

# Bütünlük Yolunda

– berberce · 25 Haziran 2024

Bazı kitaplar vardır ki hikaye,roman ve masal kitapları gibi okunmaz,Neslihan Odabaş Baykut'un yazmış olduğu "Bütünlük Yolunda"adlı kişisel gelişim türündeki kitabı da bunlardan bir tanesi,merakla okudum ve notlarımı aldım.

Bu gibi kitapları çok seviyorum aslında kişisel gelişim,okullarda ders olarak okutulmalıdır çünkü o yaşlardaki çocuklara daha faydalı olacağına inanıyorum.Kendilerini keşfetmelerine,kendilerini ifade edebilmelerine,empati kurabilmelerine,çevresiyle sağlıklı ilişkiler kurabilmelerine,yetenekleri doğrultusunda doğru mesleği seçebilmelerinde...

"Farkındalık; yaşadığınız olayın,yaşandığı anda içinden çıkmak ve olayı tıpkı bir seyirci gibi seyredebilmektir."

"İlk önce'BEN'i iyileştirmeden,yaşamımızdaki hiçbir şeyin iyileşmeyeceğini bilmemiz gerekir.'BEN'deki bencilliği bile görüp kabul etmek -ama onaylamamak-'BEN'i iyileştirmektir."

"Gelişmek için ilk önce hayal kırıklığı yaşamak gerekir."

"İnsanın kendini tanıması cesaret ister.'Sen uyumlusun,enerjiksin,yardımserversin,eğlencelisin,tutarlısın,kararlısın.'denilince her şey yolunda oluyor,insanlar kendilerini iyi hissediyor çünkü güçlü yanlarını duymak onlara çok iyi geliyor.Haklılar.Ancak ne zamanki zayıf yönler ortaya dökülüyor,işte orada gerçek kişisel gelişim çalışması başlıyor.Herkes zayıf yönlerini duymaya hazır olmuyor.Kimi bunu bir eleştiri olarak kabul ediyor,kimi utanıyor,kimi yaralanda da dinlemeye istekli oluyor."

"Yaşamın bize getirdiği acının amacı,bize neyi,nasıl yapmamız gerektiğini göstermektir."

"Başkalarını tanımak zordur ama en zoru insanın kendisini tanımasıdır."

"Yaşam bizimle olaylar vasıtasıyla konuşur.Olaylarla bize bizi anlatır."

"Kendimizi kat kat keşfetmedikçe,kendimizi olduğumuz kişi zannettikçe ikinci el hayat yaşamaya mahkumuz."

"Her istediğine ulaşanlar değil,hayatla başa çıkabilenler mutludurlar."

"Ego ile yaşamak hapsolmaktır.Ne zaman bunu fark edersen özgür olursun."

"Gerçeklerden kaçışın ardındaki yönetmen egodur.Çünkü ego kırılıgandır."

"O kadar hızlı bir işlemci vardır ki egoda,dünyanın en gelişmiş bilgisayarı yanında yaya kalır."

"Kaygının panzehri teslimiyettir."

"Bize verilen yaşam,bizim kendi ellerimizle şekillendireceğimiz,seçimlerimizle yönlendireceğimiz bir hamurdur.Bundan bir sanat eseri de çıkarabiliriz, bir ucube de."

"İmkansız diye bir şey yok.Sadece bizim zihnimizin yarattığı sınırlar,engeller,imkansızlıklar onlar."

"Evren her zaman bize seçim şansı verir.Seçimlerimiz sadece bize aittir."

Kitapta yer alan benim de çok etkilendiğim Şems-i Tebrizi'nin şu sözleriyle son verelim:

"Başına ne gelirse gelsin, karamsarlığa kapılma. Bütün kapılar kapansa bile, sonunda o sana kimsenin bilmediği gizli bir patika açar. Sen şu anda göremesen de, dar geçitler ardında nice cennet bahçeleri var. Şükret! İstedğini elde edince şükretmek kolaydır. Sufi, dileği gerçekleşmediğinde de şükredendir."