

YAZAR HAKKINDA

29 Mart 1982'de İstanbul'da doğdum. Evli ve üç çocuk annesiyim.

Yaşamımı dolu dolu her türlü eğitim ve kariyer ile süsledim. Yaşam devam ettikçe öğrenme ve ilerleme çabam bitmeyecek. Lisans eğitimlerim hâlâ devam etmekte. Kişisel gelişimime katkı olan koçluk programlarından mezun olarak T.C. Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığı ilgili kuruluşu MYK-Belgeli Profesyonel Koç, ICF-ACC Unvanlı Profesyonel Lider Koçu olarak görev yapmaya devam ediyorum. Kişisel Gelişim ve Koçluk Merkezi'mizin oluşumu ve inşası hızla yürütülmektedir. Tüm bilgi ve birikimimi çeşitli seminer ve konferanslarımla tüm Türkiye genelinde vermeye devam ediyorum.

Spiritüel alan keşiflerimi ve tüm yetkinliklerimi bu âlem ötesinde geliştiren bir varlık olarak hizmetlerime devam etmekteyim. TLHT® THE LIGHT OF HEALING THERAPY- IŞIĞIN ŞİFASI şifa sisteminin kurucusuyum. Binlerce kişinin yaşadığı mucizelere tanık olmaya, sistemin muazzamlığını paylaşmaya devam ediyoruz. Bu kitabı, ilk kitabım *Işığın Şifa Yolu* ile bu alanda yetkinliklerini geliştirmek isteyen ruh parçalarım, ışık dostlarıma rehber olması adına hazırladım.

Geldiğim bu noktada gücüm yettiğince hizmet etmeye devam edeceğim. Allah'ın açtığı, açmadığı tüm yollarda tekâmülüme hizmet edip tüm gerçekliği sizlerle buluşturmaya da devam edeceğim.

Sosyal Medya Hesaplarımız:

instagram: <https://www.instagram.com/sibeluzunofficial>

twitter: <https://twitter.com/sibeluzunresmi>

facebook: <https://www.facebook.com/sibeluzunofficial>

youtube: <https://www.youtube.com/c/SibelUZUNTV>



DESTEK YAYINLARI: 1721

KİŞİSEL GELİŞİM: 301

SİBEL UZUN / ROTA HESAPLANIYOR

Her hakkı saklıdır. Bu eserin aynen ya da özet olarak hiçbir bölümü,
telif hakkı sahibinin yazılı izni alınmadan kullanılamaz.

İmtiyaz Sahibi: Destek Yapım Prodüksiyon Dış Tic. A.Ş.

Genel Yayın Yönetmeni: Ertürk Akşun

Yayın Koordinatörü: Özlem Esmegül

Üretim Koordinatörü: Semran Karaçayır

Son Okuma: Devrim Yalkut

Kapak Tasarım: Sedat Gösterikli

Sayfa Düzeni: Melike Doğan

Sosyal Medya-Grafik: Mesud Topal-Nursefa Üzümler Kalender-Samet Ersöz

Destek Yayınları: Şubat 2023

Yayıncı Sertifika No. 43196

ISBN 978-625-441-863-1

© Destek Yayınları

Abdi İpekçi Caddesi No. 31/5 Nişantaşı/İstanbul

Tel. (0) 212 252 22 42

Faks: (0) 212 252 22 43

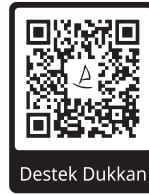
www.destekdukkani.com

info@destekyayinlari.com

facebook.com/DestekYayinevi

twitter.com/destekyayinlari

instagram.com/destekyayinlari



Destek Dukkan

Deniz Ofset – Çetin Koçak

Sertifika No. 48625

Maltepe Mahallesi

Hastane Yolu Sokak No. 1/6

Zeytinburnu / İstanbul

Tel. (0) 212 613 30 06



S İ B E L U Z U N

ROTA HESAPLANIYOR KENDİNE DÖNÜŞ BAŞLADI

“Dün akıllıydım, dünyayı değiştirmek istedim;
bugün ise bilgeyim, kendimi değiştirdim.”

- **H. Mevlana Celaleddin-i Rumi**



İÇİNDEKİLER

YAZAR HAKKINDA	1
Teşekkür.....	9
Niyet Ediyorum	10
ÖNSÖZ	12
Benim Hikâyem.....	14
1. BÖLÜM: Değişim Cesaretin Özüdür	29
Kendinle İletişime Geç.....	34
Duyguların Kaynağını Fark Etmek	40
Duygulardan Özgürleşmek	49
İçsel Huzuru Yakalamak	52
Korku, Kaygı ve Öfkeyi Anlamak.....	55
Kendinin Efendisi Olmak.....	58
Erdemlerinin Farkında Olmak ve Hayır Diyebilmek	60
Değerlerin Farkında Olmak.....	66
Değerler Tablosu.....	68
Önceliklerini Belirlemek	69
Öncelikler Çarkı Alıştırması.....	71
Akılcı Hedef Belirleme.....	72
Açık Tuzakların Cazibesi.....	74
An Saati Uygulaması	75
2. BÖLÜM: Ruhsal Aydınlanma ve Değişim Yolunda Şifa	77
Ya Seninle Başladıysa?.....	79
Olumsuz-Negatif Tohumları Gübrelemeyi Bırak.....	82
Köklerinden Gelen Şifa.....	85
Bilgelik Çağı	96
Enerji Dünyasının Tuzakları.....	100
Enerjimizi Tüketen Durumlar	104

Metafizik ve Psişik Alan.....	110
Psişik Saldırıları	117
3. BÖLÜM: Ruhsal Gelişimde Hakikat Yolu.....	119
Hiç Ol.....	124
Tevhit-i Mührü Bir'in Kapısı.....	129
4. BÖLÜM: Kendini İfşa Etme Sanatı.....	133
Kendine Meydan Oku.....	135
Destekleri Gör.....	137
Güvenli Limandan Ayrıl.....	140
Tekrar Denemekten Korkma	142
Hedefine Koş.....	144
Krizleri Yönet	146
Cevherini Keşfet	147
İçindeki Güce Odaklan.....	149
Tekrar Bağlantı.....	151
Değişimler ve Yeni Hayatın.....	152
Kendini Takdir Et	154
5. BÖLÜM: Ruhsal Gelişim İçin Altın Öğütler	155
Mutlaka Yap.....	158
Duaların Kabul Olsun İstiyorsan.....	162
Ve Öyle de Oldu Yerine Kün Fe Yekün	166
6. BÖLÜM: Sayılardan Gelen Şifa	173
Seni Sana Anlatıyorum	176
1 (bir) Rakamı Tipolojisi	178
2 (iki) Rakamı Tipolojisi.....	179
3 (üç) Rakamı Tipolojisi.....	181
4 (dört) Rakamı Tipolojisi.....	182
5 (beş) Rakamı Tipolojisi.....	183
6 (altı) Rakamı Tipolojisi.....	184
7 (yedi) Rakamı Tipolojisi.....	186
8 (sekiz) Rakamı Tipolojisi.....	188
9 (dokuz) Rakamı Tipolojisi	190
11 (on bir) Rakamı Tipolojisi.....	192

22 (yirmi iki) Rakamı Tipolojisi.....	194
Günün Enerjisine Uyumlan	196
Günün Enerji Sayısı 1 (BİR).....	201
Günün Enerji Sayısı 2 (İKİ).....	204
Günün Enerji Sayısı 3 (ÜÇ)	207
Günün Enerji Sayısı 4 (DÖRT).....	210
Günün Enerji Sayısı 5 (BEŞ)	213
Günün Enerji Sayısı 6 (ALTI)	216
Günün Enerji Sayısı 7 (YEDİ).....	219
Günün Enerji Sayısı 8 (SEKİZ).....	222
Günün Enerji Sayısı 9 (DOKUZ).....	225
7. BÖLÜM: Kuantum Alanda Enerjini Yenile, Auranı Yükselt	229
Enerji Bedenini Şarj Et.....	229
Enerji Bedenini Toprakla.....	230
Auranı Süpür ve Enerjini Yenile	231
Sarkaçla Enerji Bedenini Temizle.....	233
Mekânını Temizle.....	235
Korunma Yöntemleri	237
8. BÖLÜM: İyileşmenin Temeli Özgürleşme.....	241
Olumsuz Duygularla Bağ Kesme.....	244
Yüklerden Arınma.....	247
21 Gün Kuralı ve Olumlamalar	249
SAĞLIK OLUMLAMALARI	251
BOLLUK BEREKET OLUMLAMALARI	252
BAŞARI OLUMLAMALARI	253
MUTLULUK OLUMLAMALARI.....	254
ŞANS OLUMLAMALARI.....	255
YENİ BİR BEN OLUMLAMALARI	256
YAŞAM AMACINI BULMAK	257
KENDİNE GÜVENMEK.....	258
Bitirirken.....	259
Kaynakça.....	261

Teşekkür

Öncelikle siz kıymetli okurlarıma, yol arkadaşlarıma sonsuz teşekkür ederim. Eserlerimizin sizlere kolaylıkla ulaşmasını sağlayan Destek Medya Grubu emekçilerine, Destek Medya Grubu sahibi Sayın Yelda Cumalıoğlu'na, her aşamadaki stresime gönlüyle cevap veren kıymetli eşim Tayfun'a ve gözümün nuru evlatlarım Batuhan'ım, Sudehan'ım, Ege Su'yum eksiklerimi kapatmakta gece olduğunuz için sonsuz minnet, saygı ve şükranla...

Unutmadan...☺

Konunun ne olduğunun hiçbir önemi olmadan tüm tekâmülümde hizmette olan herkese teşekkür ederim. Sizler sayesinde büyük olgunluk ve bilgelik kazandım.

Niyet Ediyorum

Her kim ki yaşamında karamsar oldu; ona ulaş, ona tüm gücünü ve nurunu hatırlat. Her kim ki yaralarından çılgına döndü; ona ulaş, o yaranın kapanacağını, acısının biteceğini, kalan izlerin tecrübesi olacağını ve tekâmülünde bir bilge baykuş olacağını ona hatırlat. Her kim ki taşıyamıyorum bu yükü dedi; ona ulaş, yükleri sahibine teslim etmesi gerektiğini hatırlat. Her kim ki nerden başlayacağım dedi; ona ulaş, her şeyden evvel kendini sevmelisin dediğimi ona hatırlat. Her kim ki çok çaresizim dedi; çare sensin cevherini keşfetmesini hatırlat.

Hatırla ve hiç unutma: Tüm cevher senin elinde.

Sensin mucize, sensin hakikat...

Ağaran güne, dönen geceye her an şükür ile, aşk ile...

Anneme...

ÖNSÖZ

Hoş geldin Işığım...

Sen benim, ben senin ışığın olmaya devam ediyoruz. En büyük niyetim daimi olarak ışıklarımızın birbirine karışması ve ahenkle etrafımıza yayabilmemiz. Yolculuğumuz bu kitapta yükseliş merdiveninde bir adım daha atacak. İlk kitabımın, ilk satırlarında sana söylediğim gibi kendi öz karanlığındaki aydınlığını bulma çabanı ve hiçbir şeyin eskisi gibi olmayacak oluşunu bir kez daha sana hatırlatmak istiyorum.

Çıkacağımız bu yolculukta; kendi dünyanız içerisinde kendini kendine ifşa edeceksin.

Yolculuk, kahramanın sıradan dünyasından başlayıp yine orada bitecek. Döngüyü kırıp illüzyonu aşmanın en güzel adımlarını fark edeceğiz. Sana kahraman diyorum çünkü kendini keşfettikçe, kendini kendine ifşa ettikçe, tüm kendi gerçekliğin ile yüzleşip duygularını dönüştürdükçe, değerlerinin farkına vardıkça etrafını değil kendini ve kendi düşüncelerini değiştirdikçe kendi dünyanın kahramanı olacaksın.

Her şeyin birbirine girdiği birçok dönem geçirmiş olabilirsin. Zihnin seni çoğu yerde bloke etmiş de olabilir. Etrafındaki tüm insanlar tarafından zaman zaman manipüle edilmiş dahi olabilirsin. Şimdi sınırlarına doğru kapıyı aralarken kendinle yüzleşmeye başlayacaksın. Şimdi yazacağım satırlara kendini iyice ver. Kendimi keşfetmek yolda yolculuğumun farkına varmak bana verilmiş en büyük kutsaldı

ve yolculuk hiç bitmeyecek. Emin ol bunun için aynı güç, kudret, cesaret aklına gelebilecek tüm inanç sistemleri ve koridorları sende de hazır ve seni bekliyor.

Şimdi sıra sende...

Tanıklığın kendi yoluna ve yolculuğuna olurken senden ötesine geçebileceksin. Ben demekten sen demeye, sen demekten biz demeye başlayacaksınız.

Sana enerji dünyasından da en doğruları aktarmaya gayret edeceğim. İlahi nizamın bize sunduğu andaki tüm akışı kendi hayatına kolaylıkla uyumlayacaksınız. Günlük yapacağın ritüeller enerji merkezlerinin dengelenmesine, hizalanmasına, bloajlarını fark etmene ve günün enerjisiyle uyumlanmana yardım edecek... Hazır mısın?

O halde yolculuk başlasın...☺

Benim Hikâyem...

Yıl 2011...

Hayatımda yaşadığım en büyük krizle karşı karşıyaydım. O yaşıma kadar biriken birçok duygu bir gece ansızın ortalığa döküldü. İtiraf, haykırışlar vs...

Sessiz çılgınlıklarım diye ifade ederim her zaman ya, işte o zamanlardaki sessiz çılgınlıklarım dağları delercesine beni de ailemi de delip geçti. Yıllarca biriktığım tüm çaresizliklerim, güvensizliklerim, çırpınışlarım, yalnızlığım, öfkem içimdeki yanardağı patlattı ve yanardağdan taşan lavlar her bir yana saçıldı. Ben yanmıyordum sadece, yakıyordum da...

Yanıyordum. Cayır cayır yanıyordum...

Kendi işimin sahibiydim aynı zamanda. İş, güç her şey ama her şey tepeyaktaklık olmuştu. Bir anda bir sürü maddi kayıplar ve zedelenmelerle koca işletmemi küçücük bir ofise taşımış, geniş personel ekibimi ben dahil 5 kişiye, sonra 3 kişiye kadar indirmiştim. Toparlayabilmek adına çok çaba sarf ediyordum.

Bir hafta sonu dönüşü, sabah çok erken saatte, sekreter arkadaşımız beni aradı. Hafta sonu ofise gelip gelmediğimi sordu. Bu ilginç soru karşısında ne olduğunu sordum. Geldiğinde kapı açılmış. “Hah!” dedim. “Bir bu eksikti. Ofise hırsız girdi.”

Hemen ofise geçtim, her şeyi mi alır insan?☺ Her şeyi almış. Kasayı açmış, kasadaki çekler, nakit, saatlerim, çekmece- de duran cumartesi günü yapılmış tahsilatlar vs... Bilgisayar-

ları da almış, ne var ne yok hepsini götürmüş. Kaldım mı el elde, el başta?

Polisi çağırılmışlar, fakat yapılacak bir şey yok. Merter'in köhne iş merkezlerinden birindeyim. Ne kamera var ne de başka bir şey. "Parmak izi alalım" dediler, "Gerek yok" dedim. "Şikâyetçi falan değilim. Bitti buraya kadar."

Kalp atışlarım o an öyle korkunçtu ki, tarifi zor. "Tabela-yı indirin" dedim arkadaşlarıma. Yolun sonu ve bu dükkânın rızkı buraya kadardı.

Kendi yaşamımın adeta Big Bang'ini yani büyük patlamasını yaşıyordum. Bir anda alacaklılar kapıda birikmeye başladı. Kime bana yardımcı olması için gittiysem altımdaki arabayı, kolumdaki saati, kılık kıyafetimi gören "Sana bir şey olmaz" deyip iki muhabbet edip uğurladı beni. Evet, haklılardı. Bana bir şey olmazdı, her şey Yüce Yaradan'ımın iradesinde, yine benim için gerekiyordu. Peki o zaman bunun farkında mıydım, hayır!

Kargaşa başlamıştı. Sizler ilk kitabımda son iş hikâyemi biliyorsunuz fakat evvelinde de bir sürü yaşanmışlıklar var.

Bir başıma yaşıyordum. Çocuklarım annemde... Babacığımı henüz 16 yaşında iken kaybetmiştim. Baba demek yaslandığınız en büyük çınardır, dağdır. Çınarınız yıkıldığında yaslanacak ne çınarınız kalır ne de dağınız. Ben dağımı kaybettiğimde çıırçıplak kalmıştım. Çünkü ailemde hep bir parçalanma vardı. Babam bana düşküdü, kıymazdı. Annem de kıyamazdı bazı zamanlar ama babam başkaydı. Annem için varsa yoksa ağabeyimdi. Zaman içerisinde ona neden bu kadar düşkün olduğumu daha da iyi anladım. Yine de anneydi, en zor zamanlarımda çok defa elimden tutmuştu. Annemin tekâmülüne ne değerler kattığını zamanla öğrendim...

Annemle birlikte yaşamak imkânsızdı o dönemlerde; o aksi, ben aksi. İnanılmaz hızlı düşündüğüm zamanlar. Uyku