

ÜNAL GÜNER

YOLCU





DESTEK YAYINLARI: 1682
KİŞİSEL GELİŞİM: 294
ÜNAL GÜNER / YOLCU

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 Esmergül
Üretim Koordinatörü: Semran Karaçayır
Editör: Özlem Esmergül
Son Okuma: Devrim Yalkut
Kapak Tasarım: İlknur Muştı
Sayfa Düzeni: Melike Doğan
Sosyal Medya-Grafik: Tuğçe Budak-Mesud Topal-Nursefa Üzümler

Destek Yayınları: Kasım 2022 (13.000 Adet)
Yayıncı Sertifika No. 13226

ISBN 978-625-441-793-1

© 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
Tel. (0) 212 613 30 06



ÜNAL
GÜNER

YOLCU

Kahramanın Kendine Yolculuğu





İÇİNDEKİLER

YAZAR HAKKINDA.....	9
ÖzSöz	11
Kendine Yolculuğa Çağrı!.....	13
Merhaba yolcu:	17
Kırmızı Kapı (I)	25
Siyah-Beyaz Kapı (II)	26
Sarı Kapı (III)	27
Yeşil Kapı (IV)	28
Turkuvaz Kapı (V)	28
Lacivert Kapı (VI).....	29
Mor Kapı (VII).....	30
1. BÖLÜM	
I. TOPRAĞIN KAPISI	33
Korku Hapishanesi	33
Korku Endişenin Annesidir	43
Korku İhtiyacı	46
Bedende Seyreden Korku	52
Doğru Köklenme	53
Vazgeçebilme Çalışması.....	65

2. BÖLÜM

II. YARATIM KAPISI	69
Düalite.....	69
Aynadan Hayatı Okuma	73
Vazgeçebilmek ve Bırakabilmenin Gücü.....	77
Başarı ve Üretim Enerjisi.....	80
Cinsel İyileşme	85
Teslimiyet İhtiyacı	88
Ateşle Suyun Dansı.....	89
Cinsellikte Aşırılık.....	90
Yaratım Enerjisi Nasıl Kullanılabilir?.....	92
Cinsel Enerjiyi Aktive Etme	93
Kendini Onayla.....	96
Bütün duyularınla orada ol.....	96
Aşk Kası Çalışması	99
Yaratım ve Üretim Enerjisini Aktive Etmek	
İçin Turuncu Küre Egzersizi	103
Bütün bu egzersizlerden sonra ne olacak?	104

3. BÖLÜM

III. İRADE KAPISI	107
Gücün Yolu.....	107
Sarhoş Eden Güç	112
Gücü Kullanabilmenin Sırrı.....	115
Karar Verebilme Gücüne Nasıl Sahip Olunur?.....	119
Güç Alanları.....	127
Güçten Korunmak İsteyenler Korku Tohumu Ekerler	134
Güç Meditasyonu.....	139

4. BÖLÜM

IV. GÖNÜL KAPISI	143
Kabul Yasası.....	143
İlişki Kurma İhtiyacı	145
Sözlerin Ardındaki Güç.....	146
İlişkilerin Niteliği İhtiyaca Göre Belirlenir	148
İlk Bağ, İlk İlişki, İlk Aşk	152
Buluşmak İstediyin İlişki Hangisi?.....	157
Dinlemek ve Orada Olmak İçin	
Meditasyon Çalışması	169
Sevgi Yasası.....	169

5. BÖLÜM

V. SÖZ KAPISI	171
İfade Tamiratçılığı	171
Hitap ve Talep	183
Kim Ne Yaşıyorsa, İhtiyacı Olduğu İçin Yaşıyordur	
Dışarıya Göre, İçeriye Şekillendirme.....	191

6. BÖLÜM

VI. DÖNÜŞÜM KAPISI	197
Perdelerin Ardı	
Hedefi Görme	197
ÖzüGürlük.....	216

7. BÖLÜM

VII. GÖĞÜN KAPISI	229
Hayal Saray	229

Tepeler Sert Eser	236
Yeniye Doğum.....	237
İman Nerede?	240
Yolların Birliği.....	244
Bilen mi Bildiren mi?	245
İnce Zaman Çalışması.....	245

YAZAR HAKKINDA

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. Reflekso-
loji, shiatsu, hipnoterapi, kinesiyo-
loji, nefes eğitmenliği, takyon,
ses-meridyen ve renk terapileri gibi birçok alanda çalışmalar
yaptı. Halen kurucusu olduğu İbni Sina Kadim Şifa Vakfı'nın
başkanlığını yapmaktadır.

[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

ÖzSöz

Sen ki sözün konuşmadaki gücüne inanır ve an içinde akanın özündeki tesirle bilgiyi en iyi taşıdığını savunurdun. Yazıyı ise ölü harflerin bir araya gelerek oluşturduğu bir harf mezarlığı olarak nitelendirirdin. Bu sebeple yazı yazmaktan kaçardın. Şimdi ne oldu da kitaplar yazar, sana senden akanı sayfalara dillendirir oldun? Söz uçar yazı kalır dediklerinde, sesin de tesiri kalır diye savunurken, şimdi yüreğindeki melodileri yazı diye akıttığında, okuyanın kalbine kazınacağı fikrine nasıl ulaştın?

Ne oldu da kalemi eline aldın ve dilini kaleme akıttın?

Diyeceksin ki bir yaprak misali akışın ritmine kapıldım. Gönlüne, kendi gönlüm gibi aktım. Sevdim ve sevgimi harflere sırladım. Çoğu az ile, azı öz ile, özü söz ile, sözü de bu satırlar ile sana aktarmaya çalıştım.

Zannetme ki emek vermeden bu kitabı yazacak hale geldim. Sayısız yollar, yöntemler ve sistemler denedim, sorularıma yanıt bulmaya çalıştım. Kapı nedir bilmeden anahtar aradım. Meğer sır da kapı da bendeymiş. Bunu öğrenince geldi yeni arayışlar ve körebe oyunundaymışım gibi kendimi aradım. Dertlere derman, sorulara cevap, sorunlara bir çare var mı dedim. Kılık-tan kılığa, rolden role giren benler içinde, kendim neredeydim? Uzaklara gittim, başkalarını suçladım, kaynağı onlar bildim, kayboluşları yaşadım. Buluş ve buluşmanın kokusunu aldığım da ise, kendime yönelmeye başladım. Kendimin rakibiyken yol arkadaşı, düşmaniyken dostu olmayı seçtim. Merkezime yak-

laştıkça, dışarıyı zannettiğimin benden yansıdığını fark ettim. Kaynak dışarıdan içeriye değil, içeriden dışarıya akıyormuş.

Rehberim daima yüreğimden fısıldıyorken beni çağıran ses her an benimle birlikte bende imiş. Ben ne O'ymuşum ne de O'ndan öte. Yol da yolcu da "Bir"miş. Ancak arınarak, sadeleşerek, eğilerek, tevazu ile kucaklayıp kucaklanarak ilerlenebilir.

"Ben oldum" diyen meyve, ağaçtan düşmüş. Her son yeni bir başlangıç ise ancak oluşun içinde yenilenen ilerleyebilirmiş. Ayırıp, taraf olup mesafe koydukça yoldan çıkılırken, ne kadar yoldan ayrılсан da, samimi bir dilek veya bir niyetle yola tekrar dahil olunurmuş, sonsuz hak var iken zaman kaybından sakınanlar cennetin yolunu daha kolay bulurmuş.

Bu kitabın içindekilerle şifalanıp aydınlanan, kendiyle buluşan gönül dostları, şükür ve dualarınızla bilgi ve şifaları aktarın. İzin verin paylaştıkça çoğalsın.

Kitabın hazırlanmasında emek veren dostlarıma teşekkür ederim.

Okuyana, bilene ve bildirene selam olsun...

Sevgimle...

02.11.2022

Kendine Yolculuğa Çağrı!

Dünyaya yolculuğun ilk kapısı doğumdur ve bu yolculuk ölüm kapısıyla noktalılır.

Peki aralarda başka kapılara uğramadın mı, seni bir halden başka bir hale taşıyan başka geçitler de var mıdır?

Doğum öncesinde veya ölüm sonrasında da kapılar açılır mı?

Bu dünyaya gelebilmek için hangi aşamalardan, hangi sırat köprülerinden ve hangi kapılardan geçip geldin?

Bu yolculuk sırasında karşına bir sürü yol ayrımı çıktı ve yaptığın seçimlerle bugün bulunduğun yere geldin.

Peki ya bundan sonraki yol ayrımlarında yapacağın seçimler seni nereye götürecektir?

Seçimlerini nasıl yapacaksın, neye göre değerlendireceksin ve hangi hedefe doğru yönleneceksin? Kimi, neyi, neden ve nasıl dinleyeceksin, nasıl güveneceksin? Çağrının nereden geldiğini ve seni nereye doğru yönlendirmek üzere olduğunu nasıl bileceksin?

Bir kapıdan başka bir kapıya geçerken yanında neleri taşıyor olacaksın ya da neleri bırakarak ilerleyebileceksin?

Bir yolculuğa çıkarken yanına nelerden ne kadar alacaksın? Taşıyabileceğin ağırlık ne, gücün buna ne kadar dayanır?

Dünyaya gelirken yanında neler getirebildin? Peki ya ölüm kapısından geçerken neler götürebileceksin? Eğer dünyanın malı dünyada kalacaksa buradan öteye neler taşıyabileceksin?

Olaylardan ruhsal rüyalarına ne taşıyabildin, ruhsal rüyalarından olaylara neler aktarabildin?

Yedi uyurlarını uyandırabildin mi ki kapılardan uyanarak geçebilesin? İkiliklerini ve zıtlıklarını birliğe dönüştürebildin mi?

Âlemler arası bir yolcuysan, âlemden âleme, hayattan hayata seyahatler yaparken neleri taşıdın, neleri biriktirdin ve bugüne ne getirdin?

Şu ana kadar kazançların ve potansiyelindeki birikimin ne? Bundan sonraki yolculuğunda ihtiyaç duyacağın şeyleri derleyip toparlayabildin mi?

“Kendim” dediğin kişinin derinlerinde, senden de gizlisi olabilir mi? Kendine doğru bir yolculuğa çıkmaya karar verecek olsan –ki hayat dediğimiz de budur zaten– yanına neler alırdın? Hangi hatırlatıcıya, pusulaya ya da korunma malzemelerine ihtiyaç duyardın?

Dışarılarda yaptığın birçok yolculukta iklime, coğrafyaya ve zamana göre hazırlıklar yaptın. Yola çıkarken rotalar çizdin. Peki kendine doğru yola çıkarken yanına ne almak istersin? Kendine, kendinde olmadan gidebilir misin?

Dışarıda kat ettiğin yollarda, ilişkilerde, arayışlarda aslında kendine gitmek, kendini bilmek ve bulmak istedin. En çok bildiğini zannettiğin bir o kadar da bilemediğin, hissedip de dokunamadığın, dokunup da göremediğin, görüp de tanıyamadığın, birileri ad koysa da senin adlandıramadığın şey neydi? Senden öteye koyduğun, oysaki şahdamarından daha bile yakınında olan neydi, neredeydi?

Gidip görmeli, bulmalı, saklandığı yerden çıkarmalı onu öyleyse... Peki ne kadar zamanın var? Ne kadar sürede ve nerede bulursun kendini? Hangi yöne nasıl gitmeli, kimden tarif alıp kime güvenebilir, kimden yol göstericilik ve rehberlik alabilirsin? Daha önce bu yola çıkan var mı? Öncesinde olan çıkan-

ların başına neler geldi acaba? Peki ya bulan var mı aradığını? Eğer bulduysa ne gördü, ne hissetti? Bulduğu ona ne tat verdi?

İçeriden beni çağıran bu ses de ne?

Sanki uzaktan, kalbimin çarpıntısı gibi bir ses yaklaşıyor bana.

Hayır, o beni yanına çağırıyor. Ben ona doğru yürüyör, çekiliyor ve süzölerek akıyorum. Sanki bir ak deliğın yörüngesine girdim. Beni içine doğru döndüre döndüre alıyor.

Sanki bir hortumun rüzgârının içindeyim. Bir noktanın etrafında dönüyor, dönüyor ve içe, derine, ona doğru çekiliyorum. Yaklaştıkça çağırüy daha net duyuyorum. Kendim, bana “Gel” diyor. Koşarak, uçarak, halkaları, merhaleleri aşarak gidiyorum.

Ve birden bir kitap beliriyor, sayfaları kendiliğinden çevriliyor. Kuş tüyünden bir kalem, kendiliğinden yazmaya başlıyor. Düşüncelerimde beliren sorular, an içinde sayfalarda cevaplanıyor. Yeni bir sayfa açılıyor ve altın varakalarla kocaman “Gel, birlikte kendine, kendimize gidelim” diyor. Yüreğimi, ağzımda hissediyorum sanki.

Devam ediyor:

“Bilmediğın bir dünyaya doğru yolculuğunda yanımdayım.”

Bu bana güven veriyor, beni huzurla içine çağırıyor. Şimdi kitap senin elinde, sayfalar çevrildikçe akışın içinde kendinden kendine hatırlattıklarını izleyerek yola çık. Ak ve akışın içerisinde AkAn Ol.