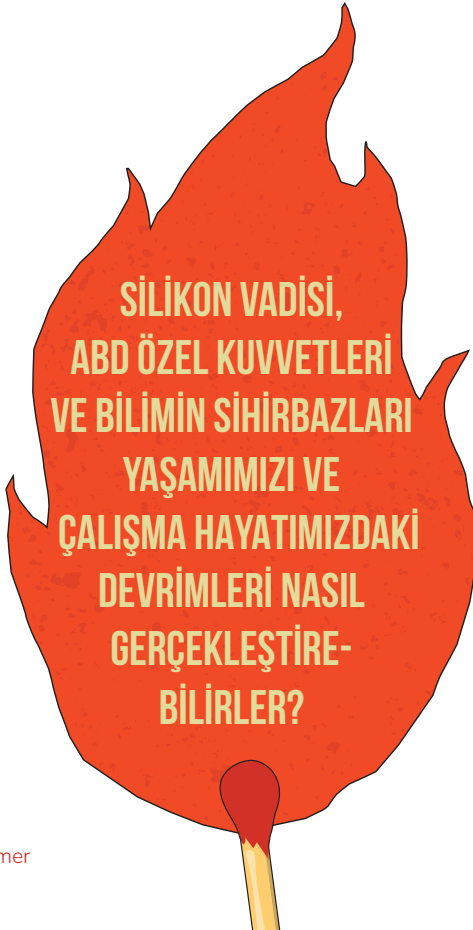


**STEVEN KOTLER &
JAMIE WHEAL**

ATEŞİ ÇALMAK



Çeviren: İrem Sağlamer

ATEŞİ ÇALMAK

Translated from the English Language edition of STEALING FIRE, the Navy SEALs, and Maverick Scientists Are Revolutionizing the Way We Live and Work by Steven Kotler & Jamie Wheal, originally published by HarperCollins. This edition arranged AnatoliaLit Agency. Copyright © 2017 by HarperCollins. Turkish translation Copyright © 2022 by Sola Unitas. All rights reserved.

Tüm hakları saklıdır. İngilizce orijinali HarperCollins tarafından “STEALING FIRE, the Navy SEALs, and Maverick Scientists Are Revolutionizing the Way We Live and Work” adıyla yayımlanmıştır. Bu eser Kayı Ajans aracılığıyla alınmıştır. Bu eserin çeviri sorumluluğu Sola Koç, Eğ. Dan. Hiz. A.Ş.’ye aittir. Bu kitabın hiçbir bölümü yazılı izin alınmadan kopyalanamaz ya da çoğaltılamaz.

SOLA UNITAS - SOLA KIDZ

Şakayık Sok. No: 40/8 Kat: 2 Teşvikiye Şişli/İSTANBUL

Telefon: 0212 939 76 52 - E-posta: solaunitas@solaunitas.com

www.facebook.com/solayayinlari

www.twitter.com/solaunitas

www.instagram.com/solaunitasyayinlari

www.instagram.com/solakidz

<https://kitap.solaunitas.com>

ISBN:

Yayıncı Sertifika No: 45798

1. Baskı: İstanbul 2022

İmtiyaz Sahibi: Umut Kısa

Genel Yayın Yönetmeni: Buket Konur

Çeviren: İrem Sağlamer

Editör: Gülnur Gözübek

Redaksiyon: Ogün Özdemir

Son Okuma:

Mizanpaj: Özkan Köse

Kapak Tasarımı: Özkan Köse

Orijinal Adı: STEALING FIRE, the Navy SEALs, and Maverick Scientists Are Revolutionizing the Way We Live and Work

BASILDIĞI YER

Deren Matbaacılık A mbalaj Sanayi ve Ticaret Limited Şirketi

Yakuplu Mah. 194 Sok. 3. Matbaacılar Sitesi No: 337/338 Beylikdüzü/İstanbul

Sertifika No: 47881

© Bu kitabın tüm yayın hakları Sola Koç, Eğ. Dan. Hiz. A.Ş.’ye aittir. Yazılı izin alınmadan kısmen veya tamamen hiçbir yolla kopya edilemez, çoğaltılamaz ve dağıtılamaz.

ATEŞİ ÇALMAK

Silikon Vadisi, ABD Özel Kuvvetleri ve Bilimin
Sihirbazları Yaşamımız ve Çalışma Hayatımızdaki
Devrimleri Nasıl Gerçekleştirebilirler?

STEVEN KOTLER &
JAMIE WHEAL

Olmazsa olmazlarım Julie, Lucas ve Emma için.

J.W.

William James için, oraya herkesten önce sen gittin.

S.K.

İÇİNDEKİLER

Giriş

Bitmeyen Hikâye	11
Tesadüfi Prometeuslar	14

KISIM BİR: EKSTASİS OLAYI

Birinci Bölüm: Bu Ateş Nedir?

Şalter	21
Ninja Suikastçilerinin Yüksek Maliyeti	24
Google Ava Çıkıyor	30
Ecstasis Korsanlığı	35
Zihin Jimnastiği	38
Değişen Durumlar Ekonomisi	41

İkinci Bölüm: Neden Önemli?

Ecstasis Elçisi	47
Diğerkâmlık	51
Zamansızlık	54
Zahmetsizlik	56
Zenginlik	59
Habis Sorunlara Habis Çözümler	61

Üçüncü Bölüm: Neden Kaçırıldık

Sınırın Ötesinde	67
Kilisenin Sınırı	68
Bedenin Sınırı	72
Devletin Sınırı	77
Kavalcılar, Kültler ve Komünistler	82

KISIM İKİ: EKSTASİSİN DÖRT GÜCÜ

Dördüncü Bölüm: Psikoloji

Dönüşümün Çevirisi	89
Çanlar Tolle İçin Çalıyor	91
Mad Men	93
Sıradışı Cinsellik	97
Her Derde Deva	103
Değişen Durumlardan Değişen Özelliklere	107

Beşinci Bölüm: Nörobiyoloji

Kavanozun Dışında	111
Yüzümü Hissetmiyorum	112
Yapay Zekâ Terapisti	116
Önbiliş Burada (Ama Sen Bunu Zaten Biliyorsun)	119
Nöroteolojinin doğuşu	123
İşletim Sisteminden Kullanıcı Arayüzüne	128

Altıncı Bölüm: Farmakoloji

Herkes Kafayı Bulmalı	133
Psikedeliklerin Babası	137
Uyuşturucu Etkisindeki Beyin	142
Hiperuzay Sözlüğü	145
Arzu Molekülleri	151

Yedinci Bölüm: Teknoloji

Dean'ın Karanlık Sırrı	155
Gecenin Gümbürtüsü	159
Dijital Şaman	163
Aydınlanma Mühendisliği	166
Akış Dojo	169

KISIM ÜÇ: ELEUSIS'E GİDEN YOL

Sekizinci Bölüm: Ateşi Yakalamak

Geleceğin Kum Havuzu	177
Set Yıkıldığında	183
Brahminleri Devirmek	188
Main Street'te Tam Zamanında	194
Güneşin Altında Yeni Bir Şey Yok	198

Dokuzuncu Bölüm: Evi Yakmak

Süper Katır	202
Şalter Kimin Kontrolünde	205
Ajanlarla Çılgınlar	207
Soma, Leziz Soma!	214
Esime Özgür Olmak İstiyor	220

Onuncu Bölüm: Haz Mühendisliği

DZZZ'nin "Bilinen Sorunları"	223
Diğerkâmlık: Mesele Sen Değilsin	224
Zamansızlık: Mesele Şimdi Değil	225
Zahmetsizlik: Mutluluk Bağımlısı Olma	227
Zenginlik: Çok Derine Dalma	228
Ecstasis Denklemi	231
Haz Takvimi	234
Her Şeyde Bir Çatlak Var	239

Sonuç

Kürek mi Çekersin Yoksa Uçar mısın?	243
Sonradan Düşünmek	245

Teşekkür 247

Ayrıntılar Üzerine Küçük Bir Not 249

Notlar 257

Yazarlar Hakkında 307

GİRİŞ

Bitmeyen Hikâye

Kimi devrimler patlayan silahlarla, kimileriyse bir partiyle başlar. Bu devrim, Atina'da MÖ 415'te bir cuma gecesi başladı. Tanınmış Yunan general ve politikacı Alcibiades, tarihe en rezil içki âlemlerinden biri olarak geçecek gece için villasına birkaç yakın arkadaşını davet etmişti. Bir başrahibin çalıntı cüppesini giyerek mermer merdivenden aşağı süzüldü, yasaklı büyüleri sözleri mırıldandı ve süslü püslü bir sürahiyi ortaya çıkardı. Her konuğun kadehine, sürahinin içindeki koyu renkli sıvıdan dikkatle birer damla koydu. Birkaç sözcükle birlikte coşkulu sesler yükseldi ve ardından herkes kadehini kafaya dikti.

Bir saat bile geçmeden etkiler ortaya çıktı. “Korku, dehşet, titreme, aşırı terleme ve yoğun bir sersemlik bizi etkisi altına aldı,” diye anlattı tarihçi Plutarkhos daha sonra. “Ama, kafayı bulduktan sonra şahane çayirlara gittik, orada en temiz havayı soluyup kutsal konserleri ve söylevleri dinledik; kısacası orada göksel hayallere daldık.” Gün doğduğunda bu hayaller silinmiş, yerini gerçek dünyanın yankıları almıştı. Alcibiades’in yasadışı partisinin tetiklediği olaylar zinciri onun Atina’dan kaçması, ölüm cezasından kurtulması, hükümetine ihanet etmesi ve sevgili öğretmeni Sokrates’in yargılanıp idam edilmesine giden sürecin başlamasıyla sonuçlanacaktı.

Çok yakışıklı, dilbaz ve hırslı Alcibiades'in kusurları, yetenekleri kadar fazlaydı. Sokrates'e en derin sırları karşılığında sevişme teklif etti. Karısı onu zamparalıktan boşayamadan, onu saçlarına yapışıp sürükleyerek mahkemeden attı. Siyasal olarak iki taraflı oynuyordu ve sadık olduğu tek şey kariyeriydi. Rakipleri o skandal geceyi öğrenince, '*kikeon*'u, konuklarıyla paylaştığı o kutsal iksiri çaldığı için Atina'nın en yüksek mahkemesine ihbar etti. Ölüm cezası alabileceği bir suçla, Gizemler'e saygısızlıkla gıyabında yargılandı.

Eleusis Gizemleri, sadece herhangi bir gizem de değildi. Batı felsefesi üzerinde çok büyük etkisi olan ve seçilmişlerinin arasında Yunanistan'ın en tanınmış yurttaşlarının bulunduğu iki bin yıllık bir erginleme ritüelidir. Platon'un *biçimler dünyası* ve Pisagoras'ın *kürelerin müziği* bu törenlerden etkilenmişti. "Gizemlerimizin çok gerçek bir anlamı vardı," diye açıklamıştı Platon, "[Eleusis]'te arınan ve ona kabul edilen adam, tanrılarla beraber yaşayacaktır." Cicero daha ileri giderek törenleri Yunan başarısının doruğu olarak nitelemişti: "Atina'nın yarattığı ve insan yaşamına bahsettiği pek çok mükemmel ve kutsal kurumun arasında bence Gizemler'den daha iyisi yoktur... [Onlarda] Yaşamın gerçek ilkelerini algılayınız ve sadece mutluluk içinde yaşamayı değil iyimser bir umutla ölmeyi de öğreniriz."

Daha çağdaş terimlerle, Eleusis Gizemleri standart referans çerçevelerinin dışına çıkmak, bilinci derinlemesine değiştirmek ve yüksek bir içgörü düzeyini ortaya çıkarmak için tasarlanmış karmaşık dokuz günlük bir törendi. Özel olarak, gizemler arındırıcı bir ölüm, yeniden doğum ve 'vahiy' deneyimi başlatmaya yönelik çeşitli durum değiştirme yöntemlerini -oruç tutma, şarkı söyleme, dans etme, davul çalma, kostümler, hikâye anlatıcılığı, bedensel bitkinlik ve *kikeon* (Alcibiades'in partisi için çaldığı iksir)- birleştiriyordu. Ve bu deneyim o kadar güçlü, o içgörüler o kadar anlamlıydı ki, Gizemler iki bin yıldan fazla varlığını sürdürebildi. Daha az önemli bir ayın sönüp gider ya da en azından özgün gücünden yoksun boş bir harekete dönüşürdü.

Tarihçiler bize Eleusis'in iki nedenden ötürü zamana ve kargaşaya direndiğini söylüyor: Birincisi, üyeler Gizem'in gizemini korumuştur. (Alcibiades'in yaptığı gibi, sırlarından herhangi birini ifşa etmek idam suçuydu.) İkincisiyse, *kikeon*, ayinin merkezindeki o koyu renkli sıvı, içeni yere seriyordu.

Kikeon'un bileşenlerini ortaya çıkarmak, antropologlar için Kutsal Kâse türünden bir arayışa dönüşmüştü. Aldous Huxley'nin *Cesur Yeni Dünya* adlı romanındaki herkesi mutlu eden ilacın esin kaynağı olan kadim Hint kutsal iksiri *soma*'nın sırrının çözülmesi gibi bir şeydi. İsviçreli kimyager Albert Hofmann ve Harvard eğitilmiş klasik dönem tarihçisi Carl Ruck, *kikeon*'un içeriğindeki arpaya çavdar mahmuzu* bulaşmış olabileceğini savunuyordu. Aynı mantar, Hofmann'ın Sandoz ilaç laboratuvarında mükemmel şekilde elde ettiği LSD'nin öncülü olan liserjik asit (LSA) üretir. Çavdar mahmuzu yanlılıkla tüketildiğinde, "Aziz Anthony Ateşi" olarak bilinen sayıklamalara, kollarda ve bacaklarda yanmalara ve varsanılara yol açar. Yoğun bir erginleme ritüeli kapsamında bilerek alındığında, hayli etkili -o denli etkiliydi ki ve muhtemelen keyif verici Alcibiades onu partisi için çalmaya, uğruna yaşamını tehlikeye atmaya hazırdı-esrime teknolojisinin bütün bileşenlerini almış olursunuz.

Bir başka deyişle, Batı uygarlığının geçmişinin izini sürdüğümüzde, öğrencileri gözyaşlarına boğan hikâyelerin arasında gömülü, değişen bilinç durumu için her şeyi göze alan asi zıppçıktılar buluyoruz. Ve bu tek bir olayla sınırlı değil. Bu yalnızca, tarihin içinde gizlenmiş, çok iyi bildiğimiz isimlerin ve tarihlerin arasına sızdırılmış sürekli bir örüntünün erken bir göstergesi sadece. Bu dinamiğin orta yerinde Prometheus'un, tanrılardan ateşi çalıp insanlarla paylaşan ilk asi zıppçıktının efsanesi oturuyor. Ve o sadece bir kutu kibrit değildi. Uygarlığın, yani dil, sanat, tıp ve teknolojinin tohumlarını atacak güçtü de. Nihayetinde, ölümlülerin artık tanrıların gücüne sa-

* Çavdar ve benzeri tahıllarda parazit olarak yaşayan bir mantar türü.

hip olmasına öfkelenen Zeus, Prometheus'u bir kayaya zincirle-tip sonsuza kadar karaciğerini kartallara yedirerek cezalandırdı.

Bu hikâye yüzyıllar boyunca kendini tekrarlamaya devam etti. Genellikle, bir asi, bir arayıcı ya da üçkâğıtçı tanrılardan ateşi çalar. Bu etkili bir kutlama töreni, sapkın bir yeni kutsal kitap, anlaşılmaz bir tinsel uygulama ya da gizli bir durum de-ğiştirme teknolojisi olabilir. Her durumda, asi tapınaktan ateşi çalar ve dünyayla paylaşır. İşe yarar. Heyecan artar. İçgörüler birikir. Sonra, kaçınılmaz olarak parti çıkırından çıkar. Yasa ve düzenin koruyucuları -örneğin, rahipler- haz ateşini bulur, hırsızın izini sürer ve gösteriye nokta koyar. Ve bu böyle de-vam edegelir, ta ki bir sonraki döngü başlayana kadar.

Ateşi Çalmak, bu döngünün son halkasının hikâyesidir. Ta-rihte ilk kez farklı bir son fırsatı bulmuş olmamız mümkün. Bi-linci değiştirmek ve performansı artırmak için esrime teknikleri kullanan tamamen yeni bir Prometheus benzeri zıpçıktı türünün -Silikon Vadisi, ABD Özel Kuvvetleri ve Bilimin Sihirbazları bunların sadece birkaçı- hikâyesi bu. En tuhaf yanı mı? Gözü-müzün önünde saklanan bir devrim bu.

Tesadüfi Prometeuslar

Devrim tesadüfen bulunabilecek bir şeyse, o zaman bizler -yazarlarınız, Steven ve Jamie- birkaç yıl önce buna tesadüfen rastladık. Ve gerçekten de bunun olacağını önceden tahmin etmeliydik.

Bizler, Akış Genom Projesi'nde değişen durumlar ile zirve performansı arasındaki ilişki üzerinde çalışıyor, özellikle de *akış* olarak bilinen deneyim üzerinde odaklanıyoruz. “Kendi-mizi en iyi hissettiğimiz ve en iyisini yaptığımız en uygun bi-linç durumu” olarak tanımlanan akış, başka her şey ortadan kaybolacak kadar yoğun bir odaklanmanın yaşandığı o “alanda olma” anlarına atıf yapar. Eylem ve farkındalık birbirine ka-rışmaya başlar. Benlik duygusu kaybolur. Zaman duygumuz

da öyle. Ve performansın hem ruhsal hem de bedensel bütün yönleri tavan yapar.

Biliminsanları akışla zirve performansı arasındaki ilişkiye yüzyılı aşkın bir süredir aşınaydı fakat bu ilişkinin gerçekten anlaşılması zaman aldı. Temel sorun çelişen güdülerdi. Akışı bulmakta gerçekten iyi olan insanlar -ki çoğunlukla sanatçılar ve sporcular- onun üzerinde çalışmaya nadiren ilgi duyuyordu. Akış üzerinde çalışmaya ilgi duyan insanlar ise -en çok akademisyenler- onu bulmakta nadiren iyiydi.

Akış Genom Projesi'ni bu sorunu çözmek için kurduk. Hedefimiz çok disiplinli yaklaşımla akışın nörobiyolojisini haritalandırmak ve sonuçları herkese açmaktı. Ama bunu yapmak için bu durumlara yönelik ortak bir dil oluşturmamız gerekiyordu. Steven da zirve performansının nörobiyolojisi ve mace- ra sporlarıyla ilgili *The Rise of Superman* (Üstün İnsanın Yükselişi) adlı kitabı yazdı.

Kitabın yayımlanmasının ardından, kendimizi çok farklı insanlarla akış üzerine konuşurken bulduk. Yüksek rekabette çıkarları olan bireyler ve kuruluşlarla yani profesyonel sporcular ve gruplarla toplantılar olarak başlayan şey, Fortune 500 şirketlerini, finans kurumlarını, teknoloji şirketlerini, sağlık hizmeti sağlayıcılarını ve üniversiteleri kapsayacak şekilde genişledi. Olağandışı bilinç durumlarının performansı artırabileceği görüşü uçlardan ana akıma yayıldı.

Ama bizim ilgimizi çeken şey, bu sunumların *ardından* yaptığımız konuşmalar oldu. İnsanlar defalarca bizi bir kenara çekip “esrime teknolojileri”yle yaptıkları gizli deneyleri anlatı. Bir aylık meditasyon kamplarına giden askeri yetkililerle, elektrotlarla beyinlerine elektrik veren Wall Street borsacılarıyla, reçetesiz ilaçlar kullanan duruşma avukatlarıyla, dönüşüm festivallerine katılan tanınmış teknoloji kurucuları ve mikrodonda zihin açıcı alan mühendislerle tanıştık. Bir başka deyişle, gittiğimiz her yerde, *kikeon* çalmaya çalışan birisi vardı.

Bu eğilimin kaynağını ve bu liderlerin performanslarını artırmak için bilinç durumlarını nasıl değiştirdiğini öğrenmek istiyorduk. Böylece, günümüz Prometheuslarının izini sürmeye başladık. Son dört yılda bu yolculuk bizi dünyanın birçok yerine götürdü: SEAL Team Six'in* Virginia Beach'teki üssüne, Mountain View'daki Googleplex'e, Nevada'daki Burning Man Festivali'ne, Richard Branson'ın Karayipler'deki yazlık evine, Moskova dışındaki lüks daçalara**, Red Bull'un Santa Monica'daki merkezine, Nike'ın Portland'daki yenilik ekibine, Pasadena'daki vücut korsanlığı toplantılarına, Birleşmiş Milletler danışmanlarının New York'taki özel yemeklerine... Ve dinlediğimiz hikâyeler bizi şaşkına çevirdi.

Bu topluluklardaki herkes kendi yollarıyla, farklı diller, yöntemler ve uygulamalarla sessizce aynı şeyi arıyordu: Değişen durumların sağladığı bilgi ve esin artışı. Önemli zorlukları aşmak ve rekabeti güçlendirmek için bilinçli olarak bu durumları geliştiriyorlardı. En iyileri diğerlerinden ayıran daha iyi alışkanlıklar ya da uzun çalışma saatleri değil, cesarettir. Bu öncülerin söylediğine göre, fark yaratan şey, bu durumlarda kazandıkları içgörülerdi. Ve önceki, daha ihtiyatlı çağlardan farklı olarak bugün açıkça maceralarından söz ediyorlar. Esriticiler*** gizlendikleri yerden ortaya çıkıyor.

Bütün bu deneyimler bir araya getirildiğinde, Prometheusçu bir isyan gibi görünmeye başlıyor. Bilim ve teknolojideki ilerlemeler insan deneyiminin en üst erimine, muhtemelen tarihin en tartışmalı ve en yanlış anlaşılmış alanına benzersiz bir erişim ve ona dair içgörü sağlıyor. Dünyanın her yanından eğlence düşkünleri, askerler, biliminsanları, sanatçılar, girişimciler, teknoloji uzmanları ve iş liderleri bu içgörülerini ortak bir hedef için kullanıyor: Bulutların üzerini görebilmek. Önce tek

* Amerikan Deniz Kuvvetleri'nin anti-terör ve özel görev birimi.

** Rusya, Ukrayna ve diğer eski Sovyet kentlerinin yakınlarında konumlanan müstakil evler.

*** Esrimeye neden olan, kendinden geçirici, sarhoş edici.

tek, sonra giderek artan sayıda ve şimdi nereye bakacağınızı biliyorsanız hemen hemen baktığınız her yerde. Bir dip dalgasına, cennete baskın yapıp ateşi çalmak için büyüyen bir harekete tanıklık ediyoruz. İnsan olasılığında bir devrim bu. Ve bu da bu devrimle ilgili bir kitap.

“Geleneksel egolarımızın ötesine geçtiğimizde ve değişen durumların zenginliğini deneyimlediğimizde, yazılımımızı güncellemek zorunlu hâle gelir. Biz olduğunı sandığımız -ansızın olmadıklarını fark edene kadar- o üniformalı kişiliklerin bizi sınırlaması ya da tanımlaması gerekmez.”

Son on yılda, Eric Schmidt ve Elon Musk gibi Silikon Vadisi yöneticileri, Sasha Shulgin ve Amy Cuddy gibi başına buyruk bilim insanları, yüksek performans hakkında bildiğimizi düşündüğümüz her şeyi altüst ettiler. Bu öncüler, cesaret, daha iyi alışkanlıklar veya ‘on bin saat’ kuralı yerine, şaşırtıcı bir kestirme yol buldular. Kritik zorlukları çözmek ve rekabeti geride bırakmak için nadir ve tartışmalı bilinç durumları keşfettiler. *New York Times*’ın en çok satan yazarı Steven Kotler ve performans uzmanı Jamie Wheal, Googleplex’ten Burning Man’e, Richard Branson’ın Necker Adası’ndan Red Bull’un eğitim merkezine, bu düşünsel devrimin önde gelen yönlerini araştırmak için dört yıl harcadı. Öğrendikleri şey şaşırtıcıydı. Farklı diller, teknikler ve uygulamalarla, bu grupların her biri sessizce aynı şeyi arıyordu; değişen yönetim tarzının sağladığı bilgi ve ilham artışını. Bugün, bu devrim ana akıma yayılıyor, trilyon dolarlık bir yeraltı ekonomisini besliyor ve bizi, nasıl daha zengin, daha üretken, daha tatmin edici hayatlar sürdürebileceğimiz konusunda yeniden düşünmeye zorluyor.

Ateşi Çalmak, psikoloji, nörobiyoloji, teknoloji ve farmakoloji gibi tarihteki en tartışmalı ve yanlış anlaşılmaya müsait alanların bazılarında erişim ve içgörü kazanmamıza yardımcı olur. Kitap, hayatında köklü bir değişim yaratmak isteyen herkese rehberlik ederken neyin mümkün olduğuna dair kışkırtıcı bir deneyim sunar.