

Yazar Hakkında

© MINDI MORGAN



Vazgeçebilmek, Korkusuzca Yaşayabilmek, Özgürleşebilmek, Kutsal Olanı Arayabilmek, Sevebilmek dahil birçok kitabın yazarı Guy Finley'nin cesaret verici ve ulaşılabilir fikirleri, ilişki, başarı, bağımlılık, stres, huzur, mutluluk, özgürlük gibi önemli kişisel ve sosyal meselelerin kalbine inerek

bize, daha nitelikli bir yaşamın yolunu gösteriyor. Finley 25 yıl içinde Kuzey Amerika ve Avrupa'da binlerce öğrenciye öz farkındalık semineri verdi. Yüzlerce televizyon ve radyo programına konuk oldu. Halihazırda sekiz uluslararası radyo ağında yayın yapıyor. Eserleri 16 dile çevrilen ve doktorlar, uzmanlar, tüm mezheplerin dini liderleri tarafından kabul gören Finley, benlik çalışmaları üzerine Oregon, Merlinde yer alan Life of Learning Vakfı'nın da kurucu direktörü.

DESTEK YAYINLARI: 1857

KİŞİSEL GELİŞİM: 336

GUY FINLEY / VAZGEÇEBİLMENİN İŞİĞİNDA 365 GÜN

Orjinal adı: 365 Days to Let Go

Copyright © 2007 by Guy Finley.

All rights reserved.

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

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

Genel Yayın Yönetmeni: Ertürk Akşun

Yayıma Hazırlayan: Oya Özaltın

Üretim Koordinatörü: Semran Karaçayır

Çevirmen: Lzel Sena Güner

Editör: Elif Nihan Akbaş

Son Okuma: Devrim Yalkut

Kapak Tasarımı: İlnur Muştu

Sosyal Medya-Grafik: Mesud Topal-Nursefa Üzümlü Kalender

Reklam ve Tanıtım: Selen Çavuşoğlu-İşıl İlgit Şimşek

Destek Yayınları: Aralık 2023

Yayıncı Sertifika No. 43196

ISBN 978-625-6608-20-7

© 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

Deniz Ofset – Çetin Koçak

Sertifika No. 48625

Maltepe Mahallesi

Hastane Yolu Sokak No. 1/6

Zeytinburnu / İstanbul

Tel. (0) 212 613 30 06



GUY FINLEY

*Vazgeçebilmenin
Işığında*

365 GÜN

İçindekiler

Giriş 7

Kış 17

İlkbahar 103

Yaz 201

Sonbahar ve Kış Gündönümü 301

Kuzey Yarımkürede Kış Gündönümü 396

Vazgeçmenin Gizemini Çözmek

Bazen en büyük gerçekler bütün çıplaklığıyla gözlerimizin önünde, en basit şeylerde yattığı halde onları bir türlü göremeyiz. Ellerimizi düşünelim mesela: Nasıl da mucizeviler! Bir an durup da o ellerle neler yapabileceğimizi düşünsek, benzersiz tasarımlarının ardında gizlenen büyük bilgeliğin farkına varırız. Bunu aklımızın bir köşesinde tutarken bir noktaya daha parmak basmama, ellerimizin göz önünde “saklanan” bir diğer amacını paylaşmama izin verin.

Ellerimizin tek işlevi bir şeyi kavramak ve ona sımsıkı tutunmak olsaydı bize, hatta şekillendirilmesine yardımcı olmak üzere yaratıldıkları bu dünyaya ne faydaları olurdu? Ellerimizin gücü sadece bir şeye “tutunmaya” yetseydi zamanla her şey tatsız ve donuk bir hale gelmez miydi bizim için? Yeni bir şeyle-

re dokunamasaydık hayat nasıl olurdu, bir düşünsenize? Sözüün özü şu ki, ellerimiz yeni olana dokunabilmenin ve onun kıymetini bilmenin yanı sıra gerektiğinde açılıp bize artık yararı olmayan şeyleri bırakmak için de yaratılmıştır.

Aynı temel gerçek, kalplerimizi ve zihinlerimizi önce tıkan, sonra da tehlikeye atan eski duygularımızı ve köhne düşüncelerimizi ardımızda bırakmamız gerektiğinde de geçerlidir. Onlardan vazgeçmeyi bir türlü öğrenmediğimiz için, bu yıpratıcı ruh halleri içimizde “sıkışıp kalır”. Ama nasıl vazgeçeceğimizi öğrenebiliriz ve öğreneceğiz!

Vazgeçme eyleminin, kalbimizin özlemini duyduğu o tas-tamam mutluluğun eksik parçası olduğunu anladığımızda –ki bu Gerçek Benliğimiz’i keşfetmek ve onu gerçekleştirmek için gerekli ve yeterli bir güç ortağıdır– hayatımızdaki her şey daha kolay ilerlemeye başlar.

Eski pişmanlıklar kuruyup uçar gider. Hiçbir şeyden korkmayan sessiz bir inanca uyanırız. Hemen hemen her an önümüzde yeni olasılıklar belirir çünkü hayatımızın kapısına “açık” tabelası asmışızdır artık. *Kendi içimizde* kim olduğumuza dair duyduğumuz memnuniyet arttıkça kendimizden taviz vermeyi

ve çevremizdeki dünyanın onayını kazanma çabasını bir kenara bırakırız.

En iyi kısmı da, vazgeçmenin sırlarını keşfettikçe en büyük gizemleri çözenin de eşiğinde buluruz kendimizi: Biz kimiz? Neden buradayız? Bu dünyadaki asıl rolümüz ne? Zira gerçekliği *olduğu şekliyle*, hayatı yaratma, mükemmelleştirme ve sonra da her şeye yeniden başlamak üzere ondan vazgeçme döngüsü şeklindeki ebedi ifadesiyle görmeye başladığımızda, bizim de bu Büyük Sonsuz Hikâye'nin ayrılmaz bir parçası olduğumuzu fark ederiz. Hayatımız keşfedilmeyi bekleyen yepyeni anlardan oluşuyorsa ve biz bu hiç bitmeyen mükemmellik sürecinin bir parçasıysak; demek ki vazgeçmek, edinilmesi zor ve uzak bir beceri sayılmaz. Tam tersine, vazgeçmek bilincimizin zahmetsiz bir ifadesidir; yalnızca onun sağlayabileceği bir özgürlüğü fark etmemiz için gerçekleştirilmesi gereken doğal güçlerimizden biridir.

Birazdan bahsedeceğim imgelere ve düşüncelere zihninizi açın. Bu imge ve düşünceler birlikte ele alındığında, önce içinde hayatın bütünlüğünü göreceğimiz ve sır kapıları yavaş yavaş aralanan bu hikâyeye dair farkındalığımız arttıkça da özgür topraklarına adım atacağımız yüce bir tasarıma ışık tutmamıza ve onu

zihnimizde canlandırmamıza yardımcı olacak. Sadece hayatın planının bir parçası olmakla kalmayıp gerektiğinde vazgeçmeyi de öğrendiğimizde, hayatın gizemini çözebileceğimizi keşfedeceğiz. Vazgeçme eyleminin hayat döngüsündeki o eksik parçayı nasıl tamamladığını görmek üzereyiz. Şimdi gelin, bu güzel fikrin gerçekliğine onu uygulayarak şahit olalım.

Hayal edin: Soğuk, fırtınalı gökyüzü birden yarılıp açılıyor ve kara bulutlar koca kar tanelerini ya da bardaktan boşanırcasına yağmurları yeryüzüne dökmeye başlıyor.

Çok geçmeden ilkbaharın o aydınlık günleri geliyor; toprak, o kırağı kaplı ellerini içinde gömülü bekleyen sayısız tohumun üzerinden çekerek taze çimenleri, çiçekleri ve ağaçları dünyaya getiriyor.

Biraz daha zaman geçiyor, ılık yaz günleri ve geceleri çıkageliyor; tatlı meyveler, onları daha fazla tutamayan dallarından düşüyor.

Derken sonbaharın kuvvetli rüzgârlarıyla savrulan çaresiz yapraklar oradan oraya sürüklenmeye başlıyor; ta ki bu sert rüzgârlar kadar beklenmedik bir durgunluk etrafı sarana dek. Tekrar bilinmeyen bir sığınığın koruması altına girene kadar da oracıkta dinleniyorlar.

Dört mevsimin her biri, bu mevsimlerin sayısız evresi ve tüm oyuncularını beliriyor: bulutlar, yağmur, toprak, çimen, güneş ışığı, ağaçlar, meyveler, tohumlar, rüzgârlar ve dans eden yapraklar. Hepsi birlikte “Vazgeçmek” adlı muhteşem, sessiz ve gizli kalmış bir hikâyeyi sergiliyor bizlere. Gizemli bir hikâye bu, çünkü arkasında gizlenen çok daha büyük bir sahnenin içinde yer alan bir sahnede oynanıyor; tıpkı sesli çekim stüdyosunun, çekim programlarının yönetildiği çok daha büyük bir film stüdyosunun içinde faaliyet göstermesi gibi. Ve tıpkı bu stüdyo kompleksinin de filmin tamamlanması için ihtiyaç duyulan çok daha büyük bir medya şirketinin bir parçası olması gibi. Burada vurgulamak istediğim nokta şu: Hayatın gözler önüne serdiği bu sahnelerin her biri, başka bir sahnenin üzerine kuruludur, o başka sahnelerse çok daha büyük diğer sahnelerin üzerine. Ve bu böyle sonsuza dek uzayıp gider.

Atom altı seviyelerden uçsuz bucaksız kozmosa kadar ve bu kozmos boyunca, hayatın bu sahneleri üzerinde değişen tek şey (ki her şey değişir aslında!) sahneye girip çıkan oyuncuların karakterleri ve durumlarıdır. Sonsuz sayıda canlı kadrosu sahneye çıkar ve vazgeçme eylemini yerine getirir. Öyleyse hadi, tekrar bakalım!

Nasıl ki ağaçların yazın olgunlaşan meyvelerini bırakması gerekiyorsa, yaz mevsiminin de kendini yaklaşımda olan sonbaharın serin günlerine teslim etmesi gerekir. Benzer şekilde, dünya döndükçe tüm mevsimler bir noktada kendinden vazgeçmeli, yerini ve zamanını sıradaki mevsime bırakmalıdır; toprağın bile güneşin bütün bedeninde yarattığı o etkiye boyun eğmesi şarttır. Hatta yayılan o bereketli enerjisinin meyvesini serbest bırakmak söz konusu olduğunda güneşin de başka seçeneği yoktur. Zira güneş, vazgeçmekle yalnızca her şeye hayat veren güçler yaymakla kalmaz, aynı zamanda sayesinde yaşamın mümkün kılındığı tüm o sahneleri de aydınlatır. *Yıldız Savaşları*'ndaki küçük ama bilge Yoda olsa muhtemelen şöyle söylerdi: Ne muhteşem bu!

Şimdi geldik en önemli soruya: Bu sıra dışı hayatta bizim yerimiz neresi? Her şeyi mümkün kılan daimi bir vazgeçme eylemi sayesinde bize sırlarını açan bu gerçeklikte bizim rolümüz ne? Gelin, gözümüzün önündekileri görmek için biraz durup düşünelim.

Dünya üzerindeki yaşam süremiz boyunca biz de aslında “yaşamın mevsimleri” olarak adlandırabileceğimiz kişisel dönemlerden geçiyor muyuz? Yaş ve yaşanmışlıklar noktasında gençliğin o tatlı ilkbaharını, yoğun yaz mevsimindeki içsel doy-

gunluğun verdiği mutluluğu, artık gücümüzün yetmediği şeyleri bizim yerimize başkalarının yapmasına izin vermenin acı tatlı sonbaharını ve kışın soğuğunu hepimiz biliriz. Birinin hayatının sonuna gelmesi, görünmeyen çok daha büyük bir yaşamda yalnızca bir geçiş mevsimidir. Bütün bu değişimdeki nihayetsiz güzelliği görmeye çalıştığınızda siz de fark edeceksiniz.

Hangimizin bir gülden yahut çiçekleri beslemek ve canlandırmak için toprağa düşen, çiçeklerin açmasını, böylece gökkuşuğını oluşturan renklerini ve hoş kokularını bizler için ortaya çıkarmalarını sağlayan tek bir yağmur damlasından aşığı kalır yanı var ki? Cevap açık olmalı.

Biz bir gülden daha fazlasıyız, onun çiçek açması için özüne dokunan güneş ışığından da çok daha fazlasıyız. Çünkü ne gül ne de güneş ışığı, kendilerini serbest bırakıp yaşama teslim olduklarında hizmet ettikleri o büyük hikâyenin farkında.

İşin aslı, biz insanlar, yaşam sahnesinde canlanan ve sonra o canı geri veren her şeyin arasında en emsalsiz olanlarız *çünkü biz bu sonsuz hikâyeye şahit olmak için yaratıldık...* Ve daha fazlası için.

Bu Büyük Hikâyede yalnızca yardımcı oyuncu –diğer tüm canlılar gibi sahneden öylece geçip giden önemsiz bir figüran–

olmak için yaratılmadık. Hayır, bizim potansiyelimiz hayal bile edemeyeceğimiz kadar ağır basar çünkü *biz, bu zaman üstü anlatının bilinçli bir parçası olmak için yaratıldık.*

Büyük ABD Başkanı Abraham Lincoln, ırk nefretinin yarattığı çatışmalarla bölünen ülkesine baktığında –ki bu çatışma, ruhun kapsayıcı bir sevgiye duyduğu özlemi acı bir şekilde gölgede bırakan yaşam tarzlarına sıkı sıkıya tutunan bireylerden doğmuştur– sorunlarla boğuşan bu dünya hakkında şunu demiştir: “Bu da geçer.”

Peki o anda hangi dünyayı kastediyordu? *Geçer* derken kendi içinde savaş halinde olan halkından mı bahsediyordu? Yoksa Birleşik Devletler’in zihniyetini değiştirmek için seçmesi gereken yoldan şüphe duyan ve insanlığın durumundan dolayı umutsuzlukla ağırlaşmış yorgun kalbine mi sesleniyordu?

Şüphesiz hepsini ve çok daha fazlasını kastediyordu. Tüm bu sıkıntılı ve beraberinde gelen diğer sorunların *gececeğini* söylüyordu. Ama karanlık hem içini hem de etrafını çepeçevre sarmışken bu gerçeği nereden biliyordu?

Yaşanmasını istemediğimiz anlarla olan mücadelelerimizden bizim de bizzat bildiğimiz gibi, Lincoln de karşılaştığı olayların

–ne kadar korkunç olursa olsun– çok daha uzun bir hikâyenin yalnızca tek bir sayfasını temsil ettiğini biliyordu. O, dünyanın kör kaldığı gerçeği görebiliyordu: İçinde yaşadığımız bu sonu olmayan ve sürekli gelişen hayatta, hikâyede yer alan tüm sayfaların *yaşanması gerekiyordu*.

Vazgeçmek, özünde Hayat’la yaptığımız bir anlaşmadır; bize kendi gerçeğimizi göstermek için ortaya çıkan şimdiki zamanın gizemiyle aramızda kurulan bir ittifaktır. Her yeni keşif beraberinde içimizde uyandırılmış olan şey tarafından dikkatimize sunulan sessiz bir talep getirir. Bu anlatı sırasında Hayat her birimize şunu sorar: “Hikâyeme tanık olacak mısınız? Tüm o gölgelerin hemen ardında, Işık’ın asla solmadığı bir Yaşam’ın beklediğini fark etmek için gelip geçici durumların parlak ışığı altındaki kısa ömürlü anlarından vazgeçecek misiniz? Hikâyesi asla sona ermeyen ve korku yahut başarısızlık diye bir şeyin var olmadığı bir Hayat’ın parçası olmayı seçecek misiniz?”

Peki bu Büyük Hikâye’nin bir parçası olmak için neyi seçmemiz gerekiyor?

Vazgeçmeyi seçmemiz gerekiyor.

KIS

Ağaçların son yapraklarını da döktüğü, sayısız hayvanın yaklaşan dondurucu soğuklardan korunmak için yuvasına çekildiği sonbahar, doğanın geri çekilişinin bir işaretçisiyse kışın ilk günü olan 21 Aralık da güçlerini yavaş yavaş geri çeken doğanın bir dinginlik noktasına ulaştığı zamandır. Önümüzde, hayatın faaliyetlerine ara verdiği üç aylık bir zaman dilimi uzanmaktadır artık.

Büyük göller, göletler ve dereler buz tutar, toprak sert ve donuk bir hal alır. Ağaçlar reçine akıtmaz. Hava bile daha yoğun-
dur, daha ağır hareket eder ve bütün ısıyı emer. Ne var ki her şey görüldüğü gibi değildir!

Kışın o her şeye nüfuz eden durgunluğu ve derin sessizliği, en az yaz ve ilkbaharın o patlamaya hazır güçleri kadar mükemmeldir, sadece daha farklıdır. Nihayetinde bir buzul da zamanın içinde kendi yolunda seyreden devasa, donmuş bir nehirden başka nedir ki? Her ikisi de durdurulamaz güçleriyle

sert kayaları aşındırarak yollarını çizen suyun farklı halleridir! O halde kışın bu gücünü nasıl yönlendirebilir ve arzuladığımız daha yüksek yaşamla aramızda dikilen engellerden kurtulmak için kullanabiliriz?

Kış, doğa güçlerinin en pasif halde bulunduğu mevsimdir. Fakat biz burada, pasif kelimesinin güçsüz demek olmadığını keşfediyoruz! Kalp atışlarımız arasındaki o saliselik duraksamaları ele alalım. Kendi ritminde ilerlerken verdiği bu kısa molalar onun canlılığından ya da kudretinden bir şey mi eksiltir? Tabii ki hayır! Bu duraksama anlarının her birinde, kalbimizin kendisini bir sonraki atış için hazırladığını rahatlıkla söyleyebiliriz. Bir başka deyişle, bu geçici pasif evre aslında önceden hesaplanmış bir hazırlanma eylemidir. Aynı şey kışın “kalbi” için de geçerlidir.

Pasif halde bulunmanın eşsiz gücünü –ve bunun aslında aktif olan her şeyin gizli yarısı olduğunu– anladıkça, sahte benliğimizden vazgeçme konusunda içimizde kalan tüm korkulara karşı makul biçimde pasif kalmamız gerektiğine dair inancımız da güçlenir. Tam da bu nedenle kasvetli kış günlerinde, her gün benliğimizin merkezinde yer alan o yaşam dolu Işık’a sessizce dönmeye –mümkün olduğunca– zaman ayırmalıyız.

Dikkatimizi buna yoğunlaştırarak ve bütün benliğimizi bu içsel dinginliğin merkezine koyarak, doğanın da yaptığı gibi, yalnızca kendi güçlerimizi toplamakla kalmaz, çok daha fazlasını yaparız: Bu bilinçli kendimizi toparlama eylemi esnasında –ve o eylemde bulduğumuz bilinçli dingin memnuniyet duygusuyla– bir yandan da kendi gücümüzün ve selametimizin kaynağının bizim dışımızda bir yerlerde bulunabileceği yanlığından da kurtulmuş oluruz.

Nobel ödüllü büyük Fransız yazar ve filozof Albert Camus, bu bahsettiğim gerçeğin gücünden haberdardı. Onun özgürleştirici potansiyelinin de farkındaydı. Aşağıdaki özenle seçilmiş sözcüklerde; kendimizi boşlukta, yalnız ya da hayatımızdaki Işık'tan yoksun hissettiğimizde hayatın hiçbir mevsiminden korkmamamız gerektiğini ne kadar da güzel anlatmış. şöyle diyor Camus: “Kışın ortasında, içimde yok edilemez bir yazın bulunduğunu öğrendim sonunda.”

Kalbimizin en derininde yatanı, yani hayatın zaten eksiksiz olduğunu görmeye ve anlamaya başladığımızda, bizi aksine inandırmaya çalışan her şeyden –ya da herkesten– vazgeçebiliriz.

Eski bağılıklar ve onların çoktandır süren sancıları gerçek yüzlerini gösterirler: Ulaşmaya karar verdiğimiz ve dinginliği sayesinde ruhumuzun tamamen farklı bir biçimde değerlendirilmeye ihtiyaç duyduğunu fark ettiğimiz Yüksek Benlik için hiçbir değerleri olmayan geçmiş günlerin uzantılarıdır onlar yalnızca.

Şimdi, hoşnutsuzlukla yolları ayırma, bizi çatışma ya da kargaşa içinde yaşamamanın gerekli olduğuna ikna etmeye çalışan ne kadar duygu ve düşünce varsa hepsini arkada bırakma mevsimi.

Kış, vazgeçme eylemimize yardımcı olacak güçlerini örnek almak konusunda en zorlanacağımız mevsim olabilir. Öte yandan bize zamandan bağımsız bir güvence de sunar: Kuşkusuz bizler, geldiğimiz o mutlak dinginliğe geri dönmek için yaratıldık. Gerçek Benlik'in merkezi olan o salt sonsuzluğa adım attığımız eve dönüş yolculuğumuzdaysa her zaman özlemine çektiğimiz yere varacağız. Hem de tekrar yola çıkmak zorunda kalmadan... Şu son ve oldukça keyif verici keşfi de eklememe izin verin lütfen: Vazgeçme eylemi, yani artık olmamız gerekmeyen şey ya da kişiyle yollarımızı ayırma görevi, bizim adımıza çoktan yerine getirilmiştir.

1 Ocak

Aynı anda sonsuz sayıda hikâyenin sürmekte olduğu bir dünyada yaşadığımızı aklımızdan çıkarmadığımız sürece, bu hikâyelerden hangisinin hayatımız olacağını bizzat seçebileceğimizi asla unutmayız.

2 Ocak

Kendi yaşamlarımız üzerinde hâkimiyet kurabilmek için gereken aletlerle donatılmış olarak yaratıldık. Ne var ki çatışan benliklerimiz için suçladığımız şeyle mücadele etmekten bitap düşüp de tamamen hareketsiz kalarak benliğimizin vahşi topraklarına adım attığımız o gün gelene dek, öz kontrol nihai bir gizem olarak kalır. Bu sükûnetle, vahşi olanı ehlileştiririz; bu dinginlik sayesinde göklerin ve yeryüzünün tüm krallıklarının hâkimiyeti bize verilir.

3 Ocak

Yüzümüzü döndüğümüz ve gücümüzü aldığımız kaynak, karakterimizin asıl belirtisidir; zira bir sınanma anında hiç kimse sevdiğinden daha güçlü –daha iyi ya da daha parlak– olamaz.

4 Ocak

Belirsizlik, istenmeyen bir misafirdir çünkü ne zaman hayatımıza girse bize kendimizi huzursuz hissettirir. Ama bu durumun olumlu yanlarını görmek için algılarımızı biraz açamaz mıyız? Nasıl ki yeni bir günün başlangıcından önce karanlığın yaşanması gerekiyorsa, daha yüce bir anlayışın yeni ışığı içimize doğmadan önce de bildiklerimizin sonuna geldiğimizi görmeliyiz.

5 Ocak

Ne zaman bir korkunun, Őphenin ya da hissedilen başka bir zaafın üstesinden gelemeyeceğinizi düşünseniz, kendi sonsuzluğunuzun kaynağını da inkâr etmiŐ olursunuz!

6 Ocak

Yolunuza çıkan her ne olursa olsun, sonunda kendi yolunuzu bulmaya karar verdiğinizde, kendinizi bulduğunuzu da göreceksiniz.

7 Ocak

Hakikatin ışığına duyduğumuz sevginin gerçek sınavı, hayatımız ıslıl ıslılken değil, hiçbir şey yolunda gitmezken verilir. Zira gün ortasında ışığa duyulan sevgi zahmetsizdir; ancak gecenin karanlığında onu hatırlamak –onun korunaklı ışığına sığınmaya çalışmak– bilinçli bir seçim gerektirir. Sevdiğimizi iddia ettiğimiz ışık tarafından terk edildiğini hissedenlerden mi olacağız yoksa gerçek sevginin asla ölmeyeceğini hatırlayanlardan mı?

8 Ocak

Hakikatin ışığını, aydınlık günlerde onun gücünü ilan ederek olumlayamayız. Ancak en karanlık anların ortasında, önümüzde yenilgiden başka hiçbir şey göremiyorken bile, ne kadar zayıf olursa olsun onun ışığında ilerlemeyi seçerek yapabiliriz bunu.

9 Ocak

Nasıl ki güneş ışığı bir şişeye hapsedilemezse,
Gerçek Benlik'in de hiçbir karanlık koşulun esiri
olamaz.

10 Ocak

Kimi zaman hayatta her şey ters gider. Olur öyle. Bazen de bu sıkıntılı dönemler hiç geçmeyecekmiş gibi gelir. Hayat böyle bir şeydir. Ne olmuş yani! Bizi biz yapan, başımıza gelenler değildir: Ruhumuzun başarısının gerçek ölçütü, başımıza gelenlerle ne yapmayı seçtiğimizdir.