

ÜNAL GÜNER
**KADERİN
KODU**



DESTEK YAYINLARI: 1021
KİŞİSEL GELİŞİM: 173

ÜNAL GÜNER / KADERİN KODU

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

İmtiyaz Sahibi: Yelda Cumalıoğlu
Genel Yayın Yönetmeni: Ertürk Akşun
Yayın Koordinatörü: Özlem Esmegül
Editör: Özlem Esmegül
Son Okuma: Özlem İşbilir
Kapak Tasarım: İlknur Muştu
Sayfa Düzeni: Işıl Ilgıt Şimşek
Sosyal Medya-Grafik: Tuğçe Budak - Mesud Topal

Destek Yayınları: 1. - 3. Baskı Ekim 2018

10. - 16. Baskı Şubat 2019

16. - 18. Baskı Nisan 2019

20. - 22. Baskı Eylül 2019

24. Baskı Aralık 2019

26. Baskı Mart 2020

30. Baskı Temmuz 2020

32. Baskı Ağustos 2020

36. Baskı Ocak 2021

38. Baskı Mart 2021

40. Baskı Mayıs 2021

Yayıncı Sertifika No. 13226

ISBN 978-605-311-500-7

© 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 Matbaa Mücellit - Çetin Koçak
Maltepe Mahallesi Hastane Yolu Sok No: 1/6
Zeytinburnu / İstanbul
Sertifika No: 48625



ÜNAL GÜNER

KADERİN KODU

Sözler, olaylar ve durumların
içindeki gizli notalar



İÇİNDEKİLER

Başlarken.....	9
Yazar Hakkında	13
Hayat, hangi dilden konuşur?.....	17

1. BÖLÜM

HAYATI OKUMAK.....	25
Sözler, olaylar ve durumların içindeki gizli alfabe.....	25
Kendini Aynada Seyret.....	28
Hayatın Ortak Alfabetesi	33
İfadeden Okumak.....	38
Pozitif Enerjinin Yanlış Kullanımı.....	42
Negatif Enerjinin Yanlış Kullanımı.....	43
Pozitif Enerjinin Doğru Kullanımı.....	45
Negatif Enerjinin Doğru Kullanımı	46
Sıklıkla anlatılan anılar ne söyler?	57
Kadersel Anlaşmalar.....	62
Şakalarla ve Şarkılarla Hayata Davet Edilen Kader	64
Kısırdöngüler.....	64
Olayları Okumak.....	65
Ekonomik Olayların İçindeki Mesajlar	69
Duyguları Okumak.....	75

İfadelerinde Sadeleş, Hayatın İyileşsin	78
Sevgi Mutluluğun Kaynağı, Yaşamın Var Oluş Kanalıdır	81
İyileştirme çalışması	82
Hayatı Rüyalar Üzerinden Okumak	83

2. BÖLÜM

ZİHNİN REHBERLİĞİ.....87

Beyni Doğru Programlayarak Ruhu Beslemek Mümkün	87
--	----

3. BÖLÜM

SEÇİMLERİ OKUMAK.....91

Mesleğin seni seçer	91
İlişkileri Okumak	95
Mekânlar Konuşur	96

4. BÖLÜM

DOĞANIN RİTMİ VE AKIŞI..... 103

Doğanın Akışıyla Bedenini Oku.....	103
Yapıcı Döngü	106
Yıkıcı Döngü.....	108
Genel Olarak Elementler Ne Anlatır?	109
Su ve Ağaç Elementleriyle İlgili Örnekler.....	113
Ateş ve Toprak Elementleriyle İlgili Örnekler.....	116
Metal Elementiyle İlgili Örnekler	118
Gün Döngüsü	121
Ömür Döngüsü	122
Nefes Egzersizi.....	123
Nefes Akışına Bakarak Okuma Yapmak	124

5. BÖLÜM

BEDENE BAKARAK HAYATI OKUMAK 127

Fiziksel Özelliklerin Verdiği Mesaj Nedir? 127

Duruş ve Yürüyüş 127

Yüz ve Mimikler 128

Eller ve Ayaklar 132

Dil 135

Ağız ve Dişler..... 136

Kiloların Anlamı 139

Yemek Seçimi..... 140

6. BÖLÜM

POZİTİFİ VE NEGATİFİ OKUMAK..... 143

Aşırıya Gittiğin Yerde, Dengeyi Hayat Kurar 143

Aşırı Pozitif Gittiğini Nasıl Anlarsın?..... 147

Aşırı Negatif Gittiğini Nasıl Anlarsın? 148

Ailenden Yansıyanlar..... 154

Seçimlerin Ne Anlatır? 162

Kiminle Tamamlanıyorsun? 164

Davranışlarından Kendini Oku..... 168

İnandıkların Gerçek Olur 170

Sorunları Görmekten Sorumluluk Hissetmeye Geç 171

Başlarken

Hayatın akışının ve en önemlisi kaderin bir matematiği ve bu matematiğin bir dili olduğunu keşfettiğim günden beri bu gizli dili çözümlene gayretindeyim. Senaryosu, kurgusu ve oyuncu seçimi bana ait olan bir filmin yönetmeniymişim gibi hayal ederim kendimi. Kameramın kadrajına giren her şeyin ve herkesin hikâyemdeki yerini anlamaya çalışırım.

Her şey yolunda değilmiş gibi hissettiğim de olur bazen. Böyle durumlarda hep şunu sorarım kendime: “Neden bu oyuncu benim hikâyeme dahil olmuş olabilir, itiraz edeceğim olayları neden hayatıma dahil etmiş olabilirim?”

Cevaplarını hemen o anda bulup çözümesem bile yeniden bakarım olana ve olanın bana ne anlattığına.

Karşımda olanlar, bedenimin sağlığı, gördüğüm rüyalar, ifadelerim ve bütün bunların sonucunda hissettiklerim benimle hep muhabbedir. Zaten asıl olan da muhabbettir. Bazen yabancı bir dile benzer hayat... Duyarsın, dinlersin, seyredersin ve konuşursun... Ama anlamakta zorluk çekebilirsin. “Kader” deyip geçersen, beraberinde zaman da geçer, ancak olaylar ve hissettirdikleri geçmez.

Kader, kendi hayatına biçtiğin değerdir.

Doğduğun coğrafyanın bir ritmi, tadı ve üzerine sinen bir kokusu vardır. Doğduğun realitenin değiştirilemeyecek kodları

olabilir, okula uzak bir yerde büyümüş, ebeveynlerinden birini kaybetmiş, maddi zorluklar yaşamış olabilirsin. Bu senin maddi zenginliğe ulaşamayacağın ya da iyi bir anne baba olmayacağın anlamına gelmez.

Seni bulduğun noktaya getiren, elbette bağımsız seçimlerin değildi, sana sunulanların içinde en iyi olanlardı. Buna “Değişmez kaderim!” diyebilirsin, ancak kaderin değişebilir parametreleri de vardır. Doğumla birlikte başlayan sürecin geleceğe etkileri vardır, ancak geleceğinin tamamını kapsayıp kapsamaması sana bağlıdır. İşte tam da burası, kader yazılımının güncellenebilir noktasıdır.

Senin değerini yine sen belirlersin. Olaylar karşısında kabul ettiklerin ya da edemediklerin olur. Sana seçim yaptıran nedir, seçimlerini neye göre belirlersin? Büyüdüğün aileden, çevrenden, kültüründen ve ezberlerinden arınarak kendi kararlarını verebilir misin? Elbette geçmişin izdüşümü farkında olsan da olmasan da seçimlerine yansır. Ta ki üzerine örtülmüş geçmişinin örtüsünü kaldırıncaya kadar bu böyle devam edebilir. Seni var eden unsurları elbette tamamen değiştiremezsin ama onlarla kurduğun bağ ile olan bakış açını değiştirebilirsin. Üzerindeki “geçmiş” örtüsünden özgürleştiğinde kendi hayatının yöneticisi olursun ve aldığın kararlardan emin olursun. Hayatının ve seçimlerinin sorumluluğu senindir, istediğin zaman yenileyebilirsin. Eğer kararlarını alırken emin değilsen olayın sonuçlarına itiraz edebilir, kendini engellenmiş hissedebilirsiniz.

İnsanı pişmanlıkla eminlik arasında bırakan, kararlarını verirken kendi merkezinde olması ya da olmamasıdır.

Merkezinde olmak nedir?

Hayatın ritmini yakalayarak, onunla birlikte ilerleyebilmektir. Köklerinden aldığın bilginin rehberliğinde, geleceğinin ilhamlarına kulak verebilmektir. Yeniye cesurca yaklaşım, bilgiyi eylemle buluşturabilmektir.

“Seni kendi merkezinden uzağa koyan nedir?” diye sorabilirsin.

“Bildiğine sınımsız sarılarak, güvenli bulduğun alanda kalmak istemek, değişime direnmektir” derim. Zaman ileriye doğru akıyorken, “Biraz durayım” dediğin anda gerileme başlar. Geçmişin tekrar döngüsü tam da bu noktada aktifleşir. Aynısını yaşayacağına olan inancın, kaderin değişmeyeceği algısını yaratır. Kaderi potansiyelinle bilgisayara yüklenmiş program gibi görebilirsin.

Bu kitapta sözünü ettiğim programın dilini paylaşıyorum. Bu dil, yaşadıklarını anlamlandırmana yardım edecek. Her olayın bir sebebi olduğunu, rastlantı deyip geçtiklerinin birer işaret olduğunu fark edeceksin. Hayatın gizli dilini öğrendikçe hayat programında güncellemeler yapabilirsin. Seçimlerini gözden geçirebilir, takılıp kaldığın davranış kalıplarını yenileyebilirsin. Senden yansıyan her şey seni tanımladığı için çok küçük bir değişimin bile sonuçları büyük dönüşümler halinde sana yansiyacaktır. Bazen bir kelime değişir, yaşadığın olaylar, duyguların, hatta rüyaların değişime uğrar. Bedenin duruşu değiştiğinde bir organın iyileşir, sen gülümersin, karşıdakiyle yaşadığın çatışmalar uyuma dönüşür.

Seçimlerinin ardında potansiyelin ve onu oluşturan mükemmel bir matematiksel sistem var... Elindeki kitapla keyifli bir yolculuğa başlıyoruz şimdi. Hayatın gizli dilini beraberce okuyalım.

Yazar Hakkında

Kökleri bir taraftan Kafkaslara, diğer taraftan Mısır'a uzanan bir ailenin tek çocuğu olarak 1966 yılında Gaziantep'te doğdu. Çapa İlkokulu'nda 3. sınıf öğrencisi iken, eski bir güreşçi olan babası tarafından judo kursuna yazdırıldı. Bu dönemde Japonya, Almanya ve İngiltere'den Türkiye'ye gelen uluslararası alanda ün yapmış üstatlarla judo, aikido ve jujutsu eğitimleri aldı. Uzun yıllar judo milli takımında yer aldı. Bu sayede Türkiye'yi temsil etme ve farklı kültürleri tanıma fırsatları buldu. Zamanla bedensel güç ve yeteneği, duygu ve ruha aktarma yolunda çalışmalar yaptı.

Şehremini Lisesi'nin ardından Marmara Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü'ne girdi. Henüz öğrenciyken Deniz Harp Okulu'nda judo dersleri vermeye başladı. Aynı dönemde nefesle öğrenme tekniklerini birleştirerek, dil eğitim merkezlerinde gevşeme, odaklanma ve sofroloji sistemleriyle öğrenme konuları üzerinde çalıştı. 1988 yılında metafizik alanında seminerler ve eğitimler verdi. 1989 yılında Türkiye'nin ilk sağlık ve detoks otelinde sağlık müdürü olarak görev yaptı. Beden terapileriyle ilgili fizyoterapistlere, farklı spor alanlarındaki eğitmenlere manyetizm ve manuel terapi eğitimleri verirken, birçok farklı branştan kişi ve gruplara da nefes ve hipnoterapi çalışmaları uyguladı.

1991 yılında Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi'nde yüksek lisansını tamamladı. “Spor Fizyolojisi ve Psikolojisi” üzerine tez hazırladı. Aynı dönemde Hava Harp Okulu'nda savaş, beden eğitimi ve judo dersleri verdi. Refleksoloji, shiatsu, hipnoterapi, kinesiyojoloji, nefes eğitmenliği, takyon, ses-meridyen ve renk terapileri gibi birçok alanda çalışmalar yaptı. Halen bu alanlarda eğitim vermeye devam ediyor.

[instagram.com/unalguner](https://www.instagram.com/unalguner)

[Facebook.com /unalguner](https://www.facebook.com/unalguner)

[youtube.com/unalguner](https://www.youtube.com/unalguner)

bilgi@unalguner.com

www.unalguner.com

Henüz yazmadığım kitabımın imza günü için
bana yıllar öncesinden dolma kalemimi alarak
beni yazmaya teşvik eden *Su kızım*,
sevgili hayat arkadaşım *Meltem Güner*'e,
kitabın yolunu açan *Yelda Cumahoğlu*'na,
kitabımın içinde yer alan bilgileri kendi üzerinde uygulayan,
işimi gönül rahatlığıyla teslim ettiğim editörüm
Özlem Esmegül'e çok teşekkür ederim....

