

Hedef Yolunda Zekice Hamleler

Emrah Altuntecim
www.kendiniramakurtarma.com
www.askyohundaadimadim.com

"Çağımızın eksik yönü, her yerde yol işaretlerinin olmasına karşın, hedef diye bir şeyin görünmemesidir." L. Kronenberger

"Hedefi belli olmayan gemiye hiçbir rüzgâr yardım etmez" diye bir deyim vardır. Ama dikkat edin, bileğinin hakkıyla iş hayatında başarılı olan ve kariyer sahibi insanların çoğunun açık ve net hedefleri vardır.

Amerika'da başarılı bulunan 100'ün üzerinde insanın hayatı detaylı olarak ele alınmış. 20 yıl boyunca yapılan bilimsel çalışmalar sonucu en başarılı insanların ortak özellikleri tespit edilmiş. Bu özelliklerin başında gelen kural ise "hedef koymak" olarak ortaya çıkmıştır. İncelenen kişiler arasında Henry Ford, Rockefeller, Roosevelt gibi ünlü isimler de bulunmaktadır. Bu kişilerin öncelikle hedeflerini bulup ardından hedeften sapmadan çalıştıkları ve başarıya ulaştıkları anlaşılmiştir.

Öncelikle kendimiz için seçtiğimiz hedefler açık seçik, tarif edilebilir, mantıklı, faydalı ve ulaşılabilir olmalıdır. Tespit ettiğimiz hedefler, ulaşmamızın mümkün olmayacağı kadar uzakta görünebilirler. Ya da hiç denemeye kalkışmayacağımız kadar görkemli olabilirler. Korkmanız başlangıçta çok doğaldır. Yeter ki paniğe kapılmayın... Yapılacak en anlamlı hareket, bir adım atmaktır. Atılan bir tek adım da bildiğiniz gibi yolun yarısıdır aslında.

Yeni bir şey denerken yapılacak en zekice hamle, öncelikle hedefe ulaşmamızı sağlayacak düşük riskli ve kolay denemeleri tercih etmektir.

Enerji Topu Haline Gelmek İçin...

Öncelikle kendimize karşı dürüst olmalıyız. Hedeflerimizi açık bir şekilde belirlerken mutlaka bir kalem ve kâğıda ihtiyacımız olacak. Kendini arayan kişinin vazgeçilmez olan bu iki malzeme işinizi oldukça kolaylaştıracaktır. Kalem ve kâğıt olmadan bu yolculuğa çıkmıyorduz.

Evet, hedeflerimizi yazmalıyız. Ancak yazarken mutlaka olumlu cümleler kullanmalıyız. Amacınızın gerçeğe dönüştüğünü zihninizde canlandırın. Bu noktada bilinçaltınızın olumlu katkısı ve desteği de açığa çıkacaktır. Bu olumlu imajın sızması sizi bir enerji topu gibi ileri fırlatacaktır. Hedefinizi o kadar net hayal etmelisiniz ki, ona ulaşacağınız tarihi bile zihninizde belirlemelisiniz.

Kendimize şu soruları sorarak amaçlarımızı netleştirmeye çalışabiliriz:

- Nasıl bir hayat yaşarsam arkama dönüp baktığımda pişmanlık yaşamam ve mutlu olurum, içim huzur dolar?
- Hangi değerlere ve prensiplere bağlı bir hayat sürersem hayatımı kendim ve insanlık için en verimli bir şekilde değerlendirmiş olurum?

● Benim için başarıya giden yol veya yollar neler olabilir? Benim için başarı ne anlam ifade ediyor?

● Maddi ve manevi olarak aradığım ve arayacağım nedir? Aradığım ve kurtaracağım nedir?

● Ben neden yaşıyorum? Nasıl yaşamalıyım?

Bu soruları henüz kendinize sormadıysanız muhtemelen nereye gittiğinizi bilmiyorsunuz. Ama hiç aklınızda olmayan bir yerlere varacağınızı biliyorsunuz sanırım.



Şeyh Edebalı'nın Osman Bey'e Nasihati

Oğul;

İnsanlar vardır, şafak vaktinde doğar, gün batarken ölürler!

Unutma ki dünya sandığın kadar büyük değildir.

İki paralık güneşe aldanıp sonra da karda, ayazda kavrulup gitme!

Güçlüsün, akıllısın, söz sahibisin!

Ama;

Bunları nerede, nasıl kullanacağını bilmezsen,

Sabah rüzgarında savrulup gidersin.

Öfken ve benliğin bir olup aklını yener!

Daima sabırlı, sebatlı ve iradene sahip olasan.

Azminden dönme!

Çıktığın yolu, taşıyacağın yükü iyi bil.

Her işin gereğini vaktinde yap.

Açık sözlü ol! Her sözü üstüne alma.

Gördün söyleme, bildin bilme.

Sözünü unutma! Sözü söz olsun diye söyleme.

Ananı, atanı say; bereket büyüklerle beraberdir.

Sevildiğin yere sık gidip gelme, muhabbetin kalkar, itibar olmaz.

Üç kişiye acı;

Cahiller arasında alime,

Zenginken fakir düşene,

Hatırlı iken itibarını kaybedene!

Unutma ki, yüksekte yer tutanlar, aşağıdakiler kadar emniyette değildir.

Düşmanını çoğaltma, düşmanlığın başını da sonunu da sen belirle.

Haklı olduğunda kavgadan korkma!

Bilesin ki;

Atın iyisine doru, yiğidin iyisine deli derler!

Subliminal NLP ile Bir Gün 29 Saattir



Serkan Ertem

www.serkanertem.com

Zaman; insanoglunun belki de en hoyratça kullandığı materyal. Bir kere "boş zaman" diye bir kavram var ki, ben hâlâ zamanın nasıl olup da boşa kullanılabilirdiğini çözebilmiş değilim. İnsanın ihtiyaç duyduğundan daha az zamanı olduğuna inanmış biri olarak, bazılarının nasıl olup da boş zaman yaratabildiğini anlamak benim için en az atomu parçalamak kadar yabancı. İnsan, ömrünün büyük kısmında, haliyle günün 5-6 saatinde uyumak zorundadır. Eğer yeterli kadar uyuyamazsanız bir süre sonra halüsinasyonlar görür ve psikolojik problemler yaşamaya başlarsınız. Eğer bu sorun devam ederse vücudunuz ve tabiatıyla beyniniz bir süre sonra iflas ederek kontrolü kaybeder. Yani bu 5-6 saat beden için çok gereklidir. İyi ama siz de benim gibi bu 5-6 saatin istemimiz dışında, boş yere geçtiğini düşünmüyor musunuz? Ben düşünüyorum. Ama nasıl olacak da hem sağlığımızı koruyacak hem de bu 5-6 saati kazanacağız? İşte burada olaya Subliminal mesaj dahil oluyor. Eğer siz de benim gibi "öğrenmem gereken daha çok şey varken neden uyuyayım" sendromu yaşıyorsanız okumaya ve öğrenmeye devam edin.

Subliminal Recording System ile Uykuda Öğrenin

Öncelikle eğer öğrenmeniz ya da tekrar etmeniz gereken bir konu, hafızanıza öğretmek istediğiniz başka bir şey varsa onu "Subliminal Recording System" adı verilen bir bilgisayar programıyla, dinlemeyi sevdiğiniz bir müzik parçasının içerisine gömüyorsunuz. Sonrada mp3 çalarınıza yükleyip gece yatarken kulaklıkla dinlemeye başlıyorsunuz. Bir süre sonra uykuya daldığınızda bir yandan güzel rüyalar görürken, bilinçaltınız

müzik parçasının içerisinde yüklü olan mesajları, yani öğrenmeniz veya pekiştirmeniz gereken bilgileri hiç itiraz etmeden ve sorgulamadan ilgili yerlere depoluyor. Bu sayede uykuda kaybolacak bu 5-6 saati öğrenmek veya öğrenmeyi pekiştirmek için kullanmış oluyorsunuz. Böylece gün içinde 5-6 saatte öğreneceğiniz bir bilgiyi 1-2 saatte kolayca öğreniyorsunuz. Nasıl, süper değil mi? Sonuçta, gününüzü 5-6 saat uzatarak uyku halindeyken yitirdiğiniz zamanı öğreniminize katıyorsunuz. Fazladan birkaç saat bile sizi bir adım öne geçirmeye yetecek kadar uzun bir zaman ve bu zamana burun kıvrımak pek de akıllıca değil.

Natura Sound ile Beyin Dalgalarınızı Kontrol Edin

Bir başka yol daha göstereyim. Siz de benim gibi sınırlendiğinizde ya da moraliniz bozuk olduğunda öğrenemiyor ya da ders çalışmıyor musunuz? Veya oturup birkaç sayfa yazmak istediğinizde ilham gelmiyor mu? Oturup çalışmak için birkaç saatiniz var ama sinir ya da stres yüzünden o güzelim zaman dilimi tırnaklarınızı kemirerek mi geçiyor? Artık geçmeyecek. Nasıl mı? Biliyorsunuz, beyin 4 ana dalgadan oluşuyor: Alfa, Beta, Teta ve Delta dalgaları. Hepsi de beynin ayrı bir faaliyet ya da durumunda orta çıkıyor veya oluşuyor. Bu dalgaları bilmek ve nasıl kullanacağımızı öğrenmek, normalden iki kat daha yaratıcı olarak beynimizi kullanmayı sağlıyor. Her dalga farklı bir durumda ortaya çıkıyor ve sizi o duruma odaklıyor. Örneğin, tam öğrenme ya da yaratıcılık durumundaysanız bu beyninizin Teta dalgaları yaydığına göstergesi. Son derece sakin ve huzurluysanız beyniniz Alfa

dalga-
ları

yayıyor demektir. Bunları bilmek size hangi durumda ne yapmanız gerektiği fikrini verebiliyor. Peki, bu dalgalar dışarıdan yönlendirilebilir mi? Yani son derece sınırlıyken Alfa dalgası üreticiden dinleyeceğimiz bir dalga frekansı bizi kuzu gibi yapabilir mi? Ya da ilham periniz sizi terk etmişken yayacağınız Teta dalga frekansları, kaçan perinizi kuyruğundan tutup getirebilir mi? Evet, yapabilir. Bu size normal şartlarda sırf bu yüzden kaybedebileceğiniz birkaç saati geri kazandırabilir veya hiç uygun değilken size çalışabileceğiniz birkaç ekstra saat kazandırabilir. Ama nasıl? İşte bu mucizevi programla... Adı "Natura Sound". Siz buna kısaca doğal ses terapisi de diyebilirsiniz. Bu program istediğiniz dalga boylarında beyninizin ihtiyaç duyabileceği frekanslar yaratıyor ve bu sayede istediğiniz duruma odaklanmanıza yardım ediyor. Hem de istediğiniz müzik, mesela dinlendirici bir deniz sesi eşliğinde... Mükemmel değil mi? İşte size gününüze ekstradan 4-5 saat katacak ve 24 saat yerine 29 saat olarak yaşayabilmenizi sağlayacak 2 sihirli anahtar. Bu kapağı açıp açmamak sizin elinizde. Hadi ne duruyorsunuz, tıklatın ve girin içeri.

