

Esra Banguoğlu Oğut

# SEN VARSAN BEREKET VAR

—  
Kişisel  
Gelişim  
—



 Doğan  
novus

Tezghâhtarlıktan, muazzam bir bereket ve başarıya, kalp kırıklığından masal gibi bir ilişkiye, değersizlik algısından yaşam amacını bulmaya giden yol şöyle başladı:

**Esra Banguoğlu Oğut**, öğrencilik yıllarında, ağır depresyon ve genel olarak hayatını amaçsız görme eğilimindeyken, hocası Gurmukh Kaur Khalsa sayesinde Kundalini Yoga ile tanıştı. Çok kısa sürede tüm sorunlarının üstesinden gelen Esra, Kundalini Yoga'ya âşık oldu ve "Kundalini Yoga Hocalık Sertifikası"nı aldı.

2002 yılında Kundalini Yoga'yı ilk defa Türkiye'ye getiren Esra, birçok sertifikalı Kundalini Yoga hocası yetişmesini ve Kundalini Yoga'nın Türkiye'nin önde gelen yoga merkezlerinde öğretilmeye başlamasını sağladı.

2007 yılında ise eşi Aykut Oğut ile beraber, Darel Rutherford'dan aldıkları yaşam koçluğu eğitiminin ardından, dönüşen hayatları sayesinde yine Türkiye'de bu akımı bir ikili olarak başlattılar.

Aykut Oğut'un *Erenden Torpilim Var* kitabıyla daha da çok kitleye ulaşan, beraber yazdıkları *Bu Ego ları Şişirsek De Mi Saklasak?* kitabı ile takip eden bu süreç, 2016 yılında oluşturdukları Yaşam Koçluğu Sertifika programıyla devam etmektedir.

Çift, 2016 yılında bilinç dönüşümü hakkında New York'a Birleşmiş Milletler'in kadınların güçlenmesi kulvarında konuşmacı olarak davet edilmiştir.

Bunun yanı sıra, gerçek bir yaşam koçunun nasıl olması gerektiğinin en canlı örneklerinden biri olan Esra, birebir yaşam koçluğu seansları ve Kundalini Yoga Eğitimlik Sertifikası da vermektedir.

İlk İngilizce kitabı *Money Does Grow on Trees (Sen Varsan Bereket Var)*, 2021 yılında Amerika'da yayımlanarak uluslararası ödül aldı.

Boğaziçi Üniversitesi İngiliz Dili ve Edebiyatı mezunu olan Esra, daha sonra da UCLA Üniversitesi Film ve Televizyon Bölümü'nü bitirmiştir.

## SEN VARSAN BEREKET VAR

**Orijinal adı:** Money Does Grow On Trees

**Yazan:** Esra Banguoğlu Öğüt

**İngilizce aslından çeviren:** Nur Yener

**Çeviri redaksiyon:** Aykut Öğüt

**Yayına hazırlayan:** Sema Çubukçu

**Yayın hakları:** © 2024 Doğan Yayınları Yayıncılık ve Yapımcılık Tic. A.Ş.

Bu eserin bütün hakları saklıdır. Yayınevinden yazılı izin alınmadan kısmen veya tamamen alıntı yapılamaz, hiçbir şekilde kopya edilemez, çoğaltılamaz ve yayımlanamaz.

**1. baskı** / Mayıs 2024 / ISBN 978-625-6057-00-5

**Sertifika no:** 44919

**Kapak illustrasyonu:** Aykut Öğüt-Burçin Konak

**Kapak tasarımı ve sayfa uygulama:** Gökçen Yanlı

**Baskı:** Ana Basın Yayın Gıda İnşaat San. ve Tic. A.Ş.

Mahmutbey Mah. Devekaldırımı Cad. 2622 Sk.

Güven İş Merkezi, No: 6/13 Bağcılar - İSTANBUL

Tel. (212) 446 05 99

Sertifika No: 52729

**Doğan Yayınları Yayıncılık ve Yapımcılık Tic. A.Ş.**

19 Mayıs Cad. Golden Plaza No. 3, Kat 10, 34360 Şişli - İSTANBUL

Tel. (212) 373 77 00 / Faks (212) 355 83 16

[www.dogankitap.com.tr](http://www.dogankitap.com.tr) / [editor@dogankitap.com.tr](mailto:editor@dogankitap.com.tr) / [satis@dogankitap.com.tr](mailto:satis@dogankitap.com.tr)

SEN  
VARSAN  
BEREKET  
VAR

DOĞAN NOVUS  
KİTAP ÖRNEKTİR

Esra Banguoğlu Oğut

DOĞAN NOVUS  
KİTAP ÖRNEKTİR

## ÖNEMLİ UYARI:

Bu kitapta verilen örnekler, teknikler, tavsiyeler, sağlıkla ve şifalanmayla ilgili paylaşılan geri bildirimler, sadece bilgilendirme amaçlıdır. Hiçbiri teşhis ve/veya tedavi amaçlı değildir. Herhangi bir sağlık probleminiz olduğunda önce doktorunuza başvurun. Esra Banguoğlu Oğut, verilen tekniklerin, fikirlerin, egzersizlerin uygulanmasında olabileceklerden sorumlu değildir. Sizinle ilgili olan konuları, o konunun profesyonellerine danışın.

# İÇİNDEKİLER

Önsöz	11		
Teşekkür	15		
Giriş: Kişisel Bir Hikâye	17	Ejderhanızı Nasıl Eğitirsiniz?	211
Kendi Yarattığımız ve Yaşadığımız Efsaneler	27	Sen Senin Kim Olduğunu Biliyor Musun?	237
Sihirli Ayna	37	Çocuğun Muhteşem Sihri	255
Kazanç Nedir?	53	Kazanan Kişi Olmak	285
Evvel Zaman İçinde	75	Başarısızlıkla Dost Olmak	297
Varoluş Seçimi	91	Sevginin Bununla Ne Alakası Var?	307
Egonun Adını Karalıyorsunuz	113	Harcayanlar Kanunu'nun Etkisi Altında	319
Varoluş Seçimi ve Egonun Dansı	139	Bereket Piramidi	335
Egonun Doğal Direnci ve İşlevi	157	Abrakadabra	347
Bilincin Yolculuğu	175	Ağaçların Şarkısı	361
Varoluşun Gücü ve Başarının Dört Anahtarı	193	Şimdide Bul!	365

Bu kitabı hocam Darel Rutherford'a adıyorum.  
Sen gölgelerin içindeki herkesi sonsuza kadar  
aydınlatan güneş gibisin.

Ve yolu yeni, ilginç ve sürekli gelişen yöntemlerle  
aydınlatmaya devam edecek olan geleceğin  
yol göstericileri bütün çocuklara.

# ÖNSÖZ

Bir psikolog olarak çok okudum ve kariyerim boyunca psikolojiyle ilgili çeşitli kurslara ve eğitim programlarına katıldım. Ne var ki pek çok malzeme olmasına rağmen her zaman, özellikle yetişkin vakalarla çalışırken, eksik bir parça olduğunu hissettim.

Bu eksik parçayı, özellikle günlük hayatta uygulanabilecek ve son derece pratik bir yöntemle öğrettikleri ve koçluk yaptıkları için Aykut ile Esra'nın öğretilerinde buldum.

Önce...

Aykut ve Esra'dan öğrendiğim her şeyi kendi üstümde uyguladım; hayatımda dönüşümler ve inanılmaz değişiklikler deneyimlemeye başladım.

Sonra...

Öğrendiklerimi hem çocuk hem yetişkin danışanlarım üstünde uygulamaya başladım.

Şimdi...

Onların kendilerine koydukları sınırları, hayallerini ve arzuladıkları bir sonraki versiyonlarını nasıl gerçekleştirebileceklerini keşfetmelerine yardım ederek danışanlarıma alan açıyorum.

Danışanlarımla sadece zihinsel seviyede değil, aynı zamanda gerçekte oldukları kişinin özüyle de daha derin bir bağ kurmaya başladım. En önemlisi, danışanlarını çözülmesi gereken sorunları bulunan insanlar olarak gören bir psikologdan, onların kendilerine koydukları sınırlamaları keşfetme ve onları güçlendiren kendi çözümlerini bulma kapasitelerini fark eden bir psikoloğa dönüştüm.



Esra'dan, karşılaştığım en iyi "İçimdeki Çocuk" versiyonunu öğrendim. Bu benim hayatımı derinden değiştirdi ve bugün bunu danışanlarıma uygulayarak her gün ne kadar etkili olduğuna tanık oluyorum.

Hem kişisel seviyede hem işimde Egoma gülümsemenin, titremimi yükseltmenin, içimdeki güce sahip çıkmanın ne demek olduğunu öğrendim.

Bu öğretileri uygulama sürecinde...

Mükemmel evi buldum

Kendi işimi kurdum

Kazancımı üçe katladım

En çılgın hayallerimin ötesinde bir ilişkiye girdim

VE evlendim...

Kendimi daha derinden sevmeyi öğrendim ve pek çok defa kendimi sınırlamalarımdan kurtararak özgürleştiğim deneyimler yaşadım. Ama benim için en değerli olan, şimdi danışanlarıma çok daha fazlasını veren bir psikoloğa dönüşmem oldu.

Esra Banguoğlu Oğut her şeyden önce kim olduğunu ve kendi yolunda nasıl yürüdüğünü anlatarak öğretiyor; sevgili danışmanma mesleğimde ilerlememe ve sevdiğim bir hayat kurmama yardım ettiği için teşekkür ediyorum. Ona her zaman minnettar kalacağım.

Onun bu değerli kitapla daha pek çok kişinin kendi gücünü fark etmesini sağlayabileceğine hiç şüphem yok.

—Melis Özmen Bilgin, uzman psikolog

Evren ister bir kişi, ister bir kurs veya bir kitap vasıtasıyla olsun, bizimle konuşur. Hazır olduğumuz zaman mesajlar gelmeye başlar. Elinizdeki bu kitap işte böyle mesajlarla dolu.

Almaya hazır olduğunuz kadarını alacaksınız. Fakat size şu kadarını garanti edebilirim: Bu kitabı bitirdiğinizde hayatınızda hiçbir şey aynı olmayacak.

Yeni hayatınızın, yeni benliğinizin kapılarını açmaya hazır mısınız?

- Seçil Özcan, klinik psikolog

İşimde çeyrek milyon dolar kazanmak istiyordum. Bu, benim dönüşüm koçluğu sertifika programında “sırf eğlence olsun diye” koyduğum “çılğın” hedefimdi. Bunun nasıl olacağını düşünmeyi bıraktım ve yüzde 100 mümkün olduğuna inanmayı seçtim.

Bugün bu çeki elimde tutuyorum.

- Duygu B, işletme sahibi

Dönüşüm koçluğuyla o kadar çok şey değişti ki nereden başlayacağımı bilmiyorum. Sanki beynimdeki nöronlar değişti; düşünme biçimim, kendimi değişen dünyaya uyarlama şeklim ve bunlarla birlikte de her şey değişti. Gerçekten çok çalışın ve zar zor para kazanan birinden, zar zor çalışın ve kolayca –ve daha önce mümkün olduğunu hayal bile edemediğim miktarlarda– kazanç elde eden birine dönüştüm.

- Sibel Ulutaş, işletme sahibi

Dönüşüm koçluğu sertifika programına katılarak kişisel gücümü geri almanın ne demek olduğunu anladıktan sonra uzun zamandır devam eden bir konuda ailemden biriyle yüzleştim. Zor oldu, çok acı çektim ama yine de yaptım.

Esra'nın acıya soru sorma tekniğini kullandım: “Acı, neden buradasın?” Çok net tek bir yanıt geldi: “Seni özgürleştirmek için!”

Bu acı ben kendime dayattığım sınırlamaları kaldırmayı seçene kadar orada durup canımı yakarak bana özgürlüğüme giden yolu gösterdi.

- İpek Tiryaki, işletme sahibi, yoga öğretmeni

7 yaşındaki oğlum çok sosyal, dışadönük ve konuşkandı ama sadece biz etrafındayken böyleydi. Bizim yanında olmamamızdan hiç hoşlanmıyor ve biz yokken ağlıyordu.

Yüzme dersini seviyordu ama sürekli orada olamadığımız için gitmeyi bıraktı. Aynısı basketbolda da oldu. Yıllardır onun bize olan bağımlılığını çözmeye çalışıyorum.

Bir gün 3 yaşındayken onu kreşe götürdüğümüzde ne kadar travma yaşadığını hatırladım. Onu terk ettiğimizi düşünerek saatlerce ağlamıştı ve kendi yaptığım "İçimdeki Çocuk" çalışması sayesinde onun hâlâ aynı filmi izlediğini anladım. Böylece bu teknikte ona rehberlik ederek 3 yaşındaki kendisiyle konuşmasını istedim. O küçük benliğine her zaman onu almaya geldiğimizi, asla onu terk etmediğimizi, korkmasına ve kendini yalnız hissetmesine gerek olmadığını hatırlatmasını istedim.

Gözlerini kocaman açarak gözlerimin içine baktı. Ondandır 3 yaşındaki haline sarılmasını ve yukarıdakilerin hepsini ona söylemesini istedim. Öyle yaptı. O kadar muhteşemdi ki. Bir anda duruşu, görünüşü değişti ve şimdi bizim orada olmamıza gerek duymadan mutlu bir şekilde basketbola gidiyor veya başka şeyler yapıyor.

Yıllardır çözülmeyen sorun "İçimdeki Çocuk" çalışmasıyla iki dakika içinde çözüldü.

- Burcu Korkut, eğitmen, yaşam koçu

# TEŞEKKÜR

Hayatımın aşkı, ruhumun bir parçası Aykut Oğut'a özellikle teşekkür ediyorum. Neően, mizah anlayışın, derin görüşün ve sevgin bana her gün ilham vermeye devam ediyor. Bu hayat seninle birlikte bir mucize ve bir macera. Bu kitabın ortaya çıkması için bana verdiğin destek inanılmazdı.

Őifa veren dokunuőu ve bununla yüreğimi açtığı için Gurmukh Kaur Khalsa'ya,

Bu kitabı yazarken elimi tutan ve birlikte çok şey paylaőtığımız Diana Opal'a,

Yukarıdaki bütün özel insanlara ve sürekli ilerlediğim bu yolda bana yardım eden diğer değerli öğretmenlere ve danışanlara teşekkür ederim.

Kendini tanı.

– Apollo Tapınağı'nda bir yazı

DOĞAN NOVUS  
KİTAP ÖRNEKTİR

# GİRİŞ

## KİŞİSEL BİR HİKÂYE

Yıllar önce yaşadığım maddi sıkıntıların ortasında biri gelip de, “Bu zorlukları, inanmayı seçtiğin düşünceler yüzünden yaşıyorsun” deseydi, şöyle cevap verirdim:

“Nasıl yani?”

Ne düşüneceğimi bilemezdim.

Bu kitap sadece bereket bilinci ve onu anlamının yollarıyla değil, aynı zamanda kendi gerçekliklerimizi ve sınırlamalarımızı nasıl oluşturduğumuzla da ilgili. Sadece yaşamayı tercih ettiğimiz gerçekliği keşfetmekle değil, istemediğimiz deneyimleri nasıl yarattığımızla da ilgili.

- İnançlarımız neler?
- Başarıyla deneyimlemek üzere kendimize hangi sınırları koyuyoruz?
- Bu sınırları nasıl hazırlıyoruz?
- Sınırlarımızı neden kolayca kaldıramıyoruz?
- Onlara tutunmak bize nasıl bir fayda veya kazanç sağlıyor?

20’li yaşlarımdan 30’larıma kadar on yıldan uzun bir süre kendimi keşfetmek, nasıl daha iyi bir hayata sahip olabileceğimi ve hayallerime nasıl ulaşabileceğimi öğrenmek için çeşitli kurslara katıldım.

Sanırım içimin derinliklerinde bana olmam öğretilen ve şartlandırıldığım kişi ile özümde olduğum kişi arasındaki uyumsuzluğu her zaman hissettim. Bu kurslar pek değerli yolculuklar olsa da Darel Rutherford’un koçluğu sayesinde yaşadığım değişim her anlamda bir dönüm noktası oldu.

Bu kendimi keşfetme, kendime yardım etme, kendimi var etme yolculuğumda tavrım son derece siyah-beyazdı; içten içe “Bu ya benim özgürlüğüm ya da ölümüm olacak” gibi bir anlayışım vardı.

Özgürlükten kastım, acıdan, incinmelerden, yaralardan, kendimi yargılamaktan, toplumun beklentilerinden, gölgelerden, başkalarının otoritesinden, maddi sıkıntılardan, yürümeyen ilişkilerden, bunların hepsinden özgürleşmekti. Kişinin kendi potansiyeline ulaşma ve onu aşma özgürlüğü herkesin doğuştan hakkı gibi geliyordu bana. Eğer bu yolculuğun amacı bu değilse, yaşamanın ne anlamı vardı ki?

Bu inanç, gençliğimden beri hayatımda öyle bir itici güç olmuştu ki hissettiğim bu psişemin içine hapsolma duygusu zaman zaman içimdeki yaşama isteğini azalttığı için bu uğurda her şeyi yapmaya veya bırakmaya hazırdım.

16 yaşındayken farkındalık halinde bedenden çıkış deneyimi (*Near death experience*) yaşadım. Neredeyse boğulmak üzereyken öteki tarafa gittim; kendimi yukarıdan seyrederken bedenimi geride bıraktığımı açıkça gördüm. Su altında geçirdiğim olsa olsa o birkaç dakika içinde aktarılan bilgi, pek çok ömre bedeldi. Nihayet içimi kemiren soruların yanıtı gelmişti:

- Ben gerçekte kimim?
- Biz gerçekte kimiz?

Belki başka bir kitapta bu olayın ayrıntılarını paylaşırım ama şimdilik bu arayışta gerçekten samimi olduğumuz zaman, kapıların gerçekten, hatta bazen son derece gizemli ve beklenmedik şekillerde açıldığını söylemekle yetineyim. Neredeyse göçüp gitmek üzereyken kalmayı seçtim. Bir dalga beni hızla kıyıya sürükledi ve canımı kurtarmak için yolun geri kalanını adeta suyun üstünde yürüyen bir çizgi film karakteri gibi yüzdüm.

Bu deneyim sayesinde kazandığım bilgi, daha doğrusu bu deneyimin anısı sayesinde üstün ve yenilmez olduğumu düşünüyordum – o sırada “bir şeyi bilmenin mutlaka o bilgiye uygun

şekilde yaşayabilmek anlamına” gelmediğini bilmiyordum. Sonradan bilginin gerçekten bilincine varmaktan çok farklı olduğunu anlamaya başladım. Bir arabanın nasıl kullanılacağını kitaptan okumak, hemen trafiğe çıkıp araba sürmeye başlayabileceğimiz anlamına gelmiyor.

Benim de bu deneyimden sonra hayatım zannettiğim gibi değişmedi. Kim olduğumu, hepimizin özümüzde kim olduğumuzu hatırlamıştım, fakat henüz bu hatırlayışı nasıl hayata geçireceğimi bilmiyordum. Bu son derece alışılmadık deneyimi irdeleyip kavramamı sağlayacak veya bana tamamen inanan biri olmadığı için, uzun bir süre zihnimin kütüphanesinde bir bilinmeyen olarak rafa kaldırmak zorunda kaldım. Onu temellendirecek bir referans nokta yoktu. Hatta bir noktada bunun suyun altında kendimden geçtiğimde gördüğüm bir tür hayal olabileceğini bile düşündüm. Yine de bir parçam her zaman bunun şimdiye kadar yaşadığım her şeyden daha gerçek olduğunu biliyordu.

Bu deneyimin hayatımın büyük kısmında bana rehber olduğunu söylememe gerek yok.

Geriye dönüp baktığımda, özgürlük arayışımın 5 yaşında, görünüşte alakasız ama sonrasında gerçekten çok derin bir şeyin sonucu olarak başladığını fark ediyorum. Şimdi o günü oluşturan temaların ve kalıpların, yolumda nasıl yürüyeceğimi seçmemde büyük bir etkisi olduğunu görüyorum.

Erken yaşlarda çeşitli konularda belli sonuçlara varırız ve sonrasında hep bizimle olan bütün bu sonuçlar –veya inançlar– parayla, evlilikle, başarıyla, başarısızlıkla, sevgiyle veya herhangi bir konuyla ilgili “benlik kavramlarımız” haline gelir.

Biz neye inanmayı seçtiğimizi unutabiliriz ama inançlar kendilerini unutmazlar. Onların kendilerine ait bir yaşamları vardır ve hayatımız boyunca seçimlerimize, kararlarımıza, hayallerimize, kararlılığımıza ve işçimize gölge düşürebilirler. Bu inançlar, ta ki bir şey olup da kendi kurgumuzdan uyanarak her şeyi değiştiren farklı bir seçim yapana kadar bizi aynı yolda tutmaya devam ederler.



Tıpkı bir trende yolculuk yapmak gibi.

Dümdüz belli bir yolda gittiğimiz sürece duracağımız istasyonlar inanmayı seçtiğimiz şeyler tarafından önceden belirlenmiştir. Ancak bir kez farklı bir seçim yaptığımızda farklı bir yol ayrımı yaratılır ve bu makas sayesinde yeni bir yola gireriz.

Artık bütün istasyonlar –onlara gerçeklikler olarak da bakabiliriz– farklıdır ve hem ileriye hem geriye doğru değişmiştir. Böylece her şey, hem gelecekteki olası deneyimlerimiz hem de geçmişimize bakış açımız dönüşüme uğrar.

Çiçeği burnunda 5 yaşında bir çocuk olarak yağmurun altında dans etmek istedim. Çoğunlukla yetişkinlerin benden yapmamı istediklerini yapardım ama bana göre doğum günü özel bir gündü ve o gün istediklerimi yapmaya hakkım vardı. Onun için dışarı çıkıp yağmurun altında dans etmek istedim. O sırada Bulgaristan'da yaşıyorduk. Komünist rejim altındaki ülkenin o kadar boğucu bir enerjisi vardı ki binalar griydi, hava yağmurluydu, insanlar mutsuzdu, her şeye bir mahrumiyet ve yasak duygusu işlemiş gibiydi. Çocukken bazen ülkeleri renklerle düşünürdüm. O zamanlar benim için Bulgaristan griydi.

Çok özel olması gereken o gün dans etmek, kutlamak, kendi kendime bir tür eğlence ve neşe yaratmak istedim ama buna izin verilmedi, çünkü yetişkinler soğukta hasta olmamı istemiyorlardı. Ayak diredim, ağladım. Bunun benim için anlamı büyüktü fakat henüz içimde gerçekten olan bitenleri ve bir çocuk olarak bütün bunların benim açımdan ne anlama geldiğini ifade edecek sözcükleri bilmediğim için bu bir öfke krizi şeklinde ortaya çıktı ve pek iyi karşılanmadı. Aslında bu, kendim olma hakkım için bir haykırıştı. Yetişkinler bana kızdıklarını kesin bir dille ifade ettiler.

Bu olay olduğunda aileme ölmek istediğimi söyledim, hatta kısa bir süre bir şey yemeyi reddettim.

– Eğer hayat böyle bir şeyse, onu istemiyordum.

Şimdi şöyle diyebilirsiniz:

– Ne olmuş yani? Bu büyük bir mesele değil ki.

Bu hem büyük bir mesele hem de değil.

Bunun olayın gerçekten dramatik olup olmaması veya önemsiz görünüp görünmemesiyle ilgisi yok aslında. Veya olayın bizim açımızdan bir yanlış anlama, bir başkasının hatası olup olmamasıyla da ilgisi yok. Bunu büyük bir mesele haline getiren, bu tür deneyimler sayesinde, bizim bu olay karşısında vardığımız olumlu veya olumsuz çıkarımlardır. Bunlar gerçekliğimizi çok belirgin bir şekilde oluşturan inanç sistemlerimiz haline gelirler.

Ben o güne çok minnettarım, çünkü bu bende bir yara açmasına rağmen içimde ne pahasına olursa olsun algıladığım sınırlarımın ötesine geçmek için bir arzu ve kararlılık da yarattı. Gölgelemizi yaratan izler, sınırlı algılar, edindiğimiz yaralar, onları dönüştürdüğümüz zaman bizim için bir armağan haline gelirler.

Bunlar gerçekten çok değerlidir.

Başta bu özgürlüğü bulmak için bir ergen olarak isyan ettim, 20'li yaşlarımın ortasında Amerika'ya taşındım, uyuşturucu kullanmayı denedim, kendi hayatımı kazanmaya ve iki ayağımın üstünde durmaya çalıştım; ancak sonunda, özgürlüğü yanlış yerlerde aradığımı anladım.

Özgürlük ne yaptığımınla değil, kim olduğumla ilgiliydi. Onu uyuşturucu kullanmayı deneyerek veya uzak yerlere giderek bulamayacaktım. O benim içimdeydi. Özgürlüğe o kadar bağımlıydım ki ondan uzaklaşmıştım.

Şimdi şöyle sorabilirsiniz:

– Bütün bunların para veya bereketle ne ilgisi var?

Çok ilgisi var. Çoğu insan bereketi bir şeylerden kurtulabilmek için ister. Sanki onları sıkıştıran, kısıtlayan parasızlıkmış gibi.

Kaç kişi görmüşsünüzdür kim bilir:

- Çok zengin ama servetine hapsolup kalmış
- Çok fakir ama olanaksızlıklara hapsolup kalmış
- Zengin ama yine de mutlu ve özgür
- Fakir ama yine de mutlu ve özgür

Her bir kategoriden birçok örnek vardır (inanç sistemleriniz tek bir kategori doğruymuş gibi gösterebilir).

Üzgün veya mutlu olmanızın, kendinizi özgür veya hapsolmuş hissetmenizin ortak paydası para değildir. Sebep, konuyla ilgili geliştirdiğiniz inançlardır.

1950'lerin başlarında, daha moda değilken koçluğa başlayan Darel Rutherford, 2000 yılında Aykut'a, 2004 yılında da bana koçluk yapmaya başladı. Darel düşünme tarzıma ışık tutar tutmaz onun yardımıyla özgürleştim. O sırada maddi sorunlarım vardı...

- Para kazanmak zor olduğu için değil.
- O sırada Amerikan vatandaşı olmadığım için değil.
- Görünüşe göre başka herhangi bir neden yüzünden değil.

Ama –farkında olmadan– bunu seçtiğim için.

– Ne???

Bir milyon yıl da geçse, bunca zaman inanmayı seçtiklerim yüzünden bereketle ilgili sınırlamalarımı gayet başarılı bir şekilde kendi kendime yarattığımı hayal edemezdim. Ayrıca kendi kendime yarattığım illüzyonun bir kez farkına vardığımda, bu kadar hızlı yok olacağına da inanmazdım. Algım, başarısız gibi hissetmekten başarılı bir şekilde sınırlamalar yaratmada bile ne kadar güçlü olduğumun farkına varmaya doğru kaydı.

İnanmayı seçtiklerimize göre yaşıyoruz; sonuçlar hoşumuza gitse de gitmese de.

Kendi hayatımda, Aykut'un hayatında ve son on beş yıldır koçluk yaptığımız pek çok danışanımızın hayatında, kişinin bir sorunu yaratmanın sorumluluğunu gerçekten aldığında onu çözme gücünü de kazandığını defalarca gördüm. Sorumluluk almak, suçu kabullenmek değildir, kişinin kendinde hata bulması da değildir. Daha ziyade her birimizin özünde yatan sınırsız gerçek güce ulaşmakla ilgilidir.

Ağırlıklı olarak berekete odaklanan bu kitap da bununla ilgili.

Bu dönüm noktasından sonra hayatım gitgide bir rüya halini almaya başladı. Elbette bu, hayatımda yeni zorluklar, gidilecek yeni yollar, kazanılacak yeni anlayışlar ve baş edilecek başka gölgeler olmayacak anlamına gelmiyordu. Bunların hepsi, hayatımı maceralı büyük bir yolculuk haline getirdi.

- Mesleğimi seviyorum, her gün neşeyle uyanıyorum.
- Bana her daim ilham veren bir iş hayatım var.
- Kendi güçlerini ve ışıklarını bulan, bereketi gitgide artan danışanlarla çevriliyim.
- Karı koca olarak kendi işimizi başarıyla yürütüyoruz.
- Sadece tatil için bile olsa, uzun süredir gitmeyi hayal ettiğimiz Hawaii'de güzel bir evimiz var.

Fakat hepsinden daha sihirli, Aykut'la olan ilişkim. Birlikte çalışıyoruz, birlikte yolculuk yapıyoruz, birbirimizin gelişmesine yardım ediyoruz ve gündeğumundan günbatımına kadar bol bol gülüyoruz.

Şimdi özgürlüğün benim için çok farklı bir anlamı var.

Özgürlük, ister kişisel veya topluca olsun ister kendi hayatımız veya dünya için olsun, hayal ettiğimiz her şeyin mümkün olduğunu bilmektir.

Özgürlük aynı zamanda hayatta ve kendimde var olan bütün sınırlamaları sevmekle ilgilidir, zaten onlar olmadan yolculuk ol-

maz. Aslında, özgürlüğün veya mükemmelliğin peşine düşmek en büyük tuzaktır. Belli bir sınırlamayı geride bıraktığımızda, tamamen yeni ve farklı bir gerçeklik, daha da gelişmemize yardım etmek için bizimle oynamaya gelir.

Ben bu kitabı, maddi veya başka bir konuda –çünkü bütün konularda prensipler aslında aynıdır– yaşıyor olabileceğiniz bazı sınırlamalara ışık tutmasını ve bunları dönüştürmenize yardım etmesini arzularak yazdım.

Kitapta belli prensipler, danışanlardan örnekler, Aykut’la kişisel hikâyeler, basit ve çok temel egzersizler ile kendinizi keşfetmeniz için tasarlanmış sorular ve günlük hayatınıza katabileceğiniz uygulamalar yer alıyor. Ben tekrarın öğrenmek için şart olduğunu gördüğüm için kitap boyunca tekrarlarla karşılaşacaksınız.

Herkesin kursa gidecek zamanı, isteği veya maddi imkânı olmayabilir; ben bunun nasıl bir şey olduğunu biliyorum. Olabildiğince bilgi veren fakat aynı zamanda sizin aktif olarak katılmanızı da gerektiren bir kitap yazmak istedim.

Unutmayın, aradığınız her şey hemen yanı başınızda.

Her ağacın binlerce yaprağı vardır...

Seneler önce, "Ben neden, ne yaparsam yapayım, başarılı olsam dahi, para kazanamıyorum?" diye sormuştum.

"Para ile oluşturduğun ilk ilişki anını hatırla" demişti hocam Darel. 7 yaşında yaşadığım bir olay yüzünden, bereket ve parayı, ta o zamanlar reddetmeye karar vermişim.



Hikâyemin farkına vardıktan çok kısa bir süre sonra ise, ilk milyon dolarıma ulaştım. Önce hikâyelerimizi biz yazarız, sonra onlar bizi yaratır.

Sen varsan Bereket var.  
Sen varsan Hayat var.

*Bu kitaba âşık oldum; Esra Banguoğlu Oğut kadim bilgeliğe ulaşmış bir mistik, ama bir o kadar da kalbi genç. Sanki hem bu dünyada, hem de başka ışıklı bir boyutta yaşıyor. Bu kitapta, okuyucuya üstünlük taslamadan, onun yanı başında, "Sen de yapabilirsin", "Hadi çık yolculuğa" çağırısı yapıyor.*

— Gurmukh Kaur Khalsa,  
yazar, Kundalini Yoga eğitmeni,  
işletme sahibi ve hamile yogası öncüsü

*Sevgili Esra, bereket konusunun en özüne inen, parayı nasıl var edeceğimizi öğreten ve bunun getirebileceği özgürlüğü hatırlatan kitapların kitabını yazmış. Bu kitap, hem engin bir derinlik, hem bereket konusunda müthiş bir ustalık, hem de herkesin anlayabileceği sade bir dil sergiliyor. Sen Varsan Bereket Var'ı şiddetle tavsiye ediyorum.*

— Mike Dooley,  
New York Times'ın çok satanlar listesindeki,  
Sonsuz Olasılıklar kitabının yazarı

