

GUY FINLEY

# ÖZGÜRLEŞEBİLMEK

Özgür Olma Cesareti



DESTEK YAYINLARI: 1210  
KİŞİSEL GELİŞİM: 201

**GUY FINLEY / ÖZGÜRLEŞEBİLMEK**

**Orijinal adı:** THE COURAGE TO BE FREE: Discover Your Original Fearless Self  
**Yayına Hazırlayan:** Özlem Küskü

Originally published in the English language under the title:  
THE COURAGE TO BE FREE: Discover Your Original Fearless Self

Copyright © 2010 by Guy Finley  
All rights reserved.

Published by arrangement with Red Wheel Weiser, LLC., via Biagi Literary  
Management and AnatoliaLit Agency.

© Bu kitabın Türkçe yayın hakları AnatoliaLit Ajans aracılığıyla alınmıştır.

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

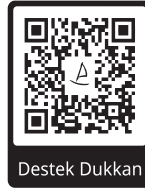
*İmtiyaz Sahibi:* Yelda Cumaloğlu  
*Genel Yayın Yönetmeni:* Ertürk Akşun  
*Yayın Koordinatörü:* Özlem Esmegül  
*Çevirmen:* Selda Terek  
*Redaksiyon:* Nurşen Numanoğlu  
*Son Okuma:* Devrim Yalkut  
*Kapak Tasarım:* İlknur Muştı  
*Sayfa Düzeni:* Cansu Poroy  
*Sosyal Medya-Grafik:* Tuğçe Budak - Mesud Topal

Destek Yayınları: Şubat 2020 (20.000 Adet)  
21.-22. Baskı: Kasım 2020  
23.-24. Baskı: Mart 2021  
25.-26. Baskı: Haziran 2021  
Yayıncı Sertifika No. 13226

ISBN 978-605-311-742-1

© 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**

Deniz Ofset – Çetin Koçak  
Sertifika No. 48625  
Maltepe Mahallesi  
Hastane Yolu Sokak No. 1/6  
Zeytinburnu / İstanbul





# ÖZGÜRLEŞEBİLMEK

Ö Z G Ü R O L M A C E S A R E T İ

GUY FINLEY

Çeviren: Selda Terek



## İÇİNDEKİLER

Giriş: Bu Kitaptan Ne Öğreneceksiniz? / 7

### I. Kısım

İzin Ver ve Özgürlüğünü Geri Al / 9

1. Bölüm: Gerçek Benlik Hazinenizi Ortaya Çıkarın / 11
2. Bölüm: Bu Yanlış Düşünceleri Kırın ve Özgür Olun / 15
3. Bölüm: Özgün Korkusuz Benliğini Kurtar / 23
4. Bölüm: Hayatını Deneyimleme Özgürlüğü / 29

### II. Kısım

Cesaretin İlkeleri: Özgür Olma Hakkını Geri Al / 41

5. Bölüm: Hayatının Yönetimini Almanın Anahtarları / 43
6. Bölüm: Doğru Bildiğini Yap / 51
7. Bölüm: Her Şeyin Kötü Görüldüğü Anda  
İyiye Görmeye Başla / 55
8. Bölüm: Seni Üzeni Affetmek / 59
9. Bölüm: Kendin İçin Asla Üzülme / 63
10. Bölüm: Bırak ve Gerçek Hayatla Ak / 67
11. Bölüm: Gerçekle Dost Olmak / 71
12. Bölüm: Aceleyi Bırak ve Rahat Bir Yaşama Adım At / 77
13. Bölüm: Tekdüzelikten Kurtul / 81
14. Bölüm: Anda Yaşamayı Deneyimle / 87
15. Bölüm: Değişim İçin Cesaretin Olsun / 93

Yazar Hakkında / 95

## Giriş

### Bu Kitaptan Ne Öğreneceksiniz?



Özgür olmaya cesaretiniz var mı? Sadece özgürlüğü *dilemeye* değil, hakkınız olan korkusuz, endişesiz ve şüphesiz yaşama, bunu başlatabilecek manevi güce sahip olduğunuzu bilerek adım atmaya niyetli misiniz?

Eğer sizi değişimden alıkoyan şeyleri silkelemeyi gerçekten denediyseniz, o halde ne ile karşı karşıya olduğunuzu da iyi biliyorsunuz demektir. Özgürlük fikrini beslemek ve özlemek önemli bir adımdır; ama buna cesaret edip, sizi özgürleştirmekten alıkoyan her şeyi bırakmak, işte o tamamen bambaşka bir hamledir.

Özgürlük sizin olabilir. Burada yalnızca küçük bir sorun vardır ki o da kim ve ne olmadığınız hakkındaki gerçeği öğrenmeye istekli olup *olmamanızdır*.

Örneğin, hayattaki hayallerinizden vazgeçmenizi veya pes etmenizi isteyen yetersizlik duygusundan ibaret biri *değilsiniz*.

Başkalarının iyiliğini kazanmak için onlara yaranmaya gereksinim duyacak o zorlayıcı duygu da *değilsiniz*.

Sizi kedere ve pişmanlığa boğan karanlık anıların hiçbiri *değilsiniz*.

Gerçek şu ki, sizi aşağı çekmeye çalışan ve kendinizi korumanız için –yeniden– bir yeni “güç” aramaya sizi iten bozguna uğramış duygu ve düşüncelerin hiçbirisi değilsiniz! Ve bu gerçeği gördüğünüzde, gözleriniz kutsal bir hakikat düzenine açılır: Özgürlüğü bulmak için yeni güçlere ihtiyacınız olmadığını anlarsınız. Tüm bu “güce giden yollar” sizi hiçbir yere götürmez. Özlem duyduğunuz ruhsal özgürlüğe kavuşmak, *cezalandırıcı duygu ve düşüncelerin karşısında kendinizi güçsüz olarak görmeyi bıraktığımızda* mümkün olur!

Bu kitapta, gerçekte kim olduğunuzu keşfedecek, özgün korkusuz *benliğinizi* tanıyacak, içeriden ya da dışarıdan sizi esir eden istenmeyen durumların etkisinden kurtulacak ve özgürleşeceksiniz.

I. Kısım



İzin Ver ve  
Özgürlüğünü  
Geri Al

## 1. Bölüm

### Gerçek Benlik Hazinenizi Ortaya Çıkarın



Doğu ya da Batı'dan, geçmişten ya da günümüzden her aziz, her bilge, kadın ya da erkek her akli başında kişi, yani herkes size şu özel mesajı veriyor:

*Harika bir mirasa sahipsiniz...*

Manevi armağanlarla dolu olan bir hazine sandığı sizi bekliyor; ihtiyacınız olan tek şey onun içindekileri kendi başınıza keşfetmenizdir. Sıradan bir hazineden bahsetmiyoruz; bu sandık içinde iç içe geçmiş başka küçük sandıklar ve her birinde kendisinden öncekinin değerini artıran ödülleri barındırıyor. Ama çok da uzağa gitmeden, diğer sandıklarda ne olduğunu görmeden önce, ana büyük sandıkta ne var onu konuşalım.



İşte ilk büyük sandığın içinde sizi bekleyen:

*Doğuştan hakkın olan özgürlük...*

Şimdilik bu hediyenin önemini düşünmeyi bir an için bırakalım ve farkında olmadan sıklıkla kendimizden ödün verdiğimiz düşünce ve hislere odaklanalım.

Bildiğimiz tek şey; şekilleri veya biçimleri ne olursa olsun kaygı, şüphe, öfke ve korkunun bizleri kendi ağlarına düşürüp esir alan duygular olduğudur. Bu duyguların ortaya çıkarabileceği korkunç koşulların üstesinden ancak doğuştan sahip olduğunuz özgürlük hakkınızı geri kazanabildiğinizde gelebileceğinizi bilmelisiniz.

Dahası; öfke ve hayal kırıklığı gibi kolayca tanıyabileceğiniz, kılık değiştirerek bizleri esir alan duyguların sabır, ilgi ve sevgi ile yok edilebileceğini bilmeniz gerekir. Özgürlüğünüzü tehdit eden –bakımlı bir çiçek bahçesindeki yabancı otlar misali hızla yayılan– bu duyguları temizlemek için gereken yaşam ışığının içinizde olduğunu hatırlamanız yeterli olacaktır.

Peki ya henüz açılmayan sandıklarınızda neler saklı? Mirasınızın kalanında neler var?

Tamam... Sürprizi bozmak istemiyorum ama bu gizli hazine kutularında özgün benliğinize ait; diğer haklarınızı geri almak için ihtiyaç duyacağınız manevi bilginin geri kalan kısmını bulacaksınız. İşte bu hediyelerden birkaçı:

1. Yaşamın iyiliğine karşı duyduğumuz koşulsuz inanç.
2. Bazen farklı görünmesine rağmen her şeyin adil ve doğru olduğuna dair mükemmel güven.
3. Zamansızlığı başarısı olan bir gerçeklik düzeni ile zahmetsiz bir ilişki.

Hadi şimdi manevi hazine sandıklarınızın ilkinini açalım. Özgürlük mirasımızın kaybolan parçalarını geri almak için ihtiyacımız olan gerçekleri toplama zamanı geldi. Bu vaadi kanıtlamaya kısa bir hikâye ile başlayalım:

*Gelecekte sizi neyin beklediğiyle ilgili hiçbir korkunuz ve kaygınız olmadan yaşama hakkına sahipsiniz.*

## 2. Bölüm

### Bu Yanlış Düşünceleri Kırın ve Özgür Olun



Bir zamanlar, ismi Solomon olan yaşlı, bilge bir baykuş vardı. Görevi, türünün geri kalanı için de geçerli olduğu gibi etrafındaki tüm canlıların iyiliğini izlemek için yaşadığı kırsal alanda günlük uçuşlar yapmaktı. Sorumluluğunun bir kısmı, gerektiğinde, çeşitli türler arasında zaman zaman ortaya çıkan çatışmalarda arabuluculuk yapmak ve doğanın uyumlu dengesini mümkün olan en kısa sürede yeniden sağlamaktı. Kavga eden herkes her zaman Solomon'un bilgeliğine başvurmasa da, pek çoğu kafa karışıklığı ve çatışma zamanlarında onun fikri dinlenmeye değer biri olduğunu iyi biliyordu.

Bir eylül sabahı, erken saatlerde Solomon, epeydir ziyaret etmediği bir vadi üzerinde uçuyordu. Yükseklerdeki görüş açısıyla sonbaharın renkli parmağının çok sayıda ağaç tepesine dokunduğunu görebildiği gibi, bir somonun nehirde yukarı doğru yüzdüğünü ve eve dönüş için gayret gösterdiğini de izleyebiliyordu. Yakında nehir kıyısındaki ayların şöleni başlayacaktı; bu aynı zamanda kartalların, kargaların ve ara sıra ciyaklayan martıların da toplanması anlamına geliyordu. Serin havayı içine çekti, canlı olduğu için minnettardı ve berrak gökyüzünün derin sessizliğine müteşekkir oldu.

Solomon ülkenin bu bölgesini severdi. Koyu yeşil vadi büyük bir dağın eteklerindeydi. Nehri besleyen su karla kaplı dağın tepesinden süzülüp ormanın içinden dolanıp geliyor ve koca bir akarsuya dönüşüyordu. Aşağıdaki bu uyumlu dünyanın üzerinde uçarken her şey yerinde ve huzurlu görünüyordu. Fakat tam kanatlarını biraz daha güneye çevirmek üzereyken beklenmedik bir şey çarptı gözüne. İlk bakışta pek anlamlı gelmedi ve emin olamadı. Başını çevirdi ve gözüne takılan şeye tekrar bakmak için geldiği yöne doğru küçük bir manevra yaptı. Gözlerine inanamadı!

Bir geçit törenindeki askerler gibi tek sıra dizilmiş yürüyen beş büyük altın kartaldı gördüğü.

Aslında bunda tuhaf karşılanacak bir şey olmadığı düşünülebilir. Eğer garip ve açıklanamaz bir başka şey daha olmasa Solomon'un dikkatini bile çekmemiş olabilirdi. Bu kartalların beşi de kask ve gözlük takıyor, yağmurluk giyiyorlardı.

“Bu da ne böyle?” diye düşündü. Gözlerini ovuşturdu ve gördüklerinden emin olmak için alçaldı. Evet, doğrudu; her biri o tuhaf şeyleri giymekle kalmıyor, aynı zamanda kanatlarının üzerine asılmış bir tür küçük uçuş çantası da taşıyorlardı.

Solomon sessizce yanlarına doğru indi ve onları birkaç sözcükle selamladı: “Merhaba arkadaşlar... Bugün nasılsınız?”

Bir iki saniye tuhaf bir sessizlik oldu ve sonra lider kartal diğerleri adına konuştu:

“Sorduğun için teşekkürler yaşlı baykuş; her şey olabildiğince iyi, yolunda.” Ve diğer kartallar da onu başarılarıyla onaylarken devam etti. “Sormamın sakıncası yoksa bu ziyareti neye borçluyuz?”

“Hiçbir şeye” dedi Solomon. “Size gerçeği söylemem gerekirse, ülkenin bu bölgesinden geçmeyi epey zaman olmuştu. Buralarda gezinirken beşinizin birlikte bu şekilde yürüdüğünü gördüm, ilgimi çekti... Ve...”

Solomon konuşmasının sonundaki duraksamasının onların bu garip hallerine bir açıklama getirmeyeceğini hissetti ve doğrudan sormaya karar verdi.

“Bakın arkadaşlar, hayatınıza karışmak istemem ama burada garip bir şey olduğunu fark ettim ve merakıma yenik düştüm. Sormadan edemeyeceğim” dedi ve sonra daha yumuşak bir ses tonuyla konuşmasına devam etti.

“Gittiğiniz yere uçmak yerine yürüdüğünüz gerçeği bir yana – kabul etmelisiniz ki gideceğiniz yere rahatlıkla uçabildiğinize göre bu alışılmadık bir durum– uçuş gözlüğü takmanızın biraz garip olduğunu düşünmüyor musunuz? Bir de çanta taşımanızdan bahsetmiyorum bile.” Solomon, bu duruma dair gerçek kaygısını göstermek için gözlerini daha da açmıştı; doğrudan sordu:

“Burada neler olduğunu bana söylemek isteyen var mı?”

Sesindeki rahatsızlığı gizlemek gereğini duymayan sıradaki üçüncü kartal konuşmak için öne çıktı. “Ne demek istiyorsun, burada neler olduğu belli değil mi?”

Ancak Solomon cevap vermeye şans bulamadan dördüncü kartal sarı gagası ile de işaret ederek lafa karıştı. “Eğer ille de bilmen gerekiyorsa, istediğimiz her şeyi avlayabilmek için en sevdiğimiz nehir kıyısına doğru gidiyoruz.”

“Doğru anlamış mıyım bir bakayım” dedi Solomon. Geniş kanatlarından birini onların ekipmanlarını gösterecek şekilde kullanıyordu. “Tüm bu teçhizatı giyerek ve taşıyarak en sevdiğiniz yere kadar bir mil boyunca yürümeyi düşünüyorsunuz, öyle mi? Bana söylediğiniz şey bu mu?”

Kartal, “Ne! Sağır ve kör müsün yaşlı baykuş!” dedi ve konuşmanın bittiğini açıkça ortaya koyan bir edayla, “*Bizi bırak da yolumuza gidelim!*” diye ekledi.

Solomon onlarla ilk karşılaştığı zamanlardan beri, altın kartalların gerçek karakterinin eşdeğerde sabır ve güç olduğunu biliyordu. Doğada özgürce uçmak için yaratılmış canlıları ve bu onların doğuştan haklarıydı. Bu yüzden dostça sormuş olduğu o soruya karşılık göstermiş oldukları bu hoşgörüsüzlük ona kesinlikle iki şey anlatıyordu: Bir şeyler çok yanlış bir yerlere gitmiş olmalıydı ve görevi çok açıktı. Bu muhteşem yaratıkları neyin bu şekilde tehlikeye attığını keşfetmesi gerekiyordu.

Solomon büyük kanatlarını açtı ve sessizce havalanırken sadece şu son sözleri söyledi: “Burada benim için beklemek isterseniz hemen döneceğim! Aksi takdirde...” diye devam etti. “Kaygılanmayın. Nerede olursanız olun, sizi bulacağım.” Beş kartal, öne arkaya bakıp konuşmadan aynı soruyu soruyorlardı: “Bu yaşlı baykuş da neyin nesi?” Kısa bir süre sonra sanki bir ip gibi dizilerek yerlerini aldılar ve en sevdikleri balık avlama bölgesine doğru sırayla uygun adım yürümeye tekrar başladılar.

Solomon havalanırken düşünceleri de onunla birlikte uçtu. Birisi ya da bir şey kartalların özgürlüğünü *onlardan bile habersiz* almak konusunda epeyce başarılı olmuştu! Bu yüzden ilk görevinin bu gizemi çözmek ve daha sonra bu üzücü durumlarının gerçekliğini görmelerine yardımcı olmak olduğunu biliyordu. Ama araştırmasına nereden başlamalıydı?

Parlak öğlen göğüne doğru yükselirken düşünceleri daha netleşti. Kimin veya neyin suçlanabileceğini merak etmek yerine, neden birisinin bir kartalın doğal uçuş hakkını kasten çalmak istediğini sorgulamaya başladı. Ve sonra gözü ona takıldı.

Sağa doğru sert bir manevra yaptı ve o vadinin kargalarının toplanmayı sevdiğini bildiği ormanın küçük, تنها bir bölümüne yöneldi. Toplantı yerine yaklaştığında gizlenmeyi tercih ederek uzaktaki bir ağacın tepesine kondu. Bu mesafeden bile kargaların konuşmalarını duyabiliyordu. Seslerinin küstah tonu ona daha önceki sezgilerinin doğruluğunu fısıldıyordu.

Solomon kargalardan hoşlanmıyor değildi aslında; çünkü uzun deneyimleri ona karakterlerinden bağımsız olarak her tipte canlının, yaşamın bir bölümüne hizmet ettiğini; bu görünmeyen güzel yaşam dengesinde hayati bir rol oynadığını öğretmişti. Kargalar onun pek de sevdiği yaratıklardan değildi sadece; onları başkalarının çalışmalarından kâr elde etmeye çalışan, kendi kazanamadıklarını çalma eğilimleri olan canlılar olarak görürdü.

Onları birkaç dakika dinledikten sonra ilk şüphelerinde haklı olduğunu anladı Solomon; aradığı cevapları almıştı. Kargalar, kartalları yere indirenin kendileri olduğu konusunda övünüp, hepsi de bu başarıyı kendine mal etmeye çalışarak aralarında tartışıyorlardı. Ve sonra birden, çok tanıdık bir sesin diğer sesleri bastırarak kestiğini fark etti. Hemen tanıdı; kendini bir süre önce kral ilan eden Lucius'a aitti bu ses.

“Kargaların Kralı” ve 16 milden fazla bir alanın arabozucusu...

Lucius, “Bunu kendi gözlerimle görmeseydim asla inanmazdım” dedi. “Koca kartalların bu kadar kolay kandırılabileceğini kim düşünürdü ki?”

“Kimin hayal edebileceği derken ne demek istiyorsun?” diye bağırdı kargalardan biri, bitişik bir ağaçtan diğer ağacın dalına atlayarak. “Bu benim fikrimdi, yoksa hatırlamıyor musun?” diye sordu. Soldan sağa doğru itiraz eden birileri var mı diye meydan okuyarak bakıyordu...

“Evet, doğru” diye devam etti. “Hepinize söyledim, onları hassas gözlerini korumak için bu özel gözlüklere gerçekten ihtiyaçları olduğuna bir kez ikna ettik mi, teçhizatın geri kalanına da şipşak inanacaklar dedim!”

“Laf, laf, laf!” diyerek Lucius’un altındaki dala tünemiş kargalardan büyük olanı sözünü kesti. “Övgüyü tamamen sana mı düzelim, bunların hepsini *sen mi* akıl ettin yani?” Kimsenin lafını bölmesine izin vermeyerek devam etti: “Onlara tüyelerini kuru tutmak için yağmurluklara ihtiyaçları olduğunu ben söyledim – bu *benim* fikrimdi. Ve tabii ki kask fikrini de ben verdim” diyerek kendini övmeye devam ediyordu. “Saf dâhi!”

Ama tam o sırada, başka bir karga söze karıştı. “Evet, doğru. Tüm bu gereksiz teçhizatla yeterince aptal göründüklerinden eminiz ama en önemli şeyi unutmadık mı? Onlar bu teçhizata rağmen *hâlâ havadalardı* ve balık avlamak için en iyi yerleri hâlâ onlar kolluyordu. Bence övgüyü hak eden benim çünkü gün boyunca onları taşımaları için bir omuz çantasına ihtiyaç duyduklarına ikna etmeseydim yere inmeyeceklerdi.”

Karga yukarı, Lucius’un durduğu dala baktı ve hikâye ile hiç ilgilenmeyen Kral’ı gördü ve kendini övmeye bir süre ara verdi. Sözlerine şöyle devam etti: “Tabii bütün bunlar en başından