

METİN HARA

AŞKIN İSTİLASI



DESTEK YAYINLARI: 718

KİŞİSEL GELİŞİM: 156

METİN HARA / “AŞKIN İSTİLASI” DEM

Yayın Hazırlayan: Özlem Esmergül

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

Editör: Özlem Esmergül

Son Okuma: Devrim Yalkut

Kapak Tasarım: İlknur Mustu

Sayfa Düzeni: Cansu Poroy

Sosyal Medya-Grafik: Tuğçe Budak - Mesud Topal

Destek Yayınları: Ekim 2016 (60.000 Adet)

61.-62. Baskı: Mart 2018

63. Baskı: Temmuz 2018

64. Baskı: Eylül 2018

65. Baskı: Ekim 2018

66. Baskı: Ocak 2019

67. Baskı: Haziran 2019

68. Baskı: Aralık 2019

69. Baskı: Eylül 2020

Yayıncı Sertifika No. 13226

ISBN 978-605-311-164-1

© Destek Yayınları

Abdi İpekçi Caddesi No. 31/5 Nişantaşı/İstanbul

Tel. (0) 212 252 22 42 – Faks: (0) 212 252 22 43

www.destekyayinlari.com – info@destekyayinlari.com

facebook.com/DestekYayinevi

twitter.com/destekyayinlari

instagram.com/destekyayinlari



Deniz Ofset – Nazlı Koçak

Sertifika No. 40200

Maltepe Mahallesi

Hastane Yolu Sokak No. 1/6

Zeytinburnu / İstanbul



METİN HARA

AŞKIN İSTİLASI



KAPAT GÖZLERİNİ, KARANLIĞI DIŞARIYA HAPSET.
GÖZLERİNE "SIR"LANMIŞ OLAN KALBİNE FISILDANACAK...

YOL'un yazarından

İç Ben'le Tanışma®



İÇİNDEKİLER

Dem.....	14
Ruhparçam.....	15
Metin Hara.....	19
“Aşkın İstilas”ı” Devam Ediyor... ..	27

ADIM I: KOZADAN ÇIKIŞ

Öğrenilmiş Kalıplar Hapishanesi.....	39
<i>Patern (Kalıp) Nedir?</i>	39
Yaşadığın Hayatın Ne Kadarı Sana Ait Sanıyorsun?.....	55
Alışılmış Olan Her Şey Kimliği Yaratır	62
<i>Zihinsel Prova</i>	62
<i>Nöronlar Nedir, Nasıl İşler?</i>	63
<i>Düşünce-Nöron Bağlantısı,</i> <i>Bağımlılık ve Hayata Etkileri</i>	64
İçindeki Küçük Ustayı Aşka Ayaklandır	71
Çocukça Aktivite Tüyoları.....	74
Zihnin Tutsaklığından Sıyrılmak	95
Göz ile Gönül Arasındaki Bağ.....	97

Geçmiş “Şimdi” Olduğunda.....	100
Bir Kıvılcım Ol	109
Paternleriyle İlgili Üç Bilinç Seviyesi	112
Her Dönüşüm Cesaret İster	119

ADIM II: İLERİ SEVİYE ŞİFA TEKNİKLERİ

Hücrel Hafıza	126
Beden Hafızası.....	133
Sözler Yerini His’lere Bıraktığında	
Bambaşka Bir Hakikat Deneyimi Başlar.....	135
<i>Hücrel Kodlama.....</i>	<i>135</i>

ADIM III: BİR KÂİNAT DOLUSU AŞK

Bedensel Sınırlar Eriyor	146
Kalpten Kalbe	
<i>Kalpten kalbe meditasyonu nasıl yapılır?</i>	<i>152</i>
Kalpten Kalbe Meditasyonunun Önemi.....	154

ADIM IV: İLERİ SEVİYE ŞİFA ÇALIŞMASI

Başkasının Yarasını Sararken	
Kendi Yararı İyileştirirsin	162
İleri Seviye Şifa Uygulaması Nasıl Yapılır?.....	164

Terapi Yaparken Dikkat Edilmesi Gereken Unsurlar	167
İleri Seviye Şifa Uygulamasının Genel Kuralları	171
Hiç Tanımadığın Bir Dostun Olmalı Şu Hayatta	187
Gülümsemek Devrimdir, Paylaşmaksa Cennet.....	202
Hücre Düzeyinde Parıltı: Biofoton Işıma	
<i>Biofoton Çalışmalarının Tarihi</i>	207
<i>Biofoton Nedir?</i>	207
Spiritüel Yolun Tuzakları	211
Spiritüel Yolda İnsan Kandırma Yöntemleri.....	215
Spiritüel Yolda Dikkat Etmen Gereken Konular.....	225
Algıda Kopmanın Evreleri	227

ADIM V: SOYLU SESSİZLİK

Olayla Olay Olma	244
Lüzumsuz Ses, Sessizlikteki Hakikati Gölgeler	253
Meditasyon İçindeki Barışı Bulma Sanatıdır	
<i>Maharishi Etkisi</i>	257

ADIM VI: AN'I YAŞAMAK

Sonsuz Olan: An.....	264
<i>An'ın Ustası Olmak</i>	266
Yetişmeye Çalıştığın Her Şeye Gecikirsin	278

ADIM VII: ENERJİ VAMPİRLİĞİ

Görünmez Savaşlar	290
<i>Drama'ya Davet</i>	295
Enerji Hırsızlığı	
<i>Sonsuz Kaynağı Keşfetmek</i>	303
Ruhsal Bilinç Evreleri	307
“Ben sonsuzluğun sonlu ifadesiyim...”	313

ADIM VIII: GELECEĞİ TEZAHÜR ETME

Her Kalbin Kendine Çektiği Bir Gelecek Vardır	324
Düşler Kalbe Gömüldüğünde	
Yarının Gerçekleri Olurlar	332
Hakikat Olan Tek Bir Dua Vardır: Şükür	343
Dua Varoluşu Dışarıda Aramaktır, Şükürse İçeride	346
“Ve de öyledir...”	351
Otohipnoz	
<i>Hayal Kurmak, Gerçeği Şekillendirme Sanatıdır</i>	355
<i>Zihinsel Çapa</i>	371
Sağ Beyni Harekete Geçir	381

ADIM IX: DOĞAYLA İLETİŞİM

Duyuların Ötesinde Sınırsızlığın İçinde	394
3. Göz Aktivasyonu	396

Duru Görü (6. His)	402
Bitkilerle ve Hayvanlarla İletişim.....	408
Bitkilerde Ana Algı	412
Dolanıklık	417

ADIM X: TELEPATİ

Gelecek Henüz Yaratılmadı	432
Kalp Tınısı.....	437
<i>Anahtar Kelime: Dinginlik</i>	439
<i>Zihin Okuma</i>	437
<i>Kalp Sezgisi</i>	441
Geri Görüş Önyargısı (Hindsight Bias)	447
Emek ve Adanmışlık.....	452

ADIM XI: MASAL

Kamyonet.....	464
Bir Masal Bir Hakikati Yenebilecek Güce Sahiptir.....	466
“Dem” Selamı.....	476
Kalfa Selamı	480

*Bu Kitap
Yarının Çocuklarına İthafen
Bugünün Yetişkinleri İçin Yazılmıştır.*

Musmutlu çocuklar yaşarmış evrenin ücra bir köşesinde
Bir vakit gelmiş, güneş uykuya dalmış sessizce
Öyle bir karanlık çökmüş ki çocuk parkına
Sessizlik kahkahaları yutmuş, gözlerdeki parıltıyı korkutmuş
Çocukların kalplerindeki bütün masallar sökülüp alınmış
Bir çocuk korkuyla gözlerini kapatmış sıkıca
Yanağından süzülen yaşlara inat
Bir masal mırıldanmaya başlamış ufacık gönlüne
Adını “Aşkın İstilas” koymuş
Bu masalda anlatılan koşulsuz sevgiyi, umudu ve yeniden doğuşu
Bir masal kahramanı anlatıyormuş aslında bu küçük çocuğa
Masalın tamamı hayal bile olsa, kahramanı gerçekmiş
Ne kadar yıkılsa da vazgeçmeyip yol’a düşen
Trafik kazasında paramparça olan bedenine rağmen dirilen
“Asla yürüyemez!” dedikleri halde koltuk değnekleriyle ayağa kalkan
Her daim kalbindeki sonsuz sevgiyi paylaşan
Tanıdığım tek gerçek masal kahramanına...

Sana söz veriyorum baba!
Bambaşka bir masal anlatılacak
Senin dışındaki kahramanları da gerçek olan...

Oğlun Metin...

DEM...

Soluk, Çağ, Vakit, Kan, Olgunlaşma, Kivama gelme, Muhabbet, Hoşça geçirilen zaman, Kırmızı, Gönül hoşluğu, Keyif, Bülbülün uzun süreli güzel ezgiler çıkarması, Gönül evi, Ateş, Har, Aşk, An, Toplanma, Kendinden geçme, Arif olma, Sırra erme, Meşk olma, Kadın

“Dem, okuru yazarın kalbinde eritmek için yazıldı...”

RUHPARÇAM...

*Tekrar hoş geldin
Yol seni bana getirdi
Sana bir müjdem var:
Şimdi “dem” zamanı...*

“Dem” süresince kendi benliğine doğru bir yol alacaksın ruhparçam. Bu kitaptaki üslup, uygulamalar ve hikâyeler şimdiye dek okumaya alıştığın türde olmayabilir. Toplumun, eğitim sisteminin ve modern dünyanın yaşam tarzının dışadönük yapısı “dem”in öğretisinin içrek yapısıyla oldukça zıt bir doğaya sahip. Toplum bize değerlere sahip olmayı öğütlerken, bu kitap sana değerini kendisi olduğunu fısıldayacak...

Lütfen ruhparçam
Yargılama artık kendini...

“Yol” kitabına kıyasla “Dem” çok daha derin bir yapıda kalemle alındı. Bu nedenle “Yol”u sadece okumuş olanlar onun daha zengin bir kitap olduğu yanılışına düşecektir. Ama yola düşenlerdensen idrak kapın aralandığında “Dem”in yaşamını daha derinden sarsacağına söz veririm.

“Dem”deki birçok öğreti öğrenilmişliklerin, sıfatların, kültürlerin, politik duruşların, inanç sistemlerinin ötesinde bir yol sunuyor. Bu nedenle din, dil, ırk fark etmeksizin her ruhun evrensel bir bilinçte birleşebileceğini, farklılıklarımızın savaştan

ziyade sonsuz bir uyum yaratabileceğini düşünüyorum. Lütfen başka ruhların seçimlerini ve yolculuklarını yargılama yanılığına düşme. Sadece kabul göster. Çünkü bu yol senin yolun... Bırak hakikat kendi kalbinde demlensin.

*“En uzun yol zihinden gönlüne doğru olan yolculuktur.
En büyük adım ise aşkla dolu bir kalp atımı...”*

Kendi içine doğru bir yola düştüğünde varman gereken noktanın hem çok yakın hem de çok uzak olduğunu hissedebilirsin. Hatta bazen vazgeçme noktasına bile gelebilirsin. “Ben umutsuz bir vakayım” da diyebilirsin. Bu durumda seninle asla aynı fikirde olmayacağım ruhparçam. Senden asla vazgeçmeyeceğim. Sen uyurken rüyalarına misafir olacağım, uyanık olduğunda işaretler yerleştireceğim yaşamına. Lütfen kalbinin çağrısına kulak ver. Ne olursa olsun kendinden vazgeçme. Adımlarını küçümseme.

Unutma ruhparçam:

Biz adım sayanlardan değil yol’a âşık olup saymayı unutanlardanız.

Okuduğumuz ya da izlediğimiz hiçbir eser, bir öğretiyi aktardığı halde yüzde yüzlük haliyle kafamıza uymak zorunda değildir. Bana göre uymamalıdır da... İçerisinden alabileceklerimizi alıp gerisini yargısızca bırakmanın bize daha fazla hizmet edeceğini düşünüyorum. Ama kalbini açarsan eğer bütün farklılıkların bir anda eridiğini, yazılanların, hissedilenlerin seninle bire bir aynı olduğunu göreceksin.

*“Kalbinin çağrısını duydum ve seni arama yolculuğuna çıktım.
Artık kavuştuk ruhparçam.*

Ortak bir hayaldeki eşsiz ezgilerin eseriyiz biz...”

Bir üstat Gandhi hakkında konuşurken “Gandi çok değerli bir ruhtu. Ama ne yazık ki bir Gandhi daha yetiştirmedim” demiştir. Aslında bu söze katılmıyorum. Bana göre Gandhi’nin mesajı milyonlarca insanın uyanışını sağlamış bir harekettir. Her anlamda en fazla ilham aldığım ruhlardan biridir. Buna rağmen bu sözü söyleyen üstadın vermek istediği mesaja odaklanmanın da değerli olduğunu düşünüyorum. Bizlerin artık sadece değerli “lider”lere değil, değerli “toplum”lara ihtiyacımız olduğu çok açık. Artık liderlerin yol gösterdiği devrimlerin çağı sona erdi. Gerçek bir lider, takipçilerine aslında kendilerinin birer lider olduğunu anımsatandır.

*“Artık savaş kahramanlarının devri kapanıyor.
Yepyeni bir kahramanlık, insanlığın kalbine üfleniyor.
Aşk kahramanları’nın devri başlıyor...”*

Bu nedenle aşkın istilasını bir lidere değil “bir” yaşam bilincine ihtiyaç duyar. Bu istila bir fikrin ya da bir doğrunun değil bir bilincin devrimidir. Bu nedenle silahla tüfekle değil, şiirle aşkla gerçekleşecektir. Ve bilinç kafatasına hapsedilemeyecek kadar engindir. Onu ancak göğüs kafesinde özgür bırakabilirsin.

Bugüne kadar birçok öğretinin elçisi sana “Anahtar bende” demiştir. Buna katılmıyorum. Ben sana anahtarı veren kişi değilim. Ama sana daha değerli bir hazine vaat ediyorum:

Kendini!

Çünkü anahtar da sensin kapı da...

*“İnsanlar uyurken masal dinlerler
Ruhlarsa uyanırken...”*

Sesime bir ol ruhparçam.
Bir mum yak kalbine
Karanlıkta kalmış ruhlara anlatacağımız bir masal var.

“En gerçek düşte yürüyeceğiz birlikte...”

Hazır mısın?

METİN HARA

Dünyanın dört bir yanında aldığı eğitimlerle birçok enerji tekniğinin bilgisini modern tıp bilgisiyle sentezleyerek etkin bir tedavi ekolü benimseyen Metin Hara, sevginin ve düşünce gücünün neler yapabileceğini bilimsel ve uygulamalı olarak insanlara gösterebilmeyi kendine amaç edinmiştir.

Metin Hara, 14 Haziran 1982 tarihinde İstanbul'da dünyaya gelmiştir. İlköğrenimini 50. Yıl Cumhuriyet İlköğretim Okulu'nda tamamladıktan sonra, orta ve lise öğrenimi için Üsküdar Amerikan Koleji'ne gitmiştir.

12 yaşında kendi içsel yolculuğuna başlayan Metin Hara, bu süre boyunca birçok farklı öğretide eğitimler almış, ezoterik anlamda kendini geliştirmiştir. 2000 yılında babasının geçirdiği ağır bir trafik kazasında babasını bir yıl sonra tekrar ayağa kaldıran fizyoterapistlerden etkilenip İstanbul Üniversitesi Çapa Tıp Fakültesi Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Bölümü'ne girmiştir. Üniversite hayatı boyunca geçimini sağlamak için reklam oyunculuğuna başlamış, birçok ulusal ve global markanın Türkiye ve yurtdışındaki tanıtım mecralarında yer almıştır.

2000 yılından itibaren gerek ağır hastalıkları olan insanlara gerek modern yaşamın yarattığı stres sebebiyle yorulmuş yaşamlarında güzel dönüşümler hedefleyen insanlara seminerler ve bireysel seanslar yaparak yardımcı olmaya çalışmıştır. 2007 yılında *Dinle Neyden* adlı filmin başrol oyuncularından biri olarak 2008'de Uluslararası Ankara Film Festivali'nde "En İyi Genç Yetenek" ödülüne layık görülmüştür.