

Başbakan da NLP eğitimi aldı

Metin Çınaroğlu henüz 32 yaşında ve LIVCON adlı milyon dolarlık bir kişisel gelişim şirketinin sahibi. Oysa bundan 15 yıl önce Londra'da günlükü 4 Pound'a çalışan bir McDonald's elemanıydı. Okuduğu bir kitapla başlayan kişisel gelişiminin sonunda bugün yüzlerce seminer veriyor, milyonlarca kişiye hitap ediyor ve tıpkı kendisinin gibi onların hayatını da değiştiriyor. Yaşam bir film senaryosu gibi... NLP eğitmeni, yaşam koçu Çınaroğlu, NLP'nin faydalarını anlatırken, Recep Tayyip Erdoğan ve Cem Yılmaz'ın da bu metodu kullandığını söylüyor

Metin Çınaroğlu'nun sahibi ve CEO'su olduğu LIVCON'da NLP uzmanları, yaşam koçları ve hipnoz & quantum uzmanları ve kişisel gelişim profesyonelleri yetiştiriliyor.



Fotoğraf: Emre YUNUSOĞLU



İpek DURKAL

■ Sizin kişisel gelişiminiz nasıl başladı?

-Liseden sonra eğitimimi tamamlamak için Londra'ya gittim. Orada McDonald's'ta günlükü 4 Pound'a çalışmaya başladım. Sigara içiyordum, mutsuzum, 90 kiloyum... Bir gün bir kitapçıda 'Change Your Mind And Keep The Change' (Zihnini Değiştir ve Değişimi Sürdür) adlı bir kitap gördüm. Bunun bana bir mesaj olduğunu düşündüm. Hemen aldım, okudum ve dönüp kendi hayatıma baktım.

■ Ne anlattı kitap size?

-Düşüncelerimi değiştiren davranışlarım değişti, davranışlarımı değiştiren hayatım değişti. Kitabı okuduktan sonra sigarayı bıraktım, kilo verdim ve hatta dünyanın en önemli kişisel gelişimcilerinden Stephen R. Covey'in liderlik organizasyonlarına katıldım. Orada asistanlık yapma fırsatı da oldu. Sonra programları aldım. Hayaller yetmez diye bir mesaj da vardı kitapta. Hayal kur ama hayalperest olup hayal kurtulma uğrama. Hayal kurmak değil, hedef belirleyip onların yolunda gitmek asıl önemli olan.

■ Hedefinize koyduğunuz ve gerçekleşen ilk hayalinizi hatırlıyor musunuz?

-Hatırlamaz mıyım! McDonald's'ta çalışırken bir Maserati durdu kapıda. Benim yaşlarımda bir çocuk ve yanındaki kız arkadaşları yanındaki mağazaya girdiler. Ben paspas yapıyordum o anda ve bir kendime bir onlara bakıp "Bu ne şimdii" dedim. Bu hikâyeden tam üç yıl sonra kendi Maseratimle aynı McDonald's'ın önünden geçtim!

■ NLP teknikleriyle mi yapıyorsunuz bunu?

-Evet. Mesela, 4-3-2-1 rakamlarını düşünün. Bunu bilinçli düşündünüz. Siz bunu düşünmeden önce bu sayılar neredeydi? Bilinçaltınızda duruyordu. Davranışlarınızı yönlendiren de bilinçaltıdır. NLP bilinçaltındaki bazı değişikliklerle davranışlarınızı yeniden organize edilemeye sağlıyor. Her davranışın bir yapısı vardır ve bu yapı öğrenilebilir, değiştirilebilir ve modellenilebilir. Yani duyguların kontrol edilebilme mekanizmasını gösteriyoruz. Dış dünyada gördüklerimizin iç dünyamızda yarattığı flaşlarla çalışıyor beynimiz. O yüzden belli tekniklerle iç dünyamızda olaylara bakışımızın altyapısını değiştiriyoruz. Örneğin kişi eski sevgilisini hayal ettiği zaman mutsuz oluyor ama başka biriyle, bir mutlu anımı düşündüğü zaman kendini mutlu hissediyor. Yani o anki duygularımız iç dünyamız oluşturuyor. NLP ile iç dünyada yaşadıklarımızı organize ederek duygularımızı değiştiriyoruz, duyguların davranışlarımızı,



Londra'da yaşadığı, mutsuz ve kilolu olduğu günler...

kiloluymun, "Böyle büyük görünüyorum, iyi oldu benim için" diyordum. Bahaneydi, kiloyu vermeye gücüm yoktu çünkü. Bir de "Bir gün" ertelemeden kurtulmak... Her şeyi 'bir gün' yapmayı planlıyoruz ama o 'bir gün' hiç gelmiyor. O 'bir gün'ün için hep bir bahanesi var. İnsanlar mutlu olduğunda değil, acı duydukları zaman hareket geçiyor. Eğer hedefe gideceksen o acıyı taze tutmalısın. Kendine yüzleşmelisin.

"Hayatın sırrını soruyorlar bana. Hayatın sırrı: Sırrın filan olmayışı! Hayatta sır filan yok sadece bedel ödemek var. Bedel ödemek istemeyenler sırrların peşinde koşuyor"

■ NLP teknikleriyle mi yapıyorsunuz bunu?

-Evet. Mesela, 4-3-2-1 rakamlarını düşünün. Bunu bilinçli düşündünüz. Siz bunu düşünmeden önce bu sayılar neredeydi? Bilinçaltınızda duruyordu. Davranışlarınızı yönlendiren de bilinçaltıdır. NLP bilinçaltındaki bazı değişikliklerle davranışlarınızı yeniden organize edilemeye sağlıyor. Her davranışın bir yapısı vardır ve bu yapı öğrenilebilir, değiştirilebilir ve modellenilebilir. Yani duyguların kontrol edilebilme mekanizmasını gösteriyoruz. Dış dünyada gördüklerimizin iç dünyamızda yarattığı flaşlarla çalışıyor beynimiz. O yüzden belli tekniklerle iç dünyamızda olaylara bakışımızın altyapısını değiştiriyoruz. Örneğin kişi eski sevgilisini hayal ettiği zaman mutsuz oluyor ama başka biriyle, bir mutlu anımı düşündüğü zaman kendini mutlu hissediyor. Yani o anki duygularımız iç dünyamız oluşturuyor. NLP ile iç dünyada yaşadıklarımızı organize ederek duygularımızı değiştiriyoruz, duyguların davranışlarımızı,

■ "Hayatta hiçbir şeyin sırrı yok ama formülü var" dediniz. Nedir o formül?

-Başarının formülü! Her şey mümkün olsaydı yaşamla ne yapmak isteyeceğini bul, bu hedefe daha önce ulaşmış kişileri belirle ve onların ödedikleri bedelleri ödemeye istekli ol.

davranışların da yaşamını değiştirebiliyor. Ayrıca NLP doğru iletişim konusunda da çok faydalıdır ve çok etkili. Başbakanımız da hapse girdiği dönemde NLP eğitimi aldı.

■ Sizden mi?

-Hayır, bizim yetiştirdiğimiz bir kişiden. İngilizce ve NLP derslerine başladı. İngilizceyi yarım bıraktı ama NLP'yi devam ettirdi. Hâlâ da yaşam koçluğu hizmeti aldığını biliyorum.

■ NLP Başbakan'a ne tür bir fayda sağlıyor?

-Sekiz yıldır iktidarda, iletişim becerisinin ne kadar değiştiğini, karızmasının ne kadar arttığını çiplak gözle de görebilirsiniz. Kriz süreçlerini yönetmesi, halka seslenişle kullandığı sözcük kalıpları hep NLP teknikleri. Çok da başarılı bu konuda. Henüz yapılmamış her şeyi yapmış gibi anlatabiliyor ya da kendisinin de içinde olduğu birtakım sıkıntılı durumlarda sanki kendisi hiç yokmuş ve tüm bu krizin sebebi dış dünyamız gibi yansatabiliyor. İnsanların bilinçaltına böyle mesajlar yolluyor. Politikacıların çoğu NLP dersi alıyor.

■ Sanatçılar?

-Cem Yılmaz da sahnedeki NLP tekniklerini kullanıyor. İç içe hikâyeler anlatıyor. Birini bitirmeden diğeri geçiyor. Aşırı yüklenme diyoruz biz buna. Bilinçlere aşırı yüklenme yapıyor. Bilinç, yedi artı eksi iki bilgiyi aynı anda işleyebilir. Aşırı yüklenince otomatik olarak devre dışı kalıyor. Cem Yılmaz gösteri sırasında durup, "Nerede kalmıştık" diye soruyor. Kimsinin hatırlayamaması ve buna cevap verememe sebebi işte bu aşırı yüklenme. Bilinç askıya almak anlamaları değiştiriyor. Düşünme mekanizmasını kırmanın güldürmeyorsun. Mantığı devre dışı bırakıyor ve kahkaha tufanı oluyor.

■ "Hayatta hiçbir şeyin sırrı yok ama formülü var" dediniz. Nedir o formül?

-Başarının formülü! Her şey mümkün olsaydı yaşamla ne yapmak isteyeceğini bul, bu hedefe daha önce ulaşmış kişileri belirle ve onların ödedikleri bedelleri ödemeye istekli ol.

NEGATİF İNSAN DİYETİNE GİRİN

Zamanı ve enerjini yönetemezsin. Zamanı iyi kullanmak, zaman kazanmak filan diyorlar bunların hiçbirini yapamazsın. Sadece zamanı efektif bir şekilde haralayabilirsin. Zaman ve enerji sadece

harcanır. Enerjini mohveden şeyler negatif insanlar. Negatif insan diyeti öneriyorum ben danışanlara. Mesela negatif insanlarla görüşmeyi kesin ya da iki negatif insanı birbirleriyle tanıştırmayı aradan çekilim.

"Kişisel gelişim yöntemleri ve kitapları içinde ümit tüccarlığı yapanlar var. İnsanlar sanıyor ki pozitif düşün her şey olacak. Kendilerini buna inandırıyorlar. Yok öyle bir şey. Pozitif düşünüp evde oturunca ne gelecek ki sana!"



İBRAHİM TATLİSES'İ YAŞAMA DÖNDÜREN MİLLETVEKİLLİĞİ TUTKUSU

İbrahim Tatlıses kafasından vuruldu ve bu adam bir hafta içerisinde ayağa kalktı. Nasıl oldu bu? Çünkü o dönem milletvekilliği gündemdedi. Çok büyük bir tutkusu vardı. Zihnini bir güç kullandığını düşünüyorum. Bir insanın hayatının olması güzel ama hedefi ve tutkusu varsa o çok büyük bir enerji yaratır. Bana göre İbrahim Tatlıses'in milletvekilliği tutkusu olmasaydı şu anda yaşamıyor olurdu. Çünkü ego anlamında gerçekleştirmediği bir o kalmıştı.