

Neuşah

PARA BİLİNCİ



DESTEK YAYINLARI: 2005
KİŞİSEL GELİŞİM: 387

NEVŞAH FİDAN KARAMEHMET / PARA BİLİNCİ

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

İmtiyaz Sahibi: Destek Yapım Prodüksiyon Dış Tic. A.Ş.
Genel Yayın Yönetmeni: Ertürk Akşun
Editör: Zümrüt Bıyıklıoğlu
Son Okuma: Devrim Yalkut
Kapak Tasarımı: Sedat Gösterikli
Sayfa Düzeni: Cansu Poroy

Destek Yayınları: Ekim 2024
Yayıncı Sertifika No. 43196

ISBN 978-625-6209-24-4

© 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



Destek Dukkan

Deniz Ofset – Çetin Koçak
Sertifika No. 77699
Maltepe Mahallesi
Hastane Yolu Sokak No. 1/6
Zeytinburnu / İstanbul
Tel. (0) 212 613 30 06



Neuşah



PARA BİLİNCİ

*Para akışını
hızlandırmanın ve büyük servetler
yaratmanın formülleri*

YAZAR HAKKINDA

Davranış Bilimleri alanında 20 yılı aşkın deneyime sahip olan Nevşah Fidan Karamehmet, işlevsiz düşünme alışkanlıklarını dönüştürme konusunda dünya çapında bir otorite olarak kabul edilmektedir. Davranışsal Sağlık Bilimleri Enstitüsü Başkan Yardımcısı, dünya çapında 40.000'den fazla kişiyi eğiten bir kişisel ustalık okulu olan Nevşah Enstitü'nün kurucu CEO'su, 2000'den fazla nefes koçu yetiştiren ve bir milyondan fazla kişi tarafından kullanılan nefes uygulaması Breath Hub'ın kurucu CEO'sudur.

HSBC, ING Bank, Pfizer ve Vodafone gibi müşterilerin yanı sıra tanınmış ünlüler ve profesyonel sporcularla da çalışarak dünyanın dört bir yanını dolaşan Nevşah, BBC (İngiltere), CNBC (ABD), CNN (ABD) ve FOX TV (ABD) gibi çok sayıda radyo ve TV kanalına röportaj vermiş ve ayrıca TIME Magazine, Forbes, Telegraph ve Thrive Magazine gibi yayınlarda yer almıştır.

Nevşah'ın misyonu, atölye çalışmaları, seminerler, çevrimiçi kurslar ve kişisel koçluk yoluyla insanların ustaca yaşamalarını sağlamak için basit ürünler ve kurslar oluşturmak ve deneyimini geniş kitlelere ulaştırmaktır...

Bugüne kadar Nevşah, 40.000'den fazla insanın daha iyi yaşamasına yardımcı oldu.

Sıradaki sen olmak ister misin?

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ / 7

1. Zengin Olmak mı, Varlıklı Olmak mı? / 11
2. Para Nedir? / 15
3. Değer Birimi Olarak Para / 21
4. Parayla Varlık Değerimizi Eşitleyebilmek / 37
5. Kendi Değerini Bilmede Düşüncenin ve Meditasyonun Gücü / 57
6. Yaşamınızdaki İlk Üç İçsel Değer İçinde Paranın Yeri / 65
7. Kurban Rolünü Oynamak / 105
8. Hayat Amacı: Telos Noktası / 111
9. Servete Açılan Kapı: Şükür ve Şükran / 115
10. Hakiki Servet Nedir? / 121
11. Paraya Spiritüel Bakış / 127
12. Para Bilinci / 137
13. Para Yönetimi / 151
14. Para ve Duygular / 155

15. Adil Ticaret / 163
16. Zengin İnsanlarla Fakir İnsanlar Arasındaki
Düşünce Farkları / 175
17. Önce Birikim Sonra Yatırım / 183
18. Nakit Rezervi / 215
19. Finansal Özgürlük Yolculuğu / 217
20. Finansal Özgürlüğün Kuralları / 265
21. Finansal Planlama / 269
22. Paraya Dengeli Bakış ve Bedeller / 273
23. Güvenilir Olmak / 279
24. Neden Yatırım Yapmak Gerek? / 283
25. Yatırım Piyasalarında Dikkat Edilmesi Gereken
Her Şey / 291
26. Parayı Kaçıran Korkular / 309
27. Para Problemlerinize Beş Çözüm / 315
28. Birikim Yapabilmenin Sırrı / 317
29. Borçsuz Hayat / 323
30. Umutsuzluğa Kapılırsanız... / 333
31. Soru-Cevap Köşesi / 337

ÖNSÖZ

İnsanlar binlerce yıldır mükemmel yaşamın sırrını arıyor, formüle etmeye çalışıyor. Kadim öğretilerden, hikâyelerden günümüze ulaşanların içinde nasıl sağlıklı olunacağını, genç kalmanın sırlarını, bereket ve refahı çağıran sembol ve tılsımları arıyor ve hayatlarına sokuyorlar. Tibet'in gençlik pınarından Fatima'nın eline kadar bir sürü hareket ve sembolü siz de hayatınıza sağlık, bereket ve mutluluk getirmek için kullanmıyor musunuz? Gerçekten de tüm bu kadim bilgeliğin içinde doğru luk payı vardır, ancak gerçek formül çok daha derinde gizlidir. Öyle ki binlerce yıldır bu gizemin peşinde olanlar yollara dökmüş, bu sırrı onlara anlatacak, öğretecek bilgenin arayışına hayatlarını adanmışlardır. Hayatın sırrı bir anlayış, bir inanış ve bilinç seviyesinde saklıdır halbuki, ancak ona ulaşmak ustalık ister. Şimdi size aslında tüm kadim bilgilerin doğru olduğunu, mükemmel hayat yaşamamanın bir sırrı, bir formülü olduğunu ve bu sırra sahip olduğumu söylesem ne dersiniz?

Yaşamınızı sağlıklı, zenginlikle, mutlulukla geçirebilirsiniz. Tüm yaşamınızı değiştirebilir, özendiğiniz, özlediğiniz, istediğiniz yaşam standardına kavuşabilirsiniz. Tek yapmanız gereken mucize formülü öğrenmek ve hayata geçirmek. Binlerce yıldır keşifler bilge ustalardan bu sırrı öğrenebilmek için ömürlerini onlara hizmet etmeye adanmış ama çok azı sırra vâkıf olabilmıştır. Halbuki günümüzde gerçek bir ustadan bu bilgiyi edinebilirsiniz.

Neden bir Usta'ya ihtiyacınız var? Çünkü bilmediğiniz, görmediğiniz, hayal dahi etmediğiniz şeyleri talep etmeyi, hatta gözünüzün önüne getirilse görmeyi bilemezsiniz. Zihniniz sizin hakikatle aranıza giren binlerce çarpık düşünce ve bakış açısının merkezi çünkü. Size dünyanın tüm sırları bile verilse bilinç seviyenizi yükseltmediğiniz sürece göremez, anlayamaz, yapamaz ve olamazsınız. Çünkü bilincinizin sınırları ustaların bölgesine girmeye izin veremeyecek kadar kısıtlıdır. Usta sizin görmediğinizi gören, bilmediğinizi bilen, hayal edemediğiniz bilgileri zihninde işleyecek bilinç seviyesindeki kişidir. Tek başınıza ne okursanız okuyun, ne yaparsanız yapın olduğunuz noktadan bir adım ilerleyemezsiniz. Çünkü bulunduğunuz noktadan sizi ileriye taşıyacak bilgiyi, sahip olduğunuz bilinç seviyesiyle alamazsınız. Önce bilinç seviyenizin değişmesi şarttır ve bu sadece bir Usta sayesinde yapılacak zihin temizliği ile olur. Zihninizdeki çarpık bakış açılarını, otomatiğe bağlanmış yargıları, epizodik anıları temizlemediğiniz sürece hakikatin bilgisine, özünüze ulaşamazsınız. Okuduklarınızı hayata geçiremez, boşu boşuna çırpınır durursunuz. İşte bu sebeple binlerce yıldır hakikati arayanlar önce Usta'larını buldular.

Tüm bakış açım, hayatım 1992 yılında paramparça olmaktan kıl payı kurtulduğum motor kazasından sonra değişti.¹ O zamana kadar başkalarının onay ve yargılarıyla yaşayan, hiç durmayan, sürekli çabalayan, sorgulamayan, havalı ve popüler bir genç kızdım. Öyle havalıydım ki evren beni sadece havadan indirmede, bir çukurun içine savurdu. Tabii ki hiçbir şey tek günde olmuyor, şirketler bir günde batmıyor ya da insanlar bir günde kanser olmuyor. Yaşam tarzım ve zihin seviyemle ben kazmıştım o çukuru. Kendimi derin ve karanlık bir çukurda bulduğum o dönem yaşadığım kazayı travma diye etiketleyip ileriki hayatımda

1. Nevşah Fidan Karamehmet TEDx Konuşması
<https://www.youtube.com/watch?v=5wkBAqEDpog>

karşılaştığım her şeyden sorumlu tutmam bir seçenektir. Ancak ben bunu yapmadım, sorgulamayı seçtim, araştırmayı seçtim. Geçmişimin kurbanı değil kaderimin ve geleceğimin efendisi olmayı seçtim ve bugün bunu ben yaptıysam hepimiz yapabilirsiniz demek için bu kitabı yazıyor, eğitimler veriyorum. Bugün amacım ustaca yaşanan bir yaşamın anlamsız çabayla değil anlamlı eylemlerle olacağını herkese hatırlatmak ve anlatmaktır. Çünkü gerçek usta, çaba göstermeden duygularının efendisi, paranın hâkimi ve hayatının lideri olabilir.

Ben Nevşah Karamehmet, ömrümün yirmi yıldan fazlasını bir sırrın keşfine ve formülünü bulmaya adanmışım. Önce kendi hayatımda ardından öğrencilerimin hayatında bu formülü uyguladım ve inanılmaz sonuçlar elde ettim. Doğru ve tam uygulandığında hiç şaşmadan herkeste işe yarayan bu formülü yıllardır insanlıkla paylaşıyorum. Şimdi size bu kitapla, yılların tecrübe ve bilgisiyle edindiğim bu formülü uygulayacak farkındalığı kazandırmak istiyorum. Farkındalık her şeyin başıdır. Farkında olduğunuzda bilinç seviyeniz yükselmeye başlar. Elinizdeki kitap yaşamınızdaki para sorunlarınızı çözüme yardımcı ve öncülük edecek bir anahtardır. Varlıklı olmanın sırrını, bereketin, para akışının formülünü size anlatacağıdır. Ancak bilmek, olmanın sadece ilk adımıdır. Bu kitap farkındalığınıza artırarak sizi bir yolculuğa çıkaracaktır. Ancak tüm kadim bilgeliklerde olduğu gibi kendinize yapılan hiçbir yolculuk yalnız olmaz. Sizi, kendi derin karanlığınızdan koruyacak, aydınlığınıza kavuşturacak bir ustaya her zaman ihtiyacınız olacak. Kitapta bakış açınızı değiştirecek bilgiler ve onlarca egzersiz mevcut ancak derin temizlik çalışmaları, meditasyon ve nefes teknikleri her zaman bizim ustalarımızın eşliğinde olmalıdır. Ben ve tüm öğrencilerim yolculuğunuzda sizinle birlikte olup yol göstermekten, sizi Nevşah Enstitü'de aramızda görmekten mutluluk duyacağız.

Şimdi hayatınızı değiştirmeye hazırsanız işe yaşamınıza parayı ve serveti nasıl katacağınızı, yaşam standardınızı ve bilincinizi nasıl yükselteceğinizi anlatarak başlayalım.

Zaman önce değişim sonra dönüşüm zamanıdır.

Haydi, işbaşına!

1. Zengin Olmak mı, Varlıklı Olmak mı?

*“Eğer ihtiyacınız olmayan
şeyleri satın alırsanız, pek
yakında ihtiyacınız olan
şeyleri satmak durumunda
kalırsınız.”*

– Warren Buffett

Bu kitapta zenginliklerden bahsedeceğim ama zengin olmayı kastetmeyeceğim. Zenginliklerin gelmesiyle varlıklı olmayı anlatacağım. Varlıklı kişi zenginliğe sahip olan mıdır yoksa onu varlığa dönüştürebilen kişi midir? Zengin olmakla varlıklı olmak arasında ne fark var?

Zengin olmak maddi bir durumdur ve tüketim odaklıdır. Yani zengin kişi maddi durumunu topluma göstermekten çekinmediği gibi etiket gibi üzerine yapıştırır. Pahalı arabalara biner, marka kıyafet ve aksesuarlar alır, harcama yapmayı sever. Zengin olduğunu tüketim düşkünlüğü ile beyan eder. Halbuki varlıklı olmak bir zihin durumudur. Varlıklı insanlar tüketmekten ziyade üretmek üzerine düşünür ve çalışırlar. Dünyadaki varlıklı ailelere baktığınızda nesiller boyunca artarak gelen bir servet görürsünüz. Buna İngilizcede “Old Money” derler, yani

aileden kalan, geçmişe dayanan servet. Halbuki zengin insanların maddi durumu “New Money” yani kısa süre önce elde edilmiştir. Zaten zihin durumları da varlıklı insanlarınkine benzediği için sahiplikleri çok da uzun sürmeyecek ve tüketerek kaybedeceklerdir.

“Varlık hayat tecrübesidir.”

– Henry David Thoreau

Ben hayatımda iki türlü insanla da karşılaştım. Karamehmet Ailesi gibi köklü ve varlıklı bir ailenin gelini olmam, Koç Ailesi ile yakın ilişkiler içinde olmam vesilesi ile varlıklı insanların kafa yapısını yakından deneyimleme şansım oldu. Yine ilişkide olduğum zengin insanların da zihin durumunu anlama şansım oldu. İnsan ilişkileri uzmanı olarak hem zengin hem de varlıklı ailelerin zihin yapısı arasındaki farkı da tecrübe etmiş oldum.

Öncelikle; zengin aileler rahatça ve hesapsızca para harcayabilirken, hava atmak ya da zenginliğini göstermek için markalara boğulurken, varlıklı aileler çok zor para harcarlar. Onların elinden para almak çok zordur. Çünkü kafa yapıları parayı elde tutmaya yöneliktir. Hatta başka insanlar tarafından cimri olarak tanımlanırlar. Zengin insanlar ise keyif için para harcayabilir, zevk peşinde koşabilirler çünkü ego bilinci seviyesinde bu davranışlar normaldir. Varlıklı insanlar keyif için harcama yapmazlar, bu konuda Vehbi Koç’un çok hoş bir hikâyesi var. Vehbi Koç uçakla seyahatlerinde hep ekonomi sınıfında uçmayı tercih eder. Bir gün neden birinci sınıfta uçmadığını merak ederek sorarlar. Çok basit bir yanıt verir Koç: “Niye? Aynı yere uçmuyorlar mı?” İşte bu varlıklı insanların zihin yapısıdır. Pratik ve

pragmatiktirler. Lükse para harcamak yerine yatırım yapmayı tercih ederler. Onlar için Rolex saat kullanmanın önemi yoktur, o parayı bir şirkete yatırıp belli bir sürenin sonunda anaparanın ona katlanmasını görmekten keyif alırlar. İşte bu kafa yapısı da parayı miknatis gibi çeker. Zenginler gibi on bin doları bir çantaya yatırmayıp hisse senedi alırlar, o parayı çoğaltırlar. Zenginler azaltırken onlar çoğaltırlar.

*“Bir cimri, fakir görünerek
zenginleşir. Savurgan biri ise
zengin görünerek fakirleşir.”*

– William Shenstone

Ben para yönetimini bilmeyen, zengin olup varlıklı olamayan bir babanın kızıyım. Çocukluğum bu farkı gözlemlemekle geçti diyebilirim çünkü babam zengin yaşamayı tercih ederken amcam varlıklı biri olmayı seçti. Aralarındaki fark tamamen zihin farkıydı. Babam kolayca para harcar, zengin yaşamayı severdi, amcam ise parayı tutar, yatırım yapardı. O zamanki aklımla amcamın fakir, bizim ise daha çok paraya sahip olduğumuzu düşünürdüm. Zaman geçtikçe farkın para miktarı olmadığını anladım. Babam hayatı boyunca parayı elinde tutamadı, şirketi battı ve hep para sorunları yaşadı. Halbuki amcam parasından para kazanmayı kafasına koyduğu için bizim gibi gezmedi, seyahatlere gitmedi, alışveriş yapmadı ve şimdi babamdan çok daha varlıklı. Babam zengin hayatı yaşarken amcam ilerde para getirecek işlere, gayrimenkullere para yatırdı. Şu anda hem varlıklı hem de tanınan bir iş insanı.

Çok küçük yaşta bu farkı deneyimlemem ve ileriki yaşlarda farklı zihin yapılarını tanımamla para ile olan ilişkimin seyri değişti. Bu kitapla sizin de para yönetimi, yatırım, para bilinci gibi konularda zihninizi açacak, tüm hayatınızı değiştirecek devrim niteliğinde bir farkındalık yaratmak istiyorum. Eğitimlerime² katılarak hayatınızda gerçek dönüşümü sağlayabilirsiniz.

2. Ücretsiz dönüştürücü koçluk seansı için <https://www.nevsah.com/mukemmel-yasam-kurgusu>

2. Para Nedir?

*“Para güçtür, özgürlüktür,
bir huzur kaynağıdır;
para, düşüncelerinizi
duyurmanın yoludur.”*

– Jean Paul Getty

Öncelikle konuşacağımız kavramların tanımlarını yapalım ki aynı şeyden bahsediyor olalım. Parayı bir kâğıt parçası ya da hayatta kalma aracı olarak görmeyi bırakmakla başlayalım işe. Para, *Money The Unauthorised Biography* kitabının yazarı ünlü ekonomist Felix Martin’in dediği gibi “aynı dil gibi toplumu organize eden, düzenleyen, sıralayan önemli bir ekonomik sistem”dir. Kişisel yönetim teknolojisidir. Bir insanın kendisini ve yaşamını yönetebilme ölçüsü birimidir. Net bir birim, net bir göstergedir.

Para bir yönetim ölçüsü birimidir dedik. Buradan kasıt kişinin kendini yönetebilme yetisini ölçmektir. Çünkü kendini yönetemeyen kişiler parayı da yönetemezler. Böylelikle para kimin, hangi bilinçte olduğunu görebileceğimiz en gerçekçi göstergedir.

Paranın gerçeği şudur; her zaman kendini yönetemeyen kişilerden, yönetebilen kişilere akar. Para; yönetici bilincin kendini ifade etme şeklidir. Ne kadar zeki ne kadar öngörü sahibi olduğunuz, zekânızın büyüklüğü ve geleceğe yansıtma gücü birim olarak para ile ölçülebilir. Para; zekâ ve zihinsel kapasitenizin rakamlara dökülmüş halidir.

Ünlü ekonomist Alfred Marshall paranın motivasyon ölçüsü olduğunu söyler ve çok da haklıdır. Para madde dünyasının ruhu, aynasıdır. Ne kadar aydın olduğumuz, dünyaya ne kadar ışık taşıyabildiğimiz birikimlerimizle ilgilidir. Işığı bol olanın birikimi de boldur. Amacıyla hizada olanın mutlaka parası vardır. Para sadece bir deste kâğıt değildir; tecrübeler, bilgi, deneyimler, bilgelik seviyeniz, sahip olduğunuz her şey yani birikiminizdir. Bunların hepsi nakde çevrilebilir. Birikim insanlığa ne kattığınızla, ne kadar çok insana faydalı olduğunuzla, kaç kişiye ışık tutabildiğiniz, yardım edebildiğinizle ilgilidir. Para bunun ölçüsü, yansımasıdır. Para, büyük bir ilhamla yaşayan, insanlığa büyük hizmetler götüren ve hizmette olan, yaşamından mutlu, tatmin olmuş kişileri takip eder. Para bir ilham ve öz değer ölçüsüdür.

Kural 1

Para bir değer ölçü birimidir, sahip olduğunuz her şeyin değerinin birimidir.

Para yönetimi kişisel yönetimin bir yansımasıdır. Çünkü para aslında fiziksel bir varlığa sahip değildir, sosyal bir teknolojidir, bir değer birimidir. Niyetlerinizin, bilincinizin, bilinç seviyenizin göstergesidir. En geniş anlamıyla para; pratik uygulamalar ve fikirlerden oluşan, ürettiğimizi, harcadığımızı ve