

İnsan Ömrü Nasıl Uzatılır

– Bulem hatun · 29 Aralık 2013

İnsanlık tarihi olarak çok geçmiş olsun efendim. Allah(c.c) insanlığımıza uzun ömürler versin. Maya takvimini bitirdik kazasız-belasız. Kışın girişinde yeni takvimimizi de hazırladık geçen verdiğimiz tarif üzere. Bundan böyle sıra uzuuuuuuuuuuun uzun yaşamaya geldi. Son beş-altı yıldır medyada uzun ve sağlıklı yaşamak adına o kadar çok vurgu yapılıyor ki hepimiz uzman kesildik. Bir yandan ömrümüzü uzatmaya çalışıyorlar diğer yandan intiharlar, cinayetler, kazalar.. Bir tezattır gidiyor! Gitsin bakalım, sallayın gitsin... Oysa bilmiyorlar ki insan ömrü öyle otlar-çöpler, hoplamaıyla-zıplamaıyla, nefes almayla-koklamayla uzamaz. Şimdi size hiiiiiiiiiiç duymadığınız bir cümle söyleyecem: " Her şeyyy beyinde başlar...Beyinde biter!..."

Öyle diyorlar. Sen istersen uzun yaşarsın istemezsen kısa! İstersen iyileşirsin hastalıktan, istemezsen ölümü tercih edersin!..

Fesubhanallah. On yaşında bir Akdeniz anemisi çocuğun bilinçaltında iyileşmeyi istemeyecek ne karmaşası vardır kimbilir..

Ve yavrularına doyamadan, onların anneye en çok ihtiyacı olduğu dönem olduğunu bilip dururken, ona sen iyileşmeyi gerçekten istemiyorsun da ondan iyileşemiyorsun, bitir bunu beyinde diyerek yüklenmenin mantığı ne? Kim istemez ki?

Siz tüm bunları boş verin. Benim diyeceklerimi dikkatle hıfz edin. Ta ki bilinç altınıza işlesin. Size uzun ömürlü olmanın sırlarını öğreteceğim. Madem herşey beyinde bitiyor, bizde beynimizle oyun oynarız biraz. Bunların birini veya hepsini kullanabilir siniz tercihen. Öncelikle işe ömür algısından ve tanımdan başlayalım. Uzun ömür bir insanın kaç yıl yaşadığıyla tanımlanır. Peki yıl nedir? Güneş- ay astronomik durumlar filan. Ömrünün uzunluğunu- kısalığını güneşe-aya bağlamak zorunda mısın kardeşim? Kendi kriterini kendin koy. Nasıl mı? Diyelim ki 200 yıl yaşamak istiyorsun. Ama şimdiki durumun gösteriyor ki 70-80 lerde veda edicen bu gezegene. O halde yaklaşık üç katı fazla yaşıyor olmalısın ki yaşam hedefini tutturabilesin. İşte bilim yine burda imdadımıza yetişir. Ben emsaller hatırlar ortaokulda modüler matematik diye bir konumuz vardı. Sayıların katlarıyla ve eldeliklerle ilgili. Bir gün 24 saatte biter. İsterseniz kendinize yeni bir saat düzenleyip günü 8 saatte bitirebilirsiniz. Böyle olunca onların bir günü sizin için kocaman üç gün eder dolayısıyla ömrünüz de üç katına çıkmış olur...

Eldelikler deyince aklıma geldi. Rehabilitasyon merkezinde çalışan bir öğretmen arkadaşım anlatmıştı: Zihinsel engelli öğrencisine çıkarma işlemi öğretmeye çalışıyor. büyük sayı küçük sayıdan çıkmaz diyor. o zaman gidip komşudan bir onluk alcaz diyor. Çocuk bunu ev komşularıyla ilgili zannedip hangi komşudan alcaz öğretmenim diyor . Öğretmeni de en yakın komşudan alırsın diyor.. Çocuk eve gittiğinde annesine diyorki "anne biz berna teyzelerden on lira alcakmışız öğretmenim öyle dedi. Berna teyze de aynı katta oturdukları yan komşuları olurmuş. Böyle engelli çocuklar bazen takıntılı olur öğretmenin emri yada ödevi gibi algılar bazı bilgileri. Annesine illaki komşudan on lira alması için ısrar edince kadın dayanamayıp gecenin bi saatinde öğretmeni arar ve bu komşudan onluk alma meselesinin

nereden icap ettiğini sorar! Sizin anlayacağınız hepsi tam...Neyse öğretmen de onluk almanın bir işlem tabiri olduğunu anlatır veliye...

Ömrünüzü uzatmanın diğer bir yolu da bu günkü hayatınızı geçmişle mukayese etmenizdir. At arabasıyla İstanbul'dan Bursa'ya kaç günde giderdiniz? Üç günde. Şimdi kaç günde gidiyorsunuz 3-5 saate. El insaf yani bakın o insanların ömrüne göre on kat daha fazla yaşıyorsunuz öyle değil mi? Diyelim çamaşır makinası daha icad edilmedi. Dere kenarına kazanı kurdunuz sabahtan akşama kadar çamaşır tokaçlamaktan kollarınız kas yaptı. Gitti güzelim bir gününüz. Diyelim beş çocuk yaptınız. Bunların çamaşırını elde yıkıyorsunuz, yanına kaynana-kaynata çamaşırı ilavesi de yaptınız. Haftada iki gün dere kenarındasınız. Peki şimdi kaç gün çamaşır ile ömür tüketiyorsunuz? Hiç... Hiç elinizi sürmeden yıkıyor çamaşır. Yorulmuyorsunuz ve zaman harcamıyorsunuz, yazın burayı da ömür defterinize.. Oh oh ömrünüz nasıl da artıyor.

Peki ya siz beyefendiler siz hiç ne kadar karda olduğunuzun farkında mısınız? Avlanırken yırtıcı hayvanların saldırısına uğrayıp parçalanma riskiniz var mı? İki bir seferberliğe yada ihtiyat askerliğine çağrılıyor musunuz? Ömrünüzün yarısı cephelerde geçiyor mu? İçinizdeki savaşma güdülerini o kendi ayağınızla gittiğiniz maçlarda patlak vermiyor mu? Öküzle çift sürdünüz mü hiç? On dönümü üç-dört günde öküzlerle bir adım atarak dolana dolaana anca sürerdiniz. Şimdi traktörle ne kadar sürer? Çok olsun yarım gün..Oh oh ziyade olsun kaç gün fazladan ömür kazandınız. Sonuçta ömür tüketmek değil mi yaşam dedikleri...Bu arada kadınlarını düşünüp dikiş makinası, çamaşır makinası, bulaşık makinası icad eden bilim "Adamlarına" minnet hislerimi iletmeyi bir bor bilirim. İncelik etmişler . Oysa elde çamaşır yıkayan onlar değillerdi!

Birde kaybettiğiniz zamanlara boşa geçirdiğiniz yıllara bir bakalım. Şimdiki yeni eğitim yaşı düzenlemesine göre neredeyse ana kucağından hoppidik okula atılıyorsunuz. Git babam- gel babam 20 yıl kürek pardon kalem-defter mahkûmusunuz. Sonuçta geriye baktığınız da elinizde kalan bir dosya kağıdı büyüklüğünde diploma denilen bir vesika ki..Onunla bir şey olmuyor ama onsuz da olmuyor! Adamdan saymıyorlar sizi. Gitti mi hayatın en güzel yirmi yılı? Eeee? Bazıları da uzun ömrü laf olsun diye izliyorlar. Oysa uzun yaşamakla yapacakları hiç bi halt yok. kısa ömründe ne işe yaramış ki uzunuda ne yapacak! bazı kısa ömürlüler de gelmiş geçmiş ki bu dünyadan onların yaptıkları ömürlere sığmaz.

Bazıları ömrü toplam alınan nefes sayısı olarak hesaplar. Ay-gün cinsinden değil soluk cinsinden. Temel bir-kaç gündür hızlı hızlı soluk-alıp veriyormuş. akadaşı sormuş: Ne bu halin Hastamısın da? Yok demiş temel. Nefes sayımı arttırarak ömrümü uzatmaya çalışıyorum...bu hesaba göre soluk soluğa kalan astım hastaları en uzun ömürlü sayılır, üzülmesinler...

Dedik ya herşey beyinde başlar beyin de biter. İşte ömrümüz de böyle...Yaşama dair bakış açını değiştir ömür kazan! Şimdilik bu kadar olsun. daha fazla sizi meşgûl ederek ömrünüzden çalmıyım! Herşey gönlünüzce olsun...

Bir sonraki yazımda ölmeyi hiç kabullenemeyenleri, reenkarnasyon yani tekrar tekrar dünyaya geliş inananları anlatacaım.