Giriş

Joe Vitale, *Çekim Yasası Sırrı*'nda bize istediğimiz hayatı çekmek için bize yol gösterecek *"beş adım formülü"*nü paylaşmıştır. Yazar kimi zaman onu sefalet, mutsuzluk, hayal kırıklığı ve kimi zaman bolluk, hoşnutluk ve eşsiz başarıya götüren deneme yanılma yöntemlerinden yaptığı çıkarımlarla hayatın formülünü bulduğunu belirtmiştir. Bu; kolay bir şekilde stressiz, gerilimsiz ve mücadelesiz bir yaşam sürmenin yollarını anlamanızı sağlayacaktır. Bu formüller, temelinde evrene karşı kürek çekmek yerine onunla birlikte akıp gitmenin önemini göstermektedir.

Manyetik çekim noktasını her zaman istediklerine odaklayan ve bu adımları takip eden kişinin hata yapması veya yanlış yöne gitmesi söz konusu değildir. Hem hayata uzanan kayalık bir yol hem de yürüyen bir merdiven var. Çekim Yasası insanlığa hayattaki yürüyen merdiveni kullanmanın yolunu öğretmektedir. Sonrasında önemli olan sizin hangisini tercih edeceğinizdir. Eğer istediğiniz şeyleri kolaylıkla hayatınıza çekmeye niyetliyseniz Joe Vitale'nin hayatınızı sonsuza dek değiştirecek öz keşif yolculuğunda size yol göstermesine izin verin.

Çekim Yasasına Hoş Geldiniz

Çekim Yasası, içsel varlık durumunun dışsal sonuçları nasıl çektiğini öğreten spiritüel bir formüldür. Bu yasa aynı zamanda istediğiniz her şeyi elde etmeniz ve istediğiniz gibi olmanız için bunun nasıl kullanılacağını ortaya koymaktadır. Neyi istediğimizi bilmek için öncelikle neyi başımızdan savdığımızı ve inançlarımızı kontrol etmemiz gerekir. Bütün dünya onlara uyumsuz olduğunda insanları ve fikirleri başımızdan savmaya ve kendimizi haklı görmeye meyilliyiz. Bunu haklılık hissinin altında ise bir boşluk vardır. Çünkü bir şeyleri başımızdan savarak aslında işimize yarayabilecek olanlara da gözlerimizi kapatırız. Bu kendi gelişimimizi sekteye uğratır.

Okuduğunuz kitabın başkası tarafından sevilmesi önemli değil. Sizin için işe yarayan bir şifa yönteminin başkalarında işe yaraması da önemli değil. Burada önemli olan tek şey bizim deneyimimiz ve mutluluğumuzdur. Gerçekte de hiçbir yöntem herkeste işe yaramaz ve hepsinin içimizden gelmesi gerekir. Öte yandan baştan savmak ise bir savunma mekanizmasıdır ve mümkün olanı saptırır. Şimdi bir düşünün: Mümkün olanı reddedip haklı olmaktansa neyi kabul edip geliştirebilirsiniz?

Dr. Richard Gillet *“Change Your Mind, Change Your World”* isimli kitabında şöyle der: “Hoşnutsuzluk, şaşırtıcı bir şekilde gizli bir inanç sisteminin en güvenilir göstergesidir. Gizlenmiş inançların kendilerini gösterdikleri tek yol büyük çoğunlukla duygusal yargı veya hoşnutsuzluk anlarıdır.” Tanınan tüm başarılı insanlar, hayatlarının bir döneminde hoşnut olmadıkları şeylere bakabilme cesareti göstermiş kişilerdir. Burada önemli olan baştan savmak ya da hoşnut kalmamak değil, hazmetmektir. Kimi zaman hayatta yapmak istediklerimizi başımızdan savarak kendi kendimizi sabote ederiz. Gelişmek için açık olmalısınız. Hayatınızdaki tek otorite sizsiniz. Gardınızı indirerek hayatın içeri girmesine izin verdiğinizde çekim yasasını anlamanın temelini atmış olacaksınız.

Daha Farklı Olabilir

Her şey hayatın daha farklı olabileceğini bilmekle başlar. Hayatınızda ne olduğu veya ne olacağını düşündüğünüz önemli değil, daha farklı olabilir. İlerliyormuş gibi göründüğünüz yön değişebilir, hiçbir şey kesin değildir. Hayatı bir plastiğe benzetebiliriz. İstediğiniz şekle girmesi için onu eritmeniz gerekir. Zihindeki her düşünce, enerji ve odaklanma aracılığı ile gerçeğinizi oluşturmaya meyillidir. Sonuçları gözlemlemek zihnin sürekli dağılan odağından dolayı zaman alabilse de düşüncelerinizi kendinize çekersiniz. Zihnin sürekli değişen yapısı ve kararsızlığınız, hayatınıza çekmek istediğiniz şeyle aranızdaki en büyük engeldir. Kafa karışıklığı karmaşık sinyaller gönderir ve sonunda istediğinizi alamadığınız için yakınırken bulursunuz kendinizi. Ama bu şekilde olmak zorunda değilsiniz.

Hayatımız taleplerimize göre kendini değiştiren bir yapıdır ve işlev görürken uyacağı bir modele ihtiyaç duyar. Bir tepsi hamur, ekmek olmak için de bisküvi olmak için de aynı oranda heveslidir. Ne talep ettiğimiz evren için fark etmez. Bu, beş adım formülünün en önemli noktalarından biridir. Hayatın daha farklı olabileceğini ve isteklerimiz doğrultusunda bizi etkileyeceğini bilmek. İşte Çekim Yasası budur.

Her İstediğinizi Hayatınıza Çekmenin Kısa Yolu

İsteklerinizi hayatınıza çekmek için beş adımlık formülden bile daha önemli bir şey vardır. İşte yazarın hayatı istediğiniz şekilde yaratmanın kısayolu adını verdiği sır: Şimdi mutlu olun!

Sır budur. Hemen şimdi ve burada mutlu olabilirseniz istediğiniz her şeyi elde edersiniz. Neden mi? Çünkü istediğimiz ve arzu duyduğumuz her şeyde altta yatan derinlerdeki mutlu olma arzumuzdur. Farkında olsak da olmasak da yaptığımız her şeyi aslında mutlu olmak için yaparız. Şu anda mutlu olmayı seçtiğimizde ise çekim yasasını sahneye çıkarırız. Toplumdaki genel kanı dış koşulların hislerimize hükmettiğidir. Ancak dışarıyı yaratan aslında bizim içimizdir. Kabul etmesi zor olsa da hayatta yaşadığımız her şeyin sorumlusu bizleriz. Bu nasıl mümkün olabilir? Dahil olduğum araba kazasından ben mi sorumluyum? dediğinizi duyar gibiyim.

Joseph Murphy hayatın, kişinin içsel görüntülerinin dışsal gerçekliğe yansıması olduğunu söyler. Bu içsel görüntüler kimi zaman bilinçli kimi zaman bilinçsiz oluşur. Örneğin, sürekli haber izleyen ve kendi zihnini gündemin tüm olumsuzluklarıyla dolduran kişi, fark etmeden zihnine o olumsuz fikirleri eker. Bunlar zihni aslında yaşamayı asla tercih etmeyeceği şeyleri hayatına çekmek üzere programlamaktadır. Hayatta başımıza gelen her şey kendi içimizde beslediğimiz inançların dışa yansımasıdır. Çekim Yasası adı verilen şey tam olarak budur. İçsel gücümüzün farkına varıp yaşadığımız tecrübelerin kaynağının bizler olduğumuzu anladığımıza göre, bu yasanın beş adımlık formülüne başlayabiliriz.

Birinci Adım: Başlangıç Noktası

Herhangi bir bara gittiğinizi hayal edin. Ne duyarsınız? Dedikodu… Şikayetler… Acılar… Ya büyük bir şirketin yemekhanesine gitseniz ne duyarsınız? Dedikodu… Şikayetler… Acılar… İnsanlığın büyük bir çoğunluğu bilincin bu olumsuz yüzeyine saplanıp kalmış durumdadır. Bu düşük enerji düzeyidir ve insanların bir döngü halinde yerinde saymasına neden olur. Şikayetleri ve acıları paylaşmamızın en temel sebebi, bunları paylaştığımızda kendimizi yalnız hissetmemektir. Şikayet ederek bir çeşit onay alıyoruz. Sıkıntılarımızın hafiflediğini hissediyoruz. Fakat burada Çekim Yasası'nı olumsuz yönde çalıştırdığımızı hatırlamakta fayda var. Yaşamın ruhu, biz neye odaklanırsak onu verecektir. Olumsuzluklar için enerji harcayarak daha çok olumsuzluğu hayatınıza çekecektir. Dışarıdaki olumsuzluklardan sıyrılıp enerjiye dayalı çekim dünyasına yükselmenin en iyi yolu kendinize dünyanın genellikle şikayet düzeyinde olduğunu hatırlatmaktır. Birinci adım için öncelikle bu düzeyden yükselmeyi istemelisiniz. Bulunduğunuz düzeyden daha fazlasını istiyorsanız şunları bilmelisiniz:

- Aynı arkadaş çevreleri ve aynı ortamlar sizi düzeyinizde sabit tutar. Bir seviye atlamak için daha geniş, daha güçlü ve daha zengin bağlantılar bulmaya çalışmalısınız.

- Seviye atlamak, kalıpların dışında düşünebilmekten daha öte bir şeydir. Çok yaratıcı olup aynı seviyede kalabilirsiniz. Çevrenizdeki insanları değiştirmek odağınızı değiştirmek demektir. Odak noktanızın ne olmasını istiyorsanız ona benzer odak noktaları olan insanları hayatınıza almalısınız.

- Eksiğe odaklanırsanız eksiklikle karşı karıya kalırsınız. Sırt ağrılarınıza odaklanırsanız, sırtınız ağrır. Düşüncelerinizin ve muhabbetinizin nerelerde döndüğünü bilinçli bir şekilde seçmek sizi sıradaki adıma hazırlayacak başlangıç noktasıdır.

İkinci Adım: Değecek Bir Şeye Kalkışın

İstediklerinizi kendinize çekmenin ikinci adımı, ne istediğinizi bilmektir. Yaşadığımız dünyada pek çok insanın ne istediğine dair bir fikri yoktur. İstediğiniz şeyi seçtiğinizde ise zihninizin “ara ve bul” modu aktive olur. Burada bir diğer önemli nokta ise şikayetlerinizin hepsini istediğiniz bir şeye dönüştürmenizdir. Bunun için cümlede bazı değişiklikler yapabilirsiniz. Örneğin, “Faturaları ödemeye gücüm yok.” cümlesinin yerine “İstediğim her şey için yeterinden daha fazla paraya niyet ediyorum.” cümlesine odaklanmalısınız. “Baş ağrısıyla uğraşamıyorum.” cümlesini “Berrak ve sağlıklı bir zihin istiyorum.” cümlesine dönüştürebilirsiniz. Ne istediğinize yeniden odaklanmak, sizi istediklerinize yönlendirecektir. Bu cümleler için ihtiyacımız olan tek şey niyetin berraklığıdır. Ego yoldan çekildiğinde ise niyetler kendi kendilerini gerçekleştirirler. Ne istediğiniz hakkında ne kadar net olursanız onu yaşamınıza çekmeniz o kadar kolaylaşacaktır.

Bu adımda önünüze engel olacak tek şey vardır: bahaneler. Bahaneler inançlardır. Gerçeklik de bu inançlarla yaratılır. Hayatında sürekli tekrarlanan sorunlara sahip pek çok insan tanırız. Bu insanlar o sorunlara sebep olan inançları bulmadıkları sürece de bu böyle gidecektir. Bahanelerinizin önündeki engelleri kaldırabilmek için:

- “Sizin yaptığınızı yapamıyorum çünkü...” cümlesini tamamlayarak kendi bahanelerinizi saptayın.
- Kendinize dünyada bu bahanelerden herhangi bir çıkış olup olmadığını sorun.
- Son olarak bahaneleriniz olmasa neyi değiştireceğinizi bulun. Başarısız olmayacağınızı bilseydiniz, neyi değiştirmek isterdiniz? Bu değişim sizin hedefinizin ipucudur. Neyi değiştirmek istediğinizi bilmek hayatınızın yönünü çevirmeye yardımcı olur.

- Her istediğinizi almanın en önemli sırrı, mevcut halinizden mutlu olarak ve ona ihtiyaç duymayarak istemektir. Şimdiki hedefinize “Bu ya da daha iyisi” yazmak, özgürleştirici bir ifade oluşturacaktır.

- Şu an harekete geçmiyorsanız, cevabınız ne olursa olsun bu da bir bahanedir. Bu yüzden harekete geçin!

Üçüncü Adım: Kayıp Sır

İki adım ilerledikten sonra bile eski düşünce kalıplarımıza dönmek ve kendimizi kurban gibi hissetmek çok kolaydır. Bu adımda niyetlerden ilki, kendimizi eski inançlarımızdan temizleyip yeni bir hayat kurmamıza yardımcı olacak yolları bulmak. Kendinizi bir futbol takımı gibi düşünün. Eğer oyunculardan biri yaralıysa ya da bir sebeple dalgınsa, bir takımın başarısını tehlikeye atabilir. Aynı bunun gibi içinizdeki herhangi bir inanç, niyetinizi desteklemiyorsa bu sizi baltalayacaktır. Herhangi bir parçanız eksikse bunu iyileştirdiğinizde niyetiniz konusunda da net olursunuz ve hayatınıza girecek her şeyi özgür kılarsınız. Hayatınıza istediğiniz şeyi düşünün ve kendinize şu soruyu sorun: “Ona neden sahip değilim?” Cevabınız olumsuzsa içinizdeki bir şeyde net değilsiniz demektir. Eğer dürüstçe “Onun bana gelmekte olduğunu biliyorum.” diyorsanız, bu niyetinizde net olduğunuzu gösterir. Eğer dışarıya bilerek ya da bilinçsizce kötü şartlar çeken dalgalar gönderirseniz kendinizi o kötü şartların içinde bulursunuz. Eğer benzer olayları yaşıyorsanız bilin ki; siz yaydığınız enerji dalgasını değiştirmediğiniz sürece olay devam edecektir.

Gerçekleşmenin Önündeki Engel

İstediğinizi gerçekleştirememenizin sebeplerinden biri de iç dünyanızda sıkışıp kalmış sevgi eksikliğidir. Hayatınıza çekmek istediğiniz şeye dahil olan insanlar konusunda olumsuz veya rahatsız edici bir his hissediyorsanız o insanla ilgili net değilsiniz demektir. Bağışlama, kendinize dürüst olmanız için bilinen en iyi yoldur. Bastıracağınız duygu ne olursa olsun içsel titreşiminizi kısıtlayacaktır. Duyguları bastırmadan bağışlayıcı olabilmek için şu adımları takip etmelisiniz:

- Önce içinde bulunduğunuz olumsuz koşulu yazın ve o duyguya girin.
- O duygusal enerjinizi ifade edin ve sonra enerjinizin dışarı çıkıp size istediğiniz şeyleri çekmesi için özgür bırakın.
- İkinci bir kağıt alarak koşulun nasıl olmasını istediğinizi yazın ve arzuladığınız şeye sahip olmanın keyfini hissetmeye odaklanın.
- Şimdi ilk kağıdı alın, göz gezdirin ve yakın.
- İkinci kağıdı ise bir hafta boyunca yanınızda taşıyın.
- Muhtemelen bu pratikle kendinizi olumsuz engellerden temizlendiniz. Tekrar gün yüzüne çıkarsa bu pratiği tekrar edebilirsiniz.

Dördüncü Adım

Kendi gerçekliğinizi çekme bilimine en büyük katkısı olan şeylerden biri, istediğiniz şey sanki ona sahipmişsiniz gibi hissetmeniz gerektiği fikridir. Dileğin gerçekleştiği andaki hissi hissetmek için girdiğiniz duygunun enerjisi, isteğinizi kendinize doğru çekerken yardımcı olacaktır. Bu duyguya girmenin en iyi yollarından biri minnet duymaktır. Şu an bir şey için minnet duyuyorsanız (ciğerleriniz, bedeniniz, eviniz, bu özet vb.) mucizeler yaratabilecek bir enerjinin içindesiniz demektir.

Beşinci Adım: Nihai Sır

Burada sizi şaşırtacak bir sır vardır. Bir şeyi istiyorsanız ama ona sahip olmasan da keyifle yaşayabiliyorsanız, ona sahip olma olasılığınız artacaktır. Bu hayatın en büyük ironilerinden biridir. Bir şeye sahip olma konusunda “Buna sahip olmalıyım.” dediğiniz her an onu uzağa itersiniz. Çünkü bu cümle yaşadığınız ana değil, ihtiyaca odaklanmanıza sebep olur. Bilinçli zihin evrenin tüm olasılıklarını göremez. Kontrolü akışa teslim ettikçe evren sizin için çalışacaktır. Sizin işiniz dileğinizi dile getirmek ve sonra işleri yapmak için içsel sezgilerinize güvenerek hareket etmektir. Ayrıca beklediğiniz bir şey gerçekleşmediğinde bunun iyi bir sebebi olduğuna inanmalısınız. Ünlü şair ve bilge Rumi bu konu hakkında şöyle demiştir: “Gerçekleşmeyen bazı şeyler felaketleri engeller

---

Son Özet

Çekim Yasası’nın sırlarını bilerek hayatımızın değişebileceğini hepimiz duymuşuzdur. Joe Vitale bu kitabında evrenin bu sırlarını bizimle adım adım paylaşmıştır. Bu adımlardan önce ise hayatımızdan tamamen bizim sorumlu olduğumuz gerçeğini kavramamızı istemiştir. İnançlarımızı özümseyerek oluşturduğumuz zihin kalıplarımızın, gerçeklik dediğimiz şeyin, bizim önümüzdeki en büyük engel olabileceğini ve olumsuz enerjilerle zihnimizi doldurarak bilinçsizce kötü olayları hayatımıza çektiğimizi belirterek neden tüm sorumluluğun bizde olduğunu açıklamıştır. Aslında düşündüğümüzden daha çok güce sahip olduğumuzu ve yalnızca bunu fark ettiğimizde bile bir şeylerin değişebileceğini anlatmıştır. Düşüncelerimizi net bir şekilde istediklerimize odakladığımızda, hayatımızda daha önce hiç görmediğimiz bir yol olabileceği konusunda bizi aydınlatmıştır. Benim bu kitapta en çok dikkatimi çeken şey, bağışlayıcı olmanın hayatımızdaki dönüştürücü rolüdür. Hayatta birilerinden veya bir şeylerden yakınarak kendimizi sabote etmediğimizde, o duyguların isteklerimiz için bir enerji görevi göreceğini bilmek beni rahatlatmıştır. Ayrıca özeti sonlandırmadan önce şunu hatırlatmakta fayda var: Tutkularımızı bilgece seçtiğimiz ve hislerimizi eklediğimiz o hayal, o görüntü kendisini gerçekleştirecektir.
