

ÖZLEM DALKILIÇ AYTİ

# Niyet Ettim!



DESTEK YAYINLARI: 1533  
KİŞİSEL GELİŞİM: 249

## **ÖZLEM DALKILIÇ AYTI / NİYET ETTİM!**

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:* Cansu Poyraz Karadeniz  
*Son Okuma:* Devrim Yalkut  
*Kapak Tasarım:* İlknur Muştu  
*Sayfa Düzeni:* Cansu Poroy  
*Sosyal Medya-Grafik:* Tuğçe Budak-Mesud Topal

Destek Yayınları: Kasım 2021  
Yayıncı Sertifika No. 13226

ISBN 978-625-441-487-9

© 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

Deniz Ofset – Çetin Koçak  
Sertifika No. 48625  
Maltepe Mahallesi  
Hastane Yolu Sokak No. 1/6  
Zeytinburnu / İstanbul  
Tel. (0) 212 613 30 06



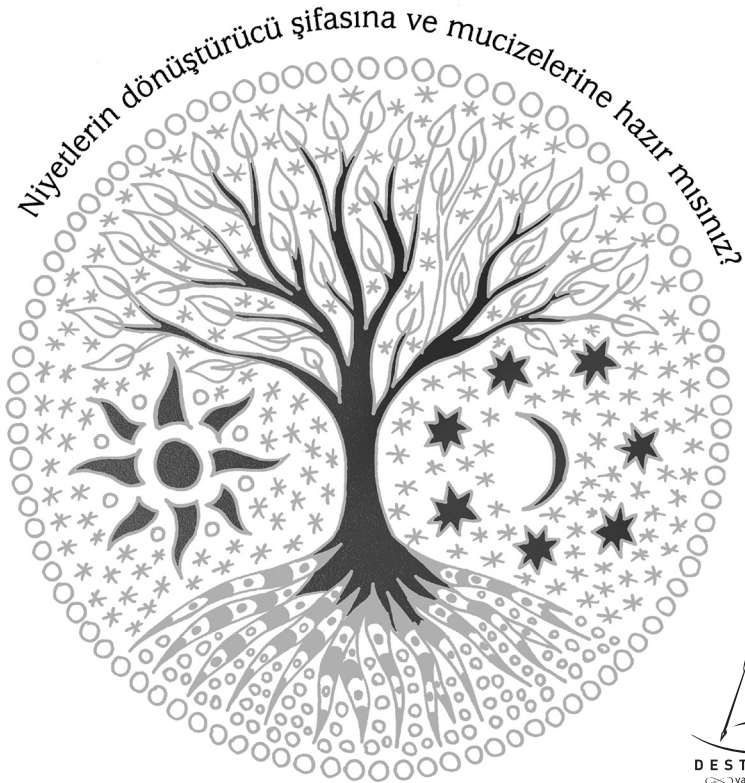
Destek Dukkan



ÖZLEM DALKILIÇ AYTİ

# Niyet Ettim!

Hayatınızı Deęiřtiren Niyetler



## İÇİNDEKİLER

<b>BAŞLARKEN...</b> .....	9
<b>Korkularınızın Gölgesinden Çıkın ve Hak Ettiğiniz Hayata Merhaba Deyin</b> .....	19
1. Değersizlik Korkusu .....	23
2. Yetersizlik Korkusu .....	27
3. Güçsüzlük Korkusu .....	31
4. Çaresizlik Korkusu .....	35
5. İstenmeme Korkusu .....	39
<b>Düşlediğiniz Aşkı ve Bir Ömür Sürecek Sağlıklı İlişkileri Hayatınıza Davet Edin</b> .....	43
Niyet Cetveli .....	45
<b>İdeal Kilonuza Ulaşın Daha Sağlıklı ve Özgüvenli Adımlar Atın</b> .....	105
Bilinçaltı Kilo Dönüşüm Cetveli .....	109
<b>Hayat Boyu İhtiyacımız Olacak Çalışmalar</b> .....	163
<b>BİTİRİRKEN...</b> .....	173

## Özlem Dalkılıç'ın Yaptığı Uygulamalar

- Theta Healing (DNA Yazılım Aktivasyonu)
- Kundalini Reiki (Şifa Enerjisi)
- Çakra Açma/Aura Dengeleme
- Nefes Terapisi
- İlişki Koçluğu
- Psişik Okumalar
- Anne Baba Genetik Karma Temizliği
- Aşk Enerji Aktivasyonu
- Durum Şifa Çalışması
- Bolluk-Bereket Çalışması
- Mekân Enerji Temizliği
- Duygu Eksikliklerini Yenme (Özgüven, Değersizlik)
- Öfke Kontrolü
- Topluluk Önünde Konuşabilme
- Duygu Yönetimi (Aşırı Kıskançlık, Utanma vs.)
- Pozitif Bakış Açısı ve Yaşam Sevinci Edinme
- Kekemeliği Yenme, Akıcı Konuşma
- Odaklanma ve Hafıza Güçlendirme
- Yıldızname Harita Okuma

***Hipnoz/Yarı Hipnoz Uygulamaları:***

- İstenmeyen Alışkanlıkları Değiştirme
  - Fobilerden Kurtulma
    - Ataleti Yenme
  - Bilinç ve Bilinçaltıyla Zayıflama
  - Kurşun ile Çakra Dengeleme

***Spiritüel Danışmanlık hakkında  
bilgi almak için Whatsapp hattı:***

(+90) 532 347 02 91

[www.OzlemDalkilicileSifa.com](http://www.OzlemDalkilicileSifa.com)  
[www.instagram.com/ozlem\\_dalkilic\\_ile\\_sifa](https://www.instagram.com/ozlem_dalkilic_ile_sifa)  
[www.youtube.com/OzlemDalkilicileSifa](https://www.youtube.com/OzlemDalkilicileSifa)

***Youtube kanalına QR Kod aracılığıyla ulaşabilirsiniz:***



## BAŞLARKEN...

Bu kitapta varmak istediğimiz temel gaye gönül ferahlığı ve niyetlerin hasıl olmasıdır.

Belki yolculuğunuzda yaşadığınız her anın, karşılaştığınız her konunun bir niyeti olmalı ve bu niyetler gönlünüze, kalbinize iner, hasıl olur, gerçekleşir, şifalanır... Ben bu niyetleri yazarken gözlerimi kapatıp şifanın akıp gitmesine, sizlere vesile olmasına niyet ettim ve koşulsuz sevgiye ve kalplerinize teslim oldum.

Hatırlatmak isterim ki zihnimiz bildiği, öğrendiği geçmiş öğreti ve gerçekleriyle günümüzü, kelimelerimizi, saniyelerimizi, döngümüzü bize tekrar yaşıyor, aynı kelimelerle aynı reflekslerle benzer tekrarlarla benzer yaşamlar sürüyoruz, iste niyetler burada devreye girecek; değiştirip dönüştürecek, iyileştirip yön verecek Allah'ın izniyle.

Eğer yolu değiştirmek, yüze taze tebessümler katarak kalbi ferahlatmak istiyorsak ve yaşamımızda yeni yolculuklar deneyimlemeyi diliyorsak; cümlelerin gidişini, kelimelerin yönünü, sesinizin tınısını, kalbinizin ferahlığını, ışığın rengini değiştirmemiz gerekiyor.

Niyet ediyorum Rabb'imden bu kitap; kelimelerinizin, cümlelerinizin, sesinizin tınısına ve ruhunuza huzur katsın. Arkasından niyetleriniz gelsin; güne başlarken, yemek yerken,

arkadaşlarınızla sohbet ederken, bereketinizi alırken, harcar-ken, gülümserken, severken hayrın, almanın ve yaşamının niyetini şifa ile kabul edebilmenize niyet ediyorum.

Öncelikle, bedenimizi ve ruhumuzu saran zehirli sarmaşıkların temizlenmesine niyet edeceğiz. Korkularımızın temizlenmesine niyet edeceğiz ve hepsinin alanımızdan çıkıp gitmesine şahitlik edip izin vereceğiz, kabul edeceğiz... Bu gücü ve iradeyi kendimizde bulacağız. Yolun da yolculuğun da değiştiğini, alışkanlıkların dışına çıkıp “Hayır!” demeyi, güçlü olmayı, hayata tutunmayı ve varlık değerimizi fark edeceğiz.

Belki onlarca çalışma yaptınız, onlarca meditasyon denediniz. Kiminiz biraz yol aldı, kiminiz yarım kaldı; kiminiz hiçbir şey alamadı, kiminizin ise hayatı değişti... Şimdi hangi noktada olursanız olun, o noktaya huzur ve sevgi katmak, yorgunluklarınızı kenara koymak ve şimdiye kadar yaptığınız bütün çalışmaların meyvelerini toplamak için, taş ustaları gibi taşı kırmak üzere son çekiç darbelerini indireceğiniz niyetlerle, bulutların arasından doğan güneşi izleyeceksiniz.



*Niyetler hasıl olurken en büyük tuzak,  
zihnimizdeki zehirli sarmaşıklardır.  
İçimizde hiçbir şeyi öldürmeyen sestir.  
Geçmişten getirdiğimiz öğretilerdir bizi  
aşağıya çeken, niyetimizin gücünü azaltan,  
bizi “olmayacağına” inandıran.*



Bu sesin enerjisine kapılmadan, niyetlerinizi gökyüzüne bakarak ya da bir ağaca dokunarak ya da toprağa basarak ederseniz şifası yüksek olur. Niyetinizi ettikten sonraki en büyük koşul ve



kural, “Allahım niyetimi sana emanet ve teslim ediyorum. Ben bu anın içinde varlığımı hissetmeye, fikirlerimi yaşamaya ve elimden geleni yapmaya geri dönüyorum. Biliyorum ki sen benim için en hayırlı olanı yaparsın, dönüştürensın, şifasın” demek.

Bu noktada, niyeti koşulsuz teslimiyete bırakmak, inanmak ve anda kalmak, niyetlerin hasıl olmasındaki en temel kuraldır ve bunu yapmak çok da zordur. Çünkü zihnimiz sürekli konuşur... Çok şey görmüş ve yaşamıştır, hep bir cevap verir. Daima, “Ben biliyorum. Defalarca denedin olmadı” der ve size sayısız örnekler verir.

Oysaki bu koca âlemi yaratan Rabbim, bu sonsuz âlemin yaratıcısı olan Rabbim, sadece “OL!” diyerek su damlasından küçük olan niyetimizin olmazlarını bertaraf edemez mi?

Eder!

Yeter ki biz bu olmazları daima aklımızda tutmayalım, ona koşulsuz güvenelim. Bir ameliyata girerken doktorumuza güvendiğimiz kadar güvenmeyi, teslim olmayı bilelim ve hayatın içinde var olmayı isteyip arkamıza bakmadan elimizden geleni yaparak şükürde kalmanın hazzını yaşayalım.



*Niyetler hasıl olurken tebessümler  
yanaktaysa, öfkemizi gönderebiliyorsak;  
şeytan, şerri ile vücudumuzu sarmaya  
çalıştığında, iliklerimize kadar ateş topu  
hissetmemize rağmen bir dua veya kendimize  
ayırduğumuz 10 dakikalık bir meditasyon ile  
Allah'a yakarıp vücudumuza o ferahlığı,  
o serin rüzgârı alabiliyorsak, çok özel ve  
kıymetli bir yerdeyiz demektir.*



Hepimiz bir misafirhanedeyiz ve zaman artık çok hızlandı. “Ahir zaman elli kat hızlanacakmış” der âlimler. Nitekim öyle hızlandı ki yetişmek çok zor. Günler, haftalar, aylar su gibi geçer oldu. Bir tek ömrümüz varsa, zamanı yavaşlatmak, gülümseyebildiğimiz anları çoğaltmak, içine şükürleri koymak, anı biriktirmek, mutluluğu amaçlara ve koşullara bağlamadan yol almayı öğrenmek, niyetlerin hasıl olmasında bazen bir noktadır bazen ise bir virgül...

Bu kitapta çok sayıda niyet ve uygulama yer alıyor. Bu hayrınıza olan dönüştürücü niyetler, zaman zaman kalp atışlarınızı hızlandıracak. Bazı kelimelerde takılacaksınız, sesiniz değişecek, yutkunurken zorlanacaksınız. Fakat şifanız ve dönüşümünüz başlayacak, “İşte bu benim” diyeceksiniz. Niyetinizi ta ki su gibi akana, nefesiniz göbek deliğinizin altına inene kadar günlerce, belki haftalarca tekrar edeceksiniz ki ben de size bunu tavsiye ediyorum.

Niyetleri ederken bazen suyun şifasıyla, bazen gökyüzünün enerjisiyle, kullandığımız bir mumdan yediğimiz yiyeceğe kadar, anahtarımızdan parmağımıza taktığımız yüzüğe kadar, hayatımızda kullandığımız pek çok şeyi hatta her zerreyi şifalandırmayı öğreneceğiz. Kelimelerin ve cümlelerin enerjisini, hayatımızın her katmanına yaymayı öğreneceğiz.

Araştırıp çoğaltacağız. Bir parçası haline getireceğiz, dokunduğumuz, konuştuğumuz, hissettiğimiz, içinde bulunduğumuz her durumu iyileştirmek, çoğaltmak ve dengelemek için niyet edeceğiz: “Rabbim bizi koruma kalkanında şifalandırsın, zırlarıyla sarsın sarmalasin, bir duanın içine koyup şifalasin. En temiz alanda kalalım, her gün nurlarla yeniden doğalım, etrafa ışık saçalım. Niyetlerimize tertemiz yol alalım.”

Yaşamın içinde artık çok fazla kaygı, endişe, vesvese, hırs ve korku var. İnsanların birbiriyle yarışa özendirildiği, birbirlerini

kıskandıkları, negatif enerjinin yüksek olduğu bir devirdeyiz. Böyle bir süreçte pozitif alanı korumak ve iç huzuru yakalayıp sakin kalmak, enerjiyi doğru yönetmek hiç kolay olmamakla beraber bu süreci hayra çevirmek, yapmamız gereken en doğru iş olacaktır.



*Dokunduğumuz her şeyi iyileştirmeye  
çalışmak, güzel olana ulaşmaya çalışmak,  
yapmamız gereken en hayırlı şey. Allahım  
kalbimizi, yüreğimizi, cümlelerimizi ve bizi  
bunu yapmaya muktedir kılın.*



Niyetlerin, duaların ve yaptığımız çalışmaların enerjileri, auramız bozulmadığı sürece aktif ve bakidir. Ancak gün içerisinde başka insanlarla temasta olduğumuz, kaygıya ve yargıya girdiğimiz, gıybet düştüğümüz, üzüldüğümüz, korktuğumuz, acı çektiğimiz zamanlarda auramız yırtılır ve niyetlerimizin enerjisi bozulur. Böyle zamanlarda aurayı tamir etmek ve enerjimizi yükselterek yükseliş frekansına geçmek, bunu bekletmeden hemen yapmak çok önemlidir. Kitapta elimden geldiğince bu konuya da değinecek ve pek çok niyet çalışmaları vereceğim. Rabbim nasip ettikçe bu ilhamı ve şifayı yüreğimden aktığı kadar sizlere aktarmaya çalışacağım.

Yolculuğum süresince hep, “Allahım vakti zamanı gelmiş kullarınla beni karşılaştır” diye dua etmişimdir. Evet, her zerenin yardıma ve dönüşüme ihtiyacı vardır, fakat bazen sınav bitmemiştir. Ne yaparsanız yapın sınavı bitmemiş kulun dönüşümü kolay olmaz. Ama vaktiniz geldiyse ve iradeniz hazırsa,

gözünüzdeki perdeyi kaldıracak güç de artık elinizde ise bir aracı gelir. Size niyet ederim ki şu anda elinizdeki kitap da aracınız olsun, yolculuğunuzda dönüşümün vesilesi olsun. İlk başta kalbinize huzur, yüzünüze tebessüm katsın. Nefeslerinizi huzurla yavaşlatıp etrafınızı görmeyi, şükretmeyi, yol almayı; gönülden niyet ettiğiniz, amel ettiğiniz ne varsa huzurla ve şifa ile hayatınızı akıtmanın vesilesi olsun.

Bazen Rabbim bekletir. Ben bunu çok yaşadım ve hâlâ da yaşadığım çok konu var, ama bilirim ki hem de çok iyi bilirim ki beklediklerimin hayrını göreceğim. Tevekküldür benim hayrına olan. Belki güçlenmem için, belki de vakti gelmediği için... O yüzden siz de yolunuzda, yolculuğunuzda tevekkülde kalmayı, elinizden gelenin en iyisini güçlü bir irade, tertemiz zihin ve gülümseyen yüzünüzle insanları yargılamadan, kaygıya girmeden, hayatı severek ve varlığını hissederek yapabilmenin aşkı ile yola çıkın.



*Dilerim Rabbim tüm niyetlerinizi önce hayra  
çevirsin sonra bugünümüze şifa ile nasip  
etsin; nefsinizde, gönlünüzde güçsüz kalan  
neresi varsa oraya da güç versin.*



Kitabın içinde fazlaca niyet bulacaksınız. Gün içerisinde kendinize dönüp bakacaksınız, “Ben neredeyim, kimim, ne yapıyorum?” diye. Ve kendinizi kontrol ederken zihninizden şu soruları soracaksınız: “Günüm nasıl geçiyor?”, “Ben hâlâ eski ben miyim yoksa niyetlerimin içinde var mıyım?”, “Yüzüme o tebessümü koyabiliyor muyum?”, “İradem var mı, hayatımı

değiştirecek pozitif düşünce bakış açısı şu anda bedenimde mi, ruhumda mı, bu güç bende mi?”

Kendimizi kontrol etmek, zihnimiz ve reflekslerimiz niyetlerimizin içindeki cümlelerle sarılana kadar bunları düzenli yapmak çok önemli. Ta ki artık baktığınızda güzeli görüp olayları hayra ve lehinize yorup kendinize teşekkür etmeyi, varlık değerinizi fark etmeyi, Allah'ın emaneti bedeninize aşkla sarılmayı öğrenene kadar niyetlerinize sarılın.

Yüreğimizin, kalbimizin bir parçası haline getirene kadar niyetlerimiz hep dilimizde, günün her zerresinde cüzdanimızda, defterimizde, her yerimizde olacak. Allah'ın izniyle dönüşeceğiz, dönüştüreceğiz ve hayatımıza akan şifayı izleyeceğiz.

İlk bölümde, Rabb'imın emaneti bu bedene ve kalbe ne kadar aşkla bakıyoruz, ne kadar seviyoruz, ne kadar değer veriyoruz, kendimizle ne kadar barıştık, kendimizi yeterli görüyor muyuz yoksa korkular yüreğimizi mi sarmış inceleyeceğiz. Yaşadıklarımızdan, gen bağlarımızdan, anne baba karmalarımızdan bazıları yüreğimizde ve zihnimizde sarmaşık oluşturur. Hepsi için ayrı ayrı niyetler ve çalışmalar mevcut. Allah'ın izniyle aynı çalışmayı defalarca yapıp üzerine gidip teker teker korkularınızın, kaygılarınızın zihninizdeki tüm izlerinden bertaraf olabilirsiniz veya aynı anda birden fazla çalışmayı başlatıp her zerrenizin gününüzün, yolunuzun, yolculuğunuzun şifasına katkıda bulunabilirsiniz.

Kitabın içerisinde yer alan önemli başka bir bölüm de ilişki ve aşkın şifasına dair bilinçaltımızda bize engel olan bütün sarmaşıkların, olasılıkların, geçmiş korkularımızın temizlenmesine yardımcı olacak çalışmalar. Kaygılarımızı, bilinçaltımıza yerleşmiş ve şu andaki ilişkimizde yol almamıza ve mutlu olmamıza engel olan, mutlu bir ilişkiyi hayatımıza çekmemize ya da mutlu bir ilişkiyi devam ettirmemize engel olan korku

kalıpları ve korku cümlelerinin şifasına dair kodlama kalıpları oluşturup, bunlara uygun şifalandırıcı niyetler belirleyeceğiz.

Bu çalışma, Allah'ın izniyle, yolculuğunuzda var olan ilişkinizi şifalandırmanızda ya da yeni bir ilişkiye hayatınıza çekmek için ruhunuzu güçlendirmek ile ilgili korku kalıplarından uzaklaşmanıza yardımcı olacak. Düzenli çalışmanız ve tıkalı alanları açmanız çok önemli. Kendi yolculuğumda inatçı olmanın, düzenli çalışmanın, üzerine gitmenin her zaman faydasını gördüm ve görmeye de devam ediyorum. Hep söylerim, bedenimize sağlıklı beslenmeyi öğretmek gibi zihnimize de sağlıklı ve sevgi dolu düşünmeyi öğretmek en önemli niyetlerin içindedir.



*Niyetler hasıl olurken, kalbimizdeki  
sarmaşıkları, acuları temizlemek,  
kilitlediğimiz kapıları açabilmek, kabul  
etmek, izin vermek; sevginin, sevilmenin, hak  
ettiklerinizin, layık olduklarınızın hissine ve  
hazzına varmak, bu duygularla barışmak,  
dönüştürmek temel unsurlardan biri.*



İsteyip bırakabilmek, koşulsuz güvenebilmek, alışkanlıklarınızdan arınabilmek etraftan akan negatif sarmaşıkların kancalarının üzerinizden temizlenmesi için çalışmalar yapabilmek yolculuğunuzun bir parçası olacak. Bundan sonra, Allah'ın izniyle, hayatınızın da bir parçası olacak.

Kitaptaki bir diğer kıymetli konu, bilinçaltımızda kilo almamıza vesile olan korkular, kodlamalar ve niyetlerdir. Bedenimize

çektığımız yükler ya da fazlalıklar, yaşadığımız korkuların, tıkanıklıkların hayattaki kesişim ve dönüşüm noktalarındaki dirençlerinin vücutta birikmiş halidir. Bunlardan özgürleşmek, zihne güçlü komutlar vermek, suyun hafızasından yararlanmak gibi birçok farklı çalışmayı size aktarmaya niyet ediyorum. Sizlere akmasına, üzerinizdeki yüklerin, fazlalıkların su gibi akmasına, incelemenize, hafiflemenize vesile olmasını niyet ediyorum.

Yaşam yolculuğumuzda “Hayır!” diyememek, “Dur!” diyememek, yeterince sevgi alamamak ya da çok fazla sevgi gösterip karşılığını alamamak; tek başımıza hayatta savaşmak zorunda kalıp hayatın yükünü fazlasıyla üzerimizde taşımak bedenimizde ve ruhumuzda taşımakta zorlanacağımız fazlalıklar yaratır. Yaşamsal mutluluklarımızı karşı tarafa verip karşı taraftan aynı mutluluğu alamadığımızda, yaşama sevincimizi insanların bize vereceği mutluluklarda bulmaya başladığımızda –yani diğer adıyla öz değerimizi, kalp değerimizi hissetmediğimiz zamanlarda– duygusal yüklerin sırtımızda ve bedenimizin belli noktalarında kilolara, ağırlıklara, yeme alışkanlıklarına dönüştüğü gerçeği ile karşı karşıyayız. Eğer zihninizde, defalarca denenmiş fakat sonuç alınamamış veya yarım bırakılmış diyetler, direnç gösteren bedenler ve onlarca başarısız tecrübe varsa, bu yapacağınız kodlamalar zihninize, kalbinize, yüreğinize çok güçlü bir değiştirici ve dönüştürücü güç katacaktır. Kitapta yer alan çalışmalar kararlı olmanız, adım atmanız, günü geçirirken içsesinizi yenip refleks açlık dürtülerinizi bastırıp yeni yaşam amacınız, yeni hayallere ve umutlara doğru yürürken, Allah’ın izniyle size yoldaşlık edip güç katacaktır.

Bireysel seanslarda kişinin yaşanmışlıklarına göre bu detaylara ulaşmak daha kolayken burada bütün olasılıkları elimden geldiğince, dilim döndüğünce detaylı bir şekilde yazmaya çalışacağım. Ruhunuzun, kalbinizin içinde bulunduğu duruma

uygun olan bilinçaltı zayıflama zihin sözcüklerini seçip, o niyetlere riayet etmeniz gerekmektedir. Aynı anda birden fazla niyeti devam ettirmeniz çok daha kıymetli olacak. Seçeceğiniz en az üç ya da dört cümleyi cüzdanınızda taşıyıp, gün içerisinde sürekli tekrar edip zihne kodlar verip bilinçaltınızda bu enerjiyi çoğaltmamız çok önemli. Allah'ın izniyle, akacak hayra şifalarınızın yardımıyla yüklerinizi bırakmanıza, kalbinizi ferahlatmanıza ve o kararlılıkta kalmanıza niyet ediyorum.

Bu çalışmalarını bir görev değil yaşamınızın bir parçasını, hayatınızı güzelleştiren ışığınız olarak görürseniz yolunuz ve yolculuğunuz Allah'ın izniyle çok daha aydınlanacak. Tevekkül ile kalmak, sebat etmek, içinizdeki yüce varlık değerimize ve aynadaki gözlerinize sevgi dolu bakabilmek, niyetlerin hayata geçmesindeki enerjiyi çalıştırmada ve dönüşüm hızında inanılmaz önemli.

Unutmayın ki niyetler güçlü bir zihinle, mutlu bir kalple ve koşul, durum ne olursa olsun şükretmeyi bilen bir yürekle hayata geçer.