatmasıyla kişi zihnin ötesine geçer ve düşüncesiz farkındalıktaki gerçek yogayı başarır.³⁰²

Negatif düşüncelerin, kişileri affetmemenin, fazla düşünmenin, fazla akılcılığın bu çakraya zarar vereceğine inanılır.³⁰³

Bu çakra da sağ, sol ve merkez olmak üzere üçe bölünmüştür. Sol tarafın öncüsü Şri Mahavira'dır ve elde sol yüzük parmağı ile temsil edilir. Merkezin öncülüğünü İsa yapmaktadır, sol tarafın öncülüğünü Şri Mahavira, sağ tarafın da öncülüğünü Buda yapmaktadır. Elde sağ yüzük parmağı ile temsil edilir. Elementi ışık, rengi laciverttir.³⁰⁴

²⁹⁹ Krişna, Tanrı Vişnu'nun sekizinci avatarıdır. Bu konuda daha geniş bilgi için bkz. "Krishna", **Classical Dictionary of Hindu Mythology**, s. 160; "Krishna", **Encyclopedia Of World Mythology**, s. 622.

³⁰⁰ Mataji, **Sahaja Yoga Book One**, s. 50.

³⁰¹ <http://www.sahajayogaturkey.f2s.com/gizlibeden.html>, (Erişim Tarihi, 11.05.2011); Bu çakra için ayrıca bkz. "Agnya Chakra", http://www.adishakti.org/subtle_system/agnya_chakra.htm, (Erişim Tarihi, 17.05.2011); "Agnya Chakra", <http://www.sahajayogala.org/materials/Turya-course%20Agnya.pdf>, (Erişim Tarihi, 17.05.2011); "Correcting the Agnya Chakra", http://www.sahajvidya.org/SahajVidya/0_Files_SahajVidya/A/Agnya_3_Correcting_sec_val2.pdf, (Erişim Tarihi, 17.05.2011); "Agnya Chakra", http://www.sahajvidya.org/SahajVidya/0_Files_SahajVidya/A/Agnya_1_Chakra_sec_val2.pdf, (Erişim Tarihi, 17.05.2011); <http://sahaj-az.blogspot.com/search/label/Agnya%20Chakra>, (Erişim Tarihi, 17.05.2011).

³⁰² Powel, s. 64.

³⁰³ Grek, s. 69.

³⁰⁴ Mataji, **Sahaja Yoga Book One**, s. 50.

1.5.7. Sahasrara Çakra

Sahasrara çakra da Sahaja Yoga’da önemli kavramlardan biridir. Kundalini uyandıktan ve tüm çakralardan geçtikten sonra en son sahasrara yoluyla kozmik enerji ile buluşur. Aydınlanma denilen hadise de budur.³⁰⁵

Yedinci ve son çakra olan sahasraranın, başın en üst noktası olan bingıldak kemiğinin altında bulunduğu ve bütün çakraları tüm nitelikleri ile birlikte içinde barındırdığına inanılır.³⁰⁶ Burası fiziksel vücudun binlerce sinirinin sonlandığı yer olarak kabul edilir.³⁰⁷

Bu çakra meditasyon esnasında kundalini tarafından delinip geçilerek aydınlanma sağlanır ve böylece kişi evrensel enerji ile bütünleşir.³⁰⁸ Kundalinin sahasrara çakradan çıkması esnasına kalp atışına benzeyen atışlar duyulabilir; ayrıca başın üzerinde de serin bir esinti hissedilebilir.

Sahasrara çakranın açılmasıyla aydınlanmaya ulaşan kişinin artık *düşüncesiz farkındalık* konumuna tam olarak girdiğine inanılmaktadır. Bu durum ilk başlarda birkaç saniye gibi çok kısa sürse de, düşüncesiz farkındalık durumunun düzenli meditasyon sayesinde uzayacağı söylenmektedir. Kişinin aydınlanmaya ulaştıktan sonra başkalarına da aydınlanma verebileceği ya da enerjisini hastalıkların tedavisinde kullanabileceği kabul edilmektedir.

Sahasrara çakrasının önderi Şri Mataji ya da diğer adıyla Şri Kalki’dir. Sahasrara Çakra elin merkezinde temsil edilir.³⁰⁹

³⁰⁵ Sahasrara çakra için bkz. “Our Seventh Chakra , Sahasrara”, http://www.peacebypeace.net/images/Article_on_Sahasrara_pdf.pdf, (Erişim Tarihi, 18.05.2011); Sahasrara Chakra, http://www.adishakti.org/subtle_system/sahasrara_chakra.htm, (Erişim Tarihi, 18.05.2011); “Sahasrara Bağlantı ve Bütünleşme”, <http://www.sahajayogaportal.org/getdoc/294d9780-14e5-4d95-8283-403f95123c51/Saharara.aspx>, (Erişim Tarihi, 18.05.2011); “Sahasrara Çakra – Taç Çakra”, <http://www.ybd.s5.com/SAHASRARA.htm>, (Erişim Tarihi, 18.05.2011); “Sahasrara Chakra”, <http://www.tantra-kundalini.com/sahasrara.htm>, (Erişim Tarihi, 18.05.2011); “Sahasrara With Shri Mataji”, <http://sahaj-az.blogspot.com/search/label/Sahasrara%20Chakra>, (Erişim Tarihi, 18.05.2011).

³⁰⁶ http://www.meditate4free.co.uk/more_chakra_exp.htm, (Erişim Tarihi, 14.03.2010).

³⁰⁷ Powel, s. 65.

³⁰⁸ Mataji, **Sahaja Yoga Book One**, s. 25.

³⁰⁹ Mataji, **Sahaja Yoga Book One**, s. 54.

1.5.8. Void

Void bir çakra değil vücutta bulunan bir bölümdür. İkinci ve üçüncü çakrayı çevreleyen voidin içimizdeki efendilik ilkelerini (guruluk ilkelerini) ortaya çıkardığına inanılır.³¹⁰ Şri Mataji'ye göre void, Bhavasagara'yı yani yaratılış okyanusunu temsil eder. O, maya'nın yani yanılmaların örtmesiyle gizlenir. Yaratılışın başlangıcından insani farkındalık evrimimizin zirvesine kadar geçen süreyi tasvir eden void, güneş ve ay çakralarını barındırır.³¹¹

Sahaja Yoga'ya göre kundalini uyandırıldığında ve voidten geçtiğinde, efendilik ilkesi kişinin içine yerleşir. Böylece, Sahaja Yoga'da kişi, tüm sorunlarını parmaklarında hissettiği ve kendi kundalinisini kullanarak bütün bu sorunları iyileştirme gücüne sahip olduğu için, kendi kendisinin gurusu, bir başka ifade ile kendi kendisinin ruhani rehberi olur.³¹²

Çakraların insan vücudundaki konumları, etkiledikleri organlar, renkleri gibi özellikler sadece Sahaja Yoga'ya mahsus değildir. Çakraların bu özellikleri diğer yoga uygulamaları ya da genel olarak Hint düşüncesinde de mevcuttur. Ancak bazı farklar vardır. Örneğin klasik yogadaki çakraların renkleri Sahaja Yoga ile uyuşmamaktadır. Bunun dışında klasik yogada Sahaja Yoga'da olduğu gibi öncülleri yoktur.

Tıpkı nadiler gibi çakralar da kişinin günlük yaşantısında son derece önemlidir. Her çakranın kontrol ettiği bir bölgenin bulunması bu çakraların temiz olmasını gerektirmektedir. Aksi takdirde fiziksel hastalıklar görülecektir. Bu sebeple düzenli meditasyon ile çakraların temiz tutulması lazımdır.

1.6. Ego ve Süperegö

Psikolojide ego, “ben” derken kastedilen, her türlü ruhsal, bedensel olayın merkezi olarak düşünülen bilinçli varlıktır. Süperegö da kişiliğin, toplumsal değer

³¹⁰ “Gizli Beden Çakralar ve Enerji Kanalları”, <http://www.sahajayogaturkey.f2s.com/gizlibeden.html>, (Erişim Tarihi, 22.05.2010). Ayrıca bkz. “Void”, http://www.meditate4free.co.uk/more_chakra_exp.htm, (Erişim Tarihi, 12.05.2011); “The Void”, <http://www.apsahaj.org/chakras.html>, (Erişim Tarihi, 12.05.2011).

³¹¹ Mataji, **Sahaja Yoga Book One**, s. 39.

³¹² Enerji Bedeni”, <http://www.sahajayogaportal.org/getdoc/d8edf517-af1a-4b13-ae72-92a6847ebbc8/GizliBeden.aspx>, (Erişim Tarihi, 22.05.2010).

yargılarını, ahlak normlarını temsil eden ve bireyin kendi doğru-yanlış normları (vicdan) ile ideallerinden (ego ideali) oluşan kısımdır. Süperegoun oluşumu 4-5 yaşlarında bilinçsiz bir şekilde oluşur.³¹³

Sahaja Yoga'ya göre ise ego, kişinin zihninin aktif kısmını oluşturur.³¹⁴ Ego, Pali dilinde *Attan*, Sankritçe'de *Atman* olarak adlandırılmaktadır. Egonun tam olarak karşılığı benliktir.³¹⁵ Süperegou da pasif kısmı meydana getirir ve adeta bir hafıza deposudur. Gerçekleşmemiş arzular, şartlanmalar ve duygular da burada bulunur. Ego, “yapma” enerjisiyken süperegou da “hissetme” enerjisidir.³¹⁶

Nigel Powel'a göre insanların egoları onların yollarını çizdikleri bir araçtır. O olmadan kişi bir bitki gibi büyür ve kalır. İnsandaki “Ben” duygusu ve zihinsel farkındalık ve işlerimizi tamamlamak için gerekli olan enerji hep ego tarafından yönetilir.

Sahaja Yoga'ya göre ego, beynin sol tarafındadır; düşüncelerimizi, planlarımızı ve eylemlerimizi kontrol eder. Sağ ruhsal kanalımıza bağlıdır ve günlük eylemler için hayati önem taşır. Süperegou, beynin sağ tarafındadır ve sol sinir sistemine bağlıdır. En derin duyguların evi olarak kabul edilir.³¹⁷

Sahaja Yoga'da süperegou, duygusal karakterimize bağlı olan parçamızdır. Kişi olgunlaştığı zaman bu sinirsel varlık egoyla etkileşime girerek kişinin bakış açısını, yaratıcılığını geliştirir, önyargıları hafifletir. Süperegoun yaptıkları olmaksızın kişi hafızasından tam olarak faydalanamaz. Ancak şu da var ki kişi süperegou tarafından da çok fazla yönetilirse dengesiz, istikrarsız davranışlarda bulunabilir.³¹⁸

Sübtıl bedende bulunan ego, süperegou ve enerji kanalları arasındaki ilişki kişinin günlük eylemlerinde önemli bir yer tutar. Sahaja Yoga'da önemli olan bu kanallar ve egolar arasındaki ilişkiyi düzene sokarak kişinin duygularının, aklının, yaşamının dengeli olmasını sağlamaktır. Sahaja Yoga'ya göre bu dengeli yaşam tarzı modern dünyanın getirdiği telaşlı yaşam tarzında neredeyse imkansızdır. Kişi eninde

³¹³ Budak, “ego”, “süperegou” maddeleri, s. 248, 709.

³¹⁴ Kalbermatten, s. 372.

³¹⁵ Hajime Nakamura, “Knowledge and Reality in Buddhism”, **Companion Encyclopedia of Asian Philosophy**, Editor, Brian Carr & Indira Mahalingam, London, 1997, ss. 437- 438.

³¹⁶ Kalbermatten, s. 372.

³¹⁷ Powel, s. 41.

³¹⁸ Powel, s. 43.

sonunda problemler ile karşılaşır. Kişinin egosu ve süperegosu bu problemlere tepki göstermesine sebep olur.³¹⁹

Kişi, işinde ya da evinde kendini stres altında, baskı altında hissediyorsa sağ kanalındaki enerjiyi harekete geçirmesi gerektiğine inanılmaktadır. Bu şekilde kişi stresten kurtulacak ve daha pozitif olacaktır. Yaptığı meditasyon ile ego ve süperego dengelenecektir. Çünkü meditasyon esnasında kundalini, ego ve süperegonun sınırlı kalmasına yardım eder.³²⁰

1.7. Arınma

Sahaja Yoga’da arınma genellikle iyilik, güzellik ile eşit anlamlı olarak kullanılır. Kundalininin hareketi boyunca Sahaja Yogiler kendilerini, içlerindeki negatifliği yakarak, kademe kademe arındırırlar. Yine de Sahaja Yogiler için arınmış olmak sadece kirliliğin giderilmesi, yani negatifliğin olmaması değildir; aksine arınmanın pozitif bir tarafı bulunur. Onun sayesinde kişiler iyi vibrasyonlar yayarlar. Ayrıca arınma, Sahaja Yogiler için, sadece teorik bir alan değildir, serin esinti sayesinde fiziksel bir deneyime dönüşmektedir.³²¹

Arınma ve kendini gerçekleştirme ayrılmaz bir şekilde birbirine bağlıdır. Gerçekleşmeyi yaşamış kişiler aynı zamanda arınmış kişilerdir. Doğal olarak dünyanın en arınmış kişinin Şri Mataji olduğuna inanılmaktadır. Sahaja Yogiler açısından o, adeta arınmanın bedenlenmiş halidir. Bu sebeple de o, çok iyi vibrasyonlar yaymaktadır. Mataji’nin ayaklarının hatta saçının her telinin vibrasyon ile yüklü olduğuna inanılmaktadır. Bu konuda o kadar ileri gidilmiştir ki, Mataji’nin ayaklarının yıkandığı su bile bir vibrasyon kaynağı olarak görülmüştür.³²²

³¹⁹ Powel, s. 44.

³²⁰ Powel, s. 47.

³²¹ Coney, s. 34.

³²² Coney, s. 34.

2. SAHAJA YOGA'YA MAHSUS İNANÇLAR

Sahaja Yoga'da da, diğer dinlerde ya da bazı YDH'de olduğu gibi, tartışılmadan kabul edilmesi gereken bazı inançlar vardır. Bunları şöyle açıklayabiliriz:

2.1. Şri Mataji'nin Enkarnasyonu ve Tüm İnsanlık İçin Gelen Bir Kurtarıcı Olması

Şri Mataji, Sahaja Yoga üyeleri tarafından Şri Mataji Nirmala Devi (Kutsal Anne, Kusursuz Tanrıça), ya da “Anne” olarak adlandırılır.³²³ O, Vişnu'nun avatarıdır, yani Adi Şakti'dir. Tanrı'nın ezeli gücü, uluhiyetin en önemli dişil gücü olarak kabul edilir.³²⁴

Vişnu, Hinduizm'in üç büyük tanrısından biridir. Diğerleri ise Şiva ve Brahma'dır. Vişnu'nun rolü insanlığı korumak ve dünyayı yenilemektir. Onun varlığı yaratılmış her objede bulunur.³²⁵ Vişnu, tüm düzenli evrenin, tüm dünyanın dinsel tören alanlarının yaratıcısıdır.³²⁶

Hint mitolojisinde en çok sevilen tanrılardan birisi olan Vişnu'nun bir de karısı vardır. Vişnu'nun karısı Şri ya da *Lakşmi* adıyla bilinir. O aynı zamanda bir şans tanrıçasıdır. Şri olmadan varlığını sürdüremeyen yeryüzünün, kendisini koruması için bir tanrıçaya ihtiyacı vardır.³²⁷ Hint inanişında Vişnu'nun on avatarı³²⁸ bulunur. Bunlar çeşitli zamanlarda dünyaya gelmişlerdir. Avatarların sonuncusunun

³²³ Tanrı'nın anne olarak görülmesi ile ilgi olarak ayrıca bkz. Nelson Pike, “God as Lover and Mother”, *Mystic Union An Essay in The Phenomenology of Mysticism*, Cornell University Press, U.S.A, 1997, ss. 67-86.

³²⁴ Hint inanişında Şakti dişilik organıdır. Bir tanrının etkin kudretidir ve mitolojik olarak onun tanrıçası-zevcesi ve kraliçesi olarak kabul edilir. Bu konuda ayrıntılı bilgi için bkz. Henrich Zimmer, *Hint Sanatı ve Uygarlığında Mitler ve Simgeler*, Çev. Gül Çağalı Güven, Kabalcı Yayınları, İstanbul, 2004, s. 36.

³²⁵ *Encyclopedia of World Mythology*, s. 1043.

³²⁶ *Antik Dünyada ve Geleneksel Topumlarda Dinler ve Mitolojiler Sözlüğü*, Yöneten, Yves Bonnefoy, Türkçe baskıyı hazırlayan, Levent Yılmaz, C. 2., Dost Kitabevi Yayınları, Ankara, 2000, s. 1135.

³²⁷ Bonnefoy, s. 1136; Kaya, *Hint Mitolojisi Sözlüğü*, s. 170.

³²⁸ Avatar, yeryüzüne inme demektir. Bir tanrının dünyaya insan veya başka bir canlı biçiminde bedenlenmesidir. Bu konuda daha fazla bilgi için bkz: Kaya, “Avatar”, *Hint Mitolojisi Sözlüğü*, s. 43.

adı *Kalki*'dir. Kalki, kali çağının sonunda beyaz bir atın üstünde oturur biçimde gözükecektir. O aynı zamanda kötülere cezasını verip yaratılışı yenileyecektir.³²⁹

Sahaja Yoga'da, yeryüzüne gelecek olan bu onuncu avatarın Şri Mataji olduğu kabul edilmektedir. Onlara göre dünya kötüye doğru gitmektedir ve Vişnu bu gidişi durdurmak için Şri Mataji'nin bedeninde dünyaya gelmiştir. Bu inanış, ilkel dinlerden gelişmiş dinlere kadar, neredeyse bütün inançlarda bulunan kurtarıcı motifi ile benzerlik gösterir.³³⁰

Şri Mataji diğer bütün Tanrı ve din kurucularının (Hinduizm'deki Vişnu, Budizm'deki Budda, Yahudilik'teki Yehova, Musa, İbrahim, Hristiyanlık'taki İsa, Meryem, Kutsal Ruh, İslam'daki Muhammed,) bedenlenmiş halidir.³³¹ Bu anlamda Şri Mataji, hepsinden daha önemlidir.

Buradaki inancı da aslında yine başka dinlerde, özellikle de semavi dinlerde bulunan kendinden önceki dinlerin bir devamı olma inancı ile ilişkilendirmek mümkündür. Örneğin Hristiyanlık'ta, Yahudilik'in, İslam'da da hem Yahudilik'in hem Hiritiyanlık'ın bir devamı niteliğinde olma görüşünün bulunması gibi.³³² Ancak belirtmek gerekir ki Sahaja Yoga'daki bu inanış yukarıda bahsettiğimiz inanıştan biraz farklıdır. Zira onda, bir silsileden ziyade, Hint dinlerindeki avatar inancının da etkisiyle bir bedenlenme söz konusudur. Yani Şri Mataji, diğer dini liderlerin ya da peygamberlerin bir devamı değildir. Onların hepsinin bedenlenmiş halidir.

Yukarıda saydığımız bu inançlar Sahaja Yoga'ya gelen kişiler tarafından kabul edilmektedir. Bu inançları, karizmatik liderlerin ortak noktalarından olan, kendilerine *tam teslimiyetin* sağlanması için gerekli bulunan zeminin oluşturulma çabası şeklinde görmek mümkündür.

Tanışma evresinde ya da ilk başlarda bu inanışları kabul etme konusunda bir zorlama yoktur. Ancak zamanla, dünyanın içinde bulunduğu durum, savaşların yaşanması, insanların ahlaki çöküntü içinde olması gibi haller ve bu gidişattan

³²⁹ Kaya, **Hint Mitolojisi Sözlüğü**, s. 170.

³³⁰ Kurtarıcı motifini ihtiva eden dinlere göre dünyanın kötüye gittiği, insanların yardıma muhtaç hale geldiği bir dönem gelecektir. İşte o zaman Tanrı tarafından görevlendirilen biri ya da Tanrı'nın bizzat kendisi yeryüzüne inerek düzeni sağlayacak ve insanlara refah getirecektir. Bazı inanışlarda bu kurtarıcının gelişi dünyanın sonunun geldiğinin de bir göstergesi olarak kabul edilir. Bu konuda ayrıntılı bilgi için bkz., Joachim Wach, **Dinler Tarihi**, Çev. Fuat Aydın, Ataç Yayınları, İstanbul, 2004, s. 255. Hristiyanlık ve Yahudilik'teki Mesih, İslam'daki Mehdi inancı bunlara birer örnektir (Mesih ve Mehdi inancı için bkz., Ethem Ruhi Fıglalı, **Günümüz İslam Mezhepleri**, İzmir İlahiyat Vakfı Yayınları, İzmir, 2008, ss. 219-262).

³³¹ "Facts About Sahaja Yoga", <http://www.sahajacult.com/>, (Erişim Tarihi, 07. 07.2011).

³³² Matta İncili, 5: 17, Bakara Suresi, 89.

kurtulma yolları hep bu inançlar ile açıklandığı için zamanla Şri Mataji'nin avatari hakkında söylenen sözler aşinalığa dönüşmektedir. Nihayet kişinin tutumuna ve etkilenmesine göre de bu sözler inanca dönüşebilmektedir.

3. SAHAJA YOGA'NIN KİŞİNİN HAYATINDAKİ YERİ

Öncelikle şunu söylemek gerekir ki Sahaja Yoga kişinin günlük hayatında oldukça önemli bir yere sahiptir. Gruba katılan herkes günde iki defa meditasyon yapmakla yükümlüdür. Ayrıca meditasyonlardan önce ya da sonra tuzlu su uygulaması da yapılabilir. Bunun dışında kendini sıkıntıda, zor durumda hissettiği zaman **bandan** yardımıyla rahatlayabilir; hatta bandanlarını ya da titreşimlerini insan ilişkilerinde bile kullanabilir. Bu titreşimler yardımıyla istediği kişiyi etkileyebilir.

Bununla birlikte Sahaja Yoga kişinin hayatında tek başına yer işgal etmemekte Şri Mataji de onunla beraber gelmektedir. Daha önce de söylediğimiz gibi, Şri Mataji'ye tam bir teslimiyetle bağlanmak gerekmektedir. Hal böyle olunca onun söylediği her şey ilahi bir mesaj olarak algılanmakta ve sorgusuz kabul edilmektedir. Grubun hemen her işi ile o ilgilenmekte, o yönetmektedir. O, bir yere sağlık merkezi ya da okul açmak gibi önemli kararlardan evlilik gibi kişisel kararlara kadar her şeye hakim durumdadır. Şri Mataji gruba o kadar hakim durumdadır ki, Sahaja Yoga'ya katılanların çocuklarının bile Mataji'ye ait olduğu kabul edilmektedir. Şri Mataji'nin böyle bir görüşte olmasının sebebi; çocukları Sahaja Yoga'ya uygun olarak yetiştirmek, onları gruba bağlı bireyler yapmak, büyüdüklerinde de onlar sayesinde daha geniş yerlere yayılmak gibi düşüncelerdir.

4. SAHAJA YOGA'NIN DİĞER DİNLERE BAKIŞI

Biz bu bölümde Sahaja Yoga'nın diğer dinlere bakış açısını irdelemeye çalışacağız. Sahaja Yoga'nın fikrî yönünün hemen hepsini Şri Mataji'nin düşünceleri oluşturduğu için, onun diğer dinler hakkında söyledikleri de grubun genel görüşü haline gelmiştir diyebiliriz. Daha önce de ifade etmeye çalıştığımız gibi, Sahaja Yoga diğer din ve inançlardan yararlanan bir harekettir. Biz burada bunlarla ilgili birkaç örnek vereceğiz.

Şri Mataji'ye göre ikinci doğum, velîlik, Budda, Jain vs. hepsi aslında aydınlanmanın farklı isimleridir.³³³ Tarih boyunca toplumlara gelen peygamber ya da önemli kişilerin o toplumu aydınlatmaya gelmiş olan kişiler olduğuna inanılmaktadır.³³⁴ Onlar kendi devirlerinde üzerine düşen vazifeleri yerine getirmişlerdir. Son gelen de Şri Mataji'dir.

4.1. Sahaja Yoga'ya Göre Hristiyanlık ve İslamiyet

Sahaja Yoga'ya göre İsa ve Muhammed dünyaya çok özel görevlerle gelen enkarnasyonlardır. Ancak onlarla ilgili bazı şeyler insanlar tarafından yanlış anlaşılmış ve yorumlanmıştır.

Hristiyanlık'ta İsa vaftiz olduğunda insanlar Kutsal Ruhu onun üzerine inerken görürler (Matta 3: 16, 17; Luka 3: 21,22; Yuhanna 1: 32, 33) Sahaja Yoga'ya göre aslında bu Sahasrara çakradan başka bir şey değildir. Aynı şekilde, İslam Peygamberi Muhammed'in de çok güzel bir ağaç olarak tanımladığı *sidretü'l-münteha* da Sahasrara çakradır.³³⁵

İslam ile ilgili olarak namazın aslında bir meditasyon, abdestin de bu meditasyonun daha faydalı olması için çakraların temizlenmesi, kıyametin Kali Yuga çağı, Miraç hadisesindeki Burak atının ise kundalini olduğu yönünde inançlar mevcuttur.³³⁶

5. SAHAJA YOGA UYGULAMALARI

Sahaja Yoga'nın en önemli alanını günlük aktiviteler oluşturur. Bu aktivitelerde klasik yogadan ayrılan bazı taraflar bulunur. Örneğin Sahaja Yoga meditasyonunda amaç sadece sessiz kalmak, kendini dinlemek değildir. Bu ritüellerin asıl amacı, başta arınma ve aydınlanma olmak üzere negatifliğin yok edilmesi ve korunmadır. Her ne kadar meditasyon esnasında yapılan hareketler yeni gelenler için ya da yabancı birisi için tuhaf gelse de, bu hareketler Sahaja Yoga takipçileri tarafından bazı ezoterik anlamları olduğu için tartışılmaz ve aynen kabul

³³³ Mataji, **Meta Modern Çağ**, s. 107.

³³⁴ Turek, s. 36.

³³⁵ Khan, s. 33.

³³⁶ Bu konuda daha geniş bilgi için bkz. Flore Descieux, **The Light of the Koran: Knowledge Through Sahaja Yoga**, İngilizce Çev, Caroline McCarty, Ritana Books, New Delhi, 1998.

edilir.³³⁷ Başka bir fark olarak şu hususun üstünde durulabilir: Sahaja Yoga’da meditasyon çok kısa sürmektedir. Klasik Yoga yaklaşık birbuçuk saat sürmekteyken buna karşılık Sahaja Yoga yaklaşık on dakika sürmektedir.

Kişiler, Sahaja Yoga’da adım adım ilerler. Önce arınma, sonra meditasyon, ardından derinlemesine meditasyon şeklinde giden bir periyod vardır. İlerleme sürecinde belirli zaman ve gelişme kriterleri bulunmakla beraber kişilerin düzenli meditasyon yapma konusundaki tutumu ve vibrasyonlarının gücü bu kriterleri belirleyen önemli unsurlardır.

Sahaja Yoga’ya arınma ile başlanır. Arınma, evde ya da herhangi bir yerde uygulanabilecek basit bir işlemdir. Bu, bir anlamda Sahaja Yoga ile tanışmadır. Kişi Sahaja Yoga’ya ilgi duymaya devam ederse düzenli meditasyon aşaması gelir. Düzenli meditasyonun başkalarından gelen negatif etkileri engellediğine inanılmaktadır. Üçüncü basamakta ise artık meditasyonun odak noktası biraz daha genişler. Burada üyelerin kolektifleşmeye odaklanması gerekir. Haftalık puja ritüelleri buna örnektir. Bu ritüele üyeler birkaç hafta geçtikten sonra çağrılır. Bunun sebebi titreşimlerin ortak meditasyon sayesinde daha kuvvetli olacağı yönündeki inançtır.

Sahaja yoga, evde veya başka bir yerde tek başına ya da grup halinde uygulanabilen pratiklerden oluşur. Daha önceki bölümlerde de bahsettiğimiz gibi, ilk basamak olan aydınlanma, kundalini enerjisinin uyandırılıp kozmik enerji ile bütünleşmesidir. Her ne kadar uygulamaların evde tek başına yapılabileceğini söylemiş olsak da, en azından aydınlanma için bir Sahaja Yoga merkezine gitmek gerekebilir. Sahaja Yoga’ya ait internet sitelerinde aydınlanmanın nasıl gerçekleştirileceği anlatıldığı için aydınlanma meditasyonunu evde yapmak da oldukça kolaylaşmıştır.

Sahaja Yoga, çok basit bazı uygulamalardan oluşsa ve çok kolay görülse bile takipçileri açısından bu o kadar da basit bir durum değildir. Çünkü takipçilerin penceresinden bakıldığında o basit uygulamaların arkasında binlerce yıllık bir gelenek yatmaktadır.³³⁸

³³⁷ Coney, ss. 67, 69, 70.

³³⁸ Powel, s. 78.

5.1. Sahaja Yoga Uygulamalarında Görülen Bölgesel Farklılıklar

Sahaja Yoga'daki inanç ve uygulamaların her ülkede hemen hemen aynı olduğu ifade edilse de biz araştırmalarımız esnasında meditasyonun yapılışında bazı farklılıklar bulunduğunu gördük. Buradaki farklılıklar meditasyonun mahiyetini ya da amacını değiştirici nitelikte olmayıp, bulunduğu ülkenin inancından, kültüründen bazı motifler taşımaktadır. Zaten bu konuda daha önce de söylediğimiz gibi YDH mevcut inançlardan ihtiyaçları kadarını alma konusunda kendisine bir kısıtlama getirmemektedir.

Örneğin Sahaja Yoga, Türkiye gibi Müslüman bir ülkede yayılmışsa meditasyon esnasında Allah'a seslenme ya da ondan af dileme gibi uygulamalara rastlanabilmektedir. Aynı şekilde Hristiyan bir ülkede yapılan meditasyonda da Hristiyanlık'tan bazı izler görmek mümkündür. Örneğin meditasyon yapılacak alanda yere bir adet gamalı haç konulur ve çevresine mumlar yerleştirilir.³³⁹

Bu durum göstermektedir ki, Sahaja Yoga'da üyelerin kabul etmesi gereken inançlar vardır. Bununla birlikte bu inanç ve uygulamalar, kesin kurallar dahilinde belirlenmiş ve dünyanın neresinde olursa olsun herkesin uyması gereken kurallar değildir. Yani kuralların içinde o ülkedeki inançlardan motifleri de görmek mümkündür.

5.2. Sahaja Yoga Uygulamalarındaki Ortak Noktalar

Sahaja Yoga'nın YDH'den biri olması sebebiyle bulunduğu ülkelerdeki dini inançlardan bünyesine motifler kattığını söylemiştik. Bununla birlikte Sahaja Yoga'da dünyanın her yerinde hemen hemen aynı olan bazı inanç ve uygulamalar vardır. Bunları şöyle sıralayabiliriz:

5.2.1. Aydınlanma

Aydınlanma, Sahaja Yoga'nın temel taşlarından biri olup ona Sahaja Yoga ile tanışma meditasyonu demek mümkündür. Kişinin Sahaja Yoga meditasyonlarına

³³⁹ http://dc96.4shared.com/download/81824321/7ace3863/Sahaja_Yoga_Puja_and_Havan_Pro.pdf?forceOpen=true, (Erişim Tarihi, 23.05.2010).

başlayabilmesi için mutlaka aydınlanmayı yaşamış olması gerekir. Birkaç basit hareketten oluşan bu ilk adımda kişilere kundalini yardımıyla çakraların temizlenmesi öğretilir.³⁴⁰

Aydınlanma, Sahaja Yoga merkezlerinde bir lider eşliğinde ya da evde yapılır. Evde uygulanması için aydınlanma meditasyonunun nasıl yapılacağını bilen, yardım edecek birinin bulunması gerekeceğinden internetten video veya resimlerden yararlanılabilir. Değilse evde, daha önce aydınlanma meditasyonu yapmış birinin bulunması gerekir. Biz, İzmir'deki Sahaja Yoga merkezlerini ziyaret ederek aydınlanma meditasyonunun nasıl uygulandığını bizzatıhi yerinde gördük. Dolayısıyla biz aşağıda bu konuyu işlerken kendi gözlemlerimizi aktaracağız.

Merkezde yapılan aydınlanmada önce oradaki görevli kişi Sahaja Yoga hakkında bilgiler verir. Şri Mataji'den, kundaliniden, çakralardan bahsederek kişiyi meditasyona hazırlar. Temel bilgiler verildikten sonra meditasyona geçilir. Aydınlanma yapılacak yerde mutlaka Şri Mataji'nin bir adet fotoğrafı bulunmalıdır. Daha önce de söylediğimiz gibi, Sahaja Yoga'da kundalini akıllı bir enerji olduğu için, aydınlanmış birinin enerjisini hissettiğinde harekete geçerek hızla uyanır. Ayrıca bir adet mum ve tütsü de bulunmalıdır. Mum, aydınlanma esnasında çıkan kötü enerjinin yanması içindir. Tütsü ise koku için kullanılır.

Meditasyondan önce Şri Mataji'nin fotoğrafının bulunduğu çerçevenin camı gül suyu ile silinir. Ardından kırmızı bir macun hazırlanır ve hazırlanan bu macun ile Şri Mataji'nin alına bir nokta yapılır.

Meditasyona başlamadan önce rahat bir şekilde oturmak gerekir. Sahaja Yoga'yı klasik yogadan ayıran en önemli farklardan birisi de lotus pozisyonunda oturmanın zorunlu olmamasıdır. Yere istenilen şekilde oturulur, hatta meditasyon koltuğa oturarak dahi yapılabilir. Ardından, ilerde günlük aktiviteler kısmında bahsedeceğimiz, hareketler yapılarak aydınlanma sağlanır. En son ise videoda Şri Mataji'nin konuşmalarından parçalar izlenir.

Sahaja Yoga merkezlerinde ilk 3-4 hafta aydınlanmaya ayrılmaktadır. Ardından 14 hafta süren meditasyon periyodu vardır. Bu 14 haftanın sonunda kişi isterse merkeze gitmeye devam edebilir, isterse bırakabilir. Buradaki bırakma

³⁴⁰ Coney, s. 71.

tamamen meditasyonu bırakmak anlamına gelmemektedir. Kişi meditasyon yapmaya evde devam edecektir.

5.2.2. Günlük Meditasyon

Günlük pratikler, günde sabah ve akşam birer defa ya da günde bir defa yapılmalıdır. Öncelikle aydınlanmada olduğu gibi, Şri Mataji'nin bir fotoğrafı meditasyon yapılacak mekana konulmalı ve mümkünse bir de mum yakılmalıdır.

Meditasyona başlamadan evvel kundalini enerjisini korumak için “*Bandan*” denilen hareketler yapılmalıdır. Öncelikle eller göbek hizasında, avuç içleri vücuda bakacak ve arka arkaya gelecek şekilde tutulur. Ellerin arasında boşluk olmalı, eller birbirine değmemelidir. Ardından sağ el sol elin çevresinde döndürülürken yukarı doğru kaldırılır. Başın üzerine gelene kadar yedi defa döndürülür, başın üzerinde de yedi defa döndürülür ve düğüm atılıyormuş gibi yapılarak eller vücudun yan taraflarından aşağıya indirilip yere konur. Bu hareket üç defa tekrarlanır ve her defasında başın üzerinde çevirme sayısı bir kat artar; yani ikinci yükselişte ilk düğüm hareketinden sonra yedi defa daha çevrilip yine düğüm atılır. Üçüncüsünde de bu hareketler arttırılır ve üç defa yapılır.

Ardından sol el açık şekilde dizin üzerine konur, sağ el başın üzerinden sağ ve sol tarafa tam bir tur atar, bu şekilde yedi tur atılır. Ardından da kundaliniye selam verilir, yani eller göğüs hizasında karşılıklı olacak şekilde birleştirilerek hafifçe öne eğilir. Bu işlemler meditasyondan önce ve sonra yapılır. (Bkz. EK.2)

Bandan hareketi sadece meditasyondan önce ya da sonra yapılmak zorunda değildir. Bu hareket ile kişi kundaliniyi ve kendisini koruma altına aldığı için kişi kendini tehlikede hissettiği ya da negatif etkilerden korunmak istediği herhangi bir zamanda yapabilir. Hatta kişi bir başkasını pozitif yönde etkilemek isterse yine bandanlardan faydalanabilir.³⁴¹

Meditasyon, iki elin dizler üzerine avuç içleri yukarıya bakacak şekilde konulmasıyla başlar. Gözler yavaşça kapatılır ve sağ el kalbin üzerine getirilip hafifçe bastırılarak üç defa “*Anne ben saf ruh muyum?*” denir. Ardından sağ el, sol kaburganın üzerine getirilerek yine üç defa “*Anne ben kendi kendimin öğretmeni*

³⁴¹

Coney, s. 74.

miyim?” denir. Sonrasında sağ el sol kasığa getirilerek altı defa *“Anne, bana saf arzuyu ve saf bilgiyi ver”* denir. Dördüncü adımda sağ el biraz yukarıya kaldırılıp kaburgalara doğru getirilir ve on defa *“Ben kendi kendimin öğretmeniym”* denir. Sonrasında sağ el kalbin üzerine getirilerek on iki defa *“Ben saf ruhum”* denir. Altıncı basamakta sağ el boynun sol tarafına getirilir, baş sağa çevrilir ve on altı defa *“Ben suçlu değilim”* denir. Bunun ardından sağ el alına götürülür, baş biraz arkaya eğilir ve *“Kendimi, düşüncelerimi, herkesi affediyorum”* denir. Ardından sağ el, baş yine arkaya eğik vaziyette enseye götürülür ve *“Allah’ım lütfen bilerek ya da bilmeyerek yaptığım bütün hataları affet”* denir. Son olarak sağ elin avuç içi başın üst kısmında masaj yapar gibi dairesel hareketler ile gezdirilir. (Bkz. EK.1)

Bu hareketlerden sonra (inanişâ göre) artık kundalini enerjisi yükselmiştir. El başın üzerinden yaklaşık 20 cm. kaldırılıp gezdirilerek baştan çıkan bir esinti olup olmadığı kontrol edilir. Bu esintinin serin olması gerekmektedir. Sıcak olması da mümkündür. Bu durum en azından kundalinide bir hareketlenme olduğunun göstergesidir. Serin esinti ise aydınlanmanın göstergesidir. Yapılan bu meditasyondan sonra kundaliniyi korumak için tekrar bandanlar yapılır. Böylece meditasyon tamamlanmış olur.

Meditasyon esnasında dikkat edilmesi gereken bir husus da ellerde hissedilen titreşimlerdir. Meditasyon esnasında kundalininin harekete geçmesiyle titreşimler yaydığına ve bu titreşimlerin de ellerde hissedildiğine inanılır.

Merkezlerdeki uygulamalarda yeni gelenlere aydınlanmadan sonra nasıl hissettiği ya da bir şey hissedip hissetmediği sorulur. Eğer cevap olumsuz olursa ilk seferde bir şey hissetmemenin normal olduğu söylenerek kişinin şüpheleri giderilmeye çalışılır.

Günlük aktivitelerde önerilen bir şey de tuzlu sudur. Tuzlu suyun vücuttaki negatif enerjiyi çektiğine ve vücudu rahatlattığına inanılır. Bu sebeple ılık suyun içine biraz tuz atılır, ardından eller ve ayaklar ayrı kovalarda olmak üzere bu suda bekletilir. Eğer kişiler isterse ayakları suyun içindeyken de meditasyon yapabilirler. (Bkz. EK. 3) Günlük meditasyonlar ve tuzlu su Sahaja Yoga’nın önemli unsurlarıdır ve ikisinin de her gün mutlaka yapılması tavsiye edilir.

Şunu da belirtmek gerekir ki, tuzlu suyun meditasyon gibi arındırıcı bir tarafı yoktur. O, sadece rahatlamak için yapılır.³⁴² Genellikle de günün stresinde kurtulmak için yapılması tavsiye edilir.

Günlük aktiviteler bu şekilde her gün yapılan aynı hareketlerin tekrarından oluşur. Bir anlamda meditasyon, aydınlanma ile birlikte yaşanan gerçekleşme deneyiminin devam etmesi ve çakraların düzenli olarak temizlenmesi demektir. Yeni başlayan kişilerin düzenli meditasyonlar sayesinde zaman geçtikçe kendilerini zihinsel, fiziksel ve ruhsal olarak daha iyi hissedecekleri söylenir.³⁴³

Sahaja Yoga'daki bu pratikleri uygulama amacının aydınlanma olduğunu söylemiştik. Bir de meditasyonun sonunda varılacak bir hedef olarak gösterilen *düşüncesiz farkındalık* konumu vardır. Bu konum kişinin artık aydınlandığı, yani farkındalığı yaşadığı andır. Bu durum düşünerek, beyinle değil kendiliğinden oluşur. Bu anın ilk başlarda birkaç saniyeyi geçmeyeceğine, zamanla düzenli meditasyon sayesinde sürenin gittikçe uzayacağına inanılır. Burada dikkat çekilmesi gereken durum; yaşanan tecrübenin adından (düşüncesiz farkındalık) da anlaşıldığı gibi, zihnin ya da aklın devre dışı bırakılmasıdır.³⁴⁴

5.2.3. Üç Mum Meditasyonu

Sahaja Yoga'da kundalinin uyanışı sırasında başın üzerinde ve ellerde serin bir esinti hissedilmesi gerekir. Bu esintinin serin yerine sıcak hissedilmesi, kundalininin harekete geçtiğinin ama tam olarak uyanmadığının göstergesidir. Ellerde hissedilen serin esinti ise her iki elde de aynı oranda olmayabilir. Bazı insanlarda sağ bazılarında da sol elde daha fazla hissedilmektedir. Sahaja Yoga'ya göre bu durum kişinin nadilerinden ve içinde bulunduğu durumdan kaynaklanır. Örneğin kişinin gelecek kaygısı taşıması ya da geçmişini çok fazla düşünmesi vücutta bazı etkilere yol açar. Bu da kundalinin yükselişi sırasında aksaklıklara neden olur. Böyle bir durumla karşılaşıldığı zaman nadileri temizlemek için

³⁴² Coney, s. 75.

³⁴³ Coney, s. 71.

³⁴⁴ Buna kaynaklık edecek bir düşünceyi Budist inancında da görmekteyiz. Bu inanca göre zihin, kişinin gerçeği görmesini engelleyen ve onun illüzyon alemine aldanmasına sebep olan bir şeydir. Bu konuda bilgi için bkz. Gary Groth Marnat, "Buddism and Mental Health: A Comparative Analysis", **Religion and Mental Health**, Editor, John F. Schumaker, Oxford University Press, New York, 1992, s. 270.

yapılması gereken bazı uygulamalar vardır. Örneğin kişi sağ elinde daha fazla bir esinti olduğunu hissediyorsa “*üç mum meditasyonu uygulanır*”. Bu meditasyonun uygulanışı şöyledir:³⁴⁵

Öncelikle üç adet mum ayrı ayrı bir kabın içine konularak yakılır. Kişi bir yere oturur ve mumun biri kişinin arkasında, sol tarafa gelecek şekilde ve sırtına yakın bir yere yerleştirilir. Mumun bir tanesi sol dizin üzerine yerleştirilir ve mumun ateşi sol el baş parmağı ile işaret parmağının arasında kalacak, avuç içi de yukarıya bakacak şekilde alevle yaklaştırılır. Mumun bir tanesi de sağ ele alınır. Ardından meditasyona başlanır.

İlk olarak sağ eldeki mum mooladhara çakranın hizasından kişinin önüne gelecek şekilde tutulur ve “*Kundalini anne, ben senin sayende bir çocuk kadar masumum*” sözü üç defa tekrarlanır. Ardından mum sol tarafa doğru biraz yukarıya kaldırılarak “*Kundalini anne ben senin sayende kendi kendimin öğretmeniyim.*” diye altı defa tekrarlanır. Sonrasında mum kalp hizasına doğru kaldırılır ve “*kundalini anne, ben senin sayende saf ruhum*” diye 12 defa tekrarlanır. Aynen normal meditasyonda olduğu gibi mum boynun sol yanına yaklaştırılır ve “*Kundalini anne ben senin sayende suçlu değilim*” diye 16 defa tekrarlanır. Bundan sonra mum alın çevresinde soldan sağa yarım daire çizecek şekilde gezdirilirken “*Kundalini anne senin sayende kendimi ve herkesi affediyorum*” diye birkaç defa tekrarlanır. Son olarak mum başın arkasına enseye doğru yaklaştırılır ve “*Allah’ım bilerek veya bilmeyerek yaptığım bütün hataları affet*” diye birkaç defa tekrarlanır ve böylece meditasyon bitirilir. Ardından her meditasyon sonunda olduğu gibi bandanlar yapılır.

Bu meditasyonun yanında uygulaması çok daha kolay olan bir başka meditasyon da vardır. Bunda bir tane mum bulunur ve el diğer meditasyonda olduğu gibi, avuç içi yukarı bakacak şekilde ve parmak uçları mum alevine, sağ el de yere doğru tutulur. Bir süre böyle tuttuktan sonra, iki elde de serinlik hissedilinceye kadar sağ el daireler çizerek sol ele götürülür, böylece enerjinin dengeleneceğine inanılır.

Yukarıda anlatılanlar sadece sağ elde serinlik hissedildiği zaman yapılan meditasyonlardır. Eğer aynı durum sol elde hissedilirse, yani sol elde serinlik hissedilmezse bu sefer de soğuk bir obje ile (Örneğin buz gibi) başka bir uygulama yapılır. Bu, diğerine göre daha basittir. Karaciğerin üzerine buz koymak ya da

³⁴⁵ Biz bu uygulamayı da Alsancak/İZMİR şubesindeki bizzat yapmış olduğumuz deneyime dayanarak aktarıyoruz.

bandan vermek yeterli olmaktadır. Daha kısa olan meditasyon ise şöyle yapılır: Sol el avuç içi omuza bakacak şekilde yukarı kaldırılır. Sağ el de yere doğru tutulur. Ardından iki elde de serinlik hissedilinceye kadar enerji sol el ile sağa götürülür.

5.2.4. Derinlemesine Meditasyon

Derinlemesine meditasyon Sahaja Yoga merkezlerinde uygulanan programın üçüncü aşamasıdır. Sahaja Yoga'ya aydınlatma meditasyonu ile başlayan kişi daha sonra ortalama on dört hafta sürecek olan meditasyon sürecine girer. Bu sürecin sonunda merkezdeki yetkili kişiler tarafından bir vibrasyon testine tabi tutulur. Burada amaç kişiden çıkan vibrasyonların şiddetinin ve niteliğinin ölçülmesidir. Bu ölçme işlemi sonunda verilen karar doğrultusunda kişi derinlemesine meditasyona başlar veya on dört haftalık programa yeniden alınabilir. Derinlemesine meditasyonun diğerlerinden en önemli farkı ise; tekrarlanan sözlerin sankritçe asıllarının söyleniyor olmasıdır.

5.2.5. Haftalık Buluşmalar

Sahaja Yoga'da günlük meditasyon dışında ayrıca haftalık ya da aylık meditasyon yoktur. Onun yerine Sahaja Yoga merkezlerinde yapılan toplantılara katılır ve burada birlikte meditasyon yapılır. Bu toplantılara *puja* denilir. Sahaja Yoga'da birlikte meditasyon yapmanın daha faydalı olduğuna inanılır. Ne kadar çok kişi bir araya gelip meditasyon yaparsa mikrokozmostan makrokozmosa o kadar kanal açılacağı düşünülür. Bunun da dünyadaki barış ve huzur ortamı için daha faydalı olacağına inanılır. Ancak Sahaja Yoga'ya uzun zamandır devam eden kıdemli üyelerin Pazar günleri yapılan puja ayinlerine katılmaları zorunlu görülmektedir.³⁴⁶

Daha önce de söylediğimiz gibi kişinin ortak yapılan meditasyonlara katılabilmesi için aydınlanma safhasını geçmiş olması gerekir

³⁴⁶ Barker, s. 208.

5.2.6. Yıllık Toplantılar

Uluslararası buluşmalar Rusya, İngiltere, Hindistan başta olmak üzere, çeşitli ülkelerde Şri Mataji'nin de katılımıyla gerçekleştirilen organizasyonlardır. Bu organizasyonları önemli kılan Şri Mataji'nin iştirakidir. Bunun dışında bu organizasyonlar Sahaja Yoga hakkında daha fazla bilgi almak, daha geniş katılımlı bir birliktelik sağlamak, çakraların daha derinden temizlenmesi, arınma ve vibrasyon seviyelerinin daha da artırılması için de uygun bir ortam yaratmaktadır.³⁴⁷

6. SAHAJA YOGA'YA YÖNELTİLEN ELEŞTİRİLER

Dini olsun ya da olmasın belirli bir amaç çerçevesinde kurulmuş grupların başkaları tarafından eleştirilmesi, farklı bir gözle görülmesi, hatta bir tehdit olarak algılanması sıklıkla görülen bir durumdur. Özellikle ülkemizde YDH'nin hızla çoğalması ve bunlara Hristiyan merkezli misyonerlik faaliyetlerinde bulunan grupların da eklenmesi endişeleri arttırmaktadır.

Sahaja Yoga ile de ilgili olarak hem dünyada hem de ülkemizde ciddi endişeler, tereddütler söz konusudur. Hatta, Sahaja Yoga'ya bir süre devam etmiş ve daha sonra bu hareketten ayrılmış kişiler tarafından kurulan ve insanları Sahaja Yoga konusunda uyaran bir internet sitesi insanları Sahaja Yoga'nın tehlikeleri konusunda dikkatli olmaya çağırmaktadır. Bu harekete yöneltilen eleştiriler arasında Sahaja Yoga'nın aslında orijinal olmadığı ve Şri Mataji'nin başkasından (Muktananda) çalarak bu hareketi geliştirdiği iddiası yer almaktadır. Yine Sahaja Yoga'nın farklı bir kültüre ait olduğu için kabul edilmesinin sıkıntılar doğuracağı söylenmektedir. Ayrıca insanlardan bağış adı altında para toplanması da tenkit edilmektedir. Bu tenkitleri çoğaltmak mümkündür. Biz yapılan belli başlı eleştirileri şu başlıklar altında ele alıp inceleyebiliriz.

³⁴⁷ Coney, s. 81.

6.1. Orjinallik

Sahaja Yoga'ya yöneltlen tenkitlerin başında bu hareketin iddia edildiği gibi Şri Mataji'nin aydınlanması ve bunu da tüm insanlara öğretmek istemesi için ortaya çıkmadığı eleştirilerleri gelmektedir. İddiaya göre Şri Mataji aslında *Osho Rajneesh* adındaki dini liderin müritidir.³⁴⁸ Mataji bir gün şans eseri karşılaştığı bir kimseden Sahaja Yoga tekniğini almış ve kendisininmiş gibi sunmuştur. Karşılaşma olayı kısaca şöyle anlatılır: “1970’te Şri Mataji, Chandra Mohan Jain’in (sonraki adıyla OSHO) Nargol’da kurduğu bir kampa gider. Chandra’ya o zamanlar takipçiler tarafından “Acharya” denmektedir. 1970’ten önce de Şri Mataji Mohan’ın kampını birkaç kez ziyaret etmiş ve bazı tecrübeler yaşamıştır.” Buradan hareketle Şri Mataji’nin o yıllarda YDH’den birisi olan OSHO hareketini ziyaret ettiğini öğreniyoruz. Bu olayın devamını anlatan bölümde de Şri Mataji’nin Mohan ile birlikte Mohan’ın grubunun en güvenilir üyelerinden olan Şri Mahaswari’nin arabasıyla Bombay’a gittikleri anlatılır. Bu olayın anlatıldığı kısımda Mohan’ın Dönüş yolunda, Şri Mahaswari’ye Swami Muktananda’nın yanına uğramak istediğini söylediğini öğrenmekteyiz. Anlatıldığı kadarıyla Muktananda Mohan’ı defalarca davet etmiş ancak Mohan henüz Muktananda’yı ziyarete gitmemiştir. Belirtildiği üzere Şri Muktananda yeni bir yoga metodu geliştirmiş ve “*şaktipat*” üzerine yoğunlaşmıştır. Bu şaktipat da kundalini enerjisinin kendiliğinden uyandırılması anlamına gelmektedir. Bu yoga türü genel olarak Siddha Yoga olarak bilinir ama bazen Sahaja Yoga ya da Maha Yoga denildiği olur.

Muktananda’nın, Sahaja Yoga’yı Batı’da yaymaya başlamadığı söylenir. Mohan’ın daha sonraları bildirdiğine göre, Şri Mataji, Muktananda’yı gördüğünde şöyle der: “*Eğer bu adam ruhani bir lider olabiliyorsa ben de olurum.*” Bunun üzerine Mohan da Mataji’ye bunu yapabileceğini söylemiş ve böylece Şri Mataji bir lider olmaya karar vermiştir. Öğrendiğimize göre, Şri Mataji 1970’ten sonra da Mohan’ı ziyaret etmiştir. Ama daha sonraları Mohan ile arası açılmış ve Mataji, Mohan’ı şeytanlıkla suçlamıştır. Hatta Mataji bununla da yetinmemiş, Mohan ile

³⁴⁸ Clarke, s. 494.

görüşmeyi yasaklamıştır. İlerleyen zamanlarda da Mohan sık sık Şri Mataji'nin öfkesine hedef olmaya devam etmiştir.”³⁴⁹

Şri Mataji her ne kadar Mohan'ın eski öğrencilerinden olsa da belirttiğimiz gibi, ona çok ağır eleştiriler getirmiştir. Örneğin şu cümle Mataji'ye aittir: *“O, bizi özel olarak çağırır ve kadınları soyardı. Her zaman kadın ve erkeklerin özel yerlerine dokunmak isterdi. Biz de bunları bir tahammül testi olarak algılayıp kabul ederdik. O ayrıca bizim paramızı da tüketti.”*³⁵⁰

Bu cümlelerden de anlaşıldığı üzere, Mataji Mohan'ı ahlaki zaafı olmakla suçlayacak kadar ağır ithamlarda bulunmuştur

6.2. Kültür Farklılığı

Daha önce de ifade ettiğimiz gibi, son zamanlarda dünyanın genelinde uzak doğu inançlarına karşı artan bir ilginin olduğu kabul edilmektedir. Bu inançlar çeşitli medya araçları tarafından da haber konusu yapılmakta ve sağlıktan, toplumsal barışa kadar neredeyse her konuda bu inançların bir çare olduğu ileri sürülmektedir. Bu iddialarla yayılan inançların en büyük sorunlarından birisi ise ortaya çıktığı kültür ile yayılmaya çalıştığı kültürün birbiriyle uyuşmamasıdır. Bunun sonucunda bazı anlam kargaşaları doğmakta ve aslında mevcut kültür için hiçbir anlamı bulunmayan inanç veya uygulamalar kendilerine takipçiler bulmakta ve yayılmaya devam etmektedir.³⁵¹ Bu eleştiriler aynen Sahaja Yoga için de geçerlidir.

Hint kökenli YDH ile birlikte Sahaja Yoga'ya yapılan eleştirilerden bir diğeri de aslen Hint kökenli olan inanç ve ritüellerin bu kültüre uzak bir kimse tarafından ne şekilde kabul edilebileceği sorusudur. Eğer kabul etse bile bir kimsenin hayatına bunları nasıl aktarabileceği hususu da eleştiri konusu olmaktadır. Örneğin kişinin Şri Mataji'yi Vişnu'nun bir avatari kabul etmesi için öncelikle inanç dünyasında Vişnu'yu bir tanrı olarak kabullenmesi gerekecektir. En azından Vişnu diye bir tanrının varlığından haberdar olması lazımdır. Bunun dışında Sahaja Yoga'daki

³⁴⁹ Bu konudaki geniş malumat için bkz. “Sahaja Yoga's Historical Backround”, <http://toutsursahajayoga.tripod.com/origins.htm>, (Erişim Tarihi, 12.05.2010).

³⁵⁰ “Sahaja Yoga's Historical Backround”, <http://toutsursahajayoga.tripod.com/origins.htm>, (Erişim Tarihi, 12.05.2010).

³⁵¹ Hasan Hüseyin Aygöl, “Medya Kurgusu ve Tüketim Objesi Olarak Uzak Doğu Kaynaklı İnançlar: Yoga, Meditasyon, Reiki, Feng Shui, Zen Felsefesi”, s. 11, <http://idc.sdu.edu.tr/tammetinler/dinkultur/dinkultur26.pdf>, (Erişim Tarihi, 23.05.2010).

eklektik bir inanç yaratma çabalarında da değindiğimiz gibi, Muhammed'in ya da İsa'nın bir enkarnasyon olduğunu kabul edebilmesi için içinde bulunduğu inanç dünyasının tamamen dışına çıkması gerekir. Yani bir kişinin Muhammed'i hem peygamber hem de bir enkarnasyon olarak kabul etmesi olanaksızdır. Yeni gelenler için bu tercihler kişinin insiyatifine bırakılmaktadır. Fakat ilerleyen zamanlarda artık kişi Sahaja Yogiler tarafından empoze edilen bu tarz düşünceleri benimseyebilmektedir. Her ne kadar Sahaja Yoga modern dünyaya ayak uydurabilmek için çeşitli inançlardan motifler alsa da ritüellerinin çoğu geleneksel bir yapı arz etmektedir.³⁵² Örneğin Tanrıça olarak kabul edilen Şri Mataji için yapılan ritüeller Tantrik literatürde ya da Saktizm'e ait puranalarda görülmektedir.

Sahaja Yoga aynı zamanda Hinduizm'in, Maharasthan geleneğinden de etkilenmiştir. Kötü ruh inancı, bhutların³⁵³ yasaklanması gibi inançlar bunlara örnektir. Ayrıca grubun kutlama, festival tarihleri de Divali³⁵⁴ gibi Hint festival tarihleri ile aynıdır. Yine müzikler de, yeniden düzenlenmekle birlikte, Hint seramonileri ile aynıdır. Neredeyse her dindar Hindu'nun evinde puja için bir alan vardır ya da en azından bir atmosfer yaratmak için bazı kutsal resimler bulunur. Bunun gibi Sahaja Yoga'da da evin bir bölümünde meditasyon yapmak için kullanılan özel bir alan yapılır. Burada Şri Mataji'nin fotoğrafı, buhur ve mum yer alır. Bunun pratik bir faydası, özellikle yabancılar için, Hint kültürüne dolayısıyla Sahaja Yoga'ya alışmada bir adım olmasıdır.

Sahaja Yoga takipçilerine bu yabancı ritüel ya da gelenekler yavaş yavaş verildiği için kabul edilmesi biraz daha kolay olmaktadır. Şunu da söylemek gerekir ki, takipçiler bu yabancı gelenekleri bir anlamda bilinçli olarak kabul etmektedirler. Ancak yine de Sahaja Yoga'nın Şri Mataji tarafından bir "Dünya Dini" olarak tanıtılması sebebiyle, yabancılar için eski geleneklerini bırakma konusunda bir zorlama yoktur. İsteyen eski gelenekleri devam ettirebilir. Sadece Transandantal Meditasyon ya da Raajnesh Hareketi gibi Şri Mataji tarafından şeytani olarak

³⁵² Coney, s. 82.

³⁵³ Bhut, yetersiz ya da eksik cenaze töreni yapılmış veya istekleri yerine gelmeden ölmüş kişilerin ruhları olarak kabul edilir. Bir kişi bhut tarafından ele geçirilirse kendini şeytanmış gibi hissedebilir (Coney, s. 41).

³⁵⁴ Işık kümeleri anlamına gelen bu festival 15 Ekim-15 Kasım arasındaki yeni ayda kutlanmaktadır. Kuzey Hindistan'da bir nevi yeni yıl bayramı olarak kutlanan bu festival dört gün sürmektedir. Bu konuda ayrıntılı bilgi için bkz. Aydın, s. 90.

tanımlanan akım ya da inançlar bunun dışındadır.³⁵⁵ Bu yabancı inançları yavaş yavaş kabul edenlerin yanında Şri Mataji'nin ağzından çıkan her şeyi aynen kabul edenler de bulunmaktadır.

Sahaja Yoga'ya yöneltilen bir başka eleştiri ise Sahaja Yogilerin Hint geleneğinden gelen pratikleri yanlış uyguladıkları yönündedir.³⁵⁶ Sahaja Yoga'ya yapılan başka bir eleştiri de onun bir yoga değil de sadece YDH'den birisi olduğu şeklindedir.

6.3. Misyonerlik ve Beyin Yıkama

Misyonerlik olgusu her ne kadar değişik dinlerde karşımıza çıkıyor olsa da günümüzde Hristiyanlık ile özdeşleşmiş bulunmaktadır. Bu bağlamda misyonerliği “Hristiyanlık’ı, Hristiyan olmayan yerlere ve kişilere çeşitli yol ve yöntemleri kullanarak yaymak” şeklinde tanımlamak mümkündür.³⁵⁷ Hristiyanlık’ta misyonerlik ilk havarilere kadar götürülmektedir. Bu tarihten itibaren günümüze kadar devam eden misyonerlik faaliyetlerin dünyanın hemen her yerine yayılmış vaziyettedir.³⁵⁸

Türkiye’deki misyonerlik faaliyetlerine baktığımızda bu faaliyetlerin 19. asra kadar gittiğini görmekteyiz.³⁵⁹ Türkiye’de de misyonerlikten kastedilen, daha ziyade Hristiyanlık’ı yaymak için yapılan faaliyetlerdir. Bu tarihe kadar Anadolu topraklarındaki misyonerlik faaliyetleri küçük çapta faaliyetler olarak görülmektedir; ama bundan sonra çalışmaların hızla arttığı izlenmektedir.³⁶⁰ 20. asırda klasik misyonerlik faaliyetlerinin yanında bir de yeni ortaya çıkmaya başlayan YDH’nin yayılma çabalarına tanık olmaktadır. Türkiye’de de bu yeni hareketler yoğun bir şekilde çalışmaktadırlar. Türkiye’deki YDH’yi Doğu kökenli ve Batı kökenli akımlar olmak üzere ikiye ayırmak mümkündür.

Batı kökenli akımların merkezini Hristiyanlık oluşturmaktadır. Hristiyanlık’ı yaymak isteyen misyoner grupların dışında bir de Hristiyanlık

³⁵⁵ Coney, s. 84.

³⁵⁶ Coney, s. 85.

³⁵⁷ Küçük, s. 512.

³⁵⁸ Küçük, s. 521.

³⁵⁹ Hakkı Şah Yasdıman, **Dinler Tarihi Yazıları (1): Tarihçe, Metot, Problemler**, İlkem, İzmir, 2002, ss. 146-149.

³⁶⁰ Şinasi Gündüz, Mahmut Aydın, **Misyonerlik**, Kaknüs Yayınları, İstanbul, 2002, s. 37-38.

içindeki Mormon Kilisesi, Moon Kilisesi ve Yehova Şahitleri³⁶¹ gibi yeni yapılanmaları da yayma çabaları bulunmaktadır. Doğu kökenli akımların merkezine de Hint kökenli dinleri koymak mümkündür. Ancak şurası da vardır ki, Türkiye’deki bu Doğu kökenli akımların önemli bir kısmı aslında Batı’dan gelmiştir. Her ne kadar bu dinle bağlantılı bulunan gruplara mensup kişiler kendilerini dini bir hareket olarak tanımlamaktan kaçınsa da, gelenek olarak Hint dinlerinden beslenmektedirler.³⁶² Bu gruplar Hindu olarak doğmayan ya da yetişmeyen, yani Hindu gelenekten gelmeyen kişilere Hindu görüş ve uygulamalarını öğretmektedirler.³⁶³

Daha önceki sayfalarda YDH’ye yöneltile eleştirilerin bir kısmı üzerinde durmuştuk. Misyonerlik bağlamında da YDH’ye birtakım eleştiriler yapılmaktadır bunlardan birisi de beyin yıkamadır. Öncelikle belirtmeliyiz ki misyonerlik faaliyetlerinde de karşımıza çıkan beyin yıkama sosyal psikolojide insanların bazı inanç sistemlerini, birtakım davranışları veya bir dünya görüşünü gönülsüz olarak benimsemelerine yol açan bir süreci ifade eder. Beyin yıkama uygulamalarında genellikle, düşünme süreçlerinin ve bilincin saptırılması söz konusudur.³⁶⁴ Beyin yıkamada mevcut üyelerin gruba bağlılığını sıkılaştıran, potansiyel üyeleri ise cezbeden güçlü manipülasyon araçları kullanılır. Beyin yıkama neredeyse bütün dini gruplarda önemli bir yere sahiptir.³⁶⁵ Bu dini gruplardaki yeni beyin yıkama yöntemleri kişilere psikolojik ve sosyal olarak bir tatmin sağlamaktadır, yani bu gruplar kişileri sosyal hayattaki ilişkilerinde başarılı olmak, sevgi, ilgi, kabul görmek gibi bazı vaatlerde bulunarak etki altına alınmaya çalışmaktadırlar.³⁶⁶ İşte bütün bu açılardan bakıldığında YDH’nin içindeki grupların hemen hepsinde bu tür vaatlerin olduğunu söylemek mümkündür.

³⁶¹ Yehova Şahitleri hakkında geniş bilgi için bkz. Hakkı Şah Yasdıman, “Yehova Şahitleri’nin Teşkilat Yapısı ve Türkiye’deki Faaliyetleri (1)”, **DEÜİFD**, S. 21, İzmir 2005, ss.193-221; Hakkı Şah Yasdıman, “Yehova Şahitleri’nin Teşkilat Yapısı ve Türkiye’deki Faaliyetleri (2)”, **DEÜİFD**, S. 22, İzmir, 2005, ss.115-133.

³⁶² Ali İhsan Yitik, “Doğu Kökenli Bazı Dinsel Düşünce ve Uygulamalar”, **Yeni Ümit**, S. 87, Ocak-Şubat-Mart 2010, http://www.yeniumit.com.tr/yazdir.php?konu_id=1323, (Erişim Tarihi, 19.06.2010).

³⁶³ Kim Knott, **Hinduizmin ABC’si**, Çev., Medet Yolal, Kabalcı Yayınları, İstanbul, 2000, s. 146.

³⁶⁴ Beyin yıkama ilk başlarda askeri amaçlar için kullanılmıştır. 1970’lerden sonra ise dinsel hareketler için de kullanılmaya başlanmıştır. Beyin yıkama zamanla o kadar ileri gitmiştir ki dini liderler takipçilerini beyin yıkama sayesinde toplu intihar eylemlerine bile ikna edebilmişlerdir. Bu konuda bkz. Kirman, *Beyin Yıkama Teorileri*, s. 113.

³⁶⁵ Kirman, *Beyin Yıkama Teorileri*, s. 109.

³⁶⁶ Kirman, *Beyin Yıkama Teorileri*, s. 124.

Bu çerçevede Sahaja Yoga'yı misyonerlik ve beyin yıkama faaliyetleri açısından değerlendirecek olursak Sahaja Yoga'nın kurtuluş fikri üzerine yoğunlaştığını görmekteyiz. Bununla birlikte Sahaja Yoga'da da her ne kadar çok ön planda olmasa da, sevgi, ilgi, sosyal hayattaki ilişkilerde başarılı olmak gibi vaatlerin bulunduğunu söylememiz mümkündür. Bu vaatler de yine daha ziyade kurtuluş fikri üzerinedir. Buna göre Sahaja Yoga'da dünyanın gittikçe kötüleşen, karanlık bir dönemde olduğuna, ahlaki çöküntülerin yaşandığına, insanların birbirinden uzaklaştığına inanılmaktadır. Böyle bir durumda kurtuluşu sağlayacak kişinin Şri Mataji olduğu söylenerek kişilerin bağlılığı güçlendirilmeye çalışılmaktadır.³⁶⁷ Dolayısıyla Sahaja Yoga'nın bir misyonerlik faaliyeti olarak kabul edilip edilmeyeceği tartışma konusudur. Başka bir inancı yaymaya çalışması bakımından Sahaja Yoga'yı misyonerlik faaliyetleri içersinde göstermek de mümkündür. Hatta yapılan bir çalışmada dünyadaki Hint kökenli misyoner grupların en önemlilerinden birisi olarak Sahaja Yoga da gösterilmektedir.³⁶⁸

6.4. Ücret

Gerek Sahaja Yoga'ya hizmet edenlerin gerekse ona karşı çıkanların önemle üzerinde durdukları hususlardan birisi de para konusudur. Sahaja Yoga'ya hizmet edenler Sahaja Yoga'nın ücretsiz yapılması gerektiğini, çünkü aydınlanmanın insana doğuştan verilen bir hak olduğunu ve bunun para karşılığında yapılamayacağını söylemektedir. Özellikle internet sitelerinde de bu durum açıkça belirtilmektedir. Ancak şu husus bilinmelidir ki, Sahaja Yoga'nın ücretsiz olan bölümü aydınlanma, yani 1-4 hafta süren kısmıdır. Sonrasında ise, her ne kadar yine bir ücret talep edilmese de, derneğin bağışlar ile ayakta durduğu belirtilerek dolaylı bir şekilde bağışta bulunulması istenmektedir; ama burada kişi bağış yapıp yapmama konusunda serbest bırakılmaktadır. Para için herhangi bir zorlama yoktur. Ayrıca üyelik gibi

³⁶⁷ Daha fazla bilgi için bkz., David G. Bromley, "A Tale of Two Theories: Brainwashing and Conversion as Competing Political Narratives", www.cesnur.com; "Religion as a Claim, "Brainwashing": Career of a Myth in the United States and Europe", www.cesnur.com, (Erişim Tarihi, 11.01.2010).

³⁶⁸ Hacer Çoban, **Transandantal Meditasyon**, Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı Dinler Tarihi Bilim Dalı, (Basılmamış Yüksek Lisans Tezi), Isparta 2005, s. 15.

işlemler de bulunmamaktadır. Dolayısıyla bir üyelik aidatı ve geliri söz konusu değildir.

Sahaja Yoga'ya karşı olanlar, görünüşte herhangi bir ücret talebinde bulunulmamasına rağmen hareketin ancak bağışlarla ayakta durabildiğine dair söylemler ile insanlar üzerinde manevi baskı oluşturulduğu, böylece dolaylı yoldan bir gelir elde edildiği yönünde eleştiriler yapmaktadır. Bu tür eleştiride bulunanlar genelde grupların birer “para tuzağı” olduğunu ifade etmektedirler. Onlara göre YDH'nin başındaki liderlerin çoğu üyelerinden para talep etmekte, hatta onların mali işlerini bile kontrol etmektedirler. Hatta bu liderler ve gruplar ile ilgili öylesine iddialar bulunmaktadır ki silah ticareti, uyuşturucu kaçakçılığı, siyasi entrika gibi yasa dışı işler bunlardan sadece bazılarıdır.³⁶⁹ Her ne kadar Sahaja Yoga'nın bu saydığımız yasa dışı işler ile bir ilişkisi görülüyorsa da en azından üyelerinden, gönüllü de olsa, para topladığı bir gerçektir. Ancak bir kez daha belirtmeliyiz ki, Sahaja Yoga'da toplanan bu paralar bağış sistemi ile alınmaktadır.

³⁶⁹ Barker, s. 10.

SONUÇ

Batı'da son elli yılın dini tarihine bakıldığında iki olgunun gelişmekte olduğu görülür. Bunlardan birincisi özellikle 2. Dünya Savaşından sonra yayılan YDH, ikincisi ise yoga, meditasyon, reiki gibi Doğu kökenli uygulamalardır. Bu Doğu kökenli uygulamaların içinde de YDH olarak değerlendirilenler vardır. Doğu kökenli uygulamalar Batı'nın bu uygulamalara yeniden şekil vermesiyle dünya genelinde daha çok tanınmaya başlamışlardır. Bu uygulamalara rağbet de gün geçtikçe artmaktadır.

YDH, mevcut dinlerin yeniden yorumlanmasıyla ve onlardan parçalar alarak oluşmuş dini gruplardır. Dolayısıyla Batı'nın eski inanç ve uygulamalar üzerinde yeni yorumlar yapmak suretiyle bir değişime ve dönüşüme zemin hazırladığı ve böylece YDH'nin ortaya çıkmasında etkili olduğu görülmektedir.

Sahaja Yoga her ne kadar Batı'ya ait YDH'den bir tanesi olsa da içinde Doğu kökenli uygulamalar da bulundurduğu için, bir anlamda Doğu ile Batı'nın kesişme noktasındadır. Bu açıdan bakıldığında Sahaja Yoga, YDH'nin özelliklerini bünyesinde taşıyan Doğu'lu bir uygulamadır. Bu haliyle Sahaja Yoga'yı yeni bir meditasyon tekniğine sahip Doğu kökenli YDH'den bir tanesi olarak tanımlamak mümkündür. Gerçek böyle olmasına karşın, Sahaja Yoga kendisini Doğu'ya ait bir uygulama olarak takdim etmektedir. Halbuki Sahaja Yoga'ya ait birçok özellik YDH ile birebir uyuşmaktadır. Örneğin YDH'nin genel özelliklerine bakıldığında insanların ihtiyaçlarına göre şekil aldıkları hemen göze çarpmaktadır. Sahaja Yoga'da insanların en önemli ihtiyaçlarından olan sağlık konusuna vurgu yapılmaktadır. Bu bağlamda Sahaja Yoga'nın karaciğer hastalıkları, ülser, kanser, diyabet vb. fiziksel hastalıklar ile depresyon, stres gibi psikolojik rahatsızlıklara iyi geldiğine inanılmaktadır. Buradan hareketle Sahaja Yoga'nın uyguladığı meditasyon tekniği ile bu meditasyon tekniğiyle şifa bulmanın Doğu'yla Batı'nın bir karışımı olduğunu söylemek mümkündür.

Sahaja Yoga'nın Batı'ya ait gösterdiği özellikler arasında yoganın amacı ve faydaları konusundaki yaklaşımını; Doğu'ya ait özellikler bakımından ise yoga inancının temeliyle ilgili inançları ve uygulamaları gösterebiliriz. Burada şu hususu

belirtmeliyiz ki, meditasyon ile şifa bulunmasının sebebi Batı’da olduğu gibi yapılan meditasyon egzersizleri değil, kundalini enerjisinin uyandırılması ya da bandanlar yardımıyla nadilerin temizlenmesidir. Aslında bu şekilde bir şifa tekniğinin sadece Sahaja Yoga’ya mahsus olmadığını da belirtmemiz gerekir; çünkü Reiki gibi uygulamalarda da enerji kanallarının açılmasıyla şifa bulmanın mümkün olduğuna inanılmaktadır.

Sahaja Yoga’da meditasyonun sağlık için faydalı olduğu üzerine vurgu yapılması çakra ve nadilerden oluşan sübtıl bedenın en az fiziksel beden kadar önem kazanması anlayışının yayılmasına yol açmıştır. Sahaja Yoga’ya göre sübtıl bedende bulunan her nadi ve çakra fiziksel vücudun bir yerine tekabül eder. Buna göre fiziksel vücuttaki bazı rahatsızlıklar nadi ve çakraların düzgün çalışmamasından kaynaklanmaktadır. Bu rahatsızlıkların geçmesi için bilimsel tıbbın yanında çeşitli teknikler ile nadi ve çakralar temizlenmelidir. Sahaja Yoga’ya göre kişi ancak bu sayede tam olarak iyileşebilir.

Sahaja Yoga da, diğer YDH’de olduğu gibi, merkezde karizmatik liderin bulunduğu bir oluşumdur. Şri Mataji de bu hareketin kurucusu olduğu için, oldukça önemli bir konuma sahiptir. Onun, takipçilerinin gözünde, Tanrı Vişnu’nun bir avatarı olması nedeniyle, önemli bir yeri vardır.

Şri Mataji’nin kutsal bir kişi olarak kabul edilmesi onun hayatıyla ilgili anlatılarda abartılara kaçılmasına, hatta onun bazı mucizevi olaylar yaşadığına inanılmasına sebep olmuştur. Neredeyse her dini liderde görülen, önceden müjdelene gibi birçok efsanevi motifin onun hayatında da bulunduğu görülmektedir. Şri Mataji’nin kutsal bir kişiliğe sahip olduğu inancı onun söylediği her şeyi aynen kabul etme anlayışını da doğurmuştur. Dolayısıyla, Şri Mataji’nin kutsal kişiliği nedeniyle, söylediği sözlerin reddedilmesi ya da tartışılması söz konusu değildir.

Sahaja Yoga’nın yayılmak için broşür dağıtma, ev ziyaretleri gibi klasik yöntemler yerine okul, sağlık merkezi gibi kurumlar açma yoluna gittiği görülmektedir. Burada şunu da ilave etmek gerekir ki yukarıda saymış olduğumuz kurumların Türkiye’de bir örneği yoktur. Türkiye’de sadece Sahaja Yoga merkezleri vardır. Buralarda da meditasyon yapılmaktadır.

Meditasyon sırasında, Sahaja Yoga’da var olduğu ileri sürülen, mikrokozmoz (insan) ile makrokozmoz (evren) arasındaki bağ öne çıkarılmakta ve daha ziyade bu bağ üzerinden meditasyon yapılmaktadır. Meditasyon yapan ve aydınlanan insan sayısı arttıkça bu bağın kuvvetleneceği kabul edilmektedir. Ayrıca Sahaja Yoga uygulamalarında aydınlanma, günlük meditasyon, haftalık buluşmalar, derinlemesine meditasyon, üç mum meditasyonu gibi uygulamalar da dikkati çekmektedir.

Sahaja Yoga takipçileri her ne kadar insanlığın iyiliği için çalıştıklarını ve tek amaçlarının insanların mutlu olmasını sağlamak olduğunu iddia ediyor olsalar da çeşitli çevrelerden yine de tenkit almaktadırlar. Bu tenkitler daha ziyade Şri Mataji’nin Sahaja Yoga’yı aslında bir başkasından görerek geliştirdiği, Sahaja Yoga’nın, bir yabancı için kabullenmesi oldukça zor öğretilere sahip olduğu gibi hususlar üzerine yoğunlaşmaktadır.

Bize göre de Sahaja Yoga’daki bazı inanç ve uygulamalar tutarsızlık göstermektedir. Örneğin Sahaja Yoga’da, klasik yogadan farklı olarak, aydınlanmanın çok kısa sürdüğu ve aydınlanmanın sağlanması için bir guruya ihtiyaç duyulmadığı söylenmektedir. Bu sebeple Sahaja Yoga’da kişi kendi kendisinin gurusudur. Bununla birlikte, meditasyon esnasında Şri Mataji’nin bir fotoğrafının bulundurulması ve Şri Mataji’nin hareket içerisindeki sorgulanamaz konumu Mataji’nin aslında karşı olduğu sistemi uyguladığını göstermektedir. Hatta Şri Mataji’nin klasik bir guruya göre çok daha yüksek bir konumda olduğunu söylemek mümkündür.

Sahaja Yoga’daki avatar ya da enkarnasyon inancı da tutarsızlıklar göstermektedir. Buna göre Hinduizm, Budizm gibi dinlere mensup bir kişinin avatar inancını benimsemesi kendi inançları çerçevesinde olağan bir durumdur. Ancak bir kişinin kendisini İsa, Muhammed gibi Hint dinlerinden olmayan dini liderlerin avatarı olduğu iddiasında bulunması Hint dini inançları açısından temellendirilmesi oldukça zor bir söylemdir.

Sahaja Yoga’ya yöneltelen diğer bir eleştiri ise bu hareketin insanları kandırdığı, böylece onların paralarını aldığı şeklindedir. Sahaja Yoga hareketi her ne kadar bağışlarla ayakta durduğunu iddia eden bir oluşum olsa da açmış olduğu okul, sağlık merkezi gibi kuruluşlar için maddi kaynak gerekmektedir. Bu kaynakların ise sadece merkezlerden alınan bağışlar ile sağlanması pek akla uygun görülmemektedir.

Zaten Sahaja Yoga'ya ait yıllık bilançolara bakıldığında da hareketin tek gelir kaynağının bağışlar olmadığı açıkça görülmektedir.

Yapılan bütün bu eleştirilere rağmen, Sahaja Yoga dünya ve Türkiye'de hızla yayılan bir hareket olarak dikkati çekmektedir. Modern dünyanın getirdiği maddi, manevi rahatsızlıklar, özellikle manevi boşluk ve stres gibi psikolojik olumsuzluklar devam ettiği müddetçe Sahaja Yoga'nın da diğer YDH gibi yayılmaya devam edeceğini söylemek mümkündür. Belki de Sahaja Yoga'nın yayılmasını engelliyebilecek tek olay bu hareketin kurucusu olan Şri Mataji'nin ölmüş olmasıdır. Bugüne kadar gücünü liderin karizmatik konumundan alan Sahaja Yoga'nın, Şri Mataji'nin ölümünün getirdiği boşluğu nasıl doldurabileceği henüz açıklıkla ortaya konulmuş değildir. Şayet bu problem kısa sürede aşılacak olursa Sahaja Yoga'nın dünyanın hemen her yerinde adından bahsettiren bir hareket olarak faaliyetlerine devam edeceği öngörülebilir.

KAYNAKÇA

ABHEDANANDA, Swâmi, **How To be A Yogi**, <http://www.sacred-texts.com/hin/hby/index.htm>, (Erişim Tarihi, 04.08.2010).

“About ISYRHC, A Few Statistics of the Health Centre”, http://www.sahajahealthcentre.com/about_isyrhc.html, (Erişim Tarihi, 12.05.2010).

“About Self Realization”, http://www.austinsahajayoga.org/self_realization.html, (Erişim Tarihi, 31.10.2010).

“About Shri Mataji Nirmla Devi”, <http://www.sahajayoga.org/shrimataji/>, (Erişim Tarihi, 17.04.2010).

“A Brief History of Yoga”, <http://maitrihouseyoga.com/wp-content/uploads/history.pdf>, (Erişim Tarihi, 09.10.2010).

AFTANAS, L.I., S.A. Golocheikine, “Non-linear Dynamic Complexity of the Human EEG During Meditation”, **Neuroscience Letters**, C. 330 (2002), ss. 143–146, <http://www.sahajayogaportal.org/papers/EECMeditation.pdf>, (Erişim Tarihi, 29.10.2010).

“Agya Chakra”, http://www.adishakti.org/subtle_system/agnya_chakra.htm, (Erişim Tarihi, 17.05.2011).

“Agya Chakra”, <http://www.sahajayogala.org/materials/Turya-course%20Agya.pdf>, (Erişim Tarihi, 17.05.2011).

“Agya Chakra”, http://www.sahajvidya.org/SahajVidya/0_Files_SahajVidya/A/Agya_1_Chakra_sec_val2.pdf, (Erişim Tarihi, 17.05.2011).

AKSOY, Tevfik, **Mitoslarda Yaratılış Motifleri**, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı Dinler Tarihi Bilim Dalı, (Basılmamış Yüksek Lisans Tezi), Konya, 2007.

ALBASAN, Metin, **Yeni Çağda İçsel Kıyamet ve Değişim Zamanı**, New Age Yayınları, İstanbul, 2006.

ALTUN, Reskan; Ali Özden, “Tamamlayıcı ve Alternatif Tıp”, **Güncel Gastroenteroloji**, Eylül, 2004, 3/8, Türk Gastroenteroloji Yayın Organı, Ankara, <http://guncel.tgv.org.tr/journal/6/pdf/70.pdf>, (Erişim Tarihi, 07.06.2010).

Alpana Varma-Chariatte, “Primordial Mother Energy the Kundalini”, **Blossomtimes**, October 2009, C. 3, S. 3, ss. 7-8, http://www.blossomtimes.org/site/pdf/BlossomTimes_Volume3_Issue3.pdf, (Erişim Tarihi, 11.02.2010).

“**Alternative Health Care**”, <http://www.bhopal.net/delhi-marchers/factsheets/alternativehealthcare.pdf>, (Erişim Tarihi, 14.06.2010).

“**Anahata**”,http://www.peacebypeace.net/images/Article_on_Anahata__pdf_.pdf, (Erişim Tarihi, 16.05.2011).

“**Anahata Chakra (Heart)**”, http://www.brahmayoga.com/Microsoft_Word_-_Docum.pdf, (Erişim Tarihi, 16.05.2011).

“**Anahata Chakra**”, http://www.adishakti.org/subtle_system/anahat_chakra.htm, (Erişim Tarihi, 16.05.2011).

“**The Anāhata Chakra**”, http://www.universal-mind.org/Chakra_pages/Anahata4.htm, (Erişim Tarihi, 16.05.2011).

ANDERSEN, Jensine “Meditation Meets Behavioural Medicine”, **Cognitive Models and Spritual Maps**, Ed. Jensine Andersen, Robert K. C. Forman, İmprint Academic, United Kingdom, 2000, ss. 17-73.

Antik Dünyada ve Geleneksel Toplumlarda Dinler ve Mitolojiler Sözlüğü, Yöneten, Yves Bonnefoy, Türkçe baskıyı hazırlayan, Levent Yılmaz, C. 2, Dost Kİtabevi Yayınları, Ankara, 2000.

APTE, Arun, **Music And Sahaja Yoga**, İngilizceye çeviren, D.V. Athavale, Ritana Books, New Delhi, 1998.

ARSLAN, Mustafa, “Değişim Sürecinde Yeni Dindarlık Formları: ‘Yeni Çağ’ İnanışları Örneği”, **Değerler Eğitim Dergisi**, 4 (11) 2006, ss. 9-25.

“**Asanas for the Chakra System**”, <http://www.yogajournal.com/basics/898?page=5>, (Erişim Tarihi, 16.05.2011).

ATKINSON, Rita L.; Richard C. Atkinson; Ernest R Hilgard, **Psikolojiye Giriş**, Çev., Kemal Atakay, Mustafa Atakay, Aysun Yavuz, Sosyal Yayınları İstanbul, 1995.

AYDIN, Mahmut, **Anahatlarıyla Dinler Tarihi**, Ensar Neşriyat, İstanbul, 2010.

AYGÜL, Hasan Hüseyin, **Medya Kurgusu ve Tüketim Objesi Olarak Uzak Doğu Kaynaklı İnançlar: Yoga, Meditasyon, Reiki, Feng Shui, Zen Felsefesi**, <http://idc.sdu.edu.tr/tammetinler/dinkultur/dinkultur26.pdf>, (Erişim Tarihi, 23.05.2010).

AYTEN, Ali, **Kendini Gerçekleştirme ve Dindarlık İlişkisi**, MÜSBE İlahiyat Anabilim Dalı Felsefe ve Din Bilimleri Bilim Dalı, (Basılmamış Yüksek Lisans Tezi), İstanbul, 2004.

BAIJNATH, Pravina, **Sahaja Yoga Meditation: Therapeutic Community**, University of Zululand, Kwazulu Natal, 2008, (Doctoral Thesis), <http://196.21.83.35/xmlui/bitstream/handle/10530/148/Sahaja%20yoga%20mediation%20-%20Therapeutic%20Community%20-%20P%20Bajjnath.pdf?sequence=1>, (Erişim Tarihi, 25.05.2010).

BALCI, Ahmet, **Yoga ve Meditasyon**, http://yogamerkezi.org/dosyalar/BasindaBiz/pdf/BasindaBiz_08.pdf, (Erişim Tarihi, 17.06.2010).

BARKER, Eileen, **New Religious Movement a Practical Introduction**, HMSO publication center, London, 1989.

“Basic Kundalini Yoga Breathing”, <http://www.pinklotus.org/Kundalini%20matashakti/BASIC%20KUNDALINI%20YOGA%20BREATHING%201.pdf>, (Erişim Tarihi, 10.05.2011).

BAYMUR, Feriha, **Genel Psikoloji**, İnkılap ve Aka Yayınları, İstanbul, 1978.

BECKFORD, James A. ve diğerkleri, “New Religions”, Editor, Mircea Eliade, **The Encyclopedia of Religion**, C. 15, Macmillan Publishing Company, New York, 1986.

BECKFORD, James A., Martine Levasseur, **New Religious Movement and Social Change**, Editor, James A. Beckford, United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization, Paris, 1988.

Bhagavadgita Hinduların Kutsal Kitabı, Çev. Korhan Kaya, Dost Yayınları, Ankara, 2004.

BIYIK, Mustafa, “Yeni Dünya Düzenine Küresel Bir Din Modeli: Moonculuk”, **Milel ve Nihal**, 1 (1), ss. 93-114, http://www.dinlertarihi.com/dergi/cilt_1/sayi1/mustafabiyik.pdf, (Erişim Tarihi, 10.05.2010).

“Bitkilerin Büyümesinde Vibrasyonlu Suyun Etkileri”,
<http://www.sahajayogaportal.org/getdoc/7119be74-3bd1-4d24-907c-901ac13fbb1e/vibratedwater.aspx>, (Erişim Tarihi, 12.02.2010).

BROMLEY, David G., **A Tale of Two Theories: Brainwashing and Conversion as Competing Political Narratives**, www.cesnur.com, (Erişim Tarihi, 17.11.2009).

BUDAK, Selçuk, “Karizma”, **Psikoloji Sözlüğü**, Bilim ve Sanat Yayınları, Ankara, 2000.

BUDAK, Selçuk, “Karizmatik Otorite”, **Psikoloji Sözlüğü**, Bilim ve Sanat Yayınları, Ankara, 2000.

BUDAK Selçuk, “Sempatetik Sinir Sistemi”, **Psikoloji Sözlüğü**, Bilim ve Sanat Yayınları, Ankara, 2000.

BUDAK, Selçuk, “Parasempatetik Sinir Sistemi”, **Psikoloji Sözlüğü**, Bilim ve Sanat Yayınları, Ankara, 2000.

BUDDA, Hilmi Ömer, **Dinler Tarihi**, C. 1, Vakıf Yayınları, İstanbul, 1935.

BUTLIN, June, **Links between the Physical and the Emotional**, <http://www.wholisticresearch.com/info/artshow.php3?artid=24>, (Erişim Tarihi, 29.10.2010).

“**The Cakras**”, <http://www.mahavidya.ca/wp-content/uploads/2008/06/doyle-aaron-cakras-yes.pdf>, (Erişim Tarihi, 17.05.2011).

CEZAYİRLİ, Gülay, “Dini Grup ve Toplumsal Grup”, **AÜİFD**, C. 37, 1997, ss. 365-375.

“The Channels Of Energy”, http://www.wingmakers.co.nz/Pingala_And_Ida_Nadi_Channels.html, (Erişim Tarihi, 10.05.2011).

“Chakra”, **Britannica Encyclopedia of World Religions**, Singapur, 2006.

“Chakras and Channels of Energy”, <http://www.apsahaj.org/chakras.html>, (Erişim Tarihi, 17.05.2011).

CHAPPLE, Christopher, “The Unseen Seer and the Field: Consciousness in Samkhya and Yoga”, **The Problem of Pure Consciousness Mysticism and Philosophy**, Editor, Robert K. C. Formen, Oxford University Press, New York, 1990.

CHRYSSIDES, George D., **New Religious Movements- Some Problems of Definition**, <http://web.unimarburg.de/religionswissenschaft/journal/diskus/chryssides.html>, (Erişim Tarihi, 17.05.2010).

CHRYSSIDES, George D., “Defining New Spirituality”, **CESNUR 14. International Conference**, s. 3, www.cesnur.com, (Erişim Tarihi, 17.11.2009).

CHRYSSIDES, George D., “Unrecognized charisma? A study and comparison of four charismatic leaders: Charles Taze Russell, Joseph Smith, L Ron Hubbard, Swami Prabhupada”, **International Conference The Spiritual Supermarket: Religious Pluralism in the 21st Century**, London, April, 2001, www.cesnur.com, (Erişim Tarihi, 17.11.2009).

CLARKE, Peter B., “New Religions as a Global Phenomenon”, **Encyclopedia of New Religious Movement**, Ed. Peter B. Clarke, Routledge Publishing, New York, 2006.

“Companion Encyclopedia of Asian Philosophy”, Ed. Brian Carr, Indira Mahalingam, Routledge Publishing, London, 1997.

CONEY, Judith, **Sahaja Yoga Socializing Processes in a South Asian New Religious Movement**, Oxford University Press, England, 1999.

“Correcting the Agnya Chakra”, http://www.sahajvidya.org/SahajVidya/0_Files_SahajVidya/A/Agnya_3_Correcting_sec_val2.pdf, (Erişim Tarihi, 17.05.2011).

“Correcting the Vishuddhi Chakra”, http://www.sahajvidya.org/SahajVidya/0_Files_SahajVidya/U_V/Vishuddhi_3_Correcting_sec_val2.pdf, (Erişim Tarihi, 17.05.2011).

“Çakra”, <http://tr.wikipedia.org/wiki/%C3%87akra>, (Erişim Tarihi, 25.05.2010).

“Çakralar ve Enerji Kanalları”, <http://www.sahajayogaistanbul.org/gizlibeden.html>, (Erişim Tarihi, 28.05.2010).

ÇOBAN, Hacer, **Transandantal Meditasyon**, Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı Dinler Tarihi Bilim Dalı, (Basılmamış Yüksek Lisans Tezi), Isparta, 2005.

DAS, S. K., **Divine Light, Yoga System With Their Secret Techniques**, New Age Books, New Delhi, 2002.

DASGUPTA, S. N., Hindu Mysticism, **Open Court Publishing**, 1927 Chicago, <http://www.sacred-texts.com/hin/hm/index.htm>, (Erişim Tarihi, 18.10.2010).

DEATON, Angus, **Aging, Religion and Health**, Princeton University, July 2009, http://www.princeton.edu/~deaton/downloads/Religion_and_Health_All_August09.pdf, (Erişim Tarihi, 25.05.2010).

“The Delicate Power of the Ida Nadi”, <http://www.ishtayoga.com/articles/54>, (Erişim Tarihi, 10.05.2011).

DESCİEUX, Flore, **The Light of the Koran: Knowledge Through Sahaja Yoga**, Tranclated by, McCarty, Caroline, Ritana Books, New Delhi, 1998.

“Devi”, <http://tr.wikipedia.org/wiki/Devi>, (Erişim Tarihi, 27.05.2011).

“Devi”, **Encyclopedia of World Mythology**, Editor, Rebecca Parcs, Cengage Learning, America, 2009.

DOWSON, John, **“Devi”**, **A Classical Dictionary of Hindu Mythology**, World Public Library Edition, Copyright 2010, ss. 86-88.

DOWSON, John **“Krishna”**, **A Classical Dictionary of Hindu Mythology**, World Public Library Edition, Copyright 2010, ss. 160-168.

DUYAN, Emin Cihan, **Çalışma Yaşamında Yoga: İş Tatmini ve Stres Yönetiminde Etkileri Üzerine Bir Araştırma**, UÜSBE Çalışma Ekonomisi ve Endüstri İlişkileri Anabilim Dalı Yönetim ve Çalışma Psikolojisi Bilim Dalı, (Basılmamış Yüksek lisans Tezi), Bursa 2008.

EFE, Adem, **“Küreselleşme Yeni Dini Hareketler ve İnternet**, <http://idc.sdu.edu.tr/tammetinler/dinkultur/dinkultur28.pdf>, (Erişim Tarihi, 13.03.2010).

ELIADE, Mircea, **Dinler Tarihine Giriş**, Çev. Lale Arslan, Kabalcı Yayınları, İstanbul, 2003.

ELIADE, Mircea, **Yoga Immortality and Freedom**, Translated from the French by Willard R. Trask, Arkana Publishing, London, 1958.

ELIADE, Mircea, “Yoga”, **The Encyclopedia of Religion**, C. 15, Macmillan Publishing Company, New York 1986.

ELISEEVA, L. A., “Psycho-Electro-Physiological Analysis of Biological Feedback Effects for Realized and Non-Realized People” **Proceedings of the International Conference ‘Moral. Health. Peace: East-West’**, St. Petersburg, 19-20 September 1995, Print Center of the Economics Colledge, Novgorod, 1996, <http://www.sahajayogaportal.org/UstMenu1/BilimveEkoloji.aspx>, (Erişim Tarihi, 13.03.2010).

“**Enerji Bedeni**”, <http://www.sahajayogaportal.org/getdoc/d8edf517-af1a-4b13-ae72-92a6847ebbc8/GizliBeden.aspx>, (Erişim Tarihi, 28.05.2010).

FEUERSTEIN, George, **Hindu Yoga, Buddhist Yoga, Jainist Yoga**, <http://www.traditionalyogastudies.com/Hindu%20Yoga.pdf>, (Erişim Tarihi, 18.10.2010).

FIGLALI, Ethem Ruhi, **Günümüz İslam Mezhepleri**, İzmir İlahiyat Vakfı Yayınları, İzmir, 2008.

“**Fourth Chakra (Anahata – Unstuck) Correspondence Chart**”, <http://www.brightwateryoga.com/FourthChakraCorrespondenceChart.pdf>, (Erişim Tarihi, 16.05.2011).

Gabriel Kabar Trust- Bolack, **Sahaja Yoga: Clinical Applications for Stress and Psychosomatic Diseases**, Seattle Central Community College, <http://www.sahajayogaportal.org/UstMenu1/BilimveEkoloji.aspx>, (Erişim Tarihi, 13.03.2010).

GARTNER, John, “Religious Commitment, Mental Health and Prosocial Behaviour: A Review of the Empirical Literature”, **Religion and Clinical Practice of Psychology**, Ed. Edward P Shofronske, American Psychological Association, Washington, 1996.

“**Gezegenler ve Çakralar**”, <http://www.sahajayogaportal.org/UstMenu1/Astroloji/GezegenlerveCakralar.aspx>, (Erişim Tarihi, 11.05.2011).

GORDON, Lorenzo; Errol York Morrison, Donovan McGrowder, Yeiny Fraser Penas, Eslaen Martorell Zamoraz, David Garwood, Ruby Alexander-Lindo and Rachael Irving, “Effect of Yoga and Traditional Physical Exercise on Hormones and Percentage Insulin Binding Receptor in Patients with Type 2 Diabetes”, **American Journal of Biotechnology and Biochemistry** 4 (1): 35-42, 2008, <http://www.scipub.org/fulltext/ajbb/ajbb4135-42.pdf>, (Erişim Tarihi, 29.10.2010).

GÜNDÜZ, şinasi; Mahmut Aydın, **Misyonerlik**, Kaknüs Yayınları, İstanbul, 2002.

HARRISON, Linda J.; Ramesh Manocha, Katya Rubia, “Sahaja Yoga Meditation as a Family Treatment Programme for Children with Attention Deficit-Hyperactivity Disorder”, **Clinical Child Psychology and Psychiatry**, C. 9, S. 4, ss. 479–497, London, 2004, <http://www.sahajayogaportal.org/UstMenu1/BilimveEkoloji.aspx>, (Erişim Tarihi, 13.03.2010).

“**Hearth Chakra**”, http://www.sahajayogaspirituality.com/chakras_sahaja_yoga.html, (Erişim Tarihi, 16.05.2011).

“**The Heart Chakra or Anahat Chakra**”, http://www.meditate4free.co.uk/more_chakra_exp.htm, (Erişim Tarihi, 27.05.2010).

HENSCHER, Uta, “Ruhumuz, İçimizdeki Şifa Kaynağımız”, **GEO**, Eylül 2008/9.

HILL, Michael, **A Sociology of Religion**, Avebury Gower Publishing Company, England, 1987.

“A History Of Yoga From The Upanishads To The Hatha Yoga Pradipika”, <http://www.athayog.me.uk/history.pdf>, (Erişim Tarihi, 09.10.2010).

“History Of Yoga”, <http://www.yogapam.me.uk/History%20of%20Yoga.pdf> (Erişim Tarihi, 09.10.2010).

“How Can You Help”, <http://www.nirmalprem.org/index.asp?pageid=88>, (Erişim Tarihi, 13.06.2010).

“How is Sahaja Yoga Different From Other Types of Yoga?”, http://www.sahajayoga.org/whatissy/how_sy_different.asp, (Erişim Tarihi, 31.10.2010).

“How to Master Kundalini Meditation”, <http://www.heartcenteredtherapies.org/go/docs/Kundalini%20Meditation%20%20Article%20by%20John%20Selby.pdf>, (Erişim Tarihi, 10.05.2011).

HUFFORD, David J., **An Analysis of The Field of Spirituality Religion And Health (S/RH)**, <http://www.templetonadvancedresearchprogram.com/pdf/TARP-Hufford.pdf>, (Erişim Tarihi, 25.05.2010).

IŞIK, Ramazan, “Mormonluk ve Mormon Kilisesi Üzerine Bir Araştırma”, **CÜİFD**, C.10/1, ss. 165-190, Haziran 2006.

“İda Nadi”, http://www.sahajvidya.org/SahajVidya/0_Files_SahajVidya/I_J_K/Ida_Nadi_sec_val2.pdf, (Erişim Tarihi, 10.05.2011).

“İda Nadi”, http://www.mpsahaj.org/ida_nadi.html, (Erişim Tarihi, 07.05.2011).

İncil, Yeni Yaşam Yayınları, İstanbul, 2001.

IFRAH, Georges, **Hint Uygarlığında Sayısal Simgeler Sözlüğü**, Çev. Kurtuluş Dinçer, Tübitak Yayınları, Ankara, 1998.

KALBERMATTEN, Grégoire de, **The Third Advent**, Penguin Books, London, 2003.

KARAALİ, Rukiye, **Hint Kökenli Dinlerde Kurtuluş Anlayışı**, AÜSBE, Felsefe ve Din bilimleri ABD, (Basılmamış Yüksek Lisans Tezi), Ankara, 2008.

KAUSHIK, Rajeev M., **The Midnight Awakening**, Rupa Publication, New Delhi, 2008.

KAYA, Korhan, “Yuga”, **Hint Mitolojisi Sözlüğü**, İmge Kitabevi, Ankara 1997.

KAYA, Korhan, “Dharma”, **Hint Mitolojisi Sözlüğü**, İmge Kitabevi, Ankara 1997.

KAYA, Korhan, “Vişnu”, **Hint Mitolojisi Sözlüğü**, İmge Kitabevi, Ankara 1997.

KAYA, Korhan, “Avatar”, **Hint Mitolojisi Sözlüğü**, İmge Kitabevi, Ankara 1997.

“Kehanetler ve Gerçekleşmeleri”, www.sahajayogaturkey.f2s.com/kehanetler.html, (Erişim Tarihi, 11.03.2010).

KELLY, Aidan A., “Kundalini”, **The Encyclopedia of Cults, Sects, and New Religions**, Ed., JamesvR. Lewis Prometheus Books, New York, 2001.

“**Kendini Gerçekleştirme**”, <http://www.kigem.com/content.asp?bodyid=2860>, (Erişim Tarihi, 04.04.2011).

KHALSA, Nirvair Singh, **108 Lesson To Do Kundalini Yoga**, <http://www.kundaliniyoga.net/108%20Reasons%20to%20do%20Kundalini%20Yoga2.pdf>, (Erişim Tarihi, 10.05.2011).

KILAVUZ, M. Akif, “Hasta-Hekim İlişkileri Açısından Din Öğretiminin Önemi”, **UÜİFD**, C. 11, S. 2, 2002, ss. 73-86, [http://eskieserler.com/dosyalar/mpdf%20\(114\).pdf](http://eskieserler.com/dosyalar/mpdf%20(114).pdf), (Erişim Tarihi, 17.02.2010)

KIZILÇELİK, Sezgin; Yaşar Erjem, “Karizmatik Otorite”, **Açıklamalı Sosyoloji Terimleri Sözlüğü**, Konya, 1992.

KİRMAN, M. Ali, “Beyin Yıkama Teorileri”, **AÜİFD**, C. 45 (2004) S. 1, ss. 107-132.

KİRMAN M. Ali, “Yeni Dini Hareketleri Tanımlama Problemi ve Tipolojik Yaklaşımlar”, **Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi**, C. 3 (2003), ss. 27-43.

Klasik Hint Dansı, <http://www.sahajayogaportal.org/UstMenu1/Muzik-Sanat/Dans.aspx>, (Erişim Tarihi, 23.04.2010).

KNOTT, Kim, **Hinduizmin ABC’si**, Çev., Medet Yolal, Kabalcı Yayınları, İstanbul, 2000.

KONIG, Thomas, **The New Age Movement: Genesis of a High Volume, Low Impact Identity**, European University Institute, May, 2000, Italy, <http://www.restore.ac.uk/lboro/staff/thomas/disse.pdf>, (Erişim Tarihi, 14.07.2010).

“Krishna”, **Encyclopedia of World Mythology**, Editor, Rebecca Parcs, Cengage Learning, America, 2009.

KRISHNAMURTI, Jıddu, **Kundalini Awareness**, <http://www.icrcanada.org/images/Krishnamurti.pdf>, (Erişim Tarihi, 10.05.2011).

KOENIG, Harold G., “Is Religion Good For Your Health? The Effect of Religion on Physical and Mental Health”, **The Haworth Pastoral Press**, New York, 1997.

KOSTAK, Melahat Akgün, “Hemşirelik Bakımının Spritüel Boyutu”, **Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi**, C. 2, S. 6, Aralık 2007, <http://web.firat.edu.tr/shmyo/edergi/ciltikisayialti/icindekiler6.htm>, (Erişim Tarihi, 25.05.2010).

KÖSE, Ali, **Milenyum Tarikatları**, Truva Yayınları, İstanbul, 2006.

Kundalini, Vibrations and Self-Realization, <http://www.sahajayoga.org.in/SelfRealization.asp>, (Erişim Tarihi, 26.03.2010).

Kundalini Yoga & Meditation, http://www.pavanguru.com/beginners_guide_2008.pdf, (Erişim Tarihi, 10.05.2011).

Kundalini Yoga Theory, <http://www.yoga-age.com/modern/kun4.html>, (Erişim Tarihi, 11.05.2011).

Kutsal Kitap, Yeni Yaşam Yayınları, İstanbul, 2001.

KUZGUN, Yıldız, “Kendini Gerçekleştirme”, **AÜDTCF Felsefe Bölümü Dergisi**, C. 10, <http://dergiler.ankara.edu.tr/dergiler/34/970/11942.pdf>, (Erişim Tarihi, 19.03.2010).

KÜÇÜK, Abdurrahman, Günay Tümer, Mehmet Alparslan Küçük, **Dinler Tarihi**, Berikan Yayınları, Ankara, 2009.

LAMB, Trisha, **Healt Benefits of Yoga**, <http://www.philmilgrom.com/pdf/BenefitsYoga.pdf>, (Erişim Tarihi, 20.06.2010).

LEE, Bruce Y., Andrew B. Newberg, “Religion and Health: a Review and Critical Analysis”, **Zygon**, C. 40, S. 2, June, 2005, <http://www.andrewnewberg.com/pdfs/2005/ReligionandHealthReview.pdf>, (Erişim Tarihi, 27.10.2010).

“**The Left Side**”, <http://sahaj-az.blogspot.com/search/label/Ida%20Nadi>, (Erişim Tarihi, 10.05.2011).

LEWIS, James R., **Legitimizing New Religions**, Rutgers University Press, USA, 2003.

LIEBERS, Arthur, **Relax With Yoga**, <http://www.sacred-texts.com/hin/rwy/rwy02.htm>, (Erişim Tarihi, 03.07.2010).

Liver, http://www.sahajvidya.org/SahajVidya/0_Files_SahajVidya/L/Liver_sec_val2.pdf, (Erişim Tarihi, 12.05.2011).

MANOCHA, Ramesh, G. B. Marks, P. Kenchington, D. Peters, C. M. Salome, “Sahaja Yoga in the Management of Moderate to Severe Asthma: a Randomised Controlled Trial” **Thorax**, C. 57, ss. 110–115, <http://www.sahajayogaportal.org/UstMenu1/BilimveEkoloji.aspx>, (Erişim Tarihi, 13.03.2010).

MANOCHA, Ramesh, “Researching Meditation Clinical Applications in Healthcare”, **Diversity Magazine**, C. 2, S. 5, June 2001, <http://www.sahajayogaportal.org/UstMenu1/BilimveEkoloji.aspx>, (Erişim Tarihi, 13.03.2010).

MANOCHA, Ramesh, Deborah Black, David Spiro, Jake Ryan, Con Stough, “Changing Definitions of Meditation- Is there a Physiological Corollary? Skin temperature changes of a mental silence orientated form of meditation compared to rest”, **Journal of International Society of Life Information Science**, C. 28, S. 1, (Mart 2010), http://www.researchingmeditation.org/meditation_research/skintemp.pdf, (Erişim Tarihi, 30.10.2010)

Maran Illustrated Yoga, <http://site.ebrary.com/lib/deulibrary/edf.action?p00=&docID=10082096&page=14>, (Erişim Tarihi, 03.04.2010).

MARNAT, Gary Groth, “Buddism and Mental Health: A Comparative Analysis”, **Religion and Mental Health**, Ed. John F.Schumaker, Oxford University Press, New York, 1992.

MARSHALL, Gordon, “Karizma”, **Sosyoloji Sözlüğü**, Çev. Osman Akınbay, Derya Kömürcü, Bilim ve Sanat Yayınları, Ankara, 1999.

“Maslow ve Kendini Gerçekleştirme Gereksinmesi”, <http://www.pdrcliyiz.biz/maslow-kendini-gerceklestirme-gereksinmesi-t3033.html>, (Erişim Tarihi, 04.04.2011).

MATAJİ, şri, **Meta Modern Çağ**, Çev., Belirtilmemiş, Tasarım Yayınları, İstanbul, 2008.

MATAJİ, şri, **Sahaja Yoga Book One**, Ratnadeep Press, New Delhi, 1982.

Meditation Guide, http://www.sahajayoga.ca/Meditation/how_to_begin_balance.htm, (Erişim Tarihi, 14.02.2010).

Meditation Practices for Health: State of the Research, Kurul, Alberta (Canada), 2007, <http://www.ahrq.gov/downloads/pub/evidence/pdf/meditation/medit.pdf>, (Erişim Tarihi, 30.10.2010).

MICHELIS, Elizabeth de, “A History of Modern Yoga”, **Journal of Alternative Spiritualities and New Age Studies**, London&New York, 2004. <http://www.asanas.org.uk/files/002hammer.pdf>, (Erişim Tarihi, 09.10.2010).

MİLLER, Frederic P., Vandome, F.Agnes, Ed., John McBrewster, **Kundalini Yoga**, Alphascript Publishing, Mauritius, 2009.

“Mooladhara Chakra: The Base”, http://www.adishakti.org/subtle_system/mooladhara_chakra.htm, (Erişim Tarihi, 12.05.2011).

“Mooladhara Chakra”, http://www.sahajvidya.org/SahajVidya/0_Files_SahajVidya/M/Mooladhara_1_Chakra_sec_val2.pdf, (Erişim Tarihi, 12.05.2011).

“Mooladhara Chakra”, <http://www.sahajayogala.org/materials/Turya-course%20Mooladhara.pdf>, (Erişim Tarihi, 12.05.2011).

MORRIS, Gabriel, **Kundalini and the Art of Being**, <http://gabrielmorris.bravehost.com/KundaliniArtBeing.pdf>, (Erişim Tarihi, 10.05.2011).

Muladhara Çakra - Kök Çakra, <http://www.ybd.s5.com/MULADHARA.htm>, (Erişim Tarihi, 12.05.2011).

Naam, <http://tr.wikipedia.org/wiki/Sihizm>, (Erişim Tarihi, 02.06.2011).

Naam, <http://www.sikhiwiki.org/index.php/Naam>, (Erişim Tarihi, 02.06.2011).

Nabhi, <http://www.icselguc.com/cakralar/7-cakra/nabhi-233/>, (Erişim Tarihi, 12.05.2010).

Nabhi Chakra, http://www.sahajvidya.org/SahajVidya/0_Files_SahajVidya/N_O/Nabhi_1_Chakra_sec_val2.pdf, (Erişim Tarihi, 12.05.2010).

Nabhi Chakra, <http://sahaj-az.blogspot.com/search/label/Nabhi%20Chakra>, (Erişim Tarihi, 12.05.2011).

Nabhi akra, <http://members.fortunecity.com/endost/altern/medite/no3.htm>, (Erişim Tarihi, 12.05.2011).

Nabhi Chakra, <http://www.sahajayogala.org/materials/Discovery-course%20Nabhi.pdf>, (Erişim Tarihi, 12.05.2011).

Nadi (Enerji Kanalları) 2 – Pingala Nadi, <http://www.klasikyoga.com/forum/index.php?topic=2631.0>, (Erişim Tarihi, 11.05.2011).

Nadis in Yoga, http://www.sanatansociety.org/yoga_and_meditation/nadis_kundalini_yoga.htm, (Erişim Tarihi, 10.05.2010).

“The Nadis”, http://www.sahajayoga.com.au/book_one/ch-4-the-nadis/, (Erişim Tarihi, 10.05.2010).

Nama, <http://en.wikipedia.org/wiki/N%C4%81ma>, (Erişim Tarihi, 02.06.2011).

NANDAN, Yardı, **Yoga for Control of Epilepsy**, http://yogaspace.es/doc/Yoga_Brain_Neurophysiology.pdf, (Erişim Tarihi, 16.03.2010).

NAKAMURA, Hajime, “Knowledge and Reality in Buddhism”, **Companion Encyclopedia of Asian Philosophy**, Ed. Brian Carr; Indira Mahalingam, London, 1997.

NAUER, Meltem Dirik, “Yoga ve Mesafe”, **Bizim Dergi**, Ocak 2009, S. 13, s. 18, http://www.turk-frauenverein.ch/bizim_dergi/bizim-dergi-09-1.pdf, (Erişim Tarihi, 17.07.2010).

NEKI, J.S., “An Indian İdeal of Mental Health”, **Psychiatry**, C. 38, Feb 1975, <http://www.sahajayogaportal.org/UstMenu1/BilimveEkoloji.aspx>, (Erişim Tarihi, 13.03.2010).

“New Religious Movements in Primal Societies”, **Dictionary of Religions**, Editor, John R. Hinnels, The Penguin Books, 1984.

“New Religious Movements in the West”, **Dictionary of Religions**, Editor, John R. Hinnels, The Penguin Books, 1984.

O’Flaherty, Wendy Doniger, **Hindu Mitolojisi**, Çev. Kudret Emiroğlu, İmge Kİtabevi, Ankara, 1996.

OMAN, Doug, Carl E. Thoresen,; “Does Religion Cause Health?": Differing Interpretations and Diverse Meanings”, **Journal of Health Psychology**, London, Thousand Oaks and New Delhi, C. 7(4), ss. 365–380, http://www.uk.sagepub.com/marks/materials/4_Oman.pdf, (Erişim Tarihi, 25.05.2010).

ONAT, Hasan, “Küreselleşme ve Din”, **Yeni Bir Gelecek Açılırken İnsan ve Din Sempozyumu**, ÇÜİF, Adana, 2001.

“Opening Sahasrara”,
http://www.shrimataji.net/albums/biography/ShriMataji
SelectedBiography_files/frame.htm, (Erişim Tarihi, 03.12.2009).
NirmalaDevi-

“The Origin and History of Yoga”, http://medicalindia.org/Origin%20%26
%20History%20of%20Yoga.pdf, (Erişim Tarihi, 09.10.2010).

“Our Seventh Chakra, Sahasrara”, http://www.peacebypeace.net/images/
Article_on_Sahasrara__pdf_.pdf, (Erişim Tarihi, 18.05.2011).

“Our Vision”, http://www.nirmalprem.org/index.asp?pageid=108, (Erişim
Tarihi, 13.06.2010).

ÖZDOĞAN, Öznur, “Kendini Gerçekleştirme Açısından İnsan Din İlişkisi”,
AÜİFD, 1997, C. 37, ss. 359-375.

ÖZKAN, Ali Rafet, **Kıyamet Tarikatları**, IQ Yayınları, İstanbul, 2006.

PADOUX, Andre, “Kundalini”, **Encyclopedia of Religion**, Ed. Mircea
Eliade, Macmillan Publishing Company, C. 8, New York, 1986.

PARRINDER, Geoffrey, **Mysticism in the World’s Religion**, Sheldon
Press, London, 1976.

PERTUIS, L. Du, “How people recognize charisma: the case of darshan in
Radhasoami and Divine Light Mission”, **Sociological Analysis**, C. 47, ss. 111-124.

PEYYETY, Avinash, “Vibratory Awareness- heralding the Advent of a New
Age of Higher Existence”, **Blossomtimes**, October 2009, C.3, S. 3, ss. 9-10,
http://www.blossomtimes.org/site/index.asp?pageid=85&subpage=135, (Erişim
Tarihi, 12.05.2011).

PIKE, Nelson, “God as Lover and Mother”, **Mystic Union An Essay in The Phenomenology of Mysticism**, Cornell University Press, U.S.A., 1997, ss. 67-86.

“**Pingala Nadi**”, http://www.sahajvidya.org/SahajVidya/0_Files_SahajVidya/P/Pingala_Nadi_sec_val2.pdf, (Erişim Tarihi, 10.05.2010).

POUSSIN, L. De La Vallée, “Nirvana”, **Encyclopedia of Religion and Ethics**, Editor, James Hastings, C. 9, Edinburg, 1994.

POWEL, Nigel, **Meditation Sahaja Yoga**, Corvalis Publishing, London, 2005.

PREBISH, Charles S., “Cakra”, **Historical Dictionary of Buddhism**, The Scarecrow Press, London, 1999.

“**Religion as a Claim, ‘Brainwashing’: Career of a Myth in the United States and Europe**”, www.cesnur.com, (Erişim Tarihi, 11.01.2010).

“**The Right Side**”, <http://sahaj-az.blogspot.com/search/label/Pingala%20Nadi>, (Erişim Tarihi, 11.05.2011).

“**Sahaja Book of Prophecies**”, http://www.adishakti.org/pdf_files_2/sahaja_yoga_book_of_prophecies.pdf, (Erişim Tarihi, 28.03.2010).

“**Sahaja Yoga Daily Practies**”, <http://www.sahaja-yoga.org/>, (Erişim Tarihi, 23.05.2010).

“**Sahaja Yoga İntro Book**”, http://www.sahajayoga.com.au/book_one/ch-4-the-nadis/, (Erişim Tarihi, 10.05.2011).

“**Sahaja Yoga is born**”, <http://www.sahajayoga.org.in/ShriMatajiIntro.asp>, (Erişim Tarihi, 17.04.2010).

“Sahaja Yoga Meditation, Self Realization”

http://www.sahajayogaspirtuality.com/self_realization.html, (Erişim Tarihi, 28.08.2010).

“Sahaja Yoga Nedir”, www.sahajayogaportal.org, (Erişim Tarihi,

28.08.2010).

“Sahaja Yoga'nın Sağlığa Yararları”, [http://www.sahajayogaportal.org/](http://www.sahajayogaportal.org/UstMenu1/BilimveEkoloji.aspx)

UstMenu1/BilimveEkoloji.aspx, (Erişim Tarihi, 13.03.2010)

“Sahaja Yoga Worldwide”, <http://www.sahajayoga.org/worldwidecontacts/>,

(Erişim Tarihi, 07.06.2010).

“Sahasrara Chakra”, [http://www.adishakti.org/subtle_system/sahasrara_](http://www.adishakti.org/subtle_system/sahasrara_chakra.htm)

chakra.htm, (Erişim Tarihi, 18.05.2011).

“Sahasrara Bağlantı ve Bütünleşme”, [http://www.sahajayogaportal.org/](http://www.sahajayogaportal.org/getdoc/294d9780-14e5-4d95-8283-403f95123c51/Saharara.aspx)

getdoc/294d9780-14e5-4d95-8283-403f95123c51/Saharara.aspx, (Erişim Tarihi, 18.05.2011).

“Sahasrara akra-Ta akra”, [http://www.ybd.s5.com/SAHASRARA.](http://www.ybd.s5.com/SAHASRARA.htm)

htm, (Erişim Tarihi, 18.05.2011).

“Sahasrara Chakra”, <http://www.tantra-kundalini.com/sahasrara.htm>,

(Erişim Tarihi, 18.05.2011).

“Sahasrara With Shri Mataji”, [http://sahaj-az.blogspot.com/search/label/](http://sahaj-az.blogspot.com/search/label/Sahasrara%20Chakra)

Sahasrara%20Chakra, (Erişim Tarihi, 18.05.2011).

SALT, Alparslan; Cem Çobanlı, “Yoga”, **Dharma Ansiklopedi**, Dharma Yayınları, İstanbul, 2001.

SALT, Alparslan; Cem Çobanlı, “Yılan”, **Dharma Ansiklopedi**, Dharma Yayınları, İstanbul, 2001.

SANELLA, Lee **Kundalini Psychosis or Transcendence**, <http://www.kundaliniawakeningsystems1.com/downloads/kundalini-psychosis-or-transcendence.pdf>, (Erişim Tarihi, 10.05.2011).

“**Scientific Explanation**”, <http://www.sahajayoga.org.in/ScientificExplanation.asp>, (Erişim Tarihi, 12.05.2011).

“**Self-realization**”, <http://en.wikipedia.org/wiki/Self-realization>, (Erişim Tarihi, 04.04.2011).

“**Self-realization**”, http://www.self-realization.com/articles/self_realization.htm, (Erişim Tarihi, 04.04.2011).

Self Realisation, <http://www.sahajayoga.org.in/SelfRealization.asp>, (Erişim Tarihi, 19.03.2010).

SERED, Susan, **What Religion Teaches about Healing and What Healing Teaches About Religion**, <http://www.hds.harvard.edu/csww/resources/print/rhb/body/02.sered.pdf>, (Erişim Tarihi, 11.06.2010).

SHARMA, V.K., S. Das, S. Mondal, U. Goswami, A. Gandhi, “Effect of Sahaj Yoga On Neuro-Cognitive Functions in Patients Suffering From Major Depression”, **Indian J Physiol Pharmacol**, C. 50 (4) 2006, ss. 375–383, http://www.ijpp.com/vol50_4/375-383.pdf, (Erişim Tarihi, 17.05.2010).

SHATTUCK, Cybelle, **Hinduism**, Routledge Publication, London, 1999.

“Shri Mataji Nirmala Devi”, <http://www.sahajayoga.ca/shrimataji/>, (Erişim Tarihi, 31.10.2010).

“Shri Mataji Nirmala Devi, Sahaja Yoga’nın Kurucusu, Sahaja Yoga’nın dñnyanın dört bir yanına yayılması”, <http://www.sahajayogaturkey.f2s.com/mataji.html>, (Erişim Tarihi, 11.12.2009).

“Shri Mataji Nirmala Devi, Sahaja Yoga’nın Kurucusu, Hindistan'ın Özgürlüğü için Mücadele”, <http://www.sahajayogaistanbul.org/shrimataji.html>, (Erişim Tarihi, 10.03.2010).

Shri Mataji’s Birth, http://www.shrimataji.net/albums/biography/ShriMatajiNirmalaDevi-SelectedBiography_files/frame.htm, (Erişim Tarihi, 10.03.2010).

Shri Mataji’s Husband Sir C. P. Srivastava, http://www.sahajayoga.org/sir_cp_srivastava.asp, (Erişim Tarihi, 31.10.2010).

“The Significance Of Self-Realisation”, <http://www.sahajayoga.org.in/SelfRealization.asp>, (Up. 2005-2010), (Erişim Tarihi, 13.010.2009).

SİNANOĞLU, Ahmet Faruk, “Toplumsal Değişim ve Din”, **Hikmet Yurdu**, Yıl:1, S.2, (Temmuz-Aralık / 2008), <http://www.hikmetyurdu.com/sayilar/sayi2/2-sinanoglu.pdf>, (Erişim Tarihi, 18.07.2010).

SING, Datta, **Kundalini Yoga as Taught by Yogi Bhajan**, http://www.goldenbridgeyoga.com/uploads/pdf/Beginners_Guide.pdf, (Erişim Tarihi, 10.05.2011).

“Sitar”, <http://www.sahajayogaportal.org/getdoc/1eeb0efe-acc4-446a-a345-0ac2c020d3f1/Enstrumanlar.aspx>, (Erişim Tarihi, 23.04. 2010).

“The Six Câkrâ in the Human Body”, <http://www.mysteryofmystery.com/Library/PDF/Aleister%20Crowley%20%20Six%20Chakra's%20in%20the%20Human%20Body.pdf>, (Erişim Tarihi, 11.05.2011).

SMITH, M. R., “Yoga in America... What Went Wrong?”, **Morningside School of Yoga and Physical Culture**, April, 2003, <http://www.morningsideyoga.com/YogaInAmerica.pdf>, (Erişim Tarihi, 18.10.2010).

STACE, Walter Terence, **Mysticisim and Philosophy**, Mac Millan Press, London, 1960.

“The Subtle System”, <http://sahajayogawa.com/?id=17>, (Erişim Tarihi, 10.05.2010).

Sushumna Nadi, <http://sahajayogawa.com/flash/home.swf>, (Erişim Tarihi, 11.05.2010).

Sushumna Nadi, http://www.sahajvidya.org/SahajVidya/0_Files_SahajVidya/S/Sushumna_Nadi_sec_val2.pdf, (Erişim Tarihi, 11.05.2011).

Swadisthan, http://www.sahajayogaportal.org/App_Themes/SY/eller/swadhistana.swf, (Erişim Tarihi, 12.05.2011).

Swadishthan Chakra, <http://www.sahajayogala.org/materials/Discovery-course%20Swadisthan.pdf>, (Erişim Tarihi, 12.05.2011).

Swadisthan Chakra - Aortic plexus, <http://www.sahajayoga.ca/Presentation/Swadisthan.html>, (Erişim Tarihi, 12.05.2011).

Swadishthan Chakra, http://www.meditate4free.co.uk/more_chakra_exp.htm, (Erişim Tarihi, 28.05.2010).

“Tabla”, <http://www.sahajayogaportal.org/getdoc/1eeb0efe-acc4-446a-a345-0ac2c020d3f1/Enstrumanlar.aspx>, (Erişim Tarihi, 23.04.2010).

TATYANA, Selezneva, **The Effect of the Subtle Vibration on the Immunological Parameters of Blood**, <http://www.sahajayogaportal.org/UstMenu1/BilimveEkoloji.aspx>, (Erişim Tarihi, 13.03.2010).

THRAMEER, E. “Health and Gods of Healing”, **Encyclopedia of Religion and Ethics**, Editor, James Hastings, C. 6, Edinburg, 1994.

TIPPING, Emiliy, **East Meets West in Yoga Tradition**, <http://www.ucis.pitt.edu/main/intl/2002/Intl2002-Medicine.pdf>, (Erişim Tarihi, 18.10.2010).

TKACHENKO, Lyudmila, **Sudaki Vibrasyonların Etkileri Üzerine Araştırma**, <http://www.sahajayogaportal.org/getdoc/8884361a-1ff2-4b04-99d4-c6990b830c5e/Link5.aspx>, (Erişim Tarihi, 13 Mart 2010).

TOBLER, Helen, “A Meditative Approach to Menopause”, **The Weekend Australian**, Edition 1, Sat. 13 Jul. 2002, <http://www.sahajayogaportal.org/UstMenu1/BilimveEkoloji.aspx>, (Erişim Tarihi, 13.03.2010).

“The Truth about Kundalini”, http://www.angelfire.com/zine/sychinese/kundalini_truth.PDF, (Erişim Tarihi, 10.05.2011).

TUREK, Greg, **A Seeker’s Journey**, Knowledge of Reality Publishing, Taree, 1995.

TÜRKDOĞAN, Orhan, “Türk Toplumunda Yeni Dini Hareketler ve Cemaatlaşma”, **AÜİFD**, Özel Sayı, 1999.

ULUÇ, Özlem, **Yeni Dini Hareketler**, MÜSBE, İlahiyat Anabilim Dalı Din Sosyolojisi Bilim Dalı, (Basılmamış Yüksek Lisans Tezi), İstanbul, 2006.

ÜNVER, Süheyl, **Tıp Tarihi (Tarihten Evvelki Zamandan İslam Tababetine Kadar)**, İstanbul Üniversitesi Yayınları, İstanbul, 1938.

“Vishuddhi Chakra”, http://www.adishakti.org/subtle_system/vishuddhi_chakra.htm, (Erişim Tarihi, 17.05.2011).

Vishuddhi Chakra, http://www.sahajvidya.org/SahajVidya/0_Files_SahajVidya/U_V/Vishuddhi_1_Chakra_sec_val2.pdf, (Erişim Tarihi, 17.05.2011).

Vishuddhi Chakra Summary, http://www.sahajvidya.org/SahajVidya/0_Files_SahajVidya/U_V/Vishuddhi_5_Summary_sec_val2.pdf, (Erişim Tarihi, 17.05.2011).

“Vishnu”, **Encyclopedia of World Mythology**, Editor, Rebecca Parcs, Cengage Learning, America, 2009.

“Void”, http://www.meditate4free.co.uk/more_chakra_exp.htm, (Erişim Tarihi, 12.05.2011).

“The Void”, <http://www.apsahaj.org/chakras.html>, (Erişim Tarihi, 12.05.2011).

WACH, Joachim, **Dinler Tarihi**, Çev. Fuat Aydın, Ataç Yayınları, İstanbul, 2004.

“What is Yoga”, http://www.durvasula.com/Taranga/what_is_yoga.pdf, (Erişim Tarihi, 09.10.2010).

“What is Yoga”, <http://www.evelinebodymindspirit.com/articles/6.pdf>,
(Erişim Tarihi, 15.10.2010).

WILCOX, Julie, **The Pingala Nadi**, <http://www.ishtayoga.com/articles/53>,
(Erişim Tarihi, 11.05.2011).

WILKINS, J., “Ganesha”, **Hindu Mythology Vedic and Puranic**, William
Cloves and Sons Limited, London, 1882.

WILKINS, J., ”Lakshmi”, **Hindu Mythology Vedic and Puranic**, William
Cloves and Sons Limited, London, 1882.

WILKINS, J. “Kali” . **Hindu Mythology Vedic and Puranic**, William
Cloves and Sons Limited, London, 1882.

WILKINS, J. “Kalki” **Hindu Mythology Vedic and Puranic**, William
Cloves and Sons Limited, London, 1882.

WILKINS, J., “Saraswati” **Hindu Mythology Vedic and Puranic**, William
Cloves and Sons Limited, London, 1882.

YASDIMAN, Hakkı şah, “Yehova şahitleri’nin Teşkilat Yapısı ve
Türkiye’deki Faaliyetleri (1)”, **DEÜ İlahiyat Fakóltesi Dergisi**, S. 21, İzmir, 2005,
ss.193-221.

YASDIMAN, Hakkı şah, “Yehova şahitleri’nin Teşkilat Yapısı ve
Türkiye’deki Faaliyetleri (2)”, **DEÜ İlahiyat Fakóltesi Dergisi**, S. 22, İzmir, 2005,
ss.115-133.

YASDIMAN, Hakkı şah, **Dinler Tarihi Yazıları (1): Tarihçe, Metot,
Problemler**, İlkem, İzmir, 2002.

YİTİK, Ali İhsan, **Doğu Kökenli Bazı Dinsel Düşünce ve Uygulamalar**,
http://www.yeniumit.com.tr/yazdir.php?konu_id=1323, (Erişim Tarihi, 19.06.2010).

YİTİK, Ali İhsan, “Hare Krişna Hareketi”, **DEÜİFD**, C.13, İzmir, 2001, ss.
93-107.

YİTİK, Ali İhsan, **Hint Dinleri**, İzmir İlahiyat Vakfı Yayınları, İzmir, 2005.

“Yoga”, <http://tr.wikipedia.org/wiki/Yoga>, (Erişim Tarihi, 31.05.2011).

“Yoga for Health: An Introduction”, National Institutes of Health, U.S.
Department of Health and Human Services, http://nccam.nih.gov/health/yoga/D412_BKG.pdf, (Erişim Tarihi, 20.06.2010).

Yoga Glossary, <http://www.healthandyoga.com/yogaglossary.pdf>, (Erişim
Tarihi, 09.10.2010).

“Yoga Hakkında Bilmek İstedığınız Her Şey”, **Hindistan’a Bakış**, Ağustos-
Eylül, 2004, http://yogamerkezi.org/dosyalar/BasindaBiz/pdf/BasindaBiz_11.pdf,
(Erişim Tarihi, 17.06.2010).

Yoga History, Beliefs, and Practices, [http://www.lcms.org/graphics/assets/
media/CTCR/Yoga.pdf](http://www.lcms.org/graphics/assets/media/CTCR/Yoga.pdf), (Erişim Tarihi, 09.10.2010).

“Yoga in Asia—Mimetic History: Problems in the Location of Secret
Knowledge”, [http://muse.jhu.edu/login?uri=/journals/comparative_studies_of_south_
asia_africa_and_the_middle_east/v029/29.2.alter.pdf](http://muse.jhu.edu/login?uri=/journals/comparative_studies_of_south_asia_africa_and_the_middle_east/v029/29.2.alter.pdf), (Erişim Tarihi, 15.10.2010).

Yogi Madhvacharya, Michael Beloved, **Yoga Sutras of Patañjali**, Brooklyn
2007, <http://tera-3.ul.cs.cmu.edu/Docs/Yoga-Sutras.pdf>, (Erişim Tarihi, 30.05.2010).

Yoga Nedir, <http://www.sahajayogaportal.org/Home/YogaNedir.aspx>, (Up. 2007), (Erişim Tarihi, 10.04.2010).

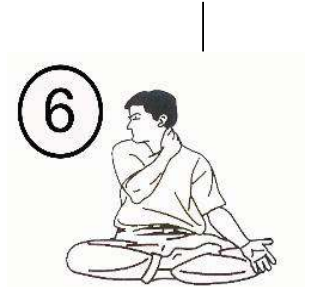
Yogi Mahajan, **The Ascent**, Life Eternal Trust Publications, Kothrud, 1989.

ZIMMER, Henrich, **Myth and Symbols in Indian Art And Civilization**, Ed. Joseph Campbell, Princeton University Press, Washington, 1974.

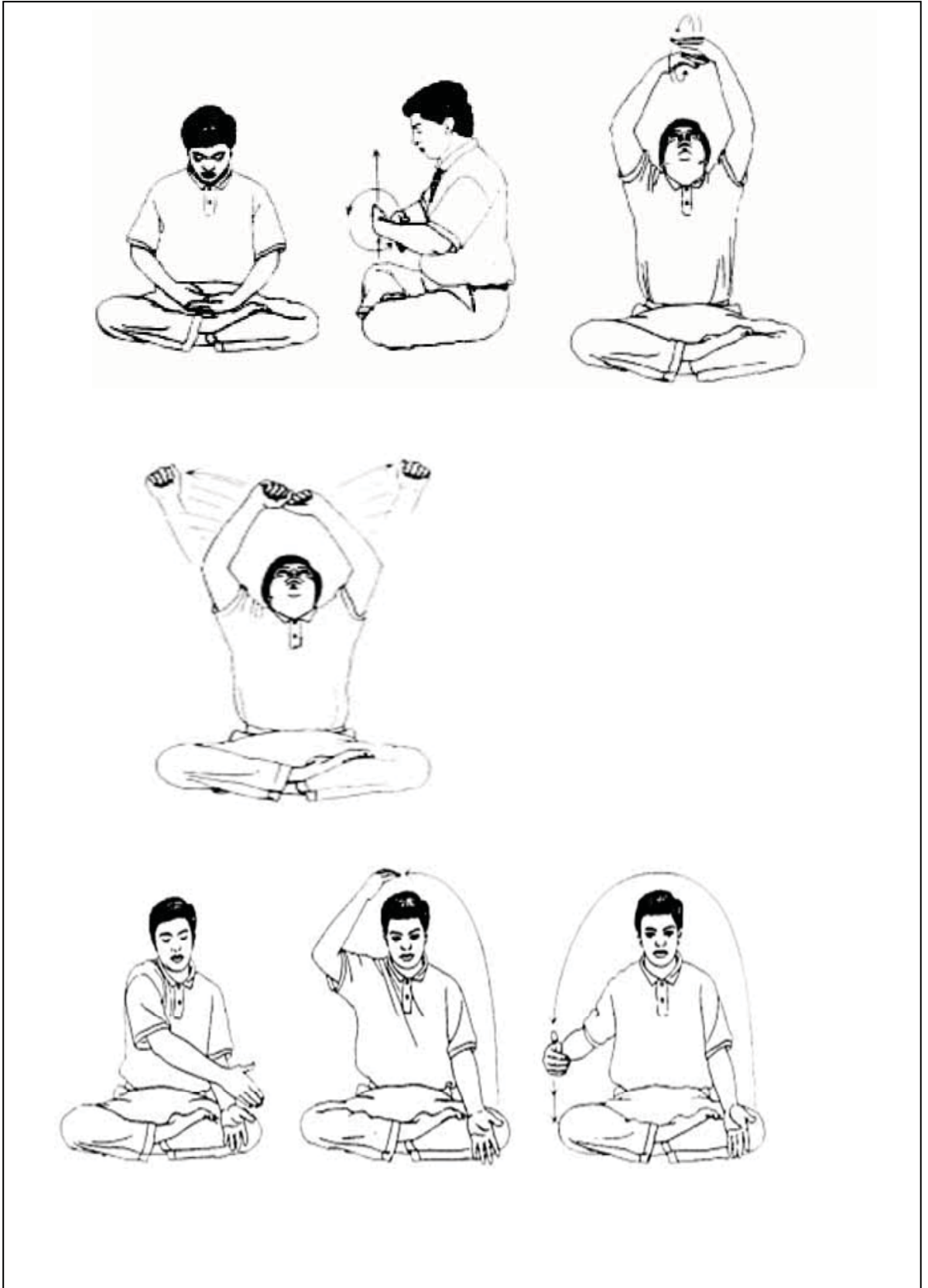
ZIMMER, Henrich, **Hint Sanatı ve Uygarlığında Mitler ve Simgeler**, Çev. Gül Çağalı Güven, Kabalcı Yayınları, İstanbul, 2004.

EKLER:

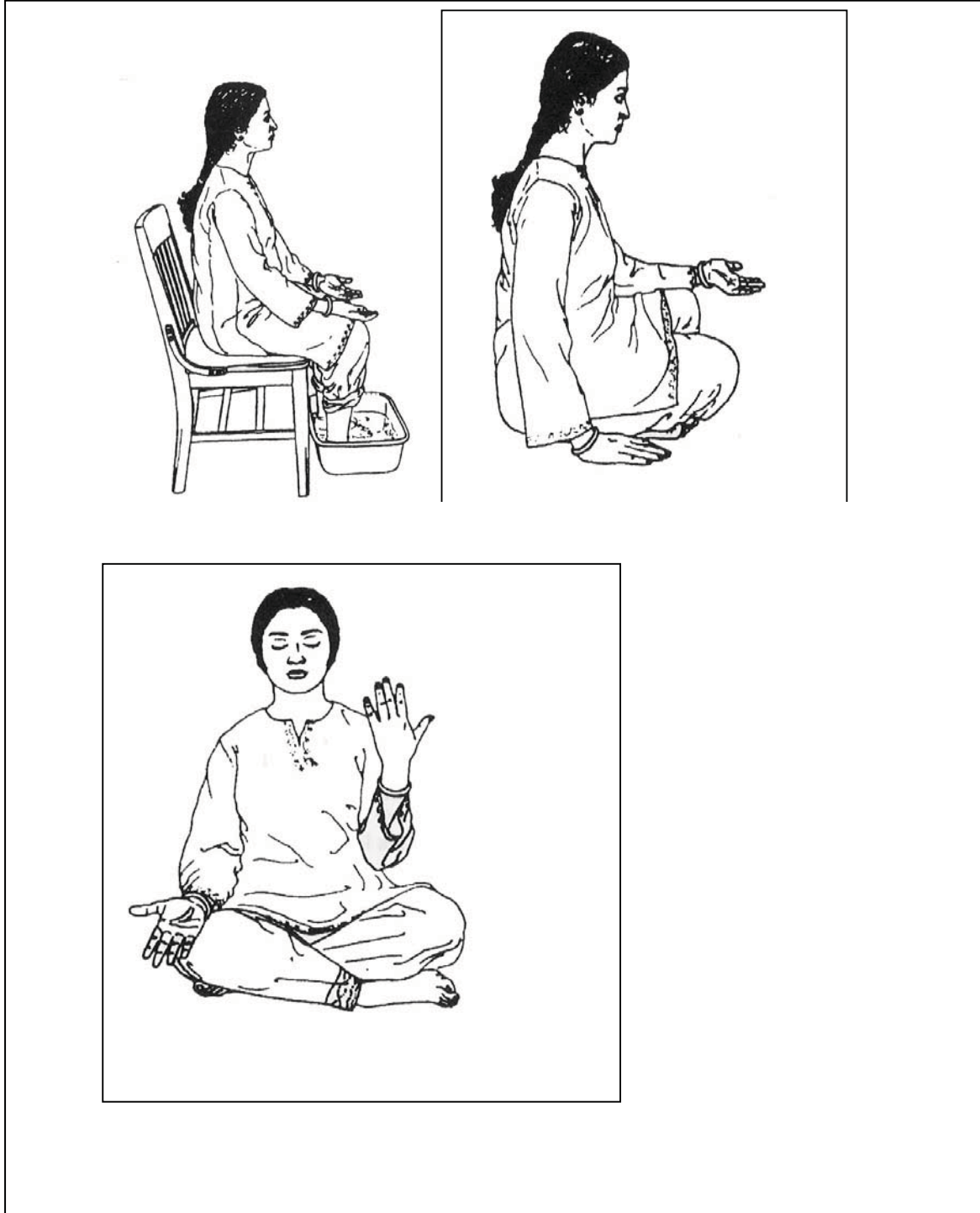
EK 1. AYDINLANMA MEDİTASYONU



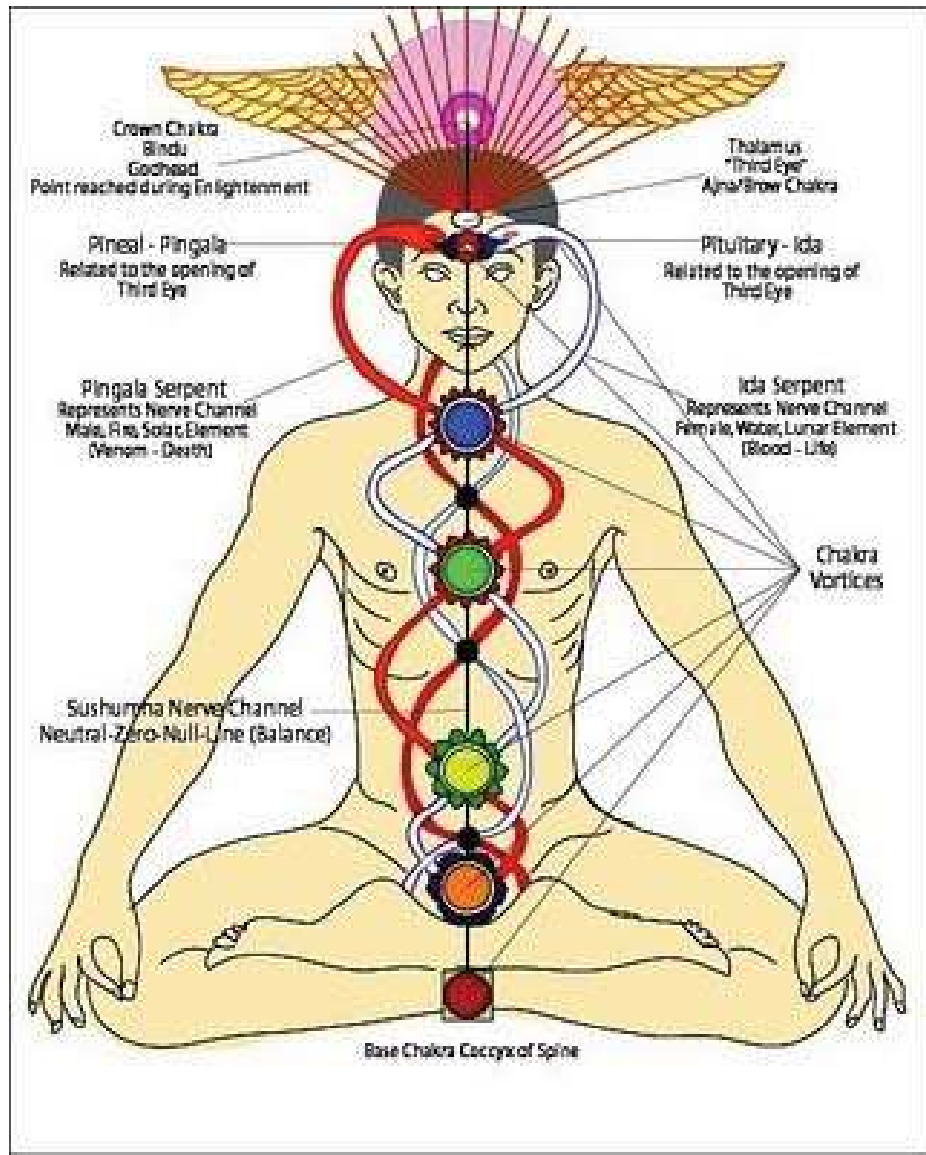
EK 2. BANDAN VEREREK KUNDALİNİYİ KORUMA



EK 3. TUZLU SU UYGULAMASI VE NADİLERİ DENGELEME



EK 4. NADİLER VE ÇAKRALAR



EK 5. ŞRİ MATAJİ’NİN MUCİZEVİ OLDUĞUNA İNANILAN
FOTOĞRAFLARI

(Bu fotoğraflarda görülen ışığın Şri Mataji’nin kutsallığından
kaynaklandığına inanılmaktadır.)

