

ZORLUKLARA KARŞI

KENDİNİ

ATEŞLE

Cengiz Erşahin

ZORLUKLARA KARŞI KENDİNİ ATEŞLE

TUTKU YAYINEVİ ©

Editör : Füsun Dikmen
Kapak Tasarımı : Aykut Şahinakman
Resimleyen : İlgin Balcı
Baskı : Korza Basım (312) 384 19 67
ISBN : 978 – 9944 – 0901 – 1 – 7

1. Basım : Kasım 2007
204. Basım : Ağustos 2009

TUTKU YAYINEVİ

Şehit Mustafa Dođan Sk 92/1 Çankaya - Ankara
Tel (312) 442 73 95 - (532) 436 71 25

DAĐITIM

Dost Dağıtım (312) 430 48 95
Alfa Dağıtım : (212) 511 53 03
İnternetten SipariŐ : www.kitapyurdu.com

TEMSİLCİLİKLERİMİZ

İzmir : Pan Kitabevi, Aykut Yenersu, Tel: (232) 369 11 99
Bursa : Alp Dağıtım, Orhan Yalçınkılıç, Tel: (224) 223 01 19
Adana : Bilgi Dağıtım, Gökhan Çelik, Tel: (322) 432 27 60
Samsun : Fil Kitabevi, Mustafa Apaydın Tel: (362) 233 95 61
Diyarbakır : Urartu Kitabevi, Mahmut Erdiñç, Tel: (412) 223 10 12
Elazığı : Batı Kitabevi, Hanifi Batı, (424) 237 69 71

© 2007 Cengiz Erşahin

Eserin tüm yayın hakları Cengiz Erşahin'e aittir.

Yazılı izin olmadan kısmen veya tamamen hiçbir yolla kopya edilemez,
çoğaltılamaz ve dağıtılamaz.

www.cengizersahin.net

İçindekiler

1) Düşüncelerinize Dikkat Edin	7
2) Cesaret	25
3) Bu Hayat Sizin	41
4) Hayatınıza Yön Verin	55
5) Siz Bir Dahisiniz	77
6) Geçmiş Geride Bırakın	90
7) Coşkunuzu Güçlendirin	95
8) Asla Vazgeçmeyin	111
9) Minnettarlık	131

Cengiz Erşahin

26 Mart 1969 günü Sidney’de (Avustralya) doğdu. İlköğrenimini Sidney’de tamamladı. Orta öğrenimine Ankara’da devam etti. ODTÜ Metalurji Mühendisliği bölümünü bitirdikten sonra tekrar Avusturalya’ya gitti ve işletme mastırını tamamladı. 1,5 Yıllık iş deneyiminden sonra Türkiye’ye döndü. Türkiye’nin sayılı firmalarında mühendislik ve satış konularında çalıştı. Kendi işini kurup yönetti. Aynı zamanda kişisel gelişim kültürüne yöneldi.

2004 yılında yayınlanan “Kafesin İçerisindeki Hayat” adlı kitabı 3 ay boyunca en çok satan kitaplar arasında yer alıp 46. basısını yapmıştır.

Cengiz Erşahin’in diğer eserleri arasında,
Coşkuyla Yaşamak,
Başarıya Götüren Sözler,
Tutkuyla Yaşamak,
Gerçek Sır,
Stres, Kendine Güven, Mücadele Ruhü,
Zorluklara Karşı Kendini Ateşle,
Başarı Öyküleri,
Cesaret Veren Öyküler

bulunmaktadır. Yurt dışında ve Türkiye’nin dört bir tarafında birçok kamu kurumuna ve özel sektörün önde gelen kuruluşlarına seminer vermiştir. Seminerlerine sadece son bir yıl içerisinde 183,000 kişi katılmıştır.

www.cengizersahin.net

BİN AYNALI TAPINAK

Hindistan'da yüksek bir dağın doruğuna yapılmış 'Bin Aynalı Tapınak' adlı görkemli bir tapınak vardı. Günlerden bir gün bir köpek dağa tırmandı ve tapınağın merdivenlerinden çıkarak 'Bin Aynalı Tapınak'a girdi.

Tapınağın bin aynalı salonuna geçtiğinde bin tane köpek gördü. Korkarak tüylerini kabarttı; kuyruğunu bacalarının arasına sıkıştırdı; korkutucu hırıltılar çıkartarak dişlerini gösterdi. Ve bin köpek de tüylerini diktiler, kuyruklarını bacalarının arasına alıp korkunç sesler çıkartıp dişlerini gösterdiler. Köpek paniğe kapılarak tapınaktan kaçtı. Ve o andan itibaren bütün dünyanın tehlikeli, korkunç köpeklerle dolu olduğuna inandı.

Bir süre sonra bir başka köpek gelip dağ tırmandı. O da tapınağın merdivenlerinden çıkıp 'Bin Aynalı Tapınak'a girdi. Tapınağın bin aynalı salonuna geldiğinde bin tane köpekle karşılaştı ve çok sevindi: Kuyruğunu salladı; neşeyle oradan oraya zıpladı ve köpeklerle oynamaya çağırdı. Bu köpek tapınaktan çıktığında dünyanın dost ve sevecen köpeklerle dolu olduğuna inanıyordu.



Düşüncelerinize Dikkat Edin

Hayattaki seçimlerimiz bize aittir. Ama her şey kontrolümüzde değildir. Bir şey hariç; düşüncelerimiz. İnsanlar bize fiziksel olarak zarar verebilirler, paramızı ya da eşyalarımızı çalabilirler, ama bizim iznimiz olmadan asla düşüncelerimizi değiştiremezler.

Ne düşündüğümüze sadece biz karar veririz ve düşüncelerimizin kalitesini yükseltmek için yapacağımız her şey doğal olarak hayatımızın kalitesini de yükseltir.

İnanmak, bir şeyin nasıl olduğu konusunda emin olmaktır ve tamamıyla kendi bakış açımıza göre oluşur. Bazen düşüncelerimizi sorgulamadan ya da yargılamadan birkaç kez düşündükten sonra onları gerçekmiş gibi kabul ederiz.

Bütün geleceğimiz, zihnimizde oluşturduğumuz alışkanlıklara, yani inançlara bağlıdır. Neye yürekten inanırsak, hayatımıza çekmeye başlarız. İnançımızın gerçikle bir ilgisinin olması ya da bir hayal ürünü olması bu sonucu değiştirmez.

Farklı olayları ve insanları hayatımıza çekmek istiyorsak, düşüncelerimizi değiştirmemiz gerekiyor. Sahip olduğumuz düşünceler bizi bugün bulunduğumuz yere getirdi. Yarın daha farklı bir yerde olmak istiyorsak, düşüncelerimizi değiştirmemiz gerekiyor. Düşünceler, bir mıknatısın enerjisi gibi kendisiyle uyuşan durumları ve insanları bize doğru çeker.

Hayatımız düşüncelerimizi takip eder. Zihnimizde neyi düşünürsek, aniden o yönde ilerlemeye başlarız. Düşüncelerinizi sert bir şekilde sağa ya da sola çevirirseniz, hayatınız ve tecrübeleriniz birden o yönde gelişmeye başlar. Düşüncelerin doğaüstü bir gücü vardır.

Evinizde büyük bir fare olduğunu fark etseniz, 'Şu gazeteyi bitireyim.' ya da 'Bugün çok yorgunum, onunla yarın ilgilenirim.' demezdiniz, değil mi? Hemen yerinizden fırlardınız. Kendiniz durumu çözemiyorsanız, birisinden yardım alırdınız. Yani bir şey yokmuş gibi davranıp gazetenizi okumaya devam etmezdiniz.

İşte biz de bu olumsuz düşüncelere karşı bir an önce harekete geçmeye başlamazsak, bir süre sonra, 'Benim geleceğim yok, hiçbir şansım yok.' demeye başlarız.

Şu anda aklınızdan neler geçiyor? Kendiniz ve geleceğinizle ilgili olumsuz şeyler mi? Neden şans bana gülmüyor diye mi düşünüyorsunuz?

Olumsuz düşünceleri, olumlu düşüncelerle yer değiştirin. Tam tersini düşünmeye başlayın. Geçmişiniz ek-

silerle dolu ise, geleceğinizin artılarla dolu olacağını düşünün.

Kaybediyorsanız, 'Zafer benimdir!' deyin. Sabah uyandığınızda, o bütün olumsuz düşünceleri silip atın. İçiniz sizinle değil, siz içinizle konuşun.

Durum ne kadar kötü görünürse görünsün, ne hissederseniz hissedin, her zaman olumluyu düşünün ve konuşun.

Bazılarınızın, 'Cengiz hocam, sen benim hayatımı bilmiyorsun, olumlu hiçbir şey yok. Hayatımda bana hiç iyi bir şey olmadı. Geçmişim buna müsait değil.' dediğini duyar gibi oluyorum.

Problemlerinizin üstesinden gelmenin ve başarmak istediklerinizin imkânsız olduğunu mu düşünüyorsunuz? Unutmayın, hayatınız düşüncelerinizi takip ediyor.

5 yıl kötü geçtiyse, en azından bunu konuşarak doluşmayın. Konuşmalarınızı olumlu yönde yapmaya başlayın.

Sorunları ve engelleri değil, çözümleri ve fırsatları konuşun. Her evden çıkışınızda fırsatları arayın ve sadece inanın. Birisiyle tanışmanız, bir anda her şeyi tersine çevirebilir, ne kadar imkânsız gibi görünse de. Banka hesabınız ya da kredi kartı ekstreniz pek parlak görünmese de, 'Fırsatların yaklaştığını hissediyorum.' deyin ve bu yönde gerekli adımları atın.

Duygularımız, düşüncelerimize göre şekilleniyor. Sabah kalktiğinizde, sizi kıran insanları ya da yaptığınız hataları düşünerek mutlu olamazsınız. Gün boyunca ve yatmadan önce neler düşünüyorsunuz?

Düşünceleriniz doğru yöne gitmeli.

Zihniniz allak bullak ise, hayatınız da allak bullak olacaktır.

Dünyanın en büyük ve güçlü bilgisayarına sahip olabilirsiniz, ama içine virüs girerse, bilgisayarınız yavaşlamaya ve işlemlerde hata vermeye başlar. Bilgisayar kötü olduğu için değil, içine virüs girdiği için.

Olumsuz düşünceler de virüsler gibidir. Virüslerin yalanlarına inanmaya başladık. 'Ben o kadar yavaşım ki, çekici değilim ki, zeki değilim ki, hayatımı değiştiremem. Hiçbir zaman başarılı olamam. Ben buyum ve hayatım da bu.' Böylece o yaşayabileceğimiz hayatı hiçbir zaman yaşayamayız.

Gerekenlere sahip olmadığımızı, geçmişini geride bırakamayacağımızı düşünürsek, düşüncelerimiz haklı çıkar.

Düşüncelerinize dikkat edin, gerçekleşebilirler.

Amerika'nın Teksas eyaletinde bir çiftlikte oturan ailenin 11 yaşındaki çocuğu babası televizyonda maç seyredirken babasından biraz ilgi görmek istiyor. Oyuncak

kamyonları üzerindeki yükleri göstermek istiyor. 'Git başımdan.' diyor babası. Birkaç dakika sonra çocuk tekrar kamyonlarını babasına göstermek istiyor. Babası daha da kızarak, 'Neden gidip kendini vurmuyorsun?' diyor. Çocuk salondan dışarı çıkıyor. Bir silah sesi duyuluyor; çocuk kendini vuruyor.

2007 Haziran'ında İstanbul'da yoğun bir seminer programım vardı. Bu seminer programını 32 ilçede yürütüyordum. Her gün bir ilçede iki seminerim organize edilmişti ve her bir seminere yüzlerce kişi katılıyordu. Sabahları seminerin yapılacağı salonu bulmam için bir hayli çaba göstermem gerekiyordu. Oraya vardığımda da seminerde sorun yaşamamak için salonun düzenlemesiyle bizzat ilgileniyordum ve genelde hazırlıklar programın başlangıcından birkaç dakika önce bitiyordu.

Bir akşamüstü kalacağım otele dönerken, bu yoğun seminer trafiğinde arabamın lastiğinin patlaması durumunda başıma gelecekler bir anda aklıma geldi. Arabada seminer için gereken birçok eşya da vardı. Bir sonraki gün tahmin edin ne oldu? Evet, arabamın lastiği patladı.

Bozcaada'da tatil yapan Gökhan Özbek, burada hurda bir araba görünce aklına hemen bir esprî geldi. Genç adam arabanın içine girip sağ arka koltuğa oturdu ve ölmüş gibi poz vererek fotoğraf çekti. Gökhan tatil dönüşünde bu fotoğrafı arkadaşlarına gösterip şaka yapacak ve 'Trafik kazası geçirdim, öldüm. Bakın bu da ölümün fotoğrafı. Ben aslında bir hortlağım!' diyecekti. Tatil bitti, Gökhan memleketine döndü. Kısa süre sonra

gelen Ramazan Bayramı vesilesiyle Gökhan ailesi İzmir'e gitmeye karar verdiler. Otomobili Gökhan'ın babası kullanıyordu. Manisa-Kırkağaç girişinde mola veren aile, biraz dinlendikten sonra tekrar yola koyuldu. Yola çıkalı henüz birkaç dakika olmuştu ki, önlerine aniden bir yaya fırladı. Baba Hikmet Bey direksiyonu kırdı, ama yayaya çarpmayı engelleyemedi. Kazanın etkisiyle Hikmet Bey direksiyon hâkimiyetini kaybetti. Ön cam patladı ve araba dört takla atarak bir hendeğe yuvarlandı. Gökhan tıpkı 7 ay önce şaka olsun diye çektiği fotoğraftaki gibi arabanın arka koltuğunda oturuyordu. Görüntüsü ile de fotoğraftakine çok benziyordu. Fotoğraf şakası ne yazık ki, gerçek olmuştu.

Düşüncelerinize dikkat edin, gerçekleşebilirler.

Özgüven

Özgüven, sizin kendinizi değerlendirmenizdir. Başkalarının sizin hakkında ne düşündüğü ya da hissettiği değil, sizin kendi hakkınızdaki duygu ve düşüncelerinizdir. Özgüven, başarısızlığın sebebi ve başarının anahtarıdır.

Sizin kendi hakkınızda ne düşündüğünüz, başkaların sizin hakkında ne düşündüğünden çok daha önemlidir.

Seneca

Yapılan araştırmalar, her yedi kişiden altısının özgüveninin düşük olduğunu ortaya koyuyor. İşe geç kalırız. Sürekli televizyonun başındayızdır, fazla yeriz, anlamsız-

ca uzun uzun sosyalleşiriz, isteksiziz ve hiçbir şey yapmaya enerjimiz yok.

Gördüğünüz rüyalar nasıl? Sürekli olumsuz mu? Bunları yorumlamak için rüya tabirleri kitabına ihtiyacınız yok. Kendinizi mahcup, kaybeden ve boyun eğer bir durumda mı görüyorsunuz? Rüyalarınıza bir karamsarlık ve korku mu hakim? Bu, bilinçaltınızın nelerle dolu olduğunu ve aslında nelere inandığınızı gösteriyor. Bunun üzerinde çalışmanız gerekiyor. Bu zinciri bir yerinden kırmanız gerekiyor. Böyle duygular içerisindeyken hayatınızda yeni bir sayfa açamazsınız.

Kendi hakkımızdaki olumsuz düşüncelerin ve inançların çoğunu bilinçli olarak fark edemeyebiliriz, ama bilinçaltındadırlar ve kendilerini hissettirirler. Bazen kendinizi iyi hissetmezsiniz, ama tam olarak ne olduğuna da bir anlam veremezsiniz.

Kendimizle ilgili hiçbir olumsuz düşünceye sahip olmamanın nasıl bir şey olabileceğini hayal edebiliyor musunuz? Kendimizle ve hayatla barışık olmak nasıl olurdu? Yeniden doğmuş gibi olurduk herhalde. Hayatımız boyunca taşımış olduğumuz bütün yükleri üzerimizden atmış olurduk. Kendimize güvenirdik, kendimizi iyi hissederdik, hayattan keyif alırdık. Kendimizi iyi şeylere layık görürdük. İşimizde daha yükseğe tırmanırdık. Daha iyi bir eş, daha iyi bir anne baba, daha iyi bir çalışma arkadaşısı olurduk. Neşe ve mutlulukla dolup taşardık. Bunun için bir şeyin olması gerekmezdi, yaşamın kendisi ve hayatta olmamız yeterli olurdu.