

ERAY HACIOSMANOĞLU

Aile Danışmanı

Zeynep Dizmen

Uzm. Klinik Psk. ve Psikoterapist

Gerçek
hayattan
hikâyeler ve
uygulama
videosu

ŞİFA

**HASTALIKLARIN
DUYGUSAL SEBEPLERİ**

“İnsanlar ölüyor,
stresten, üzüntüden,
sevgisizlikten...”

hayykitap

ERAY HACIOSMANOĞLU

ŞİFA

**HASTALIKLARIN
DUYGUSAL SEBEPLERİ**

PSİKOSANAT KİMDİR?

Psikosanat benim tasarladığım ve uzun yıllardır üzerinde çalışıp didindiğimiz, insanlığa fayda sağlama amacı olan nadir bir projedir. Kökeni sanata dayanıyor olsa da akıl dolu bir dili psikolojiyle sentezleyerek seanslardan kitaplara, ekranlardan zihinlere kadar her alana yansıtmaya çalışmaktayız.

Psikosanat, zaman içinde kendi evrimini dönüştürerek Devlete bağlı resmi bir Psikolojik Danışma Merkezi haline gelmiştir. Bu sayede ruh sağlığı alanında tam yetkili nadir merkezlerden biri olmuştur. Burası bir Psikolojik Danışma Merkezi olmasının yanında toplumun kendi değerleriyle buluşturmayı amaçlayan, sosyolojik meseleleri öz değerler üzerinden analiz eden, hem yazan hem de uygulayan bir ortamdır. Bir yanımız kitap ve ekranlar ile dışarıya açıkken diğer yanımız da Zeynep Dizmen gibi çok kıymetli uzmanlarımız ile şifaya da aracıdır. Eserlerimiz şimdilik ‘Bir Annenin Doğuşu’, sonrasında ‘Hastalıkların Duygusal Sebepleri’ ŞİFA, ‘Geçmişin Travmalarından Kurtulmak ÖZE DÖNÜŞ’ ve son olarak ta tek dünya sapkınlığıyla insanın sosyal ve psikolojik yapısının nasıl yerle bir edildiğini gösterdiğimiz ‘MAHFUZ kitabıdır.

Psikosanat olarak merkezimiz, toplumun en önemli yapıtaşı olan Aileye ve bununla birlikte bireylere Psikolojik Danışmanlık hizmeti, kitaplar, seminerler, eğitimler, kamplar ve hatta programlar hazırlamaktayız.

Eray Haciosmanoğlu

Aile Danışmanı - Araştırmacı Yazar

www.psikosanat.com.tr

Hayykitap - 977
Hayat Güzeldir - 108

Şifa

Eray Haciosmanoğlu

Hayykitap Genel Yayın Yönetmeni: Rauf Baysal
Sağlık Yayın Yönetmeni: Nihal Doğan
Redaksiyon: Belgin Sunal
Kapak Tasarımı: Eray Haciosmanoğlu
Sayfa Tasarımı: Turgut Kasay

ISBN: 978-625-7479-97-4
Hayykitap'tan önceki baskılar: 11.000 adet
Hayykitap 1. Baskı, İstanbul, Ağustos 2022

Baskı: Yıkılmazlar Basım Yay.
Prom. ve Kağıt San. Tic. Ltd. Şti.
15 Temmuz Mah. Gülbahar Cad. No: 62/B
Güneşli - İstanbul
Sertifika No: 45464
Tel: 0212 630 64 73

Hayykitap

Zeytinoğlu Cad. Şehir Erdoğan İban Sk.
No: 36 Akatlar, Beşiktaş 34335 İstanbul
Tel: 0212 352 00 50 Faks: 0212 352 00 51
info@hayykitap.com
www.hayykitap.com
facebook.com/hayykitap
twitter.com/hayykitap
instagram.com/hayykitap
Sertifika No: 12408

© Bu kitabın tüm hakları
Hayygrup Yayıncılık A.Ş.'ye aittir.
Yayınevimizden yazılı izin alınmadan kısmen veya
tamamen alıntı yapılamaz, hiçbir şekilde kopya edilemez,
çoğaltılamaz ve yayımlanamaz.

SUNUM

Yirmi seneyi aşkın bir zamandır ruh, zihin ve beden üzerine çalışıyorum. Binlerce insanla tanıştım. Dahili ya da harici tıp uzmanlarının yönlendirdiği birçok hasta gördüm. “Peki bunca zaman sonunda neyi bildin?” diye sorarsanız şunu söyleyebilirim: Hâlâ gizemli bir ormanda yürümeye çalıştığımı bildim. Bu ormanda yürürken kaplan sandığının tavşana, yılan sandığının güvercine dönüşebildiğini bildim. Öyle bir alan ki, “şudur,” dediğiniz bile bir zaman sonra başka bir renge, kokuya, şekle bürünebiliyor.

Zihin, beden ve ruha baktığımızda şaşırtıcı bir üçgenle baş başa kalıyoruz. Bu üç kafadar, sürekli bir etkileşim halinde olan bir sistemin temel parçası. Kendi içinde ve dışında gelişen bu dinamik süreçten çoğu insanın haberi bile olmuyor. Gördüklerimizin ve yaşadıklarımızın tamamını bildiğimizi zannetme yanılgısı içinde yaşıyoruz.

Son dönemlerde gerek psikiyatri gerekse psikoloji alanında beden olgusuna doğru bir yönelim var. Beden hafızası en eski ve en ilkel hafıza. Her şeyi biliyor, aynı duyguyla karşılaşınca aynı tepkiyi veriyor. Ruhu en iyi beden tanıyor. Beden alarma geçip sorunu ne kadar göstermeye çalışsa da eğer zihin bunu fark etmezse kişinin yapabileceği bir şey yok.

İşte bu kitap burada devreye giriyor. Zihnimize, Sait Faik Abasıyanık’ın deyişiyle “Hişt, hişt” diyor. Okuru bilgi gökkuşağında gezdirmek için kapı eşiğine geçmiş, bize sesleniyor.

“Zihnimizi devreye sokup bilinçlenmeye ve görmeye başladığımızda yumak olmuş beden-ruh ilişkisinin sarmalı

çözülebilir,” diyor. Üstelik bunu bilimsel ve tıbbi verilerle gösteriyor. Epigenetik araştırmalardan plasebo etkisine, sevgisizliğin ve stresin beden üzerindeki etkilerinden olası tıbbi sonuçlara kadar –hem de baştan ayağa bütün beden rahatsızlıklarını bilimsel bir çerçevede tarayarak– birçok konu var kitapta. Bu konular tıbbi kanıtlara, hasta verilerine dayanmakla birlikte okuru sıkmadan, adeta bir çay sohbetinde konuşur gibi akıcı ve içten anlatılmış.

Zeynep Dizmen ile iki sene boyunca aynı kurumda eğitim aldığım için dolayı buna şaşırdığımı söyleyemem. Zeynep, içi gülen kara gözleriyle dersi pürdikkat dinler, not alırdı. Samimi, yalın ve mütevazı duruşuyla hepimizin sevgisini kısa zamanda kazanmıştı.

Eray Bey’le beraber gece gündüz çalışıp alın ve zihin teri dökerek hazırladıkları bu bilimsel ama bir o kadar da insani, mucizelerle dolu şöleni izleyin derim. Bu güzel ekibin kalp atışları her satırda kendini gösteriyor.

Şöleni ön gösterimde seyretme mutluluğunu bulmuş, bir de üstüne takdim yazısı yazma onuruna erişmiş biri olarak kendimi şanslı buluyorum.

Demet Danki Erken

Psikiyatrist - Psikoterapist - Yazar

ÖNSÖZ

İNSANLIK İÇİN KÜÇÜK,

BİZİM İÇİN BÜYÜK BİR ADIM

Hepimiz milyonlarca yıldır dönüp duran dünyamıza kısa bir süre için misafirliğe geldik. “Geçerken şöyle bir uğrayıverdim efendim,” diye evimize gelen ve bir kahve içen komşu teyzenin geçirdiği süre kadar bile etmiyor ömrümüz. Ne kadar da kısa öyle değil mi? Bu kısacık zamanı duygusal ya da fiziksel, hasta olarak geçirmeyi kim ister? Hele ki nedenlerini hasta olmadan görebiliyorken...

Size bir müjde vermek istiyorum: Hasta olmadan önce ruhunuzu, sonra da duygudan kaynaklı olası hastalıkları tedavi edebilirsiniz! Henüz hasta olmadan, hastalıkların duygusal hikâyeleriyle tanışmaya hazır mısınız?

Bu yolculukta neler yapabileceğimizi öğrenirken duygular ile hastalıkların, ruh-beden-zihin üçgeninin birbiriyle olan muhteşem bağına birlikte hayret edeceğiz. Duyguların kötü etkilerinin fark edilmediği takdirde nasıl hastalığa döndüğüne, hastalıkların duygusal nedenlerine birlikte ışık tutacağız. Hatta o kadar ileri gideceğiz ki, bırakın anne karnındaki hayatımızın günümüze uzanan etkilerini, atalarımıza uzanan bir aktarım öyküsüne de birlikte bakacağız. İnanç ve sevgi gibi gözle görülmeyen ama insan hayatını ötelere taşıyan mucizelerin hem ruh hem de beden sağlığını nasıl yeniden inşa edebildiğine şahit olacağız.

İyileşmek, daha da önemlisi hiç hastalık yüzü görmemek için kendi değişimimizi tesis etmeyi öğreneceğiz bu

kitapla. Bu değişim için önümüzde hiçbir engel yok. Tabii kendimizi saymazsak...

Bütün bu sistemi bilerek hayata baktığımızda, duygusal sebeplere bağlı hastalıkların bile önüne geçebilme ihtimalimize odaklanırken, hangi çıkmaz ruh hallerinin insanoğlunu ne gibi tehlikelere sürüklediğine şahit olacağız. Çözüm yollarını ve umut kapılarını aralayıp yüzümüze koca bir gülümseme kondurabiliriz...

İçinde bulunduğunuz durum bir hastalığa dönüşmüş olsa bile, altında yatan olası duygusal nedenleri gözler önüne sererken iyileşmenin ilk adımını birlikte atmış olacağız. Bu kitaptaki amacımız sadece duygusal nedenlerden ötürü fiziksel bir hastalığa yakalanmamızı engellemek değil, aynı zamanda ruh sağlığımızın önemine de vurgu yapmak...

“Nasıl olsa yapar” diye testi kırmadan önce çocuğu şamarlayan Nasrettin Hoca ne kadar haklıdır bilmiyoruz, ancak burada biz de en az onun kadar temkinliyiz. Hasta olduktan sonra değil, hasta olmadan önce alıyoruz önlemimizi. Hastalıkların duygusal sebeplerini araştırıyoruz ve sizin de hasta olmadan, bedeniniz ve ruhunuz üzerinde farkındalık sahibi olmanızı istiyoruz.

Bu kitapla değişimi birlikte sağlayacağız. Size, bir prospektüsle kıyaslandığında oldukça rahat bir kullanım imkânı veriyoruz. Kitabı hem aç hem tok karnına okuyabilirsiniz. Kapağını günde üç kere, beş kere, yedi kere açabilirsiniz. Yoğun kullanıma uygun olarak tasarlanmıştır. Kitabımız bedende aydınlanmaya, zihinde berraklığa ve hızla yükselen yaşam konforuna neden olabilir. Bu istenen etkiler görüldüğünde yazarlarımızla irtibata geçebilir, kendilerine teşekkür edebilirsiniz.

Bu kitabın konusu bizi çok heyecanlandırdı. Konunun daha önce farklı bakış açılarıyla ele alındığını fark etsek de insanlar için bir müjde olabileceğine duyduğumuz inanç, bizi bambaşka bir duygunun içine soktu çünkü anlatılanlar birçok yönden eksikti ve daha da önemlisi, bu konuda söylenecek çok şey vardı.

Hastalıkların duygusal sebepleri tıp ve psikoloji tarihinin çığır açacak yeni bir buluşu gibiydi. Bu konuda aldığımız eğitimler, okuduğumuz kitaplar ve yaptığımız araştırmalar kitaba başlamanın ilk adımını oluşturmuştu. Bu heyecan öyle bir hal almıştı ki, bir gece uyanıp Eray'dan Zeynep'e, "Bir yılda ölenlerin kaçısı duygusal nedenlere bağlı ölmüş olabilir?" diye bir soru geldi, uzunca da tartışıldı. Bu sorunun cevabı üzerinde düşünürken TÜİK verilerine dahi bakıldı, araştırma bir hafta sürdü. Bu heyecanla o zamanki az sayıdaki takipçi kitlemizle sosyal medyada bir canlı yayın yapma kararı aldık ve hemen bununla ilgili bir video yayınladık. Canlı yayın o kadar sevilmişti ki, binlerce yorum ve soru ile neye uğradığımızı şaşırdık. Gelen yorumları hikâyelerde yayınlamaya yetişemez olmuştuk. Bu yayınlarda gözyaşları, teşekkürler ve dualar havada uçtu çünkü insanlar bir yandan hastalıkları ile boğuşurken, diğer yandan o en büyük düşmanın ne olduğunu net olarak görmeye başlamıştı. Çok beğenildiği için yayınların devamını yapma kararı aldık. Sorular ve ilgi çığ gibi büyüyordu. Tüm bu olanlar içinde en muhteşem, en dikkate değer husus ise hastalıkların duygusal nedenlerinin, insanların birçoğunun durumuyla birebir örtüşüyor olmasıydı. Takipçilerimizin, hastalıklarının altındaki hikâyeyi yorumlara dökmesi bizim için de dönüm noktası oldu. Bu sihirli müjdeyi ete kemiğe bürümeye vakti gelmişti artık. Haftalarca hazırladığımız yayınlar, liste halindeki tüm hastalıklar, duygusal nedenleriyle birlikte yazılmaya başlamıştı bile.

Bir yıl boyunca yayınlara katılan yüz binlerce insanın geri bildirimlerinden sonra, tüm duygu durumlarının ve doğurduğu sonuçların gerçekliğini kendimize ispatlamamız altı aydan fazla bir zaman aldı. Herkes yaşadığı hastalıkları anlatıp "işte bu yüzden oldu" diyerek bize geri bildirimde bulunuyordu. Binlerce yorumla karşılaştırılan, bilinen olası sebepler tek tek not alındı. Eldeki verilerle karşılaştırılarak bu çalışmayı hazırlamanın gereği konusunda bizi içten içe tatmin etti. Buradan hareketle, "Hastalıkların Duygusal Sebepleri" ifadesi ortaya çıktı. O dönemde bizi duyan on binlerce kişi sonradan yüz binlere dönüşmüş, kendileri için bir umut olabileceğini düşünmeye başlamıştı. Tam da bu noktada, duygusal sorunlarıyla boğuşanların da aklında kendilerini nelerin beklediği fikri yeşermişti. Yani esas mesele bir hastalığın hangi duygusal nedenden kaynaklandığını bilmekten çok, hangi duygusal nedenin hangi hastalığa dönüşebileceğini bilmektir. Bu bir anlamda, hastalanmadan tedavi olma imkânı anlamına gelen bir müjdeydi. Konuyu izleyen, takip eden herkes için umut olan bu yayınlar daha geniş kitlelere ulaşsa kim bilir neler değiştirdi hayatlarda? Bir hastalığın altında yatan nedeni bilmek tedavi süreci devam ediyorsa bile bu süreci hızlandırabilir, iyileşmeye yardımcı olabilir belki de. Hasta olanlar bir yana, hiç hasta olmamış ama duygusal bir sorunla boğuşanları ileride ne gibi hastalıklar bekliyordu, artık daha net görebiliyorduk. Bu konuyu gündemde tutmamızla birlikte herkesin aklında tek bir soru belirdi: Bu gerçek mi ve ilk buluş neresi? İnsanlar, sorunlarına çare bulmak üzere yaşadıklarını bize anlatırken cevapların tümünü bir kitaba dönüştürmek bir buçuk yıl sürdü. Tıbbın ve psikolojinin bu muhteşem buluşunu ortaya koyan biz değildik elbette. (Bölümün devamında olası çıkış noktalarına da değineceğiz.) Ama bu

çalışmaları yayan ve fotoğrafa genelinden bakıp “hasta olmadan önce şifa” diyerek konuya dair farkındalık uyandıracak olan bizlerdik. Bu bayrağı alıp taşıyacak, geliştirecek ve hayatın içinden gerçek hikâyelerle gözler önüne serecektik. Kitabın büyük bir bölümünü “hastalıkların duygusal sebepleri” oluşturuyor olsa da biz konuyu daha da genişlettik. İnancın ve sevginin iyileştirici gücünü, anne karnından gelen çatışmaları, atalarımızdan gelebilecek kalıntıları ve sorunları, DNA’dan evrene tüm bağlantıları masaya yatırdık. Psikolojik dünyamızın tüm hikâyelerini, koşullu şartlanmalarımızı, geçmişin travmalarından kurtulma yöntemlerini ve daha nice taptaze bilgiyi de yanına ekledik.

Bu konu fare deneyi yapıp, fareyi üzüp, hasta edip bilimselliğini ispatlamaya götürmek için pek uygun gibi durmuyordu çünkü psikoloji çok öznel ve yeni bir bilim. Buradan bakınca da herkesin duygularının farklı olacağından hareketle kesin bir sonuca varmak pek mümkün görünmüyor. Tabii şimdilik.

Hastalıkların duygusal nedenleri tıbbın üç bin yıllık tarihinde muhakkak fark edilen bir konudur. Son yüzyılda alanda yapılan çalışmalara geçmeden önce bin yıl kadar geriye gidelim ve dünya tıp tarihine adını altın harflerle yazdıran İslam filozofu İbni Sina’nın (980-1037) bu konuya asırlar önce nasıl ışık tuttuğuna bir göz atalım. Batı, İbni Sina’yı Avicenna (Vazgeçilmez) ismiyle ya da “Hâkim-i Tıb”, diğer bir deyişle “Hekimlerin Piri ve Hükümdarı” isimleriyle anar.

İbni Sina, insan sağlığı için psikolojiyi çok önemli görmektedir. Özellikle çocuklar söz konusu olduğunda bunun önemi daha da büyüktür. İbni Sina, “Ruhen sağlıklı olmayan kişi beden de sağlıklı olamayacağından zihinsel

faaliyetlerin sağlıklı olması gerekir. Aynı şekilde beden de sağlıklı olmayan kişi ruhen de sağlıklı olamaz. Kısacası ruh sağlığı, vücudu etkileyen her şeyden etkilenir,” der.

İbni Sina, “Tedavinin en iyi yollarından biri hastanın akli ve ruhi güçlerini artırmak, ona hastalıkla daha iyi mücadele etmek için cesaret vermek, hastanın çevresini sevimli, hoş gider hale getirmek, ona en iyi musikiyi dinletmek ve onu sevdiği insanlarla bir araya getirmektir. Sosyal bir varlık olan insan için sağlık, sadece hastalık ve sakatlık durumunun olmayışı değildir, insanın ruhsal, bedensel ve sosyal bakımdan tam bir iyi olma hali içerisinde olması gerekmektedir. Sağlığı koruyan en iyi egzersiz şarkı söylemektir,” diye belirtir.

Büyük hekim İbni Sina Küçük Tıp Kanunu adlı eserinde, “Acı çeken hamama götürün” başlığı altında: “Aşktan hüznün, uykusuzluk, sayıklama meydana gelirse akli dengesini kaybetmesinden korkulur. Bu durumda çorba türü sıvı yiyeceklerle beden nemlendirilmelidir. Her gün hamama götürülür. Menekşe yağı koklatılır. Bu, bedenin ilacıdır. Ruhun aşkına gelince, bu bir psikolojik hastalık türüdür. Bu kişiye nasihat edilmelidir. Ta ki duyguları olabildiğince hafiflesin. Ya da daha başka işlerle düşüncesinin meşgul edilmesi gerekir,” cümlelerine yer verir.

İbni Sina birçok eserinde hastalıkların duygusal sebeplerine işaret eden birçok örnek vererek psikolojik durumumuzun, ruh sağlığımızın veya duygusal çalkantılarımızın sağlıklıla birebir bağlantılı olduğunu bize asırlar önce böyle duyurmuştur. Hastalıkların duygusal sebeplerini işaret eden bu tür ifadeleri dünyanın kabul ettiği böylesine büyük bir hekimden duymak, bize bu konunun tıp tarihinde yeni bir buluş olmadığını da ispatlıyor elbette.

Gelişen tıp ile birlikte psikolojinin de bilim olarak anıldığı yıllara denk gelen bu konudaki en iddialı isimlerden aşağıda bahsetsek de çıkış noktası neresi bilinmiyor çünkü duygusal çöküşlerin hastalıklara sebep olabileceği konusu, uzman olmayan birinin dahi çok rahat anlayabileceği bir konudur. Sağlık veya psikoloji uzmanı olmayan insanların dahi gözlemleyebildiği bu konu hakkında birçok uzmanın profesyonelce çalışmış olması elbette çok beklendik bir durum.

Psikolojinin felsefeden ayrılıp bilim olarak kabul edilmesi Dr. Wilhelm Wunt'un 1870 yılında Leipzig'de ilk psikoloji laboratuvarını kurmasıyla başlar. Bu da kabaca yüz elli yıllık bir süreç. Bu sürece denk gelen ve hastalıkların duygusal nedenlerini araştıran, en bilinen çalışmaların başında Fransız Doktor Claude Sabbah'ın gelir. Dr. Sabbah'ın, üzerinde tam otuz beş yıl çalıştığı bu kapsamlı araştırma literatürlerde Total Biology olarak geçer.

"Total Biology" kavramı 1980'lerin ortalarında Dr. Hamer ile birlikte çalışan Dr. Claude Sabbah tarafından ortaya konmuş en kapsamlı çalışmaların başında gelir. Bu araştırmada geçmişe gittiğimizde konu ve isimler uzar gider. Bu yüzden İbni Sina ile başlayıp en bilinen iki isme daha değineceğiz.

"Şifa" adlı yolculuğumuzun geçmişinde yer alan önemli isimlerden bir diğeri ise Dr. Hamer'dır. Doktor Hamer, "Yeni Alman Tıbbi" akımı adı altında bu konuda çalışmalar yürüten, dünyada yankı uyandırmış doktorlardan biridir. Başarısının sebebi midir bilinmez ama oldukça hazin bir hikâyesi vardır. Dr. Hamer'ın bu çalışmalarını yayımladığı kitap henüz Türkçeye çevrilmese de "Yeni Tıbbın Özeti" olarak www.newmedicine.ca adresinde erişime açık durumdadır.

Dr. Hamer, tıp fakültesini bitirdiğinde hangi alanda uzmanlaşacağına karar veremese de beyin üzerine çalışacağını bilmektedir. Çalışmaya başladığı ilk günlerden itibaren kendi beyin CT'lerini çekmeye başlar; ileride "Dr. Hamer Odağı" (Dr. Hamer Focus) olarak adlandırılacak bir buluşu olacağını bilmeden... Cerrah olan Dr. Hamer evlenir ve iki çocuğu olur. O kadar iyi bir cerrah olur ki, günümüzde hâlâ estetik cerrahisinde kullanılan bir neşter geliştirir. Günlerden bir gün on dokuz yaşındaki oğlunun silahla vurulduğu haberini alır. Üç ay süren yoğun bir yaşam mücadelesi sonunda oğlu babasının kollarında hayata gözlerini yumar. Bu kayıp sonrası Dr. Hamer yasa boğulur ve sadece iki ay sonra prostat kanseri olduğunu öğrenir. Yıllarca kanser üzerine çalışmalar yaptığından, kanserin bedendeki gelişim süresinin bir buçuk yıl olduğunu iyi bilir ve neden ve nasıl oldu diye durumu sorgulamaya başlar. Kendi hastalığı ve devamındaki tedavi sürecinde aynı tanıya sahip yüzlerce hastayı inceler. Bu hastaların da kendisi ile benzer "duygusal çatışmalar" yaşadığını gözlemler. Prostat kanserinin altında yatan en önemli duygusal travmalardan birinin "çok sevilen birinin, özellikle çocuğunun ölümü" olduğunu fark eder. Peki durum böyle ise ya kadınlar? Dr. Hamer bunun karşılığının kadınlarda nasıl ortaya çıktığını gözlemlemek üzere yumurtalık kanseri olan kadın hastalarla da tek tek görüşür. Hastaların tomografi sonuçlarını incelerken karşılaştığı sonuçlardan oldukça etkilenir. Çekilen tüm tomografilerde prostat ve yumurtalık kanseri hastalığı olanların beyinlerinde de aynı noktada bir baloncuk (Hamer Odağı) olduğunu gözlemler ve çalışmalarını özellikle bu alanda geliştirmeye karar verir.

Kendi hastalığı sürecinde sadece cerrahi müdahaleyi kabul eder ve süreci radyasyon ve kemoterapi almadan sür-

dürmeyi başarır. Özellikle ailesi ve meslektaşları tarafından cılgınca karşılanır bu durum, ancak Dr. Hamer, tamamen iyileşmesi ve hastalığının bir daha nüksetmemesi ile bu buluşun hem kendisine hem de dünyadaki birçok insana yardımcı olacağına inanır. Kanseri konularını ele alarak çalışmalarına devam eden Dr. Hamer, bu araştırmaların ortaya koyduğu bulgulara dayanarak yarattığı “Yeni Alman Tıp Yaklaşımı” sistemi ile hastaların iyileşmesine yardımcı olur.

Bu ve bunun gibi araştırmalarla dünyadaki tüm hastalara yeni bir bakış açısı getiren bu akımları tersten okuduğumuzda ortaya, “hasta olmadan şifa” bakış açısı çıkıyor. Yani bütün hastalıkların, ihtimal dahilinde bile olsa altında yatan nedenler duygusal çatışmalara dayanıyorsa, tıp biliminden önce psikolojinin bu konuyu ele alması oldukça önem taşıyor diyebiliriz.

Günümüzde tıp doktorlarının bazılarının dahi psikoloji alanına yönelmesi, psikoterapist veya aile danışmanı olması, bu konular ekseninde düşündüğümüzde pek şaşırtıcı durmuyor. İçinde bulunduğumuz yüzyılda, tıp ve psikoloji dünyasının bu iki alanı bir arada çok daha fazla ele alacağı kaçınılmaz bir gerçek.

Zeynep, yurt içi ve yurt dışında aldığı ve yıllar süren eğitimler doğrultusunda bütün hastalıkları ve psikolojinin çalışma prensibini çok iyi bilen ve hayatını bu alana adanmış uzman bir isim. Psikokinezyoloji, recall healing, matrix, psikanalitik ve bütüncül psikoterapi gibi birçok alanda özel eğitimler de almak suretiyle klinik psikolog ve psikoterapist olarak bu alandaki çok özel ruhlardan biri.

Eray’ın da yıllar süren süren genel kültür dergisi yönetmenliğinden gelen yayıncılık ve yazarlık tecrübeleri, uzun yıllar aldığı psikoloji, aile danışmanlığı, aile dizimi ve psi-

ERAY HACIOSMANOĞLU

HASTALIKLARIN DUYGUSAL SEBEPLERİ

ŞİFA

Gerçek
hayattan
hikâyeler ve
uygulama
videosu

Küresel çağın olumsuzlukları bütün duygusal meselelerin içerisine sızarak bazen direkt bazen de dolaylı yoldan insanları hasta ediyor. Bu yüzden son doğal insan nesli boğuştuğu esas düşmanın ne kadar öldürücü olduğunu gözden geçiriyor. Doğal hayatın içerisinde kendini en iyi şekilde kamufle etmeyi başaran duygusal sebepli katiller, insan ömrüne travmalardan çok hastalıklar ile saldırırken duygusal sebebe bağlı ölen kişilerin gerçekte neden hasta oldukları dahi bilinmiyor.

Hasta olmadan önce ruhunuzu, sonra da duygudan kaynaklı olası hastalıkları hiç olmadan önlemek mümkün. Bunu bilmek insanlık için büyük bir müjdedir! Hiç vakit kaybetmeden, gerçek şifayı kalbinizde hissedin.

Bu yolculukta duygularla hastalıkların, ruh-beden-zihin üçgeninin birbiriyle muhteşem bağına şahit olacağız. Duyguların kötü etkilerinin fark edilmediğinde nasıl hastalığa dönüştüğüyle yüzleşmek sizin için ilk adım. Esas şaşkınlık bilim diye anılan birçok şifanın nasıl da bu düşmanı bilerek görmezden geldiğine tanıklık edince başlayacak. Çünkü hem beslenmenin hem de duygusal sebeplerin bilinçli eller ile yok sayılması umuda bakışınızı değiştirecek.

Şifanın duygusal izlerinde o kadar ileri gideceğiz ki, bırakın anne karnındaki hayatımızın günümüze etkilerini, atalarımıza kadar uzanan aktarım öykülerini dahi ele alacağız. İnanç ve sevgi gibi gözle görülmeyen ama insan hayatını ötelere taşıyan bir mucizenin, şifanın içindeki şahane etkilerine de tanık olacağız.

Hasta olduktan sonra değil, hasta olmadan önce alıyoruz önlemimizi. İyileşmek, daha da önemlisi hastalık bizi bulmadan harekete geçmek için kendi değişimimizi sağlayabiliriz. Bu değişim için önümüzde hiçbir engel yok. Tabii kendi direncimizi saymazsak...

Bu kitap hastalıklar ile duygusal sebepler arasındaki bağı ortaya koyarken hem dolaylı bir şifanın hem de ‘hiç vakit kaybetmeden’ yapabileceklerimizin peşine düşüyor.

hayykitap

ISBN: 978-625-7479-97-4

