

SİBEL UZUN

IŞIĞIN
ŞİFA YOLU

SEN DEĞİŞİRSEN DÜNYA DEĞİŞİR



DESTEK YAYINLARI: 1548
KİŞİSEL GELİŞİM: 254

SİBEL UZUN / İŞİĞİN ŞİFA YOLU

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 Esmergül
Üretim Koordinatörü: Semran Karaçayır
Editör: Merve Gökçek
Son Okuma: Devrim Yalkut
Kapak Tasarım: Sedat Gösterikli
Sayfa Düzeni: Cansu Poroy
Sosyal Medya-Grafik: Tuğçe Budak - Mesud Topal

Destek Yayınları: Ocak 2022
Yayıncı Sertifika No. 13226

ISBN 978-625-441-532-6

© 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
www.destekmedyagrubu.com



Yıkılmazlar Basım Yay. Prom. ve
Kağıt San. Tic. Ltd. Şti.
15 Temmuz Mah. Gülbahar Cad.
No. 62/B Bağcılar / İstanbul
Sertifika No. 45464
Tel. (0) 212 630 64 73



SİBEL UZUN

İŞIĞIN
ŞİFA YOLU

SEN DEĞİŞİRSEN DÜNYA DEĞİŞİR



*Bu kitabı Bir'den Bir'e uyanmaya niyet eden herkese ve
canım babamın nuruna ithaf ediyorum...*

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ	11
GİRİŞ	13
1. BÖLÜM	
KENDİNİ TANI.....	17
TEKÂMÜL VE TESLİMİYET YOLU	21
TASAVVUFTA TEVEKKÜL.....	25
2. BÖLÜM	
İŞİĞİN ŞİFA YOLU	31
ŞİFA NEDİR? ŞİFACI NEDİR?	37
HERKES BİR ŞİFACIDIR.....	43
KÂİNATIN EVRENSEL ŞİFACISI OLMAK.....	45
KOŞULSUZ SEVGİ VERMEK	49
3. BÖLÜM	
ENERJİ ALANLARI.....	53
AURA	57
Bilinç Haritası.....	59
ETERİK BEDEN	63
DUYGU BEDEN.....	67
ZİHİN BEDEN	71

ASTRAL BEDEN	75
DURU GÖRÜ VE AURA GÖRME EGZERSİZİ.....	77
ÇAKRA	79
KÖK ÇAKRA	83
SAKRAL ÇAKRA.....	87
SOLAR PLEKSUS ÇAKRA	93
KALP ÇAKRA.....	97
BOĞAZ ÇAKRA.....	101
3. GÖZ ÇAKRA	105
TEPE ÇAKRA	109
DÜŞÜNCELERİMİZ VE ÇAKRALAR.....	113
1. GÜVENLİK MERKEZİ-KÖK ÇAKRA	115
2. DUYGU MERKEZİ-SAKRAL ÇAKRA	115
3. GÜÇ MERKEZİ-SOLAR PLEKSUS ÇAKRA	115
4. SEVGİ MERKEZİ-KALP ÇAKRA.....	115
5. BOLLUK MERKEZİ-BOĞAZ ÇAKRA	116
6. BİLİNÇLİ-FARKINDALIK MERKEZİ-3. GÖZ (SEZGİSEL) ÇAKRA	116
7. KOZMİK BİLİNÇ MERKEZİ-TEPE ÇAKRA	116
4. BÖLÜM	
SEN DEĞİŞİRSEN DÜNYAN DEĞİŞİR	119
Bilinç ve Bilinçaltı	119
BİLİNÇALTININ EN ÖNEMLİ ÖZELLİKLERİ	123
KÖK İNANÇLARI FARK ETME VE DÖNÜŞTÜRME.....	129

EN BÜYÜK ENGEL EGO	133
HASTALIKLAR VE ZİHİNSEL SEBEPLERİ	135
BAZI HASTALIKLAR VE DÜŞÜNSEL-DUYGUSAL SEBEPLERİ	136
OLUMLU DÜŞÜNÇENİN GÜCÜ	151
İLAHİ REHBERLİK VE ŞİMDİNİN GÜCÜ.....	155

5. BÖLÜM

EVRENSEL YASALAR	163
TEKLİK YASASI	165
TİTREŞİM YASASI.....	167
ÇEKİM YASASI	169
DENKLİK YASASI	171
NEDEN-SONUÇ YASASI	174
GERİ DÖNÜŞ YASASI	177
GÖRECELİLİK YASASI.....	179
POLARİTE YASASI.....	182
RİTİM YASASI	184
Hayatımıza yön veren muhteşem evren yasaları.....	186
Hayallerinizi gerçekleştirmek için muhteşem reçete: Başarının 7 spiritüel yasası.....	187

6. BÖLÜM

MEDİTASYONLAR VE RİTÜELLER.....	189
Meditasyon Nedir?	189
Meditasyon Ne Değildir?.....	192
Meditasyonun Faydaları Nelerdir?	197

TLHT®-IŞIĞIN ŞIFASI-TESLİMİYET, ŞÜKÜR VE DUA ÇALIŞMASI.....	205
TLHT®-IŞIĞIN ŞIFASI-BOLLUK BEREKET ŞİFALANDIRMA PROGRAMI.....	207
TLHT®-IŞIĞIN ŞIFASI-SUYLA BEDEN ŞİFALAMA VE SU KODLAMA	211
TLHT®-IŞIĞIN ŞIFASI-OSHO BOYUTSUZLUK MEDİTASYONU.....	215
TLHT®-IŞIĞIN ŞIFASI-YENİAY VE DOLUNAY RİTÜELİ.....	219
TLHT®-IŞIĞIN ŞIFASI-ENERJİ TOPRAKLAMASI	225
TLHT®-IŞIĞIN ŞIFASI-NİYETLERİ GERÇEKLEŞTİRMEK İÇİN EN ETKİLİ RİTÜEL	227
TEŞEKKÜR	233
YAZAR HAKKINDA	235
TLHT® THE LIGHT OF HEALING THERAPY IŞIĞIN ŞIFASI HAKKINDA	237

ÖNSÖZ

Merhaba Işığım...

Öncelikle kendi öz karanlığındaki aydınlığı bulma çaban ve ışığın şifasıyla bütün olma gayretin için seni tebrik ediyorum. Kader daimi olarak bizim çabamıza âşık, biz kendi öz karanlığımızdaki ışığın içerisinde Yaradan'ın nuruyla, hakikatle, aydınlanmaya adım adım giderken, artık unuttuklarımızı hatırlama zamanı.

Bu kitapta, kendinden çok şey yakalayacaksın ve daha bu kitap, unuttuğun birçok şeyi sana hatırlatacak. Ruhunun sana hatırlatmak istediği, sınırlandırılmış zihninin ise bloke ettiği, yoluna engeller koyduğu, hakikat yolunda adım adım ilerleyeceksin. Öyle anlar yaşadın ki zaman zaman kendini, bilmediğin bir çıkmazın içerisinde buldun. Ne yapacağını da kestiremedin. Yıldın, yıkıldın, bunaldın hatta öyle derin karanlıkla mücadeleye düştün ki nefesin adeta kesildi ve tükendin. İşte tam da burada, artık yolundaki tüm karanlığın gerçekliğine uyanıp kendini ve yaşamındaki tüm olayları fark edip, tekâmül etme zamanın.

Bu kitap, seni sana hediye edecek. Evrenin ve kendi yaşam yolundaki şifreyi yakalayıp, aydınlığa erişim hızını artıracak.

Artık kurban bilincin seni en derine çekemeyecek, farkındalığın ve tekâmülün gereği sen kendi olasılıklarını rahatlıkla yönetebileceksin. Sistemin en gizemli tarafları sana çözülmüş şifreleriyle aydınlık dolu yollar olacak ve sen kendini yeniden inşa edeceksin.

IŞIĞIN ŞİFA YOLUNA HOŞ GELDİN...

GİRİŞ

Hayatımın en karmaşık zamanlarıydı...

Nefes almam her geçen gün zorlaşıyor, gittikçe en derine doğru çekiliyordum. Her yeni güne başlarken, “Hadi bakalım Sibel! Bugün senin günün olsun” diyordum fakat gün sonu elde kalan yokluklarla günü kapatıyordum. Her geçen gün en yakın dostlarımdan, iş eşrafımdaki insanlar tarafından uğradığım haksızlıklar kalbimi, ruhumu ve bedenimi karanlığa çekiyordu ve içimdeki öfke katlanarak artıyordu. Bu durum bende dayanılmaz bir hal almaya başlamıştı. Sessiz çılgınlıklarım vardı. Hiç kimsenin beni anlamadığımı düşünüyordum. Her gelen benden birçok şeyimi çalmış gibi hissediyordum. Ben bütün başarılarımı, kariyerimi, sevgi dolu hallerimi unutup, öfkeden deliye dönüyordum, sanki onları yapan ve yaşayan ben değildim.

Ve bir gün... İşte o gün...

Gün, her zamanki aydınlığıyla başlamıştı. O gün, diğer günlerden farklıydı sanki fakat içimde konuşan onlarca sestense sadece bir tanesi, o günün diğer günlerden farklı olduğunu söylüyordu. O ses, o kadar derinden geliyordu ki onu duymamam neredeyse imkânsızdı. Güne kendimi kaptırmış harıl harıl çalışıyordum. Hedeflerim, hayallerim ve amaçlarım vardı. İntikam güdüm beni öyle ele almıştı ki herkesten daha fazla kazanmayı

istiyordum. Yenilmeyecek, yenecektim. Hakkımı bırakmayacak, söke söke alacaktım. Saatler ilerledi ve iş ortağımla toplantım vardı. O gün artık ipler kopmuş ve hesap görülmeye başlanmıştı.

Toplantıya gittim. Alnım açıldı, gönlüm ferahtı. Çünkü çalışmamış, kimsenin hakkını harama karıştırıp boğazımızdan geçirmemişim. Uzunca konuşmalar oldu, gün sonu yaklaşıyordu ve hakkımı savunmaya devam ediyordum. İçimden gelen seslerden biri, orayı talan etmemi söylüyordu, diğeri ise “Sakin Sibel” diyordu. Bir ara kalp atışlarıma odaklandım. Odanın içindeki tüm kargaşaya ait sesler sustu ve sadece kalp ritmimi duydum. Sanırım ölüyorum dedim. O odada ve onların yanında ölmek dahi istemedim, içimden “Allahım, ne olur evime gidebileyim” diye geçiriyordum. Gözlerim doldu, derin bir nefes aldım ve kalbimin ritmi Allah’ın adıyla zikre başladı. Kalbim ve içesim aynı esnada zikrediyor ve sadece “Allah” diyordum. Benliğimdeki tüm sesler susmuştu. Özüm ve kalbim olabildiğince yükselmeye başlamıştı. Allah, Allah, Allah!

Bir an durdum ve karşımdaki kişiye dedim ki: “Şimdi sen, bu işletmede benim hiçbir hakkım olmadığını mı söylüyorsun?” Aldığım cevap “Evet” idi. İçimin coşkusu daha da artmıştı, kalbimden ve özümden en yüksek haliyle arşa ulaşacak gibi çıkıyordu. Sadece “Peki” dedim. Ofisten çıkarken, “Tam da şu anda tüm kalbimi Allah’a teslim ediyorum, iradem, yüce Allah’ın iradesine teslimdir” dedim ve çıktım. Kulaklarımda inanılmaz bir basınç vardı, kalbim, özüm, ruhum zikretmeye devam ediyordu. O gecem, sabaha kadar tavanı seyretmekle geçti.

O günden sonra artık hiçbir şey eskisi gibi olmadı. Geçmişin tüm yükünü bir anda bırakmışım sanki. Çocukluğumdan beri sarsıcı olaylar yaşamışım. Hep şahlanmış, sonra da en yüksek olduğum anda yere çakılmışım. Tabii yere çakılışlarımin öneminin büyüklüğünü ilerleyen zamanlarda idrak edebilmeye

başlamıştım. Her yeni güne başlarken umutla başlıyordum ve taleplerim olumlu sonuçlanmadığında bin bir tefekküre, tam bir sükût içerisine geçiyordum. Bir gün, meditasyon yaparken ışık huzmelerinin içinde buldum kendimi, öyle muhteşem bir alanı deneyimliyordum ki o an için tarifsizdi. Her nefes alıp verdikçe, sonsuz güzelliğin içine giriyordum. Nefeslerimi derinleştirdikçe, her şey yavaşlamaya başladı, kendimi nebulaların arasında uçuş uçuş gezerken buldum. Kendi gerçekliliğimin tam içindeydim. Kozmik tüm kapılar aralanmıştı. Kat kat tüm katmanları görebiliyordum. Vakit gelmişti.

Renk cümbüşünün içerisinde uçuş uçuş gezerken aniden bir deliğin içine çekildim ve o an tüm vücudumda derin bir titreme hissettim. Geçişini tamamladığımda çocukluğuma ait bir anının içinde buluverdim kendimi ve şaşkın, korku dolu gözlerle etrafına bakan minik Sibel'i görüyordum. O günü hatırlamıştım. Çocukluğumun en acı zamanlarından birisi sahneleniyordu, gözlerimin önünde. Anlam veremediğim bir şeyler oluyordu ve ben bu bilinmezliğin ortasındaydım. Ağlamaya başladım, vücudumu kasmışım ki derin bir nefesle hıçkırma hıçkırma açtım gözlerimi bir anda. Bu silsile bitmedi. Her meditasyon anımda, kendi gerçeğimle alakalı anılarımda uzun süre dolanmaya başladım. Bana anlatılmak istenenin ne olduğunu daha derin araştırmaya, incelemeye başladım.

Zaman hızlıca akıyordu. Adeta puzzle parçaları birleştirir gibi birleştiriyordum, karşıma çıkan her olayın içindeki mesajı anlamını. Çünkü artık odağım başıma gelen olaylar silsilesi olmaktan çıkmıştı. Tekâmül yolumda engellerimi, bu engellerimle nasıl başa çıktığımı ve sonuçlarını inceliyordum. Yaşamımın bir amacı olmalıydı, “Ben neyi görmeli, neyi duymalı ve neyi anlamalıydım?” derken, tüm kozmik alanların içinde yer alırken, “Evet artık yola çıkma vakti” derken, karşıma kocaman bir duvar çıktı. Bu duvar belli ki hayat yolumdaki özellikle

şifa yolumdaki en büyük engeldi. Tekrar eden acıma duygum yeniden başlamıştı. Kendime artık acıyordum. Yaşadıklarımın gerçekliğini sorgulamaya dahi başlamıştım. Vakit gelmişti dediğim yerde yükselmem gerekirken, kendime acımaya başladığımı hissetmek ve gerçekliğimden şüphe etmek, beni öylesine zorluyordu ki. Ve bir gece...

Birdenbire her şey olması gerektiği gibi oldu ve bugünkü ben doğdum. Yüce Allah'ın iradesi ve izniyle ilahi nizamdaki gerçekliğime uyanıp, geçmişten bugüne bütün taşlar yerine oturdu. Spiritüel dediğimiz öteki âlemi sayısız katmanlarda, mikrodan makroya zaman algısı olmadan hızlandırılmış tur gibi yaşama-ya başladım. Çocukluğumdan beri hayatımın gizemli tarafları artık gizemini gerçekliğe ve benim yararına olan hizmetlere dönüştürmüştü. O gün bugün insanların şifalarına kavuşmaları için, kendi gerçeklerine uyanabilmeleri için birçok metot geliştirdim. Yine o gün bugün yüzlerce kişiyle yolculuklarımız devam etti. Yıllar evvel aldığım bazı eğitimler sayesinde yolumu daha da hızlandırdım. "Işığın şifa yolu", bir şifa sistemi olarak bugün hayatımıza yerleşmeye başladı. Işığın şifa yolu, evrensel şifanın kaynağına bağlı olan mucizelerle bana aktarılmış olan bir sistem. Bu yolda mucizenin kendisi sizsiniz. Kendi gerçeğiniz ve gayretinizle kaderinize âşık olan gayretiniz harekete geçecek ve gayretiniz de kaderinize olan aşkıyla yanıp tutuşacak.

Yol uzun ve ışık dolu, siz sadece tekâmül yolunuzdaki gerçekliği fark etmeye ve sıçramaya odaklanmalısınız. Kitabı okuduğunuzda hatırlatma tuşunuza basılacağından hiç şüphem yok. DNA'mızda her şeyin kayıtlı olduğunu tekrar fark edeceksiniz, uygulamaları düzenli yapanlar her yeni günle birlikte yeniden doğmanın keyfini yaşayacaklar.

Keyifli okumalar...

AŞKOLSUN

1. BÖLÜM

KENDİNİ TANI

Kendimiz için yapabileceğimiz en güzel yolculuğa hazır mıyız? Hadi o zaman başlayalım.

Kaç kere sorduk “Ben kimim?” sorusunu. Yaşantımızın içerisinde öyle olaylarla karşı karşıya kalırız ki hep en kötü senaryoda “Neden ben?” sorusunu sorar ve asıl gerçekliğimizden uzaklaşarak kendi kendimizi çıkmaz bir sokak içerisinde hapsederiz. İşte burada çırpınışlarımız başlar ve yine kendi benliğimizden uzaklaşarak özümüzü hapsedtiğimiz o sokakta kalakalırız.

Ben kimim?

Söylediklerimizden çok, söylemediklerimizimiz aslında. Kendini tanımaya buradan başla. “Ben kimim?” sorusunu kendine sormaktan hiç çekinme. Çünkü sen şimdi şu anda olduğun halinle en mükemmelsin, biriciksin, teksin ve eşsizsin. Koca evrende senden başka bir tane daha yokken, sıkıştırıldığın yerde sınırlandırılmış ve kalıplaşan kodlarınla birlikte neyin içerisinde kendini yok sayıyorsun? Karanlık tarafların... Evet karanlık tarafların var ve emin ol o karanlık taraflarınla bile en mükemmelsin. Önemli olan karanlık taraflarından kaçmak değil, onlarla yüzleşmek ve kabullenmek.

Her şeyden evvel kendimizi tamamen tanımamız gerekiyor. Doğduğumuz coğrafya kaderimiz olmak zorunda değil. Kendimizi ne kadar iyi tanırsak, yaşamlarımızdaki tercihlerimiz o kadar netlik kazanır. Evet, yazılı ana kader planımız var o da külli irade. Onun yanı sıra bize sunulmuş ve verilmiş sonsuz olasılıklar içinde seçkilerimizi gerçekleştireceğimiz cüzi irademiz de var.

Esasen külli irade, evrendeki tüm işleri sonsuz sayıda dileyerek olduran ilahi iradedir. Kader inancında Allah'ın daha önce olmuş ve sonra da olacak olan tüm işleri bilmesi ve buna göre takdir etmesi vardır. Bu bağlamda, Kuran-ı Kerim'de şöyle buyrulur:

*“Her şeyin hazineleri sadece
bizim katımızdadır ve biz
oradan indirdiğimizi belirli
bir ölçüye göre indiririz.”*

– Hicr, 21

Hadi biraz beyin jimnastiği yapalım. Düşünsenize, bilimadamları bedenimizde yüz trilyon kadar hücre olduğunu söylüyorlar. Her hücrenin de nice fonksiyonları var. İnsan, bir anda iki şey idare edemezken, bedenindeki bu sayısız faaliyetleri nasıl kontrol edecek? Demek ki insan kendine malik değil. O bir kuldur. Bedeni, külli bir irade ile tanzim ve idare ediliyor. Direkt olarak zihnimde şunlar beliriyor: “Hımmm, demek ki hiçbir organım, hiçbir hücrem başıboş değil, öyle ise ben de başıboş olamam! İç âlemimde akışta olan her şey benim için faydalı ve Yaradan'ımın hikmetinde, bunun bilinciyle