

Jean Haner

YÜZÜNÜZDEN
OKUNUYOR

kızaldışı

ÇİN
YÜZ OKUMA SANATI
Jean Haner

YÜZÜNÜZDEN
OKUNUYOR

kızaldışı

ÇİN YÜZ OKUMA SANATI

YÜZÜNÜZDEN OKUNUYOR

JEAN HANER

Türkçesi: Fezal Gülfidan

KURALDIŞI

© KURALDIŞI YAYINCILIK

Jean Haner

Yüzünüzden Okunuyor

The Wisdom Of Your Face

Türkçesi: Fezal Gülfidan

Yayın Yönetmeni: Nil Gün

Yayına Hazırlayan: Çağlayan Erendağ

ISBN 978-975-275-118-7

Kasım 2008, İstanbul

Akçalı Ajans aracılığıyla

© 2008, Jean Haner

Originally Published in 2008 by Hay House Inc. USA

Yayıncının yazılı izni olmadan herhangi bir alıntı yapılamaz

Yayın Koordinatörü: Gülşen Ülker

Kapak Tasarımı ve Sayfa Düzeni: Ebru Öner

Kitap Matbaası'nda basılmıştır

Kuraldışı Yayıncılık

Fener Kalamış Cad. No: 93/7 34726 Kadıköy-İstanbul

Tel: 0216 449 98 05 pbx Faks: 0216 348 00 69

yayin@kuraldisi.com www.kuraldisi.com

Dağıtım

Alemdar Mah. Çatal Çeşme Sok.

No:30 Kat:2 Fırat Han Çağaloğlu-İstanbul

Tel: 0212 513 81 57 Faks: 0212 511 62 52

İnternet Satış: www.kuraldisi.net

Yüreğimi açan oğlum Jeffrey'e.

*“Çekici dudaklar istersen iyilik sözcükleri söyle.
Güzel gözler için insanlarda iyilik ara.
İnce olmak için yiyeceğini açlarla paylaş.
Güzel saçlar istersen, bırak bir çocuk her gün
Okşasın saçlarını.
Başım dik olsun dersen
Unutma, asla yalnız değilsin yürürken...
İnsanlar, nesnelerden bile çok,
onarılmalı, yenilenmeli, canlandırılmalı, kazanılmalı
ve bedeli neyse ödenip kurtarılmalı, kurtarılmalı, kurtarılmalı...”*

SAM LEVENSON

İÇİNDEKİLER



BAŞLARKEN: Meleği Özgür Bırakmak.....	7
---------------------------------------	---

KISIM 1: AYNA

Bölüm 1: Yansıma.....	13
Bölüm 2: Bilgeliğin Çevirisi	23
Bölüm 3: Yol Haritanız	33

KISIM II: BİLGELİK

Bölüm 4: Evrensel İlkeler	63
Bölüm 5: Su – Olmak.....	69
Bölüm 6: Su Yüz Hatlarını Okumak	81
Bölüm 7: Ağaç – Yapmak.....	107
Bölüm 8: Ağacın Yüz Hatlarını Okumak.....	117
Bölüm 9: Ateş – Coşturmak	135
Bölüm 10: Ateşin Yüz Hatlarını Okumak.....	145
Bölüm 11: Toprak – Beslenmek.....	161
Bölüm 12: Toprağın Yüz Hatlarını Okumak.....	171
Bölüm 13: Metal – Arıtmak	187
Bölüm 14: Metalin Yüz Hatlarını Okumak.....	201

KISIM 3: SEVGİYLE BAKMAK

Bölüm 15: İki Yüz.....	225
Bölüm 16: Üç Yüz.....	229
Bölüm 17: İlk Görüşte!	233
Bölüm 18: Bir Yüzü Okumak	239
Bölüm 19: Sevgi Gözü	259

SONSÖZ: Kurtar, Kurtar, Kurtar	265
--------------------------------------	-----

TEŞEKKÜR	266
----------------	-----

KAYNAKÇA.....	267
---------------	-----

YAZAR HAKKINDA.....	268
---------------------	-----

BAŞLARKEN

Meleği Özgür Bırakmak



Herkesin bayıldığı birini tanıyor olabilirsiniz. Büyük olasılıkla, bu kişinin kırışıklıkları vardır ve yüz hatları mükemmel değildir. Gene de odaya girdiğinde herkesin yüreği hoplar. Verilen tepki, fiziksel görünümüne değil, o kişinin yüzünden ışıyarak yayılan bilginedir. İnsan kendi gerçek doğasına uygun yaşadığı zaman, herkes onu güzel bulur. Kişi kendi doğal akışıyla denge içindeyse, duyguları bastırılmamış veya reddedilmemiş demektir ve inkârı olanaksız güzellikteki bir neşe ve erdemle yaşar.

Şaşırtıcı sır, yüzünüzün size bu duruma nasıl ulaşacağınızı gösterebileceğidir. Siz, görüntünüzün yaşamdaki stres ile olumsuz yönde değişebileceğini zaten bilirken, bir yandan da o size, karşılaştığınız zorlanmalardan etkilenen bir yaşam biçiminden *çıkmanın* yolunu gösterir. Yüzünüz ayrıntılı içsel planınızın, buraya ne olmaya ve ne yapmaya geldiğinizin aynasıdır.

Hepimiz mükemmel ahengi olan özgün bir içsel tasarıma sahibiz. Sorun, ilk geldiğimizde elimize bir kullanma kılavuzu verilmemiş olması. Bu nedenle, kim olduğumuzu, nasıl düşünmemiz, hissetmemiz ve davranmamız gerektiğini çözmek için büyük ölçüde aile üyelerimizden, arkadaşlarımızdan, eğitim sisteminden ve kültürümüzden aldığımız mesajlara güveniriz. Ve hiç kuşku-

suz, varlığımızın doğal hallerine ve yaşama verdiğimiz tepkiye etrafımızdakilerden hemen karşılık gelir.

Çoğumuz, gerçek benliğimizi ifadeye ve onun gelişimine izin vermeye yönlendirilmek veya bu yönde desteklenmek yerine, başkalarının gizli yargılama havası içinde büyürüz. Bir süre sonra kendimizde bir sorun olduğuna inanmaya başlarız. Ve böylece olmamız gerektiğini sandığımız kalıba girmenin bir yolunu bulmak için gerçek doğamızı değiştirme, kısıtlama ya da hatta inkâra çalışma eğilimi baş gösterir. Bu bizi hizada çıkartır ve kısa bir süre sonra dengesizlik ve stresle yaşıyor oluruz.

Michelangelo'nun "mermeri, içinde gördüğüm meleği özgür bırakana dek yonttum" dediği söylenir. O, taşın içinde zaten bir heykelin var olduğuna inandı; orada *olmaması* gerekenleri yontarak onu özgür bırakıyordu sadece: "Her blok mermerde tam önümde duruyormuş gibi açık, biçimli, tavır ve hareketi mükemmel bir heykel görürüm. Bu güzel hayaleti ben nasıl görüyorsam başkalarının da gözleri önüne sermek için sadece onu hapseden kaba duvarları yontmam gerekir."

Bu alıntıları bana, yüz okuma çalışmalarımın birindeki deneyiminden sonra bir arkadaşım, benim konumu buna çok benzer gördüğünü söyleyerek gönderdi. Yüzünüzü okumayı öğrenmek; içindeki sanat eserini ortaya çıkartabilmeniz için asıl kimliğinizin parçası olmayanlardan kurtulmanıza yardımcı olabilir. Çalışmamın amacı, özgün yaradılışınızı geri kazanabilmeniz için sizi bekleyen gizlenmiş yaşama gücünü ve neşeyi keşfetmenize ve onun doğal akışına göre yaşamınıza yardımcı olmaktır. Bana göre, dış görünüşe böylesine odaklanmış bir dünyada güzel görünmenin ve güzel hissetmenin *en iyi* yolu budur!



Çin yüz okuma sanatını ilk kez 1970'lerin sonlarında, Çinli bir aileye gelin gittiğimde keşfettim ve hakkındakileri kayıinvalidemden öğrendim. Konuyu araştırmayı, danışanlarımı daha iyi anlamak için istedim. Bu sanatı, onlara olabildiğince etkin bir biçimde yardım edebilmek amacıyla, kendimi diğer insanların enerjileriyle

hizalamanın, gereksinimlerini daha çabuk ve net olarak görmenin yollarını bulmak amacıyla kullanmak istedim. Ama kolay değildi. Yüz okumaya ilişkin eldeki bilginin çoğu kültürel bağlamda uygun olmayan, eleştirel ve olumsuz türden idi. Sadece yirmi beş yıllık bir çalışma ve deneyimle ve bu süreçte bazı harikulade öğretmenlerle karşılaşmak gibi bir şansla şimdi bu kitabı size sunuyorum.

Yüz okumak, Çin tıbbı ile aynı kadim ilkelere dayanır ve Çin’de bugün hâlâ, sadece yüzü inceleyerek hastalıkları tanı koyabilen doktorlar vardır. Ancak, benim çalışmam fiziksel sağlık alanında değil. Vücudunuzun durumunu ortaya koyan nitelikler, duygularınızla da paralellik gösterir. Bu nedenle, bir Çinli doktorun sağlık durumunuzu değerlendirmek için bakacağı alanlar, kişiliğinizi okumak için de kullanılabilir. Benim işimin konusu da işte budur. Ben bu bilgiyi insanların kendi zgn doğalarına, onları dünyada benzersiz kılan duygu ve enerji şablonlarına uygun biçimde yaşamalarına yardım etmek için, bir odaya girdiklerinde herkesin yüreğini hoplatan *onlar olabilsinler* diye kullanıyorum.

Her gün atölye çalışmalarında ve danışma seanslarında, “*İşte, bu benim!*” in değişik ifadelerini duyarım. İnsan belirli hisler duyma nedenlerinin, yaşam deneyimlerinin bir nedeni olduğunun tezahürüyle aydınlandıka, şaşkınlık baş gösterir. Sizin için yapabilmeyi umduğum da işte budur.

Bu kitapta, yüzünüzün size sunmaya hazır olduğu bilgeliği keşfetmek için onu dere tepe gezeceğiz. Birinci kısım, yüz okumanın kökeni ve kullanılabileceği bazı yollar konusunda temel bir anlayış sağlayacak. Bu bilginin bana ilk kez “gz kırpmaya” nasıl başladığını ve onu neden bu denli gtl bulduğumu size açıklayacağım. Batılı yaşamlarımız için onu anlamlı ve pratik kılanın ne denli önemli olduğunu göreceğiz.

Bir yüzü okumayı öğrenirken, aklımızda tutacağımız gerekli şeyleri de kapsayacağız. Yolculuklarımıza, yaşamınızın her on yılının, hatta her yılının size ne getirdiğini keşfederek başlayacağız. şu noktaya kadar yaşam deneyiminizin ne olduğunu görmek, geçmişinize dayanarak geleceğinizi nasıl yaratabileceğinizi görmenizi sağlar. Tek başına sadece bu bilgi bile, buradan başlayarak farklı bir hayat yaratmanızda olağanüstü gtl olabilir.

İkinci kısım, yolculuğunuzun en önemli aşamasına geldiğiniz yerdir. Burada, Çin yüz okuma sanatının çok eski temelinı, yaşamınızı sonsuza dek değiştirebilecek olan derin ancak basit anlayışı araştıracaksınız. Kendi özgün yapınızla yüzünüzde ifade bulan beş ilkörneği tanımlamanıza yardımcı olacağım. Yüzünüzün sunduğu tüm hatlar ve işaretler boyunca yolculuk yapacak, kim olduğunuz ve mutlu olmak için neye gereksinim duyduğunuz konusunda her birinin açığa çıkardığı daha derin gerçekleri öğreneceksiniz.

Üçüncü kısım, yüzünüze bakmanız ve orada gerçekten kimin olduğu konusunda daha da fazla içgörü kazanmanız için size ek yollar sunar. Yüzünüzün her bir yanının dile getirdiği farklı mesajları, hem de yatay bölgelerin neler sunduğunu inceleyeceksiniz. Yolculuğunuzu, kendi kendinize girişimde bulunarak, yeni becerilerinizi bazı gerçek yüzler üzerinde uygulama yoluyla deneyerek ve benim yorumlarımı daha sonra okuyarak sonlandıracaksınız.



Başkalarına, hayatlarında karşılaşacakları fazlaca kuşkucu insanlardan birisi olduğumu anlatırım genellikle. Birçoğunun daha ziyade “uçuk” olarak gördükleri bir alanda çalışmama rağmen çok aktif bir sol beynim var ve bir şeylere inanabilmem için önce bana mantıklı gelmesi gerekir. Halen kullandığım ilkelerin geçerli olduklarına tümüyle inanabilmem için uzun bir zaman ilkeler üzerinde pek çok araştırma ve pratik uygulama gerekti.

Ve gerçekten, yüz okumanın iyi sonuç verdiğini bana kanıtlamaya devam edenler, danışanlarım ve öğrencilerimdir. Benim hâlâ bu işe aşkla bağlı kalmamı sağlayan, atölye çalışmaları ve danışma seanslarında duyduğum coşkulu teyitler ve insanlardan aldığım, yüz okumanın gerçek olduğunu kanıtlayan hayret dolu e-postalardaki ilginç öykülerdir. Hayatı yaşayış tarzınızı sonsuza dek değiştirebilenin yüzün bilgeliği olduğuna beni ikna edenler işte bunlar. O halde, şu içinizdeki meleği özgür bırakmak üzere sizi bana katılmaya çağırıyorum.

Kısım 1

AYNA

*“İnsan birkaç
santimetrekarelik yüzünde,
atalarının özelliklerini,
tüm geçmişini ve isteklerinin
ifadesini sığdıracağı
bir alan bulur.”*

RALPH WALDO EMERSON

İnsan kurallara sığmaz!

YANSIMA



Yaşamınız boyunca kaç yüze gözünüz takılıp kaldı? Gördüğünüz her bir yüz, benzersizdir, yalnızca o insan ruhuna aittir. İnsanların çoğu ebeveynlerden ve atalardan gelen bir gen karışımı yoluyla miras edinilen yüz hatlarının bir birleşimine sahip olduklarını ve yaşlanmaya bağlı olarak kırışıklıkların oluştuğunu varsayarlar. Her yüzün, o insanın kim ve neden o kişi olduğuna dair derin gerçekler taşıdığını asla tasavvur etmeyebilirsiniz.

Peki ya birisine sadece bakarak içinde kimin olduğunu söyleyebilseydiniz -nasıl bir yaşamı olmuş, nasıl düşünür, ne hisseder ve nasıl davranır? Ya evlendiğiniz günün neşesini, zor bir görevde öğrenilen dersleri ya da çocuğunuzun doğduğu o mucizevî anı kendi yüzünüzde görebilseydiniz? En önemlisi de, ya aynanızdaki yansıma içsel varlığınızın açığa çıkmasına yardımcı olan ve doğrudan ifadesine olanak tanıyan bir sırlar hazinesi olsaydı?

Birçok insan yüz okumanın bir eğlence, kozmetik cerrahi ile ilgili bir şey veya insanları sınıflandırmanın veya yönetmenin bir yolu olduğunu düşünür. Aslında, akupunktur ve geleneksel Çin tıbbı ile aynı eski ilme dayanır. Bu bilgiye ait referanslar

M.Ö.600'e kadar dayanan metinlerde bulunmuştur ve köklerinin M.Ö. 2697 ile 2597 arasındaki Sarı İmparator dönemine kadar izlendiği söylenir. İlk yüz okuyucuları, rollerinin rahip, sağaltımcı ve müşfik danışman karışımı olduğu söylenen yüksek eğitilmiş erkekler olan Taocu rahipler ve bilginlerdi.

Yüz okuma, ilk olarak beden her parçasının tüm bedenin bir ifadesi olduğu bütüncü inanışla ilintili olarak gelişti. Lazer ışığını bir imgenin bir bölümünden yansıtırak tüm resmi yarattığınız bir hologram gibi, yüz de tüm fiziksel benlikte neler olup bittiğinin eksiksiz ve mükemmel gösterimi olarak düşünüldü. Her önemli organın sağlık durumunun farklı bir yüz çizgisine yansıdığına inanıldı. Eski Çin'de, hastalığı teşhis için doktorların kadınlara dokunmalarına izin verilmezdi, böylece yüz önemli bir teknik haline geldi.

Bu ilk doktorlar, Batı'nın önemli bir bölümünün ancak birkaç on yıl önce kabul etme noktasına geldiği bir şeyin daha farkına vardılar: Vücut ve zihin dairesel bir etkileşim içinde var olur. Çin tıbbı, duyguların sağlıkta tamamlayıcı bir etken olduğunu çok önceden algılamıştı. Fiziksel ve zihinsel benlikler birbirinden ayıramaz ve aslında vücudunuzun durumunu tetkik etmek için yüzünüzden okunan bilgi aynı zamanda duygusal doğanızın niteliklerini de ele verir.

O halde, Çin yüz okuma sanatı sağlık durumunuzu değerlendirmek üzere kullanılabiliyorken, öte yandan cebelleştirdiğiniz duygu örüntüsüne, bireysel güçlerinize ve zorlanmalarınıza ve hatta ilgi duyacağınız insanlara ve seveceğiniz işe parlak bir kavrayış getirir. En önemlisi, yüz okuma yaşamınız için elzem olan iki sorunun yanıtını verir: *Siz kimsiniz? İçinizde nasıl bir çağrı duyuyorsunuz?* İşte çalışmamın odağı budur.

Sözünü ettiğim gibi, bu alana yolculuğum yaklaşık otuz yıl önce, Çinli bir aileye gelin gittiğimde başladı. Geleneklerine bağlı bir kadın olan kayınvalidem ilk evimizi ararken kocamla bana yardımcı oldu, fakat hangi mülklere bakabileceğimiz konusunda bile bazı garip kuralları vardı. Çıkmaz sokak sonundaki evler değerlendirmeye girmemeliydi ve mezarlık karşısındaki herhangi bir şeye bakmayı düşünmemiz bile söz konusu olmamalıydı. Sonunda onaylayacağı bir ev bulduğumuzda biz taşınmadan kırk se-

kiz saat önce gelip cayır cayır temizlik yaptı; çok titiz olduğundan değil, önceki sahiplerden arta kalan “enerji”nin hepsini ovalayıp yıkamak için.

Kocamın ailesinin diğer üyeleri bütün bu olanlardan çok utan-
dılar ve onun sadece batıl inançlı biri olduğunu ısrarla söylediler. Kayınvalidem kulağa “feng şuuu” gibi gelen garip bir şeye ina-
mıyordu. Batı’da popüler olan, çevremizin bizi nasıl etkilediği ile
ilgili eski Çin öğretisi feng shui’den çok önceki bir şeydi bu. Fa-
kat konuştuklarına dair bir şeyler merakımı çeldi. Sadece çevre-
mize değil, sağlığınıza, kişiliklerimize ve yaşamın tümüne etkili
olan evrensel denge ilkelerini bana öğreterek, izleyen yıllardaki
pek çok feng shui öğretmenlerimin ilki oldu. Kayınvalidem bir
de “şanslı” ya da “şanssız” yüz hatlarına işaret ederek yüz oku-
maktan söz ederdi. Bir burun şekli, burnun sahibi ile iş yapmanın
şanssızlık getireceğini gösterirdi; bir başkasının ağzı, koca olarak
şans getireceğini belirtirdi. Aslında, kayınvalidemin benim gö-
rüntüm karşısındaki düş kırıklığını ancak yıllar sonra öğrendim:
Yüzümde, bir eş için şans işareti sayılan “para keseleri” yoktu! O
zamanlar bu tür inanışlar bana fazlasıyla eleştirel gelmişti. Emlak
ve eve ilişkin beyanlarının arkasındaki aynı sezgisel mantığı bu-
rada göremiyordum, bu yüzden, sadece yerel inanç olduğunu dü-
şünerek, aldırmadım.

Feng shui iyi tanındıkça ben de onu öğretmeye ve tüm dün-
yayla görüş alışverişi yapmaya başladım. İşte beni Çin yüz oku-
masına geri getiren budur. Bir feng shui seansında, danışanlarımın
benden yaşamlarını birkaç saat içinde değiştirmelerini bekleme-
leri olağandı! Mekânlarına dahi bakmadan önce, ne tür zorluklar-
la boğuştuklarını ve o esnadaki gereksinimlerinin ne olduğunu
belirlemek için, insanlarla her zaman ayrıntılı sohbetler yapardım.
Ancak, genellikle ilk sohbetimizde bana anlattıkları şeyler aslın-
da hazırdaki önemli konular olmazdı. Çoğunlukla derin gerçekler
birlikte geçirdiğimiz zamanın sonuna doğru ortaya çıkardı; tabii
eğer çıkarsa. Bu nedenle, yaşamlarında gerçekten neler olduğunu
ve onlara en iyi nasıl yardımcı olabileceğimi anlayabilmek için
danışanların bana anlattıkları sorunlarının satır aralarını okuma-
nın bir yolunu arıyordum hep.

Yeniden yüz okumaya döndüm ve “talihli/talihsiz” batıl inancının aslında nasıl parlak bir bilgeliği sakladığını araştırmaya başladım. Yüz okuma, insanlarla güçlü bir çalışma yapmam için gereksinim duyduğum şey olup çıktı; sadece feng shui ile değil, çok geçmeden tek başına bir dönüşüm aracı olarak da.

Başlangıçta, yüzlerinin bana neler ifşa ettiğini danışanlarımla paylaşıyordum. Bu bilgiyi sadece, onlar için en etkili feng shui çalışmasını nasıl yapabileceğimi belirlemekte kullanıyordum. Ve kesinlikle heyecan verici sonuçlar aldık -hayret uyandırıcı değişimler oluyordu.

Ancak bir süre sonra kendimi tutamayıp yüzlerinde gördüklerimi onlarla paylaşmaya başladım. Ve bir divanın üzerinde sadece yarım saatlik bir sohbet olarak başlayan bu paylaşım birkaç saatlik bir dönüşümsel çalışma halini alıyordu. Birçokları bana şöyle diyordu: “Biliyor musunuz, sanki *kendimi* feng shui’lenmiş hissediyorum. Eve ne olacağı artık umurumda bile değil!”

Harika bir şey oluyordu: Danışma saatimde, danışanlarımın her biriyle oturduğumuzda, bu güzel beraberliğin gerçek niteliği ortaya çıkmaktaydı. O kim olduğunu görebiliyordu -alışageldiği yargının ışığında değil, doğal ve doğru olarak. Yüzünden okunan bilgeliğin sonunda onun el değmemiş benliğiyle hizalanarak yaşamasına izin verdiğini görmek her ikimizi de neşeyle doldurdu. Bir kez gerçekten kim olduğunu gördüğünde, yüz hatlarının bize anlattıklarına dayanarak, gerçek çağrısına doğru nasıl yol alacağını keşfedebilirdi.

Kendimizi Keşfetmek

Bu tür bir aydınlanmanın başıma ilk kez gelişi hem acıklı hem de komikti. Muhasebecilik yapan bir kadın için bir apartman daireesine feng shui uygulamam istendi. Kadın on yıldır bu görevde olduğu halde, gönlünde yatan itfaiyecilikti. Yoğun bir eğitim almış ve düşlediği işi almak için yedi yıl boyunca her yıl çok ağır fiziksel testlerden geçmiş, yedi yıl boyunca her denemede sefilce başarısız olmuştu. Son çare olarak, belki ev ortamının enerjisin-

de amacına ulaşmasını önleyen bir şeyler olabileceğini düşünmüştü. Belki evine feng shui uygulatmak nihayet testi geçmesine olanak sağlardı.

Ön kapısından içeriye adımımı attığımda ilk gördüğüm şey, üzerinde, üstü çıplak, seksi bir itfaiyeci fotoğrafının yer aldığı parlak kâğıda basılmış bir duvar takvimi oldu. Ve mekânın her köşesinde itfaiye arabalarının ve tüm teçhizatla donanmış insanların resimleri vardı -kadın konuya kesinlikle odaklanmıştı! Hatta yatağının yanı başında bile bir itfaiyeci portresi vardı; sabah uyanığında gördüğü ilk şey.

Ancak, birlikte divana oturduğumuzda, yüzüne yakından bakıp umutsuzluğa kapıldım. Yüz hatlarının hiçbir yerinde bana “itfaiyeci” diyen bir şey görmedim. Onun yerine gördüğüm sadece aşk ve ilişkilere dair şeylerdi. Alevlerle savaşıarak kentin etrafında koşuşturmak değil, içten bir birlikteliğe ve aile yaşamına olan güçlü gereksinim yazılıydı orada.

Nazikçe, feng shui’nin ona amacında yardımcı olacağını düşünmediğimi açıklamaya çalıştım. Fazla düş kırıklığına uğramayacağını umarak, olabildiğince özenle yüzünün bana ne söylediğini betimledim. Danışanım, bir süre boş bir ifadeyle gözlerini bana dikti. Fakat sonra neşelendi ve elini yukarı kaldırdı. “Sanırım anladım!” diye haykırdı. “Ben itfaiyeci *olmak* istemiyorum; bir *itfaiyeci istiyorum!*” Ve bir itfaiyeci erkek arkadaş edindi; hâlâ muhasebeci olarak çalışıyor olsa da şimdi onunla mutlu bir evliliği var. Hatalı değildi -kesinlikle bir itfaiyeci enerjisine gereksinimi vardı. Sadece bu enerjinin yaşamında nasıl ortaya çıkması gerektiği mesajını yanlış yorumluyordu.

Siz de birçoğumuz gibiyseniz, özünüzde rahat hissetmek ve yaşamınızla ne yapmanız gerektiğini keşfetmeye çalışmakla yıllar harcamışsınızdır. En önemli hedefimiz, otantik benliğinizin gücünü tümüyle ele geçirmek ve bu gücü dünyada nasıl çalıştıracağınızı keşfetmek. Burada olmanızın bir nedeni ve dünyadaki rolünüzü yerine getirmenin özel bir yolu var. Fakat pek çoğumuz bu konuda bir berraklık olmadığını hissederiz. Gerçek doğamızdan habersiz olduğumuzu duyumsarız. Nedeninden ise emin değilizdir.

Kim olduğumuz ile ilgili kendimizi suçlayarak yaşamak eğiliminde olduğumuza dair bir teorim var. Bir şeyleri yanlış yaptığımızı ve eğer yanlış düzeltebilirsek sonunda rahat edeceğimizi düşünürüz. Fakat bu aslında kendimizi kısa bacaklı veya kıvrıkcık saçlı olduğumuz için suçlamaya benzer. Oysa bu sadece bizim ta kendimizdir, kendi ayrıntılı içsel planımız, kendi kişisel yazılımımızdır.

Hepimiz özgün bir dizi güce ve aşılması gereken zorluklara sahip olarak doğduk -özel şekillerde düşünme, duyumsama ve davranmanın bireysel eğilimleriyle. Aslında her insanın yaradılışındaki enerjide mantıklı olan ve anlam ifade eden temel bir ahenk var. Fakat yaşamımızın çoğunda bize başka birilerinin örüntüsüne uymaya çalışmak öğretildi! Ailemizin kim olduğumuza ve bizim kim olmamızı istediklerine dair hükümlerine ve beklentilerine boğulmuş bir şekilde büyürüz. Hepimiz kültürümüzün bize dayattığı ısrarlı mesajlar kadar, bir bütün olarak, okuldaki ve toplumdaki ilk deneyimlerimizden de etkileniriz. Birer yetişkin olduğumuzda ise, gerçek benliklerimiz genellikle diğerlerinin etki katmanları içinde kaybolmuştur. Bu bilgiyle özdeşleşmişizdir ve artık içsel dengemizi duyumsamayız. Diğerlerinin hakkımızdaki yargıları kusursuzca kendi öz yargımız haline gelir. Gerçek doğamız kafamızdaki seslerin kakofonisinde sadece bir fısıltıdır.

Taşıdığınız stresin ve kendinizi içine soktuğunuz çıkmazların derecesi, kendi temel benliğinizden ne denli uzaklaştığınızla ilgilidir. O katmanların altında aslında kimin olduğunu ve o saf cevherin aynen olduğu gibi, neden gerçekten mükemmel olduğunu tanımlayarak o gerilimi düşürebilirsiniz. Ve stresi salıverdiğinizde... her kim olduğunuz için kendinizi suçlamayı bırakabildiğinizde, yaşamda ileriye gitmek için muazzam bir enerji serbest kalır. Kendi özgün doğanızı bağrınıza bastığınızda, nihayet kendi yolunuza kavuşabilirsiniz. Gerçekten kendiniz olabilirsiniz; hem de bile bile.

Mutlu olmak için herkesin gözü önünde olmaya, ideal olarak da geniş ve güçlü bir iletişim ağının tam ortasında yer almaya gereksinim duyduğu yüzünden okunan bir danışanım vardı. Güçlü bir öğretmen, bir otorite figürü ve hatta bir oyuncu olması olasıydı. Ancak, bu adam göz önünde olmayı değersiz ve bencil olarak

yargılayan bir ailede büyümüştü. Karizmatik kişiliği, bencillik ve ilgi istemek olarak görülüp eleştirilmiş idi. Sonunda, hastalarla geri planda naçizane çalıştığı, sağlık pratisyeni olarak bir kariyer seçmişti.

Ancak, işinde iyi olmasına rağmen büyük tatminsizlik duyuyordu. Sonunda depresyona girdi, karşısına çıkan her virtüse yenik düşerek sık sık hastalandı. Benzer şekilde, özgün doğanızın bastırılması zaman içinde mutlaka mutsuzluğa yol açacaktır, uzun dönemde ise gücünüzün bu şekilde inkârı, yaşamınızda fiziksel bir dengesizliğe de katkıda bulunabilir.

Bu danışanımla çalışırken, gördüğüm içsel varlığını tekrar ona yansıttığımda omuzlarından kalkan yükü görebiliyordum. Kendisini, gerçekte olduğu kişiyi yaşamının her türlü olasılığını kavrayan yepyeni ve olumlu bir ışık altında gördükçe, rahatlaması duyumsanır oldu. Sonuç olarak, şimdi o ulusal konferanslarda konuşmalar yapan ve tüm yeteneklerini en iyi şekilde kullanarak profesyonel bir örgütü yöneten, kendi alanında aktif bir öğretmen.

Çin yüz okuma sanatı, tıpkı bu adamın yaptığı gibi, gerçekten kim olduğunuzun farkına varmanız ve kendi adınıza kavrayışın şefkatli kucağına ulaşmanız için size yol gösterir. Sizi diğerlerinin ne düşündüklerine karşı tepkili veya sorumlu yaşamaktan kurtarabilir. Karşılığında, kendi özgün doğanızla ahenk içinde sürdürdüğünüz yaşama bağlı olarak, dünyada olma nedeninizin engin yeni farkındalığıyla ilerleyebilirsiniz.

Başkalarını Anlamak

Bir keresinde bir kadın, yeni erkek arkadaşının bir fotoğrafıyla bana geldi. Mükemmel uyuşan kimyalarına rağmen, kadın için teslim alınmak istendiğine dair bazı uyarı çanları çalmaya başlamıştı. Erkek arkadaşının hep bir yoksunluk eğiliminde olduğunu ve onun sınırlarına saygı göstermediğinden söz etti: “Sanki göbekten bağlı olmak istiyor!” Kadın ne zaman biraz yalnız kalmak istese, erkek onu eve gidemeyecek kadar çok sevdiğini, sessizce oturarak mutlu olacağını ve onu rahatsız etmeyeceğini ısrarla söy-

lüyormuş. Kadın çileden çıkmış, zira kendi özgürlük alanına gereksinim duyanlardanmış. Bunun gelecekteki şeylerin bir alamenti olmasından korkuyordu; adamın fazla yapışkan ve belki de çok şey bekleyen veya denetleyen bir tip olacağından.

Adamın resmine baktığım anda gözlerinin, yanaklarının ve ağzının birleşiminden, onun bir ilişki içinde olmayı gerçekten seven türde biri olduğunu ve partnerini sürekli ilgiye boğmak isteyeceğini gördüm. Aslında yalnız olma fikri onun için mutluluğun antiteziydi, bu nedenle de kadının tek başına olma gereksinimini anlama olasılığı yoktu.

Birlikte harika bir ilişkileri olamayacağından değil; bu sadece bir farkındalık meselesiydi. Bunun bir kontrol veya tahakküm sorununu olmadığını anlamak aslında kadına muazzam bir rahatlama getirdi. Erkeğin davranışının onun doğal yakınlık arzusuna bağlı olduğunu anladığı zaman, bu konu gündeme geldiğinde onunla iletişim kurabileceği farklı yollar gördü. Kendi yüzünün bu duruma olan katkısını da tartıştığımız için, kadın, erkeğin bu sağlam, ilgili tavrının kendisi için nasıl bir armağan olduğunun ayırımına vardı.

Öyleyse, bir kez kim olduğunuz konusunda kendinizi suçlamaktan vazgeçebildiğinizde, daha da şaşırtıcı bir şey olabilir: Diğer insanları da *oldukları gibi* olmakla suçlamaktan vazgeçersiniz! İlişkiler üzerindeki etki devasa olabilir. Kocanızın kaşlarından onun gerçekten haftada iki kez basketbol oynaması gerektiğini görebilirseniz, bu evliliğinizde bir dönüm noktası olabilir. Danışanınızın ağzına bakarak, ona, işe başlamadan önce aile fotoğraflarını görmek istediğinizi söylemeniz gerektiğini bilebildiğinizde bu, anında bağdaşma ve başarılı iletişim için alan yaratır. Ve sizin kendi yanaklarınız, duvarda hafifçe eğri duran resmin, düzeltmediğiniz takdirde sizi neden çılgına çevireceğini açıkladığında, yaşamınızda yeni bir perspektif yaratmaya başlayabilirsiniz.

Yüzünüz gerçekten de içte kim olduğunuzun bir aynasıdır. Asıl doğanızın cevherini ve dengede hissetmek için neye gereksinim duyduğunuzu açığa çıkartır. Size en güçlü olduğunuz özel yetenekleri, becerileri ve ehliyetleri ve aynı zamanda, zorlayıcı niteliklerinizin neler olduğunu gösterir. Bu enformasyonun nasıl okunacağını bilmek, yaşamınızı kendi doğal akışıyla hizalanarak

yaşamının, size neşe veren yaşam yolunu bulmanın, sizi besleyen ilişkileri aramanın ve en çok da, kendiniz ve diğerleri için sevgiyle yaşayacağınız bir yer yaratmanın yolunu açar.

Kimsiniz? İcinizde nasıl bir çağrı duyuyorsunuz? Bir süre sonra göreceğiniz gibi, keşfetmek için gereksinim duyduğunuz her şey zaten sizde var.

Dışa Vuramı Beslemek

Feng shui'yi uyguladığım işimde, övgüler alan bir Ki gong [Kikung]* ustasıyla, ABD'deki ofisinin yanı sıra yılda birkaç kez ders vermek üzere Pekin'e geri dönecek kadar çok talep gören ikinci nesil bir pratisyenle çalışma şansına sahip oldum. Taoizm ile yakından ilgilenen ailesi, 1949 iç savaşında Çin'den Tayvan'a kaçmak zorunda kalmıştı. Bazen iskemlelerinde havaya yükselen amcalarının, Taocu rahiplerin öykülerini anlatırdı.

Araba kullanamadığı ve feng shui danışmalarına bir araçla gitmesi gerektiği için ben onun mutlu gönüllü şoförüydüm. Bir şeyi öğrenmenin, ustasını işbaşında izlemekten daha iyi bir yolu yoktur. Feng shui'yi özüne indirgeyerek sadeleştirmesindeki ve danışanlarına şaşılacak derecede basit ancak gereksinimleriyle kesinlikle uyum sağlayan öneriler üretmekteki dehasına hayrandım. O, her zaman, kullanılacak tek doğru iğneyi bilen akupunktur ustaları gibi, her şeyi dengeye oturtacak birkaç mükemmel şeyi bulurdu.

Bana söylediği şeylerden birini çalışırken hep anımsarım: “Ne-
yin doğal olarak dışa vurduğuna dikkat et.” Bir şeyi nasıl “onara-
cağımızı” bulmaya çalışmaya veya doğrusunu yapmayı bilmek
için onu sürgit analiz etmeye gerek olmadığını öğretti. Onun ye-
rine, herhangi bir durumda ortaya çıkmaya çalışmanı gör ve doğal
akışla hizalanmamış, doğasına aykırı olan bir şeyi zorlamaya ça-
lışmak yerine, hali hazırda görünene destek ver.

* Bedende enerji dengesi kuran ve bunu artıran, Çin savaş sanatları ve tıbbı-
nın bir parçası olan biyoenerjetik çalışma sistemi -e.n

Bunun yüz okumada müthiş anlamlı olduğunu gördüm. Ben, bizi oluşturan özel enerjiyi hep “doğal olarak dışa vurmaya” çalıştığımıza inanırım. Fakat yaşamımızın ilk yıllarında, bu özel enerjiyi bastırmak ve inkâr etmek gerektiğini, onu başkalarının olması gerektiğini düşündüğü biçime uydurmaya çalışmayı ve inandığımız şeyin bizi sonunda arzû ettiğimiz yaşama ulaştıracağını öğreniriz. Oysa bu enerji beslenmeli, desteklenmeli ve tüm ihtişamıyla büyütülmelidir. Yüz okumanın bize verdiği güzel bir armağandır bu. Kim olduğumuzu, neye gereksinim duyduğumuzu ve dünyada nasıl sevilip sevebileceğimizi anlamamızı sağlar.



BİLGELİĞİN ÇEVİRİSİ



Yüzünüz genetiğinizin, çevrenizin ve yaşam deneyimlerinizin bir ürünüdür. Kim olduğunuzu, nereye gitmiş ve nereye gidiyor olduğunuzu gösterir; özgün potansiyelinizi ve mutlu olmak için neye gereksinim duyduğunuzu açığa çıkartır. Yüz hatlarınızdaki bilgi gerçekten anlamlı ve tatmin edici bir yaşam yaratmakta size yardımcı olacak harika bir kaynak olabilir. Tüm yapmanız gereken aynaya bakmaktır.

Aslında, birisine bakarak bilgi sahibi olmak için özel bir şey bilmenize gerek yoktur. Hepimiz gün boyunca bilinçsizce yüzleri okur ve tepki veririz. Beynin neredeyse tüm arka yarısı olan kortekste yüz milyar sinir hücresi bulunur. Çoğu, esas olarak görmeye adanmıştır; bunların büyük bir oranı da sadece yüzleri tanımaya ayrılmıştır.

Araştırmalar yüzlerin insanlar için ne denli önemli olduğunu gösterir. *Pediatrics* adlı dergideki bir çalışmaya göre, sadece dokuz dakika önce doğmuş olan bebekler daha o andan, doğal bir biçimde herhangi bir resimden çok, yüz resimlerine bakmayı yeğlerler. Doğumdan on iki saat sonra, bir bebeğin kendi annesi-

nin fotoğrafını bir başka anneninkine tercih etmesi şaşırtıcıdır. Şifresi bir dizi harf veya sayı olmak yerine belirli yüz örüntüleri olan bir yazılım programından bile söz edildiğini duydum. Kişilerin, olağan şifreleri unutma eğilimi gösterirken insanlardan bir kesiti unutmadıkları keşfedilmiş!

Yakın zamanda yapılan bir çalışma, kadınların salt yüzlere bakarak çocuk seven erkekleri saptadıklarını ortaya koydu. Deneklere fotoğraflar gösterilmiş ve onlardan çocukları sevdiklerine inandıkları kişileri seçip ayırmaları istenmiş. Kadınlar, hem çocuk seven erkeklerde hem de sevmediklerini özellikle belirtenlerde yaklaşık yüzde yetmiş oranında isabet kaydetmişler.

Birisinin yüzünün ne denli geniş ya da dar olmasına bile tepki veririz. Psikolojik araştırmalar geniş yüzlü insanların daha güvenilir ve dost canlısı olarak düşünüldüğünü gösterir. Teori bir kişinin yüzünün daha fazlasını görebileceğinizi düşündüğünüzde, bilinçaltında o kişinin sanki hiçbir şey saklamadığını duyumsarsınız, der.

Önemli bilgiler bir anlık yüz ifadelerinden bile okunabilir. Bu konu, mahrem ilişkilerin kavranmasında devrim yaratan Washington Üniversitesi'nden Dr. John Gottman'ın çalışmasının ayrılmaz bir parçasıydı. Gottman etkileyici araştırmasında bir evliliğin boşanmayla bitip bitmeyeceğini inanılmaz bir isabetlilikle öngörebilen bir sistem geliştirdi.

İlk araştırmalarında sohbet eden çiftleri filme çekerken sesi kapattı ve birbirleriyle konuşurken sadece yüz ifadelerini izledi. Yinelenen aşagılama ve tikslenme ifadelerinin boşanmanın önemli öngörü unsurları olduğunu buldu. Bu kadarı, bir insanın yüzünde herhangi bir anda kısacık beliren duygulardan okunabilir. İlginçtir ki, diğer taraftan aynı yüz ifadelerinin denekler arasında yüksek düzeydeki bulaşıcı hastalıkların ve muhtemelen uzun süreli rahatsızlıkların göstergeleri oldukları keşfedildi.

İnsanların üniversite mezuniyet resimlerindeki tebessümlerinin yaşamlarının geri kalanındaki mutluluk düzeyini öngördüğünü ifade eden kırk yıl önce yapılmış bir çalışma bile vardı! Yıllar içerisinde deneklerle düzenli aralıklarla görüşmeler yapıldı ve yirmi bir yaşlarındaki sırtıma yoğunluğunun gelecek yaşam dene-

yimlerinin habercisi olduğu keşfedildi. Eğer iki ana kas hareketi mevcutsa (ağızlarının çevresinde elmacık kemiğindeki ana kas ve gözlerinin etrafındaki orbicularis oculi kası), gülümseme gerçektir ve bu kişiler istikrarlı bir şekilde mutlu yaşamları olduğunu bildirdiler. Bu kişilerin bütün o süre zarfında sorunsuz bir yaşamları olduğu şüphe götürür. Hepimiz gibi, boşanmalar yaşamış, hasta olmuş veya işlerini kaybetmiş olabilirler. Daha ziyade, deneyimlerini nasıl değerlendirdiklerini belirleyen, yaşama karşı tavırları olmuş olmalı.

Mezuniyet resimlerinde gülümsemeyen insanlar ya da her iki kasın hareketinin görülmediğı sahte gülüşleri olanlar, çok farklı bildirimlerde bulundular. Yaşamlarının genelde mutlu geçmediğini söylediler. Büyük olasılıkla onların da aynı oranda zor zamanları olmuştu, ancak yirmi bir yaşında yüzlerinde bulunan gizli işaretler olumsuz davranışlara zaten yatkın olduklarını gösteriyordu.

Gördüğünüz gibi, yüzünüz gerçekte kim olduğunuza dair pek çok ipucu barındırır. Aslında içsel alanınızın, yani kuvvetli yollarınız, zorlandığınız alanlar ve yaşamınızı betimlemeye devam edecek olan taşıdığınız duygusal ve davranışsal örüntülerin bir haritasıdır yüzünüz. “Yaptığımız şeyi yapmayı hep sürdürürseniz, hep elde ettiğiniz sonuçları almaya devam edersiniz” deyişini duymuşsunuzdur. Eğer geleceğinizi geçmişinize dayanarak inşa ediyor olduğunuzu fark edebilirsiniz, o andan itibaren değişmek için gereken gücü kazanırsınız. Bu da yüz okumanın size sunduğı bir başka fırsattır.

Yargı

Bazen, insanlar yüz okumayı öğrettiğimi duyduklarında, “Ah, ben zaten hep yüzleri okurum” diye çığlık atarlar. Yukarıda görmüş olduğumuz gibi, etrafımızda bulunanları doğal olarak gözlemlediğimiz ve onlara tepki verdiğimiz *elbette* doğrudur. Ancak çoğı insan diğerlerini “okurken”, bunu neyi gördüklerinin gerçek kavrayışıyla yapmazlar. Bilakis, bu genellikle yargı ve önsezinin bir karışımıdır. Tepki verme eğilimimizin bir biçimi de

yargıya yol açan geçmiş deneyimlerimizin bilinçdışı belleği ile olur. Birisinin gözleri veya yüz yapısı bize olumlu ya da olumsuz bir deneyimimizin olduğu bir başkasını belli belirsiz anımsatabilir. Bu anımsatma yeni tanıdığımız bu insana verdiğimiz bilinçaltı tepkiyi o anki durumumuz için faydalı veya anlamlı olmayabilecek şekilde renklendirebilir. Atölyelerimden birinde bir kadın, sırf en sevdiği amcasına benziyor diye oğlu için belirli bir karate hocasını seçtiğini aniden fark etti. Oysa oğlu eğitmeninin alaycı kişiliğini cesaret kırıcı buluyordu. Kadın, kişisel geçmişinin bunun kötü bir eşleme olduğunu kabul etme dirayetine müdahale ettiğini anladı.

Başkalarına bilinçsiz yargıyla gösterdiğimiz reaksiyonları etkileyen ikinci bir yol daha vardır: Farkında olsak da olmasak da, etkileşirken hepimiz birbirimizin enerjisini okuruz. Aynı frekansta olduğumuz insanlara karşı genellikle bir çekim duyarız. Eğer farklı bir frekansta iseler pek bir yakınlık duymayabiliriz, hatta onlarla yıldızımız barışmayabilir de. Fakat bu hükümler hemen yakındaki amaç için geçerli olmayabilir. Birisine neden öyle davrandığımızın farkında olmak, tepkiler içinde kaybolup gitmekten se akıllı seçimler yapmamız için bizi güçlendirir. Yüz okumak bu enerjiyi bilinçli bir şekilde algılamayı öğretir.

Atölyelerimden birindeki bir başka öğrenci aynı şeyi oğlunun üçüncü sınıf öğretmeniyle yaşadığını fark etti. Kadın, öğretmenin aşırı sinirli ve gergin olduğunu düşünerek az kalsın oğlunu başka bir sınıfa nakledecekti. Öğretmen her ayrıntının üzerinde ısrarla duruyor ve hiç bir şeyin kaytarılmasına izin vermez görünüyordu. Annenin daha tasasız bir kişiliği vardı ve öğretmenle her görüşmek zorunda kaldığında strese giriyordu. Fakat oğlunun önceki üç yılda gözden kaçan öğrenme bôzukluğunu tespit eden de bu öğretmen olmuştu. Anne sorunun keşfedilme nedeninin işte bu ince ayar farkındalık olduğunu anladı. Enerjisi sinirini bozan bu kişi sayesinde, oğlu belki de okuldaki düş kırıklığı dolu yıllardan kurtarılmaktaydı.

Sınıfıma devam ettikten sonra anne öğretmene yaklaşmak için artık onun kişiliğine gösterdiği gergin tepkiyi giderecek araçlara sahip olduğunu söyledi. Ayrıca öğretmenle nasıl konuşacağını, hangi sözcükleri kullanacağını ve hatta annenin enerjisine verece-

ği tepki nedeniyle öğretmenini kendini kapatmaması için vücudunu nasıl kullanacağını ve ne kadar mesafede duracağını da anladı. Öğrencim sanki aniden bir yabancı dili konuşabildiğini keşfetmiş gibi olduğunu söyledi.

Önsezi

İnsanlara baktığımızda bir de önsezimizi kullanırız ki bunun da inanılmaz yararları *olabilir*. Bu, “bildiğimizi bilmeden önce bilmek” duygusudur, enine boyuna düşünmeden önce bile sorunun yanıtını bilmektir. Batı kültüründe önsezi büyük ölçüde hafife alınmakta idi fakat neyse ki zaman değişiyor. Gene de çoğumuz gerek olduğunda o sezgisel duyguyu her zaman toplayamayız.

Birçok insanın, eğitim, uygulama veya farkındalık olmaksızın tepkilerin bilinçsiz yargıya mı yoksa gerçek sezgisel bilgiye mi dayandığını ayırt etmesi nadiren mümkün olur. Oysa kendi içinizdeki dengeyi tutturduğunuzda kişisel önyargılarınızın ne zaman işe karıştığının daha kolay farkına varırsınız ve içsel kılavuzunuz bir direniş olmaksızın akabilir.

Yüz okumayı önsezinizin size söylediklerini doğrulamak için kullanabilirsiniz. Atölyelerden sonra bu konuda öyle çok e-posta aldım ki yüz okumanın önsezilerinizi eğitmenin yepyeni bir yolu olabileceğini gerçekten düşünüyorum. Şu aralar kişisel koçluk yapan bir öğrencim adamın biriyle çalışırken akıntıya kürek çektiğini yazmış. Danışanı büyük bir şirket için uzun süreli plan yapmakla sorumlu olduğu bir işe girmiş. Adamın bu yeni pozisyonunda amacına ulaşmasına yardımcı olmak için koç harika düzenli bir sistem yaratmış ve adamın sistemden ayrılmaması için çok çalışmış, ancak adam plana sadık kalamamış ve anlaşılan işinde giderek mutsuzlaşıyormuş.

Seansıma katıldıktan sonra, bu özel öğretmen o süreçte sezgisel bir duygunun kendisini rahatsız etmekte olduğunun farkına vardı, ama bunu daha önce göz ardı etmişti. “Daha ilk günden itibaren, bu işin bu adama göre olmadığına dair güçlü bir duyguya kapıldım. Yüz okuma atölyesinden sonra, danışanımın belki de yanlış bir

kariyer yolunda ilerlediğinin teyidini almak için yüzüne tek bir bakış atmam yetti.” Yüzü, karmaşık projelerde asla sivrilemeyeceğini gösterdi; aslına bakarsanız uzun süreli planlar kesinlikle onun harcı değildi. Onun yerine, karmaşık stratejiler yaratmak için kısa süreli zorlanmalar ve az sayıda koşul getiren rekabetçi bir pozisyonda başarılı olacaktı. Bu kavrayışla birlikte, özel öğretmenin işinde başarı kazanmak ve tatmin bulmakta kendisine yardımcı olacak yollara ilişkin yenilenmiş bir vizyonu oluştu.

Bir başka öğrencim de yüz okumayı flört ederken “tersinden” uyguladığını anlattığı bir e-posta gönderdi. “Sezgisel saptamalarımı hissedip *sonra* kanıtı için çocuğun yüzünü kontrol ediyorum. Şimdiye kadar her seferinde işe yaradı ve eminim beni bazı gönül yaralarından da kurtarmıştır!”

Kendi yüzünüzün ve başka yüzlerin aslında neler söylemek istediğini öğrenmek inanılmaz güçlendirici bir deneyim olabilir, zira geçmişte insanlara göstermiş olduğunuz tepkiler için yeni bir kavrayış kazanırsınız. Bu bazen duyumsadığınız şeyi kanıtlar ve önsezinizi doğrular ya da duruma çok fazla kişisel yargınızı kattığınızı size gösterebilir. Yüzünüzün size neler söyleyeceğini öğrenmek aynı zamanda dengeye kavuşmanıza da yardım ettiğinden, bu noktadan itibaren kullanılmaya hazır olan önsezisel zekânızla hayatınızı sürdürebilirsiniz.

Dördün Anlamı Dörttür

Feng shui uygulamaları yaptığım işimde, bu fikirlerin Batılı yaşamda faydalı olabilmeleri için tercüme gereksinimleri olduğunu anladım. Bu öğreti binlerce yıldan fazla bir sürede Çin’de evrimleşti ve çoğu ancak o kültür içinde anlamlıdır. Feng shui’nin dünyanın bu bölgesinde uygulanabilir olması için hangi yönlerinin kültürel açıdan uygun olmadığına ve belki de bir yoruma ihtiyacı olduğuna dikkat etmem gerekti.

Örneğin, çok basit bir örnek, dört sayısı meselesidir. Çince bu sayı için kullanılan sözcüğün kulağa çalınışı *ölüm* için kullanılan gibidir, bu nedenle dört sayısının yaşamınızda olması bü-

yük uğursuzluk olarak nitelenir. Hiç kimse ev adresinde, araba plakasında ya da cep telefonu numarasında bir dört rakamı olsun istemez. Oysa Batı'da dört rakamının anlamı... dördttür. Hiçbir uğursuzluk çağrışımı olmadığı gibi "uğur" kavramının çoğu Avrupa ülkesinde bu denli büyük önemi de yoktur. Gene de evlerinin kapı numarasında dört rakamı var diye insanlara bir takım yasal cambazlıklar yapmalarını öneren Batılı feng shui danışmanları gördüm!

Asya kültürlerinin birçoğunda beyaz renk yas tutmakla ve ölümle ilintilidir. Oysa Batı'da saflığı ve temizliği çağrıştırır. Feng shui'deki sözde şanslı yönler bile, kavramların hangi ülkede doğduğu ile çok bağlantılıdır. Çin'de güney yönünün faydalı addedilme nedeni, ülkenin birçok yerinde eviniz güneye baktığı takdirde Gobi Çölünden esen kum fırtınaları ön kapınızdan içeri girmedeği içindir! Bir de bu yönün tarihsel olarak olumlu bir anlamı da vardı: Çin kuzeyden inen ordularca fethedilmişti ve bu nedenle güneye dönmek çok uzun zamandan beri ulusal bir başarı duygusuyla bağlantılıydı. Bu çağrışımlar dünyanın diğer bölgelerinde aynı anlamları taşımazlar.

Aynı şekilde, yüz okuma eğitimi almaya başladıktan bir süre sonra orada da kültürel etkilerin dikkate alınmaları gerektiğini gördüm. Geleneksel Çin yaklaşımı tümüyle yargıya dayanıyordu; genellikle para meselelerine veya materyalizme dayalı olarak her şey ya uğurlu ya da uğursuzdu. Eğer uğurlu bir yüz çizgisinden söz ediliyorsa, bu genellikle size parasal başarı veya iş başarısı getirecek demektir.

Ayrıca, halk arasında neyin şanslı olduğunun beyanı da birçok durumda tümüyle farklı bir çağa takılıp kalmış görünüyordu. "Sert Kadın Yanakları" simgesini ele alın, örneğin. Hatları böyle dikkat çeken bir kadınla evlenmek güya büyük şanssızlıktır, zira yaşamınızı yönetmeye kalkacaktır! Belki üç bin yıl önce Çin'de insanın böyle bir karısının olması, ya da yanakları söyleyecek bir fikri olduğunu gösteren bir kadın olmak gerçekten de şanssızlıktı. Ama bugün, bu çağda, bu nitelik olumlu bir güç işareti olarak düşünülebilir. Eğer ne düşündüğünüzü açıkça söyleyebiliyorsanız, bu güçlü bir kadın olduğunuzu gösterir. Ve zamanımızda, ço-

ğu meslekteki kadınların ev çekip çevirmekten şirket yönetmeye kadar her şeyde otorite sahibi olmaları gerekebiliyor.

Geleneksel olarak, dolgun dudaklı bir adamın mahvolup öleceğinin kaderinde yazdığı düşünülürdü. Bu yüz biçimi, adamın şehvet düşkününü ve ilişkiye girmeye teşne olduğunun, bu yüzden bütün parasını ve enerjisini kadınlara harcayarak bitkin ve sefil öleceğinin işareti olduğunu düşündürürdü. Eh, dolgun dudakların ne anlama geldiğini yorumlamanın bir yolu budur. Doğrusu, bu dudaklar cömert, yaşamın tadını çıkarmayı bilen ve ilişkilere çok önem veren bir kişinin de işaretidir. Bu adam rahatlıkla, birçok arkadaşı olan, yaşamın zevklerinden haz almanın birçok yolunu bilen ve ilişkilerde duygusal olmaya müsait bir adam da olabilir. Kaçırılmayacak birisi gibi duruyor!

Dolayısıyla, yargının yerine farkındalığı koymak benim için önemliydi. Bu sizde bir sorun olup olmamasıyla değil, sadece kim olduğunuzun ve doğal akışınızla dengede en kolay nasıl yaşayabileceğinizin esasını anlamakla ilgilidir. “Güçlü” yanakları olan bir kadın işteki itaat gerektiren bir pozisyonundan herhalde hoşnutluk duymaz; dolgun dudaklı bir adam da doyurucu şahsi ilişkileri olmadan mutlu olmayacaktır.

Bahsettiğim gibi, yüz okuma ilk olarak Çin’de binlerce yıl önce bir sağlık tanılama yöntemi olarak gelişti. Gücü daha iyi kavrandıkça etkisi tıbbın ötesine yayıldı ve çöpçatanlık ve iş yapılacak kişiyi seçmek gibi önemli yaşam kararlarında kullanıldı. Ancak zaman içinde, bu bilgi, feng shui gibi, halk arasında yavaş yavaş yozlaşarak batıllaştı. Taocu kökeninin zengin felsefesinden sıyrılınca, geriye sadece arkasındaki ilkelerin hiç idrak edilmediği bir sürü kural kaldı.

Böylece, kültürün genelinde bu uygulama derinliğini kaybetti ve oldukça kaderci bir hale geldi. Yüzünüz yazgınızı belirlerdi. Eğer “uğursuz” yüz hatlarıyla doğmuşsanız sizin için olup olacağı bu kadardı! Elbette bu bir bakış açısını fazlaca kısıtlamaktır ki şimdiki yaşamımız ve günümüz bir yana, kadim Çin’de bile faydalı ya da anlamlı değildir. “Kötü” ve “iyi” yüz hatlarının olduğunu varsaymak, akli, hiç kimseye yararı olmayan bir dizi korkuya dayalı bildirime indirger.

Bir de, yüzünüz yalnızca herhangi bir andaki içinizdeki sizin bir yansımasıdır. Siz değıştikçe görüntünüz de değışir. Geleceğiniz yüz hatlarınıza, sadece o ana kadarki kişiliğinizi yansıttıkları kadarıyla yazılmıştır. Siz kendi içinizde dönüştükçe, o da değışir. Geleceğiniz önceden belirlenmemiştir.

Buda'ya atfedilen harika bir alıntı vardır: “Bugün kim olduğunuz çünkü seçimlerinizin sonucudur, yarın kim olacağınız bugünün kararlarının sonucu olacaktır.” Yüzünüz, geçmişte kim olduğunuzu ve bunun dönüştüğünüz insana nasıl katkıda bulunduğunu gösterir. Ve değışmek için gücünüz her an ve hep vardır.

Yüzünüz yaptığınız her ayarı yansıtır. Kişisel gelişme ve değışim yaşayan insanlarda çarpıcı fiziksel değışikliklere tanık oldum. Kaşların farklı bir şekilde büyüdüğünü, dudakların değıştiğini ve kırışıkların azaldığını ya da kaybolduğunu gördüm. Bazen cilt, kıkırdak ve kemik yapısının bile içteki gerçek çalışmanın bir sonucu olarak değıştiği görülür. Yüzünüz içsel olarak kim olduğunuzun gerçek bir aynası gibidir.

Bu Kitabı Kullanırken

İşte size bu kitabı incelemeyi sürdürdüğünüz sırada dikkat etmeniz gereken bir not: Bu bilgiyi eğer kendi yüzünüzün size dair anlatacaklarını okumak için kullanıyorsanız, boş bir zihinle başlamaya çalışın. Aynaya, sanki bu kişiyi daha önce hiç görmemişsiniz gibi bakın. Geline o noktada yüzünüze tarafsız olarak bakabilecek belki de en son kişi sizsinizdir. Çocukken birileri burununuzla alay etmiştir, kulaklarınızdan utanıyorsunuz ya da sonunda tıpkı annenizinkiler gibi kırışıklıklarınız olacağından endişe duyuyorsunuzdur. İşte bu nedenle, yüzünüzde gerçekten olanı görmemiz çok zor olabilir.

Bu kitabı yüz çizgilerinize bakarak size kendi gözlemlerini sunabilen birkaç arkadaşınızla birlikte kullanmak yararlı olabilir. Ve sizinkiyle karşılaştıracığınız başka yüzlerin olması da faydalıdır. Sırf bu nedenle atölyelerimdeki uygulama seanslarımız her zaman gruplar halinde olur. Birden fazla insandan içgörüler al-

mak ve kendinizi diğlerleriyle kıyaslayabilmek, “burnunuzun ucundaki şeyi!” görmenin harika bir yoludur.

İncelemeye başladığınız münferit yüz çizgilerinin boyutlarını o özel yüzün diğler bölümlerinin oranlarıyla karşılaştırarak değerdendirmeniz gerekir. Bir insandaki büyük çene bir başkasında küçük durabilir. Ayrıca, her zaman ırk içinde okuyun -yani, Beyaz ırkın yüzlerini diğler Beyazlarla, Afrikalıları Afrikalılarla, Asyalı bir yüzü Asyalılarla, v.s. karşılaştırın. Melez ırkın yüzlerini de okuyabilirsiniz; sadece bu biraz daha pratik yapmayı gerektirir.

Bir de, basmakalıp yaklaşımın olmadığını akılda tutmak elzemdir. Bir yüz çizgisinin anlamı diğler çizgilerin anlamları tarafından genellikle değıştirilir ya da hatta kontrol edilir. Bu kitabı okurken kendinizi, *Yo olamaz! Benim de öyle bir burnum/ağzım/kulağım var!* diye düşünürken bulabilirsiniz. Akılda tutulması zorunlu olan, tüm yüz çizgilerinizin, siz ve sadece siz olan özgün bir koreografi yaratmak için her birlikte dans ettikleridir. Bazıları diğlerlerinin etkilerini azaltır; bazıları da vurgular. Bu, doğanın güzel, karmaşık bir örüntüsüdür ve evrende başka hiçbir şeye benzememenizi; öte yandan diğler her şey gibi olmanızı sağlayan da odur.



YOL HARİTANIZ



Yüzünüzü keşfetmeye başlamanın en kolay yollarından birisi, zamanın şu anki noktasında kim olduğunuzu esas alarak, yaşam yolculuğunuzun, her on yılı hatta her bir yılın nasıl olacağına dair yol haritasını gözlemlemeyi öğrenmektir.

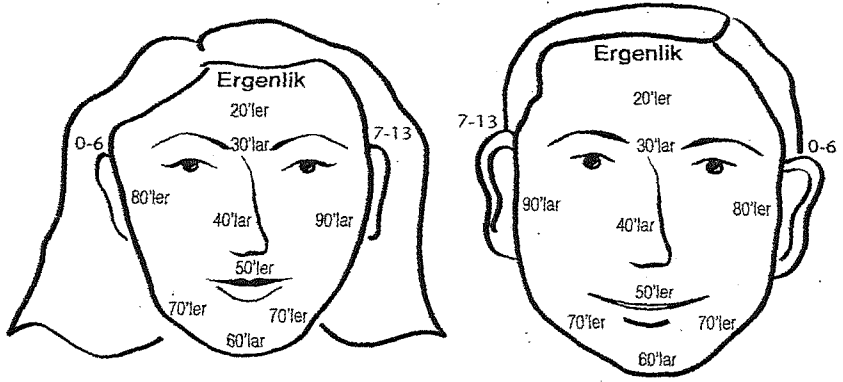
Yüz hatlarımızın her biri yaşamımızın yaklaşık on yılını temsil eder. Geniş, güçlü ya da özellikle güzel bir uzuv ya da hattın ona karşılık gelen yılların genelde olumlu geçeceğini ifade ettiği düşünülür. Ayrıca, yüzümüzün bölümleri genel yaşam deneyimimizin gidişatını önceden haber verirler.

Yüzünüzdeki en önemli iki belirleyici hat türüne “Dağlar” ve “Nehirler” denir. Dağlar kemiklidir: alın, burun, çene ve çene kemikleri. Nehirler bir tür nemliliği olan yumuşak bölgelerdir: kulaklar, saç çizgisi, gözler ve ağız.

Genelde, Dağlar, yaşamınızda “yang” [eril] enerjinizi dünyaya çıkıp deneyimler edinerek ve bazı işler başararak geliştirdiğiniz zamanlar olarak düşünülür. Nehirler, üzerinde çalışılması gereken derin duygusal meselelerin ortaya çıktığı, yaşamınızın daha çok “yin”[dişil] aşamasına girdiğiniz zamanlardır. Bunlar

zorlu ilişkilerle karşılaştığınız veya bir şekilde içsel gelişme sürecinden geçtiğiniz zamanlar olabilir.

İsterseniz bu topografyadan geçerek yaşamınızdaki aşamaların büyük resmini size nasıl gösterebileceğine bakalım.



Şekil 1: Yaşamın on yılları.

Kulaklar = Çocukluk

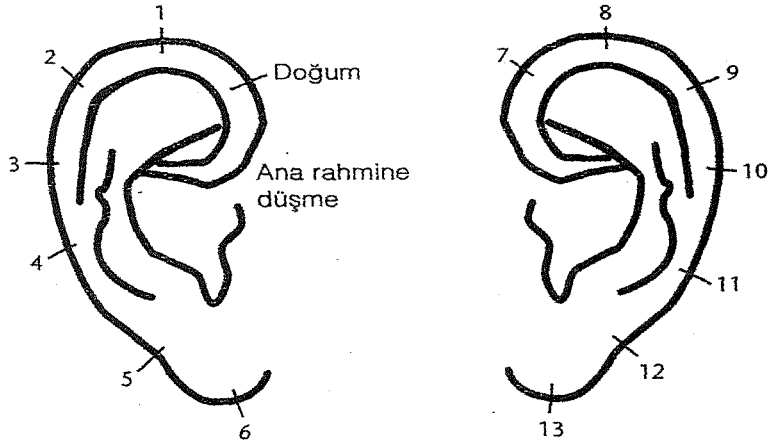
Kulaklarınızda okuyabileceğiniz pek çok şeyden birisi ana rahmine düştüğünüz andan on üç yaşına kadar olan çocukluk deneyiminizdir. Kadınlarda, sağ kulak ana rahmine düşme anından altı yaşına kadar olan dönemi gösterir, sol kulak da yedi yaşından on üç yaşına kadar olanı. Erkekler için tam tersidir: Sol kulak ana rahmine düştükten altı yaşına kadar, sağ kulak ise altı yaşından on üç yaşına kadar geçen dönemi gösterir. (Bkz. Şekil 2, Sayfa 36).

Bu yaşam deneyiminizin en başıdır: savunmasız, masum ve kendinizi duygusal veya fiziksel olarak korumaktan aciz olarak dünyaya gelişiniz. Bu nedenle, çocukluktaki ciddi sıkıntılar kim olduğunuzu şekillendirmekte özellikle güçlü olabilir; yaşamınızın geri kalanı boyunca yankılanabilir. Eğer o sırada yaşadığınız bir zorlanma sizi ömür boyu etkilediyse, kulaklarınızda

iz bırakabilir. Kulaktaki bu görünür etki salt genel bir stres işareti-nden veya duygusal üzüntünün yaşandığı bir zamandan, travmaya ve hatta hayatın o anındaki bir tacize kadar çeşitli deneyimlerin işareti olabilir. Genellikle, iz ne denli güçlü ve fark edilebilir türdense, o zamanki deneyimin acısı da o denli güçlü demektir.

Başlamak için, kulağınızın başınıza eklemleendiği yerde üst bölgesindeki noktaya dokunun. Kadınlar bunu sağ kulaklarında, erkekler sol kulaklarında kontrol etsinler. Bu nokta size ana rahmine düştüğünüz an ile doğum arasında şimdi yaşamınızı etkileyen herhangi bir deneyim olup olmadığını gösterebilir. Ana rahminde geçirdiğiniz ayların duygusal gelişmenizde önemli etkisi olduğuna inanılır. Eğer doğum öncesi veya doğum esnasında sizi strese sokacak bir şey olursa, kulağınızın o noktasında bir işaret bırakabilir. Çoğu hallerde bu nokta pek önemsenmez. Ancak eğer bu noktada bir çukur, bir oyuk ya da bir çıkıntı hissederseniz, bu, yaşamınızın o ilk döneminde ciddi bir şeylerin olduğu anlamına gelebilir. Vücudun bu bölümünün nasıl farklı olabildiğinin deneyimini kazanmak için bazı arkadaşların kulaklarını incelemek ilginç olabilir!

Üzerinizde gerçekten bu denli etki bırakabilen doğum öncesi deneyimlerinizin olabileceğine inanmak belki zordur, ancak son bilimsel keşifler bunun tümüyle olası olduğuna işaret ediyor. Nöro bilimci Candace Pert'in çığır açan çalışmasının araştırdığı nöropeptidler, yani "duygu molekülleri", duygu iletilerini gerçek fiziksel değişiklikler yaratarak, beyinden tüm vücuda taşır. Annenin nöropeptidlerinin plasentadan geçerek bebeğin kan dolaşımına girdiği artık biliniyor; annenin duygusal travması ceninin oksijensiz kalmasına neden olabilir. 1990'larda İtalyanların bir çalışmasında, araştırmacılar hamile bir grup kadından ve onların kocalarından kısaca tartışır gibi yapmalarını istediler. Ebeveynlerin sadece rol yapmalarına rağmen, ceninler annelerinin bedenleri içinde sıkıntıya girdiler.



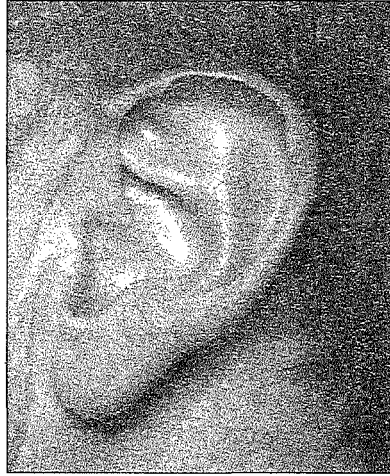
Şekil 2: Kadınlar için, sağ kulak ana rahmine düşme anından altı yaşına kadar olan yaşam deneyimini gösterir. Sol kulak yedi yaşından on üç yaşına kadar olan dönemi ortaya koyar. Erkekler için, önce sol kulaktan başlayın, sonra da sağ.

Annenizin gebelikte strese girmiş olabildiğine (kimin annesi girmemiş ki?) ya da doğumunuzun çok zor olmuş olabildiğine dikkat etmek önemlidir, fakat o deneyim yaşamınızı bir şekilde hâlâ etkilemiyorsa, kulakta bunun herhangi bir emaresini görmezsiniz. Sadece, yaşamınızı halen etkileyen meselelerin emarelerini taşırsınız. Taşıdığınız bir iz, stresin yolunuzda hâlâ bir engel olduğu anlamına gelebilir. Bununla birlikte, o deneyimin tümleşmiş güçlü bir ders olduğu anlamı da taşıyabilir ve bu dersin nedensiz önemli olduğunu göstermek için o iz orada kalır. Hangisinin sizin için doğrusu olduğunu kendiniz bileceksiniz.

O noktada gördüğünüz bir iz ya da hissettiğiniz herhangi bir çukur veya çıkıntı, o ilk dönemdeki deneyiminizin şimdiki anda kim olduğunuzu bir şekilde etkilediğini gösterir. Fakat olağandışı bir şey bulursanız endişelenmeniz gerekmez. Öykünüzün sadece bir bölümüdür bu, özgün bir insan olarak sizi oluşturan şeyin küçük bir parçası. Yüzünüzün keşif yolculuğuna daha şimdi başlıyorsunuz!

Çocukluk öyküsünün devamını okumak için kulaklarınızın kenar kıvrımındaki (heliks) önemli değişikliklere bakın. Şekil 2’de

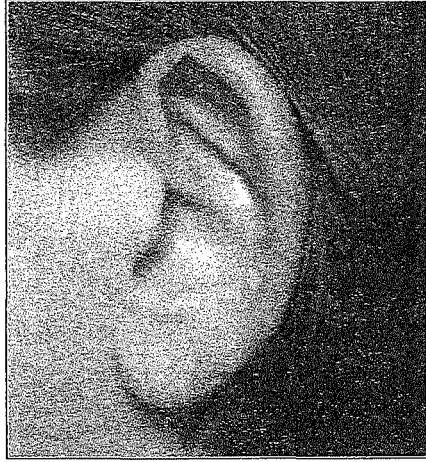
görebildiğiniz gibi, çocukluğun her yılı kenar kıvrımında yaklaşık bir başka 1,25 santimetreye tekabül eder. Kıvrımın inceldiği bir bölge varsa (Şekil 3), bu genellikle güvensiz hissettiğiniz ya da sizden bir şeylerin alındığı bir döneme işaret eder. Örneğin, eğer kıvrımın inceldiği yer kulağın tepe kısmındaysa, bu olayın doğumdan kısa bir süre sonra olduğu anlamına gelir. Bu durumlarda, örneğin, hastalığı nedeniyle bebeğinden ayrı kalmış bir anne gibi, genellikle bir ebeveynin yokluğunu bulurum. Çocuğun yaşamının o noktasında bir boşanma olmuş, bir ebeveyn evden gitmiş ya da daha az çarpıcı ama gene de gerilimli bir şey olmuş olabilir.



Şekil 3: Bu kulağın kenar kıvrımındaki ince bölge bir yaş civarında başlayıp yaklaşık iki yıl süren güvensizlik duygusu ve bakım eksikliğini ifade eder.

Kenar kıvrımındaki ince bölgenin uzunluğu bu stresin ne kadar sürdüğünü gösterir. İncelen sadece kısa bir bölgeyse, olayın ya da deneyimin etkisi kısa sürdü demektir. Bu, bir kardeşin doğumuyla ilginin sizden uzaklaştığı bir dönemi yansıtabilir; okula başladığımız yaş ya da ailenin evcil hayvanının ölümü de olabilir. Hayatta başımıza *ne* geldiği o kadar önemli değildir, bu olaya ilişkin *ne hissettiğinizi* anlamak önemlidir.

Eğer kenar kıvrımında bir çentik varsa (Şekil 4), bu bireysel bir vaka, bir kerelik stresli bir olaydır. Bu bir kaza veya hastalık gibi fiziksel bir şeyin de işareti olabilir.

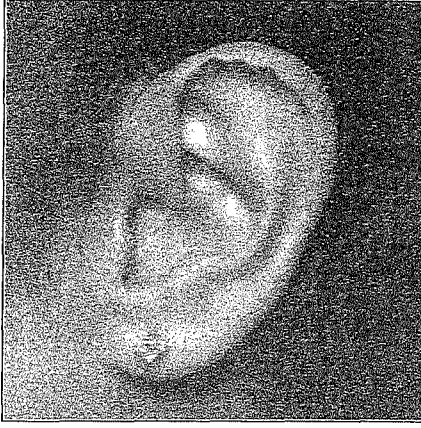


Şekil 4: Bu kulağın tepesindeki çentik sekiz yaş civarındaki stresli tek bir vaka-yı gösterir.

Eğer kulağın kenar kıvrımı ütülenmiş gibi yassı ya da sıkıştırılmış gibi düz ise, bu yaşamın o aşamasındaki bir bastırılma işaretidir. Örneğin, atölye çalışmalarından birinde köktendinci bir ana babayla büyüyen bir öğrenci vardı. Evde eğitim almış ve kilisenin dışındaki çocuklarla oynamasına izin verilmemiş. Anne ve babası inançlarında çok katı, koydukları kurallara riayetsizliğe verdikleri cezalar çok ağır olmuş. Tüm çocukluğunda baskı görüp kontrol edildiğini söyledi ve her iki kulağının da kenar kıvrımı yassıydı. On altı yaşında evden kaçmış ve asla geri dönmemiş.

Kulağın kenar kıvrımındaki tümsekli bölge (Şekil 5) çocukluk döneminde inişli çıkışlı bir döneme delalet eder. Ancak, eğer büyük bir çıkıntı varsa bunun aslında olumlu olduğu düşünülür. Çinliler yüzden dışarıya doğru çıkıntı yapan her şeyin faydalı olduğuna inanırlar. O yaştaki deneyimin hoş bir deneyim olduğu anlamına gelebilir bu, ama öyle olması da gerekmez. Çalışmalar

rımda, bu örüntüyü taşıyan kişinin bazen, geçmişte yaşananın zor olduğunu fakat uzun dönemde güçlü olumlu etkisi olduğunu ortaya çıktığını bildirdiğini gördüm.

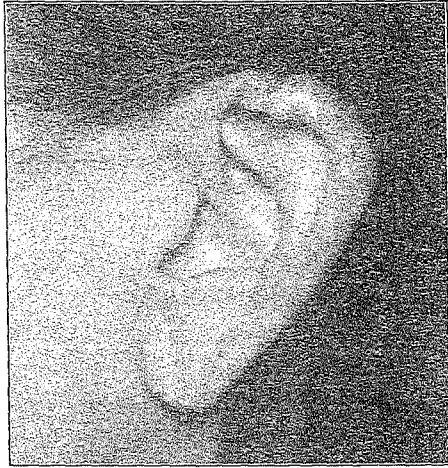


Şekil 5: Bu kulağın tepesindeki engebeli bölge yaklaşık sekiz, dokuz yaş civarında yaşanan iniş ve çıkışları yansıtır.

Kulaktaki işaret olayın olduğu yaşa tam olarak karşılık gelebilirse de, yaklaşık olması olasılığı da vardır. Genel bir kural, olayın söylenen tarihten bir yıl önce veya sonra olmuş olabileceğidir. Olayın neden olduğu stres en güçlü etkisini izleyen dönemde göstermiş olabildiği için bu da mümkündür. Örneğin, siz üç yaşındayken ikiz erkek kardeşleriniz doğmuş olsa, ana babanızdan yeterince ilgi görmemenizin stresi bir veya iki yıl sonra kendini hissettirmiş olabilir. Kendi kulağınızı veya bir başkasınınkini okurken bunu aklınızda tutmanız önemlidir.

Kulaktaki herhangi bir izin, çentik, çizik, kırışık, benek veya renk değişiminin bir anlamı vardır. Ancak, yüzünüzün herhangi bir yerindeki her minik noktayı incelemeye kalkarak sinir hastası olabilirsiniz! Önemli olanlar kolayca görülen, en belirgin olanlardır. Kulaklarınızın ilk üç yılınız hakkında neler gösterdiğini incelemeyi çok önemserim, zira o ilk yılların çeşitli yollardan yaşamınızın geri kalanı için beklentilerinizi, inanç sisteminizi oluşturduğunu biliriz.

Bununla birlikte, eğer kulağının herhangi bir noktası ezilmiş ya da biçimi bozulmuş olan birisini görürseniz, ona şefkat gösterin çünkü bu büyük olasılıkla çocuklukta bir istismarın işaretidir. Ancak bu, kulaklara gerçekten zarar verilmiş demek değildir. İster duygusal sıkıntı, hastalık ya da vücudun herhangi bir yerindeki fiziksel yaralanma nedeniyle olsun, çocuklukta yaşanan şiddetli stres vücudun bu bölümünde iz bırakır.



Şekil 6: Bu iz sekiz yaş civarındaki daha şiddetli bir stresin işaretini gösterir.

Bir zamanlar sağ kulağının biçimi son derece bozuk, dokuz yaş dönemi olaylarının iz bıraktığı yerde çok güçlü bir işaret bulunan bir danışanım vardı. Bu adamla bir süre çalışmıştım, bu nedenle genel anlamda yaşamını gayet iyi sezinleyebiliyordum. Dokuz yaşlarındayken başına ne geldiğini ona sorduğumda yanıtı beni şaşırtmadı. Afallamış göründü ve çok güvendiği bir amcanın cinsel tacizine uğradığını itiraf etti. Ama benim için en üzücü olanı, yetişkin yaşamında boğuştuğu sorunları gözlemlemek oldu. Aynı deneyimleri benzer bir dille tekrar tekrar anlattı: Derin bir dostluk kurmuştu ama “ihanete uğrayıp taciz edildiği” için bu dostluk yıkılmıştı; bir iş ortağı onu “kandırmış ve kazıklamıştı”; bir manevi öğretmen onu “kullanmış ve aldatmıştı.” Şimdiye dek

herkesten kuşkulanmıştı. Şimdiki yaşamı sanki çocukluk travmasının duygularının tekrar tekrar sahnelenmesi gibiydi.

Ancak, bunun ömür boyu taşıyacağı bir örüntünün işareti olarak kulağında görülebileceği olgusu onu ilk kez danışmayı düşünmeye, geçmişi yinelemekten onu kurtaracak içsel çalışmayı yapmaya itti. Bu adamı içsel gelişmesinden birkaç yıl sonra gene gördüm. Sağ kulağının kenar kıvrımı tümüyle normalleşme de değişmişti -gerçek kişisel dönüşümünün bir yansıması.

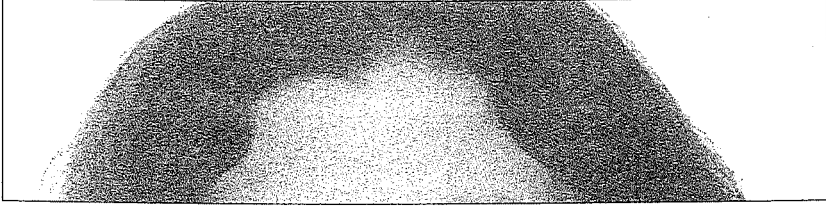
Yüz okuma atölye çalışmalarımın birine gelen bir adamın sağ kulağının kulakmemesi hiç yoktu ve öyle doğmuştu. On üç yaşındayken başına gelenleri tartıştığımızda, "Tüm yaşamımın değiştiği zamandı" dedi. Okulda sınıfının yaptığı çok ağır bir şakanın kurbanı olduğu ve herkesin önünde feci şekilde mahcup edildiği ortaya çıktı. Bu acımasız travma o andan başlayarak adamın yaşamını tümüyle değiştiren güçlü bir korkuyla sonuçlanmış. Yetişkin bir insan olarak bile sosyal olaylardan kaçır, iş gezilerine çıkamaz ve mümkün olduğunca evde tek başına çalışırdı.

Burada önemli olan, adamın bu travmatik deneyimi yaşamadan önce, kulağındaki bu şekil bozukluğuyla doğduğuna dikkat etmektir. İzler stresten önce veya sonra ortaya çıkabilir. Kulakmemesinin olmayışı o yaşa ulaşmadan önce tespit edilmiş olsaydı, en azından olayı daha iyi atlatabilmesi sağlanır, ona destek olunabilirdi. Buradaki gibi çok nadir durumlarda anormalliğin onarılması için estetik ameliyatı bile önerebilirdim. Bunun geçmişte yapıldığını gördüğüm vakalarda hafif bir stres hâlâ vardı ama yurarda tanımlanan kadar şiddetli değildi.

Saç Çizgisi = Ergenlik

Saç çizginiz duygusal gelişiminizin bir sonraki aşaması olan ergenlikle uğraştığınız dönemde yaşadıklarınızı temsil eder. Zorlanmalarla başa çıkmakta artık daha becerilisinizdir, bu nedenle bu yıllardaki stres çocukluktakinden farklı yaşanır. Gene de duygusal olarak hâlâ olgun değilsinizdir ve hepimizin bildiği gibi, sonuç olarak ergenlik insana epeyce zor günler yaşatabilir! Yaşamın

bu aşamasındaki üzüntüler saç çizginizin biçimini etkileyecektir. Sizin düzensizse -yani, düz bir çizgi ya da oval gibi pürüzsüz bir biçimi olmak yerine bir sürü iniş ve çıkışları varsa- büyük olasılıkla ergenlik yıllarınız özellikle çetin geçmiştir. (Şekil 7)



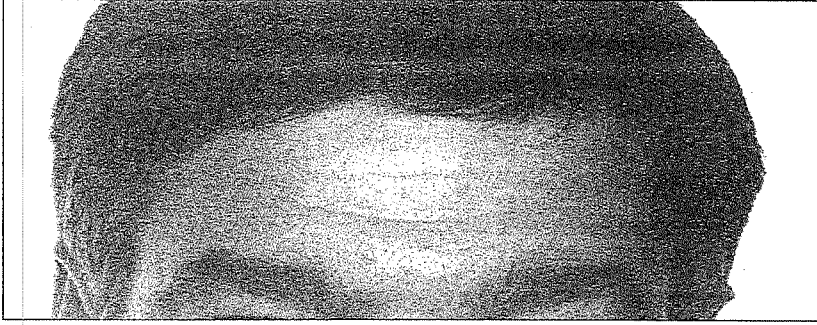
Şekil 7: Biraz düzensiz olan bu saç çizgisi ergenliğin zor geçtiğini anlatıyor

Alın = 20'ler

Alnınız yirmilerinize girdiğiniz zamanı ve o dönemdeki yaşam deneyimlerinizi gösterir. Üst alın bölgeniz ergenliğin son yıllarını, alnınızın ortası yirmili yaşların başından ortasına kadar olan dönemi ve alt alın bölgesi yirmili yılların sonlarında başınıza gelenleri temsil eder.

Alın, yüzdeki Dağlardan biridir; yani bir *yang*, aktif dönem, çoğu insanın ilk kez dünyaya açıldığı zaman. Bu dönemden geçtiyseniz, bu on yılın eşiğinde olmanın ne demek olduğunu bilirsiniz; ergenlikten henüz çıkmış ve dünyayı bildiğinizden pek eminsinizdir. Ancak sonra hayata atılır ve yaşamın *gerçekten* neye benzediğini görmeye başlar ve pek çok sürprizle karşılaşır-sınız!

Şaşırdığınız zaman nasıl bir yüz ifadesi takınırsınız? Kaşlarınızı kaldırır, alnınızda geçici yatay kırışıklar oluşturursunuz. Yirmili yaşlardaki hiç beklenmedik birçok olayla birlikte, yüzdeki kırışıkların genellikle alında oluşmaya başlaması hiç de şaşılası değildir. (Şekil 8).



Şekil 8: Alındaki yatay çizgiler ergenliğin sonundaki ve 20'li yaşlardaki güçlü deneyimleri gösterir.

Bir meslektaşım on dokuzunda evi terk etti ve yirmilerinde, gelişmekteki ülkelerde zorlu deneyimler atlatarak, ama kendisine ve genel olarak dünyaya dair muazzam çok şey öğrenerek dünyayı dolaştı. Alnı bugüne dek gördüğüm en derin çizgileri olandı, yaşamış olduğu serüvenleri, ama ne çok dersler öğrendiğini de açığa çıkartan, birbirine yakın duran, alnına kazınmış bir dizi yatay çizgi! Bu tür kırışıklıklar yaşamın salt o dönemindeki deneyim yoğunluğunun göstergeleridir. Kişinin yanlış bir iş yaptığı ya da bir derde düştüğü anlamı taşımazlar; tersine iyi öğrenilmiş yaşam derslerini gösterirler.

O halde, eğer alnınızda yatay çizgiler varsa, yirmili yaşlarınızda güçlü deneyimler yaşadınız demektir. Bu derin izlerin herhangi birini daha yakından incelerken, sürekli ve kırılmamış olanlara bakmanız gerekir. Eğer bir çizgi tam değil ve arada bir kırık oluşturduktan sonra alında devam ediyorsa, bu tam olarak anlaşılmamış bir dersle sonuçlanan bir yirmiler deneyiminin işaretidir. Ve yaşamın büyük olasılıkla, bu meseleyi sonuçlandırmanız için fırsatlar yaratmayı sürdüreceğini ifade eder.

Gözler = 30'lar

Otuzlu on yılınızın deneyimlerini göz çevresindeki bölgeden okuyabilirsiniz. Gözleriniz *yin* Nehri çizgilerinden biridir ve bu genellikle insanların, ister gönül ilişkilerinde ister kariyerlerinde olsun, duygusal “şeylerden” geçtiği ya da bilerek kişisel gelişimin

peşine takıldıkları bir dönemdir. Hallettiğinizi düşündüğünüz meseleler yeni baştan uğraşmanız için daha derin düzeyde yeniden ortaya çıkabilir. Yaşamınıza dair şeyleri yeniden sorgulamaya başlayabilir ya da bunun için sizi zorlayan deneyimler yaşarsınız.

Ne var ki, bu sorgulamalar yaşamın bu döneminde yapılması uygun ve sağlıklı işlerdir. Bu dönem genellikle kişisel gelişmenizdeki en büyük adımları -bazen de istemeden- attığınız zamandır. Böyle yapmayı ya kendiniz seçmiş, ya da eş, çocuk, anne, baba ya da meslektaş ile yaşanan zor bir ilişki sonunda bu işe zorlanmışsınızdır. Birçok duygunun yaşandığı bu dönemde, çetin duygularla boğuşmak göz çevresinde kırışıklar oluşmasına yol açar.

Ellili yaşlarının sonlarında olmasına rağmen göz çevresinde varsa da pek az kırışığı olan bir öğrencim vardı. Sonunda ona otuzlu yaşlarını nasıl geçirdiğini sordum. "Ah, on yılın tümünü spiritüel bir toplulukta, neredeyse hiç durmadan meditasyon yaparak geçirdim!" diye karşılık verdi. Elbette, ne bu eylem ve ne de bu ortam bir sürü zor duyguyu tetikleyecek veya çizgiler oluşturacak türden değildi.

Burun = 40'lar

Bu bir *yang*, Dağ on yılı, otuzlu yaşların içsel mücadelesinden sonra daha dışa yönelmiş bir dönemdir. Genellikle insanların bir nam edindikleri ve nihayet kariyerlerinde başarıya ulaştıkları bir zamandır. Dışarıdaki başarılarla yapılan vurgu nedeniyle, duygusal çalışmaya pek odaklanılmayan bir dönemdir, böylece burun bu türden stresi gösterecek çok az kırışık veya iz oluşturur. Elbette sorunlar herhangi bir on yıl içinde hep olur ve kırkların başında, bu sorunlar burnun etli kısmında değişiklikler olarak ya da burun kemeri boyunca çizgiler olarak ortaya çıkar.

Bir arkadaşımın kocasının burnu baştan aşağı yatay çizgilerle doluydu. Kırklı yaşları boyunca yaşamında bazı önemli engellerle karşılaştı. O on yıl içinde işini kaybetti, iflasını ilan etmek zorunda kaldı, madde bağımlılığına karşı tedavi gördü ve evlat kaybının acısına dayandı.

Eğer burnunuz yüzünüzdeki diğer hatlara kıyasla daha fazla göze çarpıyorsa kırklı yaşlarınız çok olumlu geçmiş demektir. Bu, ge-

nellikle işinizde nihayet belirli bir başarı düzeyine ulaştığınız veya otuzlarınızdaki içsel süreçten sonra yeni ve daha dengeli bir yaşama başladığınız zamandır. Bu on yılın başlangıcında boşanma, iş değişikliği veya odağın tümüyle değişmesiyle birlikte, geçmişle önemli bir kırılma yaşamak olağandışı değildir. Böylesi deneyimleriniz ol-duysa, büyük olasılıkla burnunuzun en üstünde, gözlerinizin arasın-daki bölgede yatay bir çizgi göreceksiniz (Şekil 9). Bu da yaşamda bir başka önemli dönüşüm zamanıdır ve eğer bu yaşta büyük bir de-ğişim olduysa, değişimi işaretlemek için bir çizgi meydana gelir.



Şekil 9: Bu kadının gözlerinin arasındaki yatay çizgiler 40'lı yaşlarına girer-ken yaşamında önemli bir değişimin olduğunu gösterir.

Ergenlik çağındaki kızların, burunlarını küçültmek için estetik ameliyat olmaları olağandışı değildir. Oysa o sırada yüz hâlâ ge-lişmeye devam ediyordur ve burun aslında diğer yüz hatlarından daha hızlı büyümüştür ve bu nedenle de birkaç yıl içinde görüne-ceğinden daha büyük görünür! Bu kızlar eğer yirmili yaşlarının ortalarına kadar bekleyebilselerdi yüzün geri kalanının orantıyı yakaladığını, böylece burunlarının diğer yüz hatlarıyla daha çok dengede olduğunu görecektlerdi.

En önemlisi de, yüzde yapılan herhangi bir değişikliğe denk enerjik bir etki vardır. Burun küçültmek, diğer şeylerin yanı sıra, kişinin kırklarında sahip olmuş olabileceği gücü azaltır.

Ağız = 50'ler

Burnumuzun ucundan ağızımıza doğru epeyce bir meyil vardır. Bunun gibi, 40'lardan 50'lere dönüşüm de çarpıcıdır. Ellili yaş-

lara yaklaşan erkeklere bu inişi yumuşatmak için bıyık bırakmaları önerilir! Kadınlar, böyle bir seçenekleri olacak kadar şanslı değiller, fakat dudaklarını yumuşak ve öpülesi halde koruyarak aynı sonuca ulaşabilirler.

Önerim sanki şaka gibi gelebilir, ama arkasında bir anlam gizlidir. Yaşamın bu aşamasında, artarak biriken stres ve olumsuz duygular yüzünüzün bu bölümünü sıkı ve gergin tutmanıza neden olabilir. Dudaklarınız inceleyebilir, hatta tüm ağzınız mutsuz bir kıvrımla aşağıya doğru dönebilir. Ağzınızı yumuşak ve rahat tutmak bu gerilimin birazını salıvermenize yardımcı olabilir.

Ellili yıllar bir Nehir on yılıdır, gene bir *yin* dönemi ve geçmişte bastırdığımız ya da yok saymaya çalıştığımız meseleler yeniden gözden geçirilmek üzere yüzeye çıkarlar, ama farklı bir yoldan. Bu kez, sağlığını etkileyen bir dengesizliğin fiziksel bir yoldan ortaya çıkabilme olasılığı vardır. Kimi doktorlar daha önce hiçbir önemli hastalığı olmayan insanların bu sorunla karşılaşabildikleri 50’li yaşların başına, “Sağlığın Bermuda Şeytan Üçgeni” derler.

O halde bu on yıl için en önemli odak noktası kendi sağlığınıza bakmak ve kendinizi hoşnut hissetmek için gereksinim duyduğunuz şeylere sahip olduğunuzdan nihayet emin olmaktır. Bu dönemde, beklentilerinizin karşılanmamış olduğunu aniden idrak edebilirsiniz. Partnerinizle ilgili düş kırıklıklarınız artarak birikmiş ya da yaşam şartları, sorunların göz ardı edilemeyecek kadar çok büyüdüğü bir noktaya ulaşmış olabilir. Bu döneme ilişkin fark edilmesi gereken en önemli şey, neden doyum hissetmediğinizi incelemek ve bu konuda ne yapacağınızı bulmak için bir fırsat olmasıdır. Hiç kimsenin aslında istediğiniz hiçbir şeyi size vermediği duygusuna iyice gömülebilir ya da bunu kendi kendinize vermeye tümüyle yetkin olduğunuzun farkına varabilirsiniz.

Belirttiğim gibi, ellili yaşlarınıza girerken farkında olmanız gereken en önemli şey dudaklarınızın yumuşak kalmasını sağlamak ve orada gerginlik barındırmamaktır. Yumuşaklık ve kavrayıcılık duygularını korursanız, aynı anda olumsuzluğu veya hıncı yaşammanız mümkün değildir. Onun yerine, dış dünyaya vereceğiniz mesaj açıklık ve duyarlılıktır. Bu hal duygusal, ruhsal veya maddi doyumun yaşam bulması olasılığına izin verir. Sonuçta, ağzınız sımsıkı kapalıyken nasıl besin alabilirsiniz ki?

Bu yüz hattınızı değiştirmeye başlamanın en kolay yollarından biri günde birkaç kez bilinçli olarak hafifçe gülümsemektir. Kısa bir süre sonra bu doğal bir hale gelebilir. Araştırmalar, gülümsermiş gibi yapmanın bile, gerçek gülümseme gibi, vücutta endorfin üretimini başlattığını göstermiştir. Böylece günde birkaç kez küçük de olsa bir hoşnutluk ifadesi oluşturmayı unutmayarak, aslında mutluluk hislerinizi yükseltebilirsiniz!

Kadınlar için ellili yaşlar genellikle bir de menopozun ek zorluklarıyla uğraşma zamanıdır. Fiziksel ve duygusal zorluklar, yumuşak ve duyarlı hissetmeyi önleyen büyük engeller olabilir! Bunun bir son nokta değil, bir geçiş dönemi olduğunu anımsamak önemli olabilir; direnmek yerine kendinizi değişimin akışına bırakmak çoğu kez o birkaç yılın ötesine uzanan etkisiyle, muazzam bir yeni derstir. Yumuşak bir ağız geliştirmek sisteminizde baştan aşağı bir kelebek etkisi yaratabilir ve yaşamın doğal değişiklikleri arasında daha kolay seyretmenize yardım eder.

O halde, ellili yıllarınızda göreviniz, gerçekten istediğiniz yaşamı kendinize bağışlamanın bir sonraki aşamasına geçmektir. O ana kadar ne çok iř yapmış olduğunuzu fark etmeyip hâlâ yalnızca eksik olan parçaları görüyor olabilirsiniz. Dünyaya karşı yumuşamak ve ağırlıklarınızdan kurtulmak, bulmaya çabaladığınız şeyin kucağına dūřmesini sağlar.

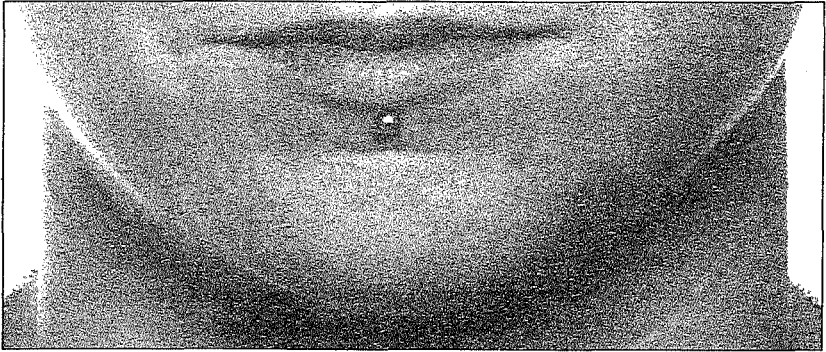
Çene = 60'lar

Çeneniz altmışlı yıllarınızın nasıl geçeceğini gösterir. Ellilerin duygusal ve/veya fiziksel dağdağasını atlattıktan sonraki, gene bir başka Dağ dönemidir. Diğer yüz hatlarınıza kıyasla güçlü ve belirgin bir çene olumlu bir on yılı belirtir. Ancak böyle bir çenenizin olmaması kötü bir on yılınız olacak anlamına gelmez, yalnızca geçmişteki veya gelecekteki bazı yıllara göre daha güçlü olmayacak demektir. Altmışlılarınıza ulaştığınızda çenenizde izlerin veya kırışıkların oluşması olağandır. Ağızda da izler olanlar için bu özellikle geçerlidir. Eğer ellilerde büyük zorluklar yaşadıysanız, bu sıkıntılar size eski meseleleri halletmeniz için bir fırsat daha vererek, bir sonraki on yılda bu kez yeni veya daha derin bir bi-

çimde kendini gösterir. Alternatif olarak, ellilerinizdeyken köklü bir değişiklik yaparsanız, çenenizdeki herhangi bir izde azalma görebilirsiniz. Bu durumda, henüz ellilerinizdeyken yaptığınız değişiklik önünüzdeki on yılda olacakları değiştirmiştir.

Eğer altmışlarınıza giriyorken yaşamınızda zorluklarla karşılaştıysanız, bunlarla başa çıkmak için büyük irade gücü kullanmış olabilirsiniz. Bu on yılın, enerji düzeyinize ve sağlığınıza dikkat etmeniz gereken bir zaman olduğunu belirtmek için çenenizde bu sıkıntıların sonucunda izler oluşabilir. Yaşam boyu enerji “deponuzun” seviyesi konusunda dikkatli olmak her zaman önemlidir, özellikle de çeneniz diğer yüz hatlarınıza kıyasla daha küçükse veya dikkat çekici kırışıklık veya izler oluşmuşsa.

İnsanların çenelerinde sık sık gördüğünüz bir şey ağız ile alt çene arasındaki yatay çizgidir (Şekil 10). Bu geçmişle olan bir kopuşu, yaşamda bir değişim zamanını işaret eder. Ona bazen “emeklilik çizgisi” de denir, zira altmış yaş ortaları insanların genellikle profesyonel dünyayı bıraktıkları, daha önceki yıllarından kesin olarak ayrıldıkları zamandır.



Şekil 10: Çenede, şu noktadaki yatay çizgi altmışlı yaşlar içindeki bir yaşam değişikliğini yansıtır.

Çene Kemikleri = 70'ler

Çene kemiklerinin hem sağ hem de sol tarafı yetmişlerinizdeki yaşamınızı temsil eder. Güçlü ve/veya iyice belirgin bir çene yapı-

sı olumlu bir on yılın işaretidir. Oradaki herhangi bir iz, hangi evrelerde bir kez daha yaşam sorunlarıyla uğraşacağınızı gösterir.

Bu dönem işleri iyice olurlarına bırakma dönemidir. Bu bazen aileye yakın olmak, daha küçük bir evde yaşamak ya da tek başına yaşarken bir huzur evine veya destekli yaşam tesislerine geçmek için gerçek anlamda mallarınızdan vazgeçmeyi içerir. Bu aynı zamanda, eski çatışmalar nihayet çözüldüğünde veya bırakıldığında olabildiği gibi, önceliklerinizi değiştirdiğiniz veya ilişkilerinize farklı gözlerle bakmaya başladığınız için meydana gelen zihinsel bir değişim de olabilir. Yetmişli yaşlar, son evrelerinde olmasını istediğiniz yaşamınıza rötuşlar yapmaya odaklanmak için içe dönmenin başladığı bir dönem olabilir.

Yüzün Yanları = 80'ler ve 90'lar

Seksenli yaşlar bir kadın yüzünün sağ tarafında gösterilir, doksanlar da sol tarafında. Erkeklerde bu tersidir: Seksenler solda, doksanlar sağdadır. Yaşamın bu aşamasında Dağlara ve Nehirlerle daha az vurgu yapılır. Daha ziyade yetmişlerde başlamış olan çalışmanın sürdüğü görülür. Bu yıllar özünüzdün daha da küçüldüğü bir sonraki aşamadır. Yaşlandıkça kendinizin daha yoğunlaşmış bir tasviri haline gelirsiniz. Sizin sorumluluğunuz, herhangi bir olumsuzluğun yerine tatlılığın yoğunlaşmasına izin vermektir.

Diğer on yıllarda olduğu gibi, zorlamalarla veya stresle nerede karşılaşılabilineceğini size gösterecek olan herhangi bir kırıksık, iz veya renk değişimi ararsınız. Bu yaşa geldiğinizde genellikle pek çok kırıışığınız olmuşsa da bu kötü bir şey değildir! Her çizginin bir anlamı vardır: Onaylanan bir deneyim, duyumsanan bir duygu veya öğrenilmiş bir ders, hepsi de yaşam yolculuğunuzda seyahat ederken geçtiğiniz yolunuzun bir parçasıdır.

Çene Altı = 99/100

İlk yüz yılınızı tamamladığınız nokta çenenin alt tarafındadır. O noktadan itibaren yeni baştan başlarsınız!

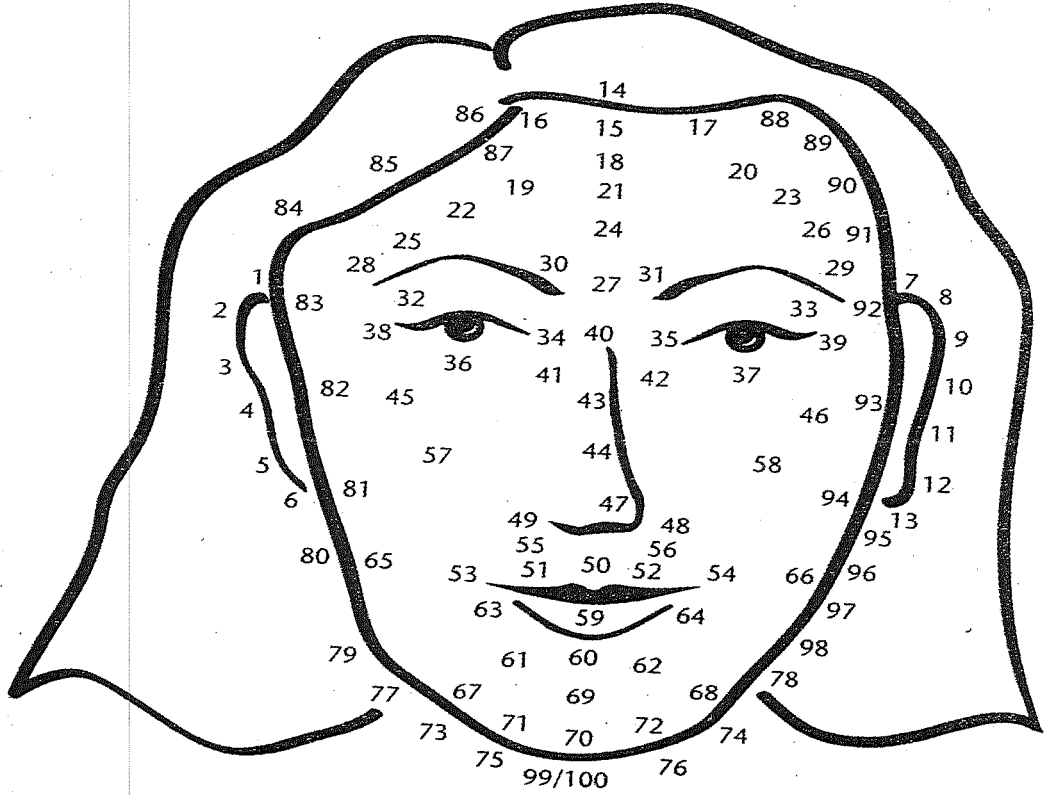
Dört Dönüm Noktası

Çinliler yaşamın en önemli evrelerinin on yıllar arasındaki hareketler olduğuna inanırlar. Ve yüz okuma, gerçekten önemli değişimlerin kırklı yıllara girmeden başlamadığını öğretir. Bu geçişlere “Dört Dönüm Noktası” veya “Dört Kapı” denir.

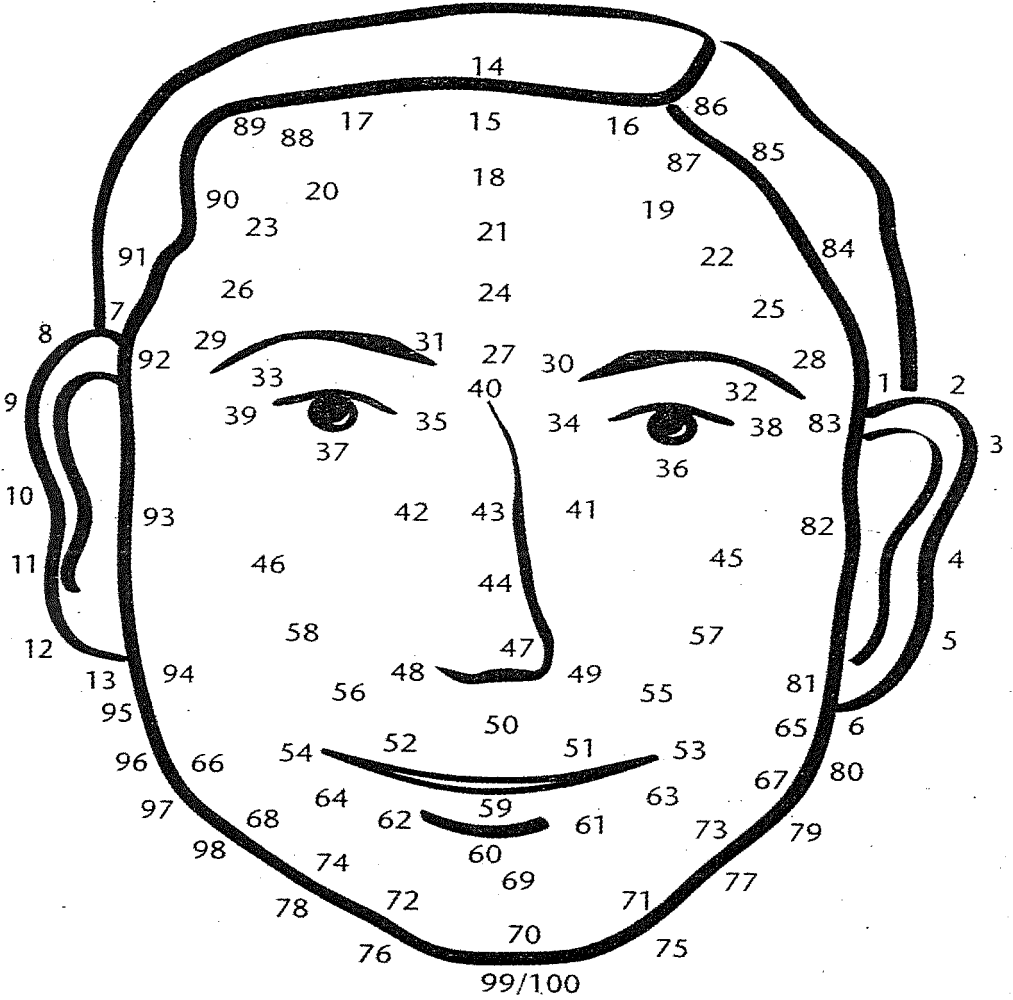
İlk nokta kaşlarınızın arasındadır ve kırklarınıza girişinize ve dünyadaki yerinizi gerçekten tanımlamaya başladığınız aşamaya geçişinize işaret eder. İkincisi, hayattan henüz almadığınız ne var diye araştırdığınız bir evre olan ellilere başladığınızda filtrumunuzdadır (üst dudağınızın üzerindeki oluk). Üçüncüsü, emekli olmanın, yavaşlamanın veya diğer önemli değişimleri gerçekleştirmenin olağan olduğu altmışlarınıza geçerken alt dudağınızın altındadır. Ve dördüncüsü, dertlenmeyi bırakma ve içe dönme zamanı olan yetmişli yaşlarınıza girerken çenenizin altındadır.

O halde yüzünüz, şimdiki anda kim olduğunuza dayanarak, nereden gelip nereye gittiğinizi size gösterir. İzleyen sayfalardaki erkek ve kadın yüz haritalarında resmedildiği gibi (Şekil 11 ve 12), yüzünüzde yaşamınızın her yılını gösteren bir nokta gerçekten vardır. Belirli bir izin olası anlamını araştırmak için bu çizimleri kullanabilirsiniz. Örneğin, alnınızın ortasında derin bir yatay çizgi varsa, bu sizin yirmi bir yaşındaki ilk etkileyici romantik ilişkinizle bağlantılı olabilir. Kaşınızın kenarındaki bir nokta ilk çocuğunuzu otuz iki yaşında doğurduğunuzun işareti olabilir.

Zor bir evlilik örneğinde olduğu gibi, bir süre devam etmiş olan bir deneyimi gösteren birden fazla iz olabilir. Bu durumda, yüzünüz en stresli yılları gösterebilir ve hatta evliliğin devam ettiği süreçteki tüm deneyimi kaydetmek için yüzünüzde bir sürü iz oluşabilir. Yeni bir danışanımın alnında, evliliğinin de başladığı yirmi altı yaşını gösteren noktada küçük yatay bir kırışıklık vardı, danışanım yirmi sekiz yaşındayken karısının bir ilişkisi olduğunda daha derin bir kırışıklık ve otuz dokuz yaşındayken evliliği zor bir boşanmayla bittiğinde, gözünün kenarında son bir çentik vardı.



Şekil 11: Kadının Yüz Haritası



Şekil 12: Erkeğin Yüz Haritası

İzler

Yaşamınızın serüvenli uzun yolculuğunu yüzünüzden okurken kuşkusuz bazı izler göreceksiniz; kırıksıklıklar, çizikler, renk değişiklikleri ve benzeri şeyler. Bunların hiçbirisi bir şeyin “yanlış” ya da kötü bir şey olduğunu veya olacağını belirtmez! Her damga sadece serüveninizdeki bir anı, olumlu ya da olumsuz, anlamlı bir deneyimi ve genellikle de öğrenilmiş bir dersi temsil eder. Belki de tüm maceranızın salt dikkatle belgelenmesiyle tüm yaşamınızı gözden geçirebilir ve yüzünüzdeki her işareti hangi belirli olayın oluşturduğunu açıklarsınız.

Öğrendiğiniz gibi, beden ve zihin ayrılmaz bir biçimde iç içe geçmiştir. Yüzünüzdeki bir iz bazen duygusal bir stresi, fiziksel olanı veya her ikisini de yansıtabilir. Yüzünüzdeki bir şeyin anlamını değerlendirirken sizin için hangisinin doğru olduğunu büyük olasılıkla bilirsiniz. Bir başkasının yüzünü okurken, onlara sorular sorarak bunu araştırabilirsiniz.

Yüz okuma küçük ve belli belirsiz izlere fazla ağırlık vermez. Belli başlı işaretler -ondan da öte, asıl yüz hatlarınız- şimdi kim olduğunuzu ve oradan başlayarak, asıl var olma nedeninizi ifade etmekteki harika potansiyelinizi açığa çıkartmakta daha önemlidir.

Kırıksıklıklar

Kırıksıklıklarınızla gurur duymalısınız! Onlar yaşam deneyiminin, duyumsanan gerçek duyguların ve kazanılan bilgeliğin yansımalarıdır. Amaç onlardan kurtulmak değildir, ancak insanlar kendi zor kişisel sorunları üzerinde çalıştıkça bununla ilişkili olan izlerin azalabildiğini keşfetmekteyim (bu konuya daha sonra geleceğiz). Amaç her çizginin anlamını anlamaktır, zira bu yeni farkındalık kendinizi biraz daha kabul edip sevmenizi sağlayacaktır. Yaşlarına rağmen çok az kırıksıklıkları olan üç tür insan olduğu düşünülür. Önemli bir grup, boyundan yukarı yaşayan, duygularından tümüyle habersiz olanlardır. Bu izlerin çoğunu yaratan, yinede yaşadığımız duygulardır. Duyumsamak

eğer tehlikeliyse, duygularınızı bastırır ve çizgiler oluşturmazsınız. Yüzlerinde çok az kırışık olan, kötü muamele gördükleri evlilikleri yıllarca sürmüş kadın danışanlarım olmuştur. Kendilerini böylesi bir yaşamın muazzam acılarını hissetmeyecek şekilde bastırmışlar ve pürüzsüz yüzlerle (ve kapalı kalplerle) kalmışlardı.

Bir erkek danışanım gerçekten hiçbir ilgiye mahzar olmadığı bir çocukluk geçirmiş. Doğumundan kısa bir süre sonra annesinin akıl hastalığı kontrolden çıkmış ve çocuk, bu ülkeden uzaklaştırılarak Avrupa'daki bir dizi akraba arasında gidip gelmiş ve ona sevilecek bir çocuktan ziyade bir yükmiş gibi davranılmış. Hiç kendi odası ve hatta kendine ait bir yatağı olmamış. Çeşitli yeni okullara, ülkelere ve hatta dillere alışması gerekmiş. Ergenlik yaşında, nihayet annesine iade edildiğinde, annesinin küçük odasındaki bir yatakta uyumasına izin verilmiş. Fakat annesi gün boyu güzel şilteyi seyretmeyi seviyor diye her sabah çarşafı ve battaniyeyi toplaması gerekiyormuş! Her gece yatmadan öncesine kadar yatağı yapmasına izin yokmuş. Annesine yeniden kavuşmuş olsa da hâlâ "benim" diyebileceği sevgi dolu gerçek bir yeri olduğunu duyumsamamış.

Elli sekiz yaşındaki yüzü neredeyse hiç kırışiksızdı. İncinen çocuğun duygularını bir yaşam boyu bastırdığının farkındaydı ve bu duygularla usulca bağlantı kurmak için bireysel gelişim ile aktif olarak ilgilendi. Danışma seansımızdan birkaç hafta sonra, heyecan içinde beni arayıp yüzünde aniden kırışıklıkların görünmeye başladığını söyledi! Bunu, yeniden hissetmenin bir tehlikesi olmadığını gerçekten inanmasının bir işareti olarak aldı. Bu duyguları kabul edip onları kafasına takmadığında, bu kırışıkların çoğunun büyük olasılıkla azalacağından emindi.

İnsanın kırışiksız bir yüzü olmasının ikinci nedeni çok korunaklı bir yaşam sürmüş, güçlü duygulara yol açacak çok az deneyim geçirmiş olması olabilir. Bazen, böyle biri bir sarsıntı geçirirse, yüzü çok kısa zamanda aşırı kırışabilir. Stresle nasıl uğraşacağını öğrenmediyse ve güçlü duygularla baş etmek konusunda hiçbir fikri yoksa yüzü aniden çarpıcı çizgilerle dolar.

Öğrencilerimden birisi doğuştan çok kaygılı bir yapısı olduğundan, yaşamını çok kısıtlı tutmuş altmış iki yaşında bir adam-

dı. Doğduğu evde yaşamayı sürdürdü, tek başına çalışabileceği gibi bir meslek seçti ve asla yakın bir ilişkisi olmadı. Yüzü öylesine doğallıktan uzak biçimde gençti ki neredeyse hiçbir çizgisi yoktu. Bir atölye çalışmasına geldi, çünkü toplumdan uzak yaşadığı böyle bir hayattan sonra nihayet daha geniş bir yaşam deneyimine hazır olduğunu hissetmişti. İlginçtir, en güçlü belirleyici özelliği altmışlı yılların ve adamın (daha sonra tartışacağım) irade gücüyle ilişkili olan çenesiydi. Böylelikle, çenesinin ifade ettiği yaşa ulaşınca hayatı daha dolu yaşama gereksinimini tatmin etmeye başlama cesaretini kendinde buldu.

Kırıksıklıkları az olan üçüncü tip ise bambaşka bir türdür. Sorunlara yapışıp kalmamayı öğrenmiştir. Belirip kaybolan çizgileri olabilir çünkü yükselen duyguları kabullenip sonra onları bırakır. Ben tek kötü duygunun takılıp kalma olduğuna inanmaya yatkınamdır. Eğer bir takım duygulara takılıyor ve sürekli onların içinde kayboluyor, ya da onları dengeli bir biçimde yönetemiyorsanız, kuvvetli “saplanmışlık” oluşacaktır. Oysa söz konusu insan tipi herhangi bir şeyi sisteminde barınmak veya enerjisini bloke etmekten men etmenin yollarını bulmuştur.

Eğer yüzünüzde sizi rahatsız eden bir kırıksıklık varsa, bunun neye bağlı olduğunu bulmanıza yardımcı olmak için yapabileceğiniz bir deney var. Bir parça yapışkan bandı kırıışığın üzerine yapıştırın ve birkaç saat çıkartmayın. (Yalnız olabileceğiniz bir zamanı seçmek isteyebilirsiniz!) Bandın gerildiğini hissettiğinizde bu çizgiyi yaratan yüz ifadesini yapıyorsunuzdur. Durun, kulak verin ve kendinize ne hissettiğinizi ve ne düşündüğünüzü sorun. Böyle zamanlarda bir veya daha fazla duygunun tekrarladığı bir örüntüyü fark edebilmeniz mümkündür. Temeldeki bir sorunla uğraşmak ve oradan çıkış yolunu bulmak için ilginç bir egzersiz olabilir bu. Bu egzersizi yaparken kırıksıklığın azaldığını ve hatta kaybolduğunu görebilirsiniz. Stres duygusal anlamda tutulursa, vücutta da tutulacaktır; stresi attığınızda bu değişim fiziksel benliğinizde de görülür.

— **Yatay kırıksıklıklar:** Yaşamda size olanlar, yüzünüzde yatay çizgiler yaratma eğilimi gösterir. İyi stresin de tıpkı kötüsü gi-

bi bir etkisi vardır. Unutmayın, önemli olan ne olduğundan ziyade sonuçta nasıl hissettiğinizdir. Önemli zamanlar sizde işaretler bırakır: evlenmek veya boşanmak, ebeveynlerinizin ölümü, çocuklarınızın doğumu. Askeri eğitim veya tıp okuluna katlanmak veya yaşamınızda önemli bir deneyimse eğer, köpeğinizin evden kaçışında, yüzünüz bu zor ilişkilerinizi dışa vurabilir.

— **Dikey kırışıklıklar:** Annenizin “Yüzünü buruşturma -ya öyle kalırsan?!” dediğini anımsayın. Burada bir parça gerçek payı vardır. Defalarca yaşadığımız kimi duygularla bağlantılı yüz ifadesi örüntülerimiz olur genellikle. Herhangi bir hareketi belirli bir süre yineleyerek yaparsanız, zamanla yüzünüze nakşolunacaktır. Böyle oluşan işaretlerin çoğu dikeydir. Örneğin, kaşlar arasında iki dik çizgiye sıklıkla rastlanır. Bunlar genellikle bir düşünce veya duyguya dayalı gerilime bağlı hüsrana ve öfke veya şiddetli yoğunlaşma ve gayretten kaynaklanırlar.

Çiller ve Benler

Yüzünüzde sadece birkaç çil varsa, bunlar genellikle yaşamdaki bir olayın veya dersin zamanlamasına işaret eden belli belirsiz işaretlerdir. Olayın olduğu yaşı yüz haritasına başvurarak tespit edebilirsiniz. Ancak, yüzünüzde çok çil varsa, o zaman siz, 9. ve 10. Bölümlerde göreceğimiz Ateş Ögesi özel kategorisine girersiniz.

Çinliler çoğunun önemli olduğunu düşündükleri için, benler de bir başka özel kategoridir. Benler konusunu Metal Öge hakkındaki 13. ve 14. Bölümlerde konuşacağız.

Çizikler

Kırışıklık gibi bir emarenin tersine, yüzünüzün herhangi bir noktasındaki çizik, üzerinde çalışılması gereken bir yaşam meselesinin tanımlayıcısı olabilir. Vücut bir süreliğine belirli şeyleri

tutar ve sonra meseleyi halletmeniz için size bir fırsat vermek amacıyla onların farkına varmanızı sağlar.

Yüz haritalarında gördüğünüz gibi, yaşamınızın her yaşı yüzünüzdeki bir bölge ile temsil edilir. Eğer bir çizdiğiniz varsa, çizimin yerinin hangi yaşla bağlantılı olduğunu kontrol edebilirsiniz. Eğer bu zaten yaşanıp geçmiş bir yaşsa, o zaman geriye dönüp yüzünüzün onu neden yaşamınızın önemli bir evresi olarak işaretlediğini anlamak için o zamanlar neler yaşadığınızı düşünebilirsiniz. Unutmayın ki bu çok kesin olmayabilir: Bu yaşanan yüz haritasında gösterilen gerçek yaştan her iki yöne doğru birer yıl içinde olabilir.

Henüz ulaşmadığınız bir yaşta bir çizik görürseniz -örneğin, eğer yirmi dokuz yaşındaysanız ve yüzünüzde elli yaşınızla ilgili olan yerde bir çizik varsa, bu, “raf ömrü” o tarihte bitecek olan bir meseleyi bildirir. Diğer bir ifadeyle, elli yaş bu işin “son kullanma tarihi”dir, konunun incelenmek ve uğraşılmak üzere yeniden gündeme geleceği zamandır. Büyük olasılıkla o yaşta bu konuyla ilgili olarak size ders olacak bir deneyim yaşayacak, sonunda bu konuyu ele almak ve yaşamınızdan çıkartmak için yeni bir fırsat ele geçireceksiniz.

İşte size yüz okumanın herhangi bir çizimin anlamına bakışı: Diyelim, dokuz yaşındayken bisikletten düştünüz ve yanağınızda bir çizik oluştu. Yaşamınızın o döneminde anne ve babanız boşanıyordu ve babanız uzak bir kente taşındı. Belki o zamanlar sizin için geçerli olan duygular terkedilmişlik ve güvensizlik hissetmekle ilgiliydi.

Yanağınızdaki çizik yüz haritasında otuz yedi yaş olarak gösterilen yerdeyse, örneğin, o tarihte dokuz yaşınızdan kalan ham duyguları çözümlemenize yardımcı olacak bir olay meydana gelebilir. Örneğin, belki sevgiliniz sizi terk eder ya da babanız ölür. Bu işaret, o meselelerle uzlaşmak ve üzerlerinde ciddi olarak çalışmak için size yaşamın hangi noktasında -beğenin ya da beğenmeyin- bir fırsat verileceğini gösterir.

O halde bu durumda, eğer otuz yedi yaşına gelene kadar o çocukluk deneyimini işlemediyseniz, bir seçeneğiniz olmaksızın bu duyguları dikkatinize sunacak bir olay meydana gelecektir. Ancak, elbette ki yaşamınızın o zamanından önceki herhangi bir aşamada

bu yaşam dersleri üzerinde çalışma fırsatınız vardır. Eğer bunu yaparsanız, otuz yedi yaşına geldiğinizde bu sorunu çevreleyen kuvvetli bir deneyim yaşamamanız çok olasıdır ve üstelik çizginizin soluklaşması veya daha az dikkat çekmesi de mümkündür. Yüz her zaman içsel olarak sürüp giden şeylerin bir ifadesidir.

Yıllar önce Paris'teyken, bir Ortadoğu ülkesinin sürgündeki prensesiyle bir akşam yemeğine çıktım. Babası yıllar önce bir darbede öldürülmüş, kendisi de Fransa'ya kaçmak zorunda kalmıştı. Tüm ailesi geçirdikleri bu deneyimin sarsıntısıyla parçalanmıştı, o da yalnız ve mutsuzdu. Benden yüzünü okumamı istedi ve verdiğim bilgiyle büyülenerek söylediğim her şeyin doğru olduğunu onayladı. . . ta ki sohbetimizdeki bir noktaya gelene kadar. Uzun ve çok belirgin olan filtrumuna (üst dudağın üzerindeki oluk) baktım. Çinliler bunun uzun bir yaşamın işareti olduğunu düşünürlər, ben de bunu ona söyledim. Bir anda sanki yüzüme bir kapı kapanmış gibi oldu. Sandalyesinde kaçmaya hazır gibi dimdik oturdu ve "Yo hayır, bunun doğru olmadığını biliyorum. Altmış üç yaşına geldiğimde öleceğim" dedi.

Neden böyle düşündüğünü ona sorduğumda, "Çünkü babam altmış üç yaşında bir suikast sonucu öldürüldü, benim kaderimin de o yaşta ölmek olduğunu biliyorum." Eh, buna diyebileceğim pek bir şey yoktu! Nazikçe yüzünün bunu bildirmediğini söyleyerek devam ettim. O esnada sandalyesinde yer değiştirdi ve ışık, çenesinde daha önce görmediğim bir çizgi ortaya çıkardı.

O anda kanımı donduran şey, çizğin yaşamının altmış üçüncü yaşının belirtildiği yerde olmasıydı. "Çenenizdeki o çizik ne zaman oldu?" diye sordum.

"Babamın öldüğü gece bir araba kazasında oldu" diye yanıtladı. Ve işte, altmış üç yaşına geldiğinde babasının öldürülmesiyle ve ailesinin dağılmasıyla ilişkili tüm duygusal sorunlarıyla uğraşmaya programlandığının yüzündeki fiziksel kanıtına sahiptik. Çizğin kadının öleceği anlamına geldiğine inanmadım, fakat bu güçlü sorunu çözme fırsatı kesinlikle olacaktı.

Yüzünüzün belli başlı hatlarından birinin üzerindeki çizğin, aynı zamanda, o yüz hattının sembolize ettiği gücü azaltma etkisi vardır. Örneğin, kaşınızın üzerindeki bir çizik güven düzeyini-

zi etkileyebilir, çünkü daha sonra tartışacağım gibi, güven, kişiliğinizin bu bölgesi tarafından temsil edilen bir yönüdür.

Münferit işaretler yaşamın size neler getirdiğinin ve getireceğinin büyüleyici göstergeleridir. Fakat çok daha önemli olan iki şey vardır: yinelenen yüz ifadeleriyle oluşan çizgiler ve gerçek yüz hatlarınız. Ve bunları anlamak için, şimdi yüz okumanın dayandığı kadim temele daha derinlemesine inmemiz gerekmektedir.



İnsan kurallara sığmaz!

Kısım 2

BİLGELİK

*“Gerçek
bir sanatçı için
güzel olan tek yüz,
dış görünüşünden
epey ayrı olarak,
ruhun içindeki gerçeğe
parlayandır.”*

MAHATMA GANDHI

İnsan kurallara sığmaz!

EVRENSEL İLKELER



Şimdi yolculuğunuzun en önemli bölümüne giriyorsunuz. Burada, bu bilgeliğin dayandığı ilkeleri öğreneceksiniz, sonra da yüzünüzde parlayan beş Ana veya ilkörneğe özellikten her birinin derinliklerine yolculuk yapacaksınız. Beş farklı Ögenin her biri için iki örnek portreyi izleyen iki bölüm olacak. Birincisinde, o kişiliğin genel tanıtımını inceleyerek kendi yaşamınızda onu ifade edilebilen çeşitli yolları öğreneceksiniz. İkincisinde, o enerjinin yüzünüzde kendisini nasıl ortaya koyduğunu anlamamanın tekniklerini keşfedeceksiniz.

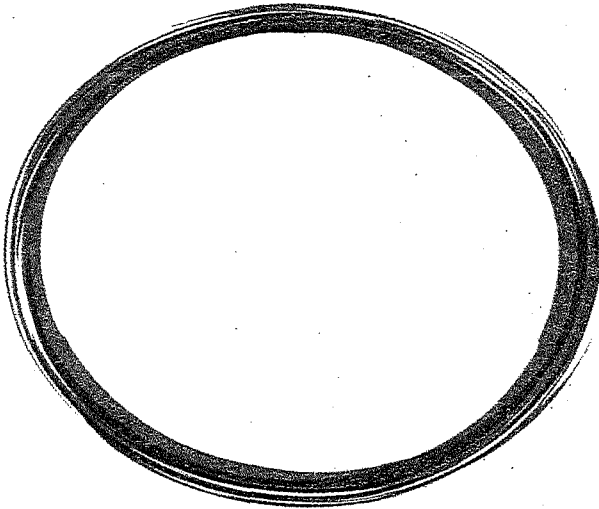
Tam yüz portrelerden daha küçük ayrıntılara odaklananlara kadar, fotoğraflar hakkında bir bilgi: Her görüntü bir yüzün, yüz çizgisinin veya işaretin nasıl sergilendiğini gösteren bir örnektir. Tanımlanan niteliklere sahip olmak için sizin de *tıpatıp* aynı ayrıntılara sahip olmanız gerekmez. Bu görüntüleri birer diktatör gibi değil, bir rehber olarak kullanın.



Çin felsefesi yaşamınızı değiştirebilecek kadar güçlü bir gizli bilgiyi saklar. Bu kadim bilgelik insan ve doğanın evrelerinin binlerce yıllık bilimsel gözlemleriyle evrimleşmiştir. Gelmiş geçmiş en müthiş “araştırma geliştirme” dönemi olduğunu söyleyebiliriz.

Çinlilerin keşfettiği şey tüm yaşamın temelini oluşturan evrensel ilkelerdi -insanların, mekânların ve bir bütün olarak dünyanın nasıl işlediğinin basit ve zarif anlayışı. Yüzyıllar içinde bu bilgelik mitolojinin ve batıl inançların içinde gizlenmiş ya da kuru tıp kitaplarının arasına gömülmüş. Ama Çinlilerin evrenin işleyişini anlayışlarının özü olarak, saklı bir hazine gibi orada kaldı. Yüz okuma sanatı, akupunkturun ve Çin tıbbının temelini oluşturan kadim Taocu esasa dayanır. Tüm yaradılışa dair bu basit, zarif ve ulaşılabilir anlayışının bir parçasıdır.

Şimdi sizinle, pek de şaka etmeden, Yaşamın Anlamını paylaşmak istiyorum:



Binlerce yıl boyunca Çinliler doğayı gözlemlediler. Zaman döngüsünün her gün defalarca tekrarlanışını izlediler: gece, sabah, öğle, akşamüstü ve akşam. Mevsimlerin değiştiğini gördüler: Kışın soğuk dinginliğini, baharın canlılığını, yazın cıvıvli zen-

gınlığını, ağaçlardan dökülen olgun meyveleriyle güz başını ve yaprakların döküldüğü, bitkilerin solup sanki öldüğü güz sonunu gördüler. İnsanoğlunun yaşamdan geçişine dikkat ettiler: Ana rahminde yüzen bebeğe; enerji dolu küçük çocuğa; vücudun fiziğinin zirvesinde olduğu yaşamın en parlak dönemine; sonra, herkesin yavaşlamaya başladığı orta yaşı ve ölüme doğru solduğumuz yaşlılığa...

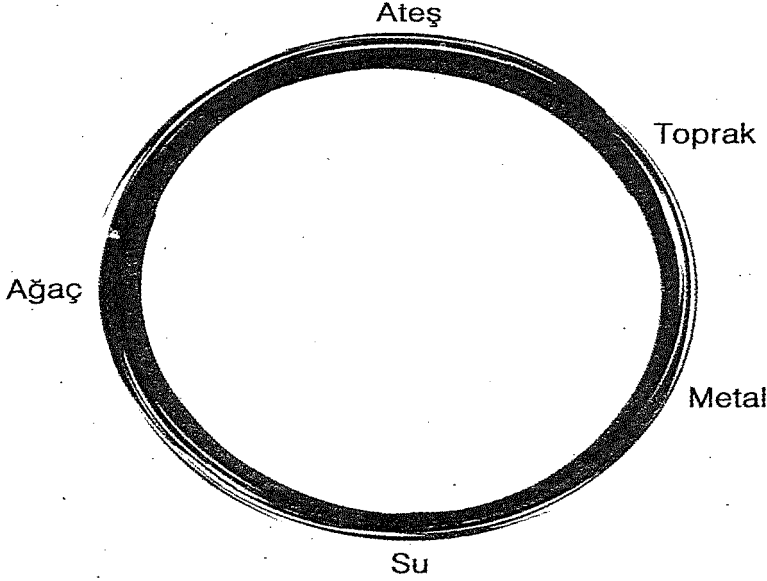
Çinliler yaşamın, başlangıçtan sona kadar giden ve sonra yeni baştan başlanan güzel betimlenmiş bir geçiş, bir çember çizerek ilerlediğini gördüler. Ve tekrar tekrar yinelenen bu doğal dairesel akışı gözlemlerken her şeyin bu yörüngeyi çaprazlama keserek geçtiğı farklı evreleri ayırt ettiler. Gün doğuşunun enerjisi hiç günbatımındakine benzemiyordu ve yazın sebilliğı kışın derinliğı gibi değildi. Bir ocuğun enerjisi, yaşlanıp zayıf düştüğü zamanki enerjiden çok farklıydı.

Böylelikle, yaşam veya enerji bu çember içinde hareket ederken farklı aşamalarda farklı niteliklere sahiptir; hareket ettikçe de değışir. Çinliler değışimin beş farklı aşamasını tanımlayıp onlara betimsel isimler verdiler: Su, Ağaç, Ateş, Toprak ve Metal. Bu, kadim Çinliler evrenin fiziksel olarak bu maddelerden meydana geldiğini düşündüler demek değildir. İsimler sadece döngünün çeşitli yerlerindeki enerji türlerinin simgeleri idi. Bu simgeler ya da ilkörnekler Beş Öğe ya da Beş Evre diye adlandırıldı.

Mevsimler gibi, günün ve yaşamın dönemleri gibi, bizler de kişisel olarak aynı döngüye ve doğa kanunlarına tabiyiz. Beş Öğenin hareketleri; yaşam süremiz, bir öğün, bir iş toplantısı, bir nefes, vücutlarımız, kişiliklerimiz, kısaca var olan her şey için geçerlidir. Bütün yaradılış bu güzel ve zarif örüntü içinde kavranabilir. Bu döngüyü anlamak önemlidir çünkü bize değışimin yapısını ve yaşamın gerçek değışmezi olan düzeni gösterir. Kendimizi evrenin doğal ritimleriyle bütünleştirmek için kullanabileceğimiz tutarlı bir ahenktir o.

Beş Öğenin bilgisi M.Ö. 2000 ve 3000 yıllarına kadar dayanır. (Eldeki en eski kayıtlar M.Ö. 3 ve 4. yüzyıllara aittir.) Bu bilgi, yaşamın nasıl işlediğini algılamamanın muazzam derinlik taşıyan kadim ve karmaşık sistemidir, Beş Öğenin incelemesi de ömür bo-

yu süren bir serüvendir. Fakat her iyi geliştirilmiş bilgi gibi bunun da hemen pratik uygulamasına geçmek kolaydır, o halde her Öge-
nin net bir duyumsamasına sahip olmak için kısaca bakalım.



Şekil 14: Beş Öge Döngüsü

— **Su: Gece, kış, ölüm ve doğum öncesi.** Bu Öge hem kış uykusunun ve kışın durağan enerjisi hem de gecenin dinginliğidir. Ölümün, ama aynı zamanda doğum öncesinin titreşimidir -amniyotik sıvı içinde yüzen bebeğin, toprakaltında çimlenen tohumun. Su karanlık, dingin, sessiz bir enerjidir, ancak güçlü potansiyeli vardır.

— **Ağaç: Sabah, ilkbahar, doğum ve çocukluk.** Bu Öge yaşama dürtüsüdür, ilkbaharın kudreti ve toprağı yarararak fışkıran bitkilerdir. Sabahın şafağında tüm yaşam hareketlenir: doğum ve büyüme; çocukların koşuşturup bağırırkenki dinamik enerjisi. Ağaç sağlam, yükselen enerjidir.

— **Ateş: Ögle, yaz ve yaşamın en parlak dönemi.** Bu Öge tüm bitkilerin doruklarında oldukları yaz mevsimidir; güneşin tam tepede ve ısının en şiddetli olduğu öğle vaktidir. Ateş, tam olarak geliştiğimiz ve en iyi fiziksel gücümüzde olduğumuz zamandır; doruğa ulaşan enerjidir, yükselmek ve dışa doğru genişlemektir.

— **Toprak: Akşamüstü, yaz sonu/güz başı ve orta yaş.** Bu Öge hasat zamanıdır, meyvenin olgunlaşarak ağaçlardan döküldüğü zaman. Akşamüstüdür, gün durulmaya başladıkça daha ağır geçen bir zaman. Bu, orta yaşa ulaştığımız, yavaşlamaya başladığımız ve verilen emeklerin semeresini almaya başlayabileceğimiz zamandır. Toprağın enerjisi aşağıya doğru hareket eden, birleştiren ve daha bunaltıcı olandır.

— **Metal: Gün batımı, güz sonu ve yaşlılık.** Bu Öge hasattan sonraki güz mevsimidir, yaprakların dökülmeye başladığı ve gri gökyüzüne boydan boya çıplak dalların kakıldığı zaman. Akşam, günün dinlenebilmek için son işimizi bitirdiğimiz günün zamanıdır. Solmaya ve gücümüzü korumanın gerekliliğini hissetmeye başladığımız ve buradaki zamanımızın son ayrıntılarını arılaştırdığımız hayatın o anıdır. Metal içe doğru hareket eden, büzülen, yoğunlaşan ve katılan enerjidir.

O halde her şey Su ile başlar ve her Öge bir sonra geleni besleyip büyütür. Tıpkı ilkbaharın kıştan, bebeğin ana rahminden doğduğu gibi Su enerjisi de Ağaç enerjisi haline gelir. Döngünün nasıl sürdüğünü anımsamanın kolay bir yolu şudur: Su bitkileri besler ki Ağaç büyüyebilsin. Ağaç Ateşi beslerken yanıp kül olarak toprağı yaratır. Toprak maden cevherini, kıymetli taşları ve sert kayaları oluşturarak Metali yaratır. Metalin mineralleri Suyu zenginliğini verir, kayalar Suyun akması için bir nehir yatağı oluşturur ve döngü sürüp gider.

Tüm yaşamın bu örüntüsünün açıklaması basit gibi görünür ve gerçekten de anlaması ve kullanması kolay evrensel bir ilkedir. Onu incelemeyi ve onunla oynamayı sürdürdüğünüzde Beş Ögenin her şeye uygulanabildiğini göreceksiniz; bir ilişkinin zaman

çizelgesine, evinizin konumuna, yaşanan bir duyguya, düzenlemelerin zaman içinde nasıl değiştiğine ve hatta sizin bu kitabı okuma aşamalarınıza bile. Ancak basitlik aynı derecede yanıltıcıdır da! Yaşamınızın bundan sonrasında Beş Ögeyi araştırabilir ve hâlâ yeni idrak düzeyleri bulursunuz. Bana göre bu onun gücünün ve doğruluğunun işaretidir.

Peki, bu döngünün kişilikle nasıl bir ilgisi olabilir? Bir insanın yüzünden bu nasıl anlaşılabilir? Hepimizde bu Beş Ögenin her birinin birazı mevcuttur fakat genellikle içlerinden bir veya ikisi yaradılışımızda öne çıkar. Bunlar yüzde görülebilirler.

Yüz okuma açısından araştırıldığında, Beş Öge size bu kitabın başında yöneltilen iki önemli sorunun yanıtını verebilir: *Siz Kimsiniz? İçinizde nasıl bir çağrı duyuyorsunuz?* Bu Ögeler size hem duygusal gücünüzün nerede olduğunu, hem de yaşama belirli şekillerde tepki vermekteki doğal yaklaşımlarınızı gösterirler. Aynı zamanda, nerede zorlandığınızı ve yaşamınızda sürekli yinelenen deneyim örüntüleri olduğunu neden fark edebileceğinizi ortaya koyarlar. Bununla beraber, bir olumsuzluk şeklinde yaşadığınız şeylerin bütünsel kimliğinizle dengeli bir biçimde birleşerek kavranılmış ve sevilen bir safhaya dönüştürülebilmesinin idraki gelir.

Yüzünüzde sunulan Ögeleri okumak, size herhangi bir fiziksel dengesizliğin altında yatan duygusal temelin ipuçlarıyla birlikte fiziksel sağlığınıza dair bir içgörü kazandırabilir. Bu kitap hiçbir şekilde tanılama için kullanılma amacı gütmemektedir, fakat geçmişte geçirdiğiniz ya da şu anda yaşamakta olduğunuz sağlık sorunlarına ilişkin size bilgi verebilir.

O halde, döngünün başlangıcındaki Su ile başlayalım.



SU – OLMAK



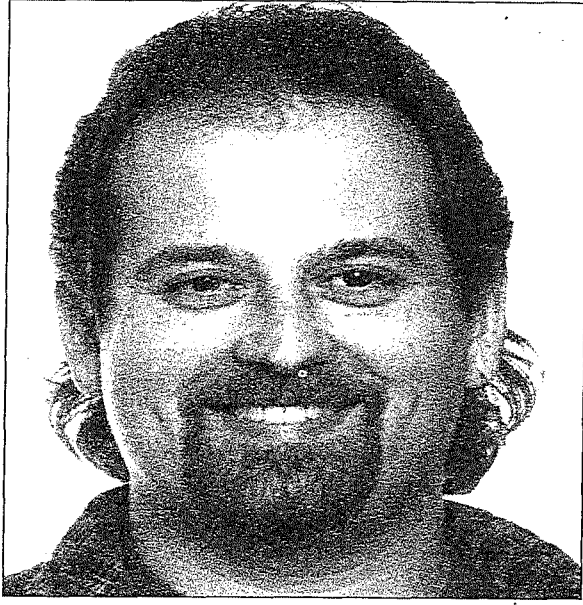
Bu bölümde Su Ögesine ait temel unsurları sunacağım ve siz de onları tanımayı öğreneceksiniz. İlk adım olarak işte size Su özelliklerinin bir hızlı başvuru listesi:

- **Enerjisi:** Karanlık, dingin, dalgalı, sessiz, gece, kış, ölüm, doğum öncesi
- **Nitelikleri:** Akıllı, cesur, korkak, azimli, kararlı, istekli, başına buyruk, kuvvetli, melankolik, inatçı, gizemli, dalgın, hülyalı, sanatsal, ketum, dürüst, çarpıcı, aykırı, felsefi, sezgili, işleri ağırdan alan, özgürlüğe gereksinimi olan
- **En önemli yüz hatları:** Kulaklar, saç çizgisi, alnın üst kısmı, gözüaltı bölgesi, filtrum, çene
- **İç organlar:** Böbrekler, mesane
- **Duyu organları:** Kulaklar

Aranması Gerekenler

Bu Öğenin yaşamınızda güçlü bir rol oynaması için aşağıdaki özelliklerin *tümüne* sahip olmanız gerekmez. Bunlardan herhangi biri yaşamınızda bir etmen olduğunu gösterecektir. Bu görüntülerden ne kadar çoğuna sahipseniz yaradılışınızda o kadar çok Su var demektir:

- Geniş veya yüksek yuvarlak alın
- Gözlerin üzerinde ve/veya altında belirgin gölgeler; hülyalı, gizemli bakan gözler
- İyi tanımlanmış filtrum
- Güçlü, dikkat çeken çene
- Büyük kulaklar ve/veya kulakmemeleri
- Geniş kalçalar ve/veya yüzde ve vücutta keskin hatların olmadığı, hafif bir tombulluk veya yumuşaklık
- Büyük, güçlü kemikler (kalın el ve ayak bilekleri), sağlıklı dişler
- Gür veya dalgalı parlak saçlar
- Ciltte koyu bir matlık



Şekil 15: Su Yüzü



Şekil 16: Su Yüzü

Su Ögesinin kişiliğinizin önemli bir parçası olup olmadığını nasıl anlarsınız? En belirgin yüz hatlarınıza bakarsınız; yüzünüzde en çok dikkat çekenlere. Yukarıda sıralanmış türden özelliklerin hepsine ve hatta pek çoğuna sahip olmayabilirsiniz, ama ilk dikkatinizi çeken şeylerden biri güçlü bir çene veya gözlerinizin çevresindeki gölgelerse, yapınızda bu Öge var demektir. Güçlü Su özellikleriniz ne kadar çoksa, kişiliğinizde bu enerjiden o kadar çok vardır.

Eğer tipik bir Su insanıysanız, yüksek, yuvarlak bir alna ve çok belirgin bir çeneye sahip olabilirsiniz. Aynı zamanda, sanki vücudunuz su tutuyormuş gibi hafifçe tombul da olabilirsiniz ve kalın, güçlü el ve ayak bilekleriniz olabilir. Kalçalarınız geniş, gözleriniz gölgeli, saçınız gür ve parlak ve kulaklarınız veya kulakmemeleriniz büyük olabilir. Eğer tüm bu özelliklere sahipseniz ki bu nadiren olur, çok Sulu bir birey olduğunuzu anlarsınız!

Jay Leno, George Clooney, Reese Witherspoon, Christina Ricci, Elvis Presley ve Jon Stewart Su Ögesini gösteren ünlü yüzler arasındadır.

Su Enerjisi ve Gücü

Suyun enerjisi derin ve güçlüdür. O, kışın soğuk derinliklerinde toprağın altında çimlenen tohum ve amniyotik sıvıda sessizce yüzen bebektir, yaşamın gizemidir. Aynı zamanda ölümün de gizemidir, her şeyin er geç geri döndüğü büyük bilinmez, karanlık dipsiz derinliktir.

Bu Ögenin gücü gizlidir. Müthiş gizilgücü bir yana, toprağın altındaki tohumu fark bile edemediğiniz gibi, ne doğmamış bebeği ne de dünyaya gelirken katlanabildiği o dramatik gösterinin gücünü görebilirsiniz. Ölümün ötesinde bekleyen sonsuzluğa tanık olamazsınız.

Su, varoluş halinin yaşam öncesi ve sonrası durumunun değişken hayalciliğidir. Onu maddi dünyada bulamazsınız. O, geceyle ve bilinçaltının derinliklerinden yükselen düşlerle ilgilidir. Bu Ögenin enerjisi karanlık, derin, gizemli ve güçlüdür. O, yansıtıcı

bir havuzun sonsuz huzuru, sel baskınında taşkın akan su, bitmez tükenmez gelgitlere dayanma gücü ya da bir kanyonu oyan tek bir damlanın ezeli sabrı olabilir. Bunların her birinin kendine göre derin bir etkisi vardır.

Döngünün bu bölümü yapmakla ilgili değildir, daha ziyade bir *olma* halidir ve bu nedenle Suyun niteliğini en iyi tanımlayan fiil *olmak* fiilidir. Bir Su Ögesi insanı, kişiliğinin içinde o derin sonsuzluk hissini, oluşun saklı gücünü taşır.

Suyun Kişiliği

Her Ögenin hem artı kişilik değerleri hem de zorlayıcı nitelikleri vardır. Suyun en önemli güçlerinden bazıları tüm Ögelerinkinden üstün olan inanılmaz içsel cesaret, azim, kararlılık ve irade gücüdür.

Aynı zamanda, bir doğal bilgeliği, yaşamın ana gizeminin gerçekten neye dair olduğuna çok derinlerden dokunma yeteneği vardır. Eğer bir Su insanıysanız, diğerlerinin nadiren eriştiği bir duygu derinliğiniz var demektir. Ve bu, iç cesaretinizle birlikte yaşamdaki başarı kaynağınız olabilir. Suyun doğal cesareti ve bilgeliği sayesinde ilerlemek ve yaşamı maceraperest bir yoldan keşfetmek için güç ve kararlılık geliştirebilirsiniz. Aynı zamanda, bir diğer insanın en güçlü duygularının şiddetiyle başa çıkma ve o insanların derin kişisel çalışmalar yapmaları için alan sağlama gücünüz vardır.

Bu Ögeyi zorlayan, stresli zamanlarda ortaya çıkacak olan korku duygusudur. Suyun boşlukla ilgili, sınırların olmadığı engin bir başlangıç ve sona eriş yeri olduğunu ve her şeyin karanlık ve tanımsız olduğunu anımsayın. O halde böylesine sınırsız, bilinmedik bir diyar karşısında dehşete kapılmak doğal olacaktır.

Korku, Suyunuzu hemen oracıkta dondurabilir ve kendinizi ilerleyemezken bulursunuz. Sanki küçük bir girdabın çevresinde fır döndüğünüzü, bir karar vermekten, harekete geçmekten aciz olduğunuzu duyumsayabilirsiniz. Su, genellikle geri çekilerek,

dikkatli ve hatta ketum davranarak, bir sorunu çözmek için düşüncelerini açıkça söylemekte acze düşerek korkuya tepki verir. Su insanlarıyla yaptığım çalışmamda, çok sık rastlanan zorluklarından birinin de kendi seslerini bulmak, kendi gerçeklerini ilan edebilmek veya duygularına rağmen kendi adlarına konuşmak olduğunu görürüm. Eğer kulağa tanıdık geliyorsa, bu durumun çözümü, korkuyu duyumsamayı fakat onunla felce uğramama gücünü size veren o inanılmaz Ögesel cesaretinize ve kararlılığınıza erişmektir.

Birisi duygularınızı incittiyse, üzüntülüymken ketumluğa, sessizliğe ve geri çekilmeye olan bu eğiliminiz yüzünden, incittiğini asla bilmeyebilir. Bu konuda konuşmamaya veya bunu onunla paylaşmamaya yönelirsiniz ve itiraf edemediğiniz bu gizli incinme yüzünden sonunda bu ilişki sarsılabilir.

Birilerinin yirmi yıl önce söylediği kalplerini yaralayan sözleri harfî harfine bana aktaran Su insanları tanımıştım. Ancak kendilerini incitenlere bunu asla söylenmemişler ve düşüncelerini açıkça konuşmadıkları için büyük olasılıkla ilişki de o noktada sona ermişti.

Bunun kin gütmekle ilgisi yoktur, kızgınlıkla ilgilidir. Aşırı hassas olmakla da ilgili değildir. Bir Su insanı olarak gerçekten de bir şeyleri daha derinden hissederek ve bu duygulardan diğer insanlara kıyasla daha fazla etkilenirsiniz. Hem en büyük gücünüz hem de en büyük zorlanmanız olup inanılmaz bir duygu derinliği olan Ögenizle ilgili olarak, görünenin altında pek çok şey olup biter. Yaşamdaki deneyim zenginliğini size veren odur ancak bir yandan da bazen dayanılması çok güç olan yoğunluğu sağlar.

Bunu belirlemenin en kolay yolu hemen ağlamaya hazır Su eğiliminizdir! Küçük şeylerin karşısında gözlerinizi tepeye dikeyiyor ya da her günkü olağan sohbetlerin ortasında, bir televizyon reklamında veya duygusal bir anda gözlerinize yaşlar doluyorsa, kişiliğinizde bu Ögeden biraz olduğundan emin olabilirsiniz. Gene, bu kesinlikle bir zayıflık işareti değil, aksine, yaşamı nasıl derinlemesine yaşadığınızın bir göstergesidir. Bir Su insanı olarak, deneyimleri ağlayarak oluşturur, hayatı hazırda bekleyen gözyaşlarıyla yaşarsınız.

Çok fazla Su nitelikleri olan bir asistanım olduğunda bu bilgiye sahip olmaktan memnunluk duydum. Çoğu günler işe gözyaşları ip gibi akarak gelirdi, ama ben bunun, ona izin vererek eve göndermem gerektiği anlamına gelmediğini bilirdim. Tersine, az önce işe gelirken hislendiği bir telefon konuşması yapmış, ya da bir gün önce onu derinden etkileyen yaşadığı bir şeyi anımsamıştı.

Fakat bu nitelik çoğu meslekte yaşamı zorlaştırabilir. Bir personel toplantısında ya da bir danışan ile konuşurken gelen gözyaşları, diğerlerinin sizin aşırı duygusal olduğunuza veya baskı kaldıramadığınıza hükmetmeleriyle sonuçlanabilir. Bu korkunç bir engel olabilir, özellikle de bizim kültürümüzdeki erkekler için. Keşke iş dünyası sadece kafası değil kalbi de yaşayan çalışanlara sahip olmanın değerini anlasaydı! Şimdi olduğu gibi, Su insanının iş dünyasının çoğu yerinde ayakta kalmasına yardımcı olan, duygularını gizlemedeki tamamlayıcı yeteneğidir.

Bu Ögenin bir parçasıysanız, büyük olasılıkla yaşamın o gizem duygusuyla ve ta derinlerindeki gerçekle büyülenmişsinizdir. Su, her şeyin olabildiği ve yaratıcılığın serpilip geliştiği sınırları olmayan bereketli alandır. Siz de hayalci, yaratıcı kişi; bir sanatçı, yazar, müzisyen ya da bir filozof veya yanıtları yüzeye çıkartmak için bilinç denizinin derinliklerini ölçen sezgici de olabilirsiniz. Bu Öge, bilgiye derhal erişilebilen ve “bildiğinizi bilmeden önce bildiğiniz” bilgiyi size veren sezginin doğrusal olmayan zamansızlık ve mekânsızlık yeridir.

Yolunuza koyulan herhangi bir engelin etrafından dolaşmak için hep yaratıcı bir yolu olan başarılı bir iş insanı veya bebeğinizin ihtiyaçlarına kolayca adapte olan bir ebeveyn de olabilirsiniz. Su düz çizgiler halinde akmaz, siz de yaşam pınarıyla nasıl kıpırdaşacağınızı bilecek veya üzerinde dalgalanarak akmak için azminizi kullanacaksınız.

Aslında Su hakkında bilmeniz gereken bir şey özgürlüğün çok önemli olmasıdır. Hapsedilmek ölüm gibidir! Kısıtlamanın hiçbir türü akma ihtiyacıyla uyuşmaz. Eğer fazlasıyla Su nitelikli bir insansanız sabah saat 9’da girip akşam saat 17:01’den önce çıkmayacağınız bir işte çalışmak *istemezsiniz*. Kendinizi esnek saatleri olan olağandışı görevlerde çalışırken bulabilir veya saatlerini

kendinizin belirleyeceği ve istediğiniz şeyi istediğiniz zaman yapacağınız bir iş kurabilirsiniz.

Aslında, baştanbaşa olağandışı bir yaşam sürme eğilimi gösterirsiniz. Kariyeriniz kuraldışı olabilir ya da sık sık seyahat edebilirsiniz -beğenseniz de beğenmeseniz de! Yaşamınız boyunca kendinizi pek çok yerde veya dünyanın egzotik bir bölgesinde yaşarken bulabilirsiniz. Su akar, keşfeder ve hareketsiz duramaz; hep gizeme doğru ve olağandan uzağa doğru hareket etme eğilimi vardır.

Bu Öğenin en sevdiği konum yatay olandır. İster yayılıp yatakta kitap okurken, divanda uzanıp dizüstü bilgisayarınızın tuşlarına vururken ister banyo küvetinde yıkanırken olsun, uzanmayı seversiniz. Feng shui işimdeki herhangi bir Su danışanıma bir ev ofisi olması halinde bile çalışma zamanının çoğunu nerede geçirdiğini sormama hiç gerek yoktur. Danışanın bir çalışma masası olabilir ama en verimli zamanının, yatakta veya divan üzerinde geçirdiği zaman olduğuna iddiaya girebilirsiniz. Danışanımın ihtiyaçlarını yansıtan ve -en azından- gün içinde Suyunu tazeleme fırsatı veren bir alan sunduğu için, genellikle ofisine bir yatar koltuk veya kanepa satın almasını öneririm.

İşte önemli bir bilgi: Her Öğenin kendi enerji ihtiyacı vardır -sık sık beslenmesi gereken ve her gün var olmasına izin verilen bir hareket veya bir duygu. Eğer Su insanıysanız, maksat kendinizi daha az Su nitelikli hale getirmek değildir. Aksine, ruhunuzu besleyen o özel enerji kabarmasını sıklıkla sağlamanın bir yolunu yaratmalısınız. Öğenizi ifade etmeye, beslemeye ve büyütmeye ihtiyacınız vardır. Bir Su kadını minik bir masada, sert bir iskemle üzerinde dimdik oturtmam. Ona, olabilecek en Su nitelikli çalışma alanını sağlarım.

Daha akıcı bu yaşam tarzı gereksinimi nedeniyle, yaşamınızdaki diğer insanları delirtebilirsiniz! Büyük olasılıkla geç kalma ya yatkınsınızdır, zira Su gezegeninde saat yoktur ve doğrusal bir zaman kavramı size yabancı olabilir. Katı bir odağınız yoktur ama onun yerine doğal hayalciliğiniz, geçen dakikaları izlemekle hiçbir ilişkisi olmayan bir içsel akışınız vardır. Bu nedenle, belirli bir yerde tam zamanında olmanın bu uyumsuz koşula alışmak sizin için çok zordur.

Aslına bakarsanız öğrencilerimden biri bana, bu bilgiyle onun evliliğini kurtardığımı söyledi. Bana hayatımda gördüğüm en Su özellikli adamlardan biri olan kocasının bir fotoğrafını göstermişti. Kocasının kişiliğini tam olarak betimlediğimi fakat kendisini en çok heyecanlandırmanın gecikmesine ilişkin açıklamalar olduğunu söyledi. Bunun kendisini deliye döndürdüğünden söz etti; ne kadar gayret ederse etsin hiçbir yerde olması gereken saatte olmazmış. Davranışının maksatlı olmadığını biliyordu ama böyle zeki bir adamın nasıl olup da geçen zamanın farkında olamadığını anlayamıyordu (elbette, bilincinde olmadıkları aksi nedenlerle geç kalan pasif-agresif eğilimli insanlar *vardır*; kronik gecikmeleri olan herkes bu Ögenin insanı değildir!).

Bu Su nitelikli kişiliğin denklemde nasıl bir etmen olabileceğini anladıktan sonra kocasının hareketlerinden alınmayı bırakarak ona farklı bir ışığın altında bakabildi. Randevusuna zamanında gelmediği için üzölmek yerine “Yanıma bir kitap almayı öğrendim!” diyordu. Basite indirgenmiş gibi görünse de, önemli olan, yargılamayı ve incinmeyi bırakması ve onu beklemek zorunda kaldığı her sefer, hiddetlenmeye son vermiş olmasıydı. Onun yerine, kocasının eninde sonunda geleceğini bilerek, kitabını zevkle okuyabileceği rahat koltukların olduğunu bildiği bir yerde buluşmayı planladı. İlişkilerindeki gerilimin çoğu salt bunu keşfetmesi sayesinde kayboldu.

Bu “akış” eğiliminin diğerlerini deliye döndürebileceği diğer durumlar, karşılıklı konuşmalar esnasında olur. Bir Su insanı olarak çok hızlı konuşmazsınız, her zaman çok etkili bir şekilde sadede de gelmezsiniz. Onun yerine konuşurken dağılır ve bazen hep konunun etrafında dolanırsınız. Bu, asıl konuya gelmenizi bekleyen Su insanı olmayanları çıldıratabilir. Hatta çıktığınız bir alışverişte bile mağazada kıvrımlı yollar izleyerek ağırdan yürütmek, orada burada duraklamak büyük olasılıkla kimi refakatçilerinizin canını sıkır. Su düz bir hatta ilerlemez.

Bu dolambaçlı yöntem daha önemli alanlarda da baş gösterebilir. Eğer Su insanıysanız, acele etmeden bir karar almak veya bir sorun üzerinde zamanla sakin sakin çalışmak size kendinizi iyi hissettirecektir. Olayların kendi doğal akışına girmelerine izin

vermeye, bir sorunun tüm yönlerinin bilincinizin her katmanında uykuya yatmasına ve yanıtın ana rahminde gelişen bir bebek gibi yavaş yavaş şekillenmesine ihtiyaç duyarsınız. Eğer aniden bir karar almaya veya çabucak bir sonuca varmaya zorlanırsanız, bu sizin doğanıza tümüyle ters düşeceği için gerilim yaratacaktır. Yanıtlar için, en az mantıklı beyin gücünüz kadar sezgilerinize de güvenirsiniz.

Günlük yaşamda, gecenin karanlık dinginliğinde düşlere dalarak geç saatlere kadar oturmaya ve geç saatte uyumaya bayılırsınız. Bütün gece kendinizi dalgalarına bıraktığınız göksel âlemle ilişkileri bir anda kopartmamayı ve yavaş yavaş uyanmayı tercih ederek sabahları ortaya çıkmakta zorlanabilir, uyandığınızda ve yataktan çıktığınızda bile düşlerinizi pek de arkada bırakmadığınızı duyumsayabilirsiniz. Uyandıktan çok sonra bile ipler size örümcek ağları gibi sarılacaktır.

Bu Öge için özel yaşam da önemlidir ve dışa dönük biri de olsanız sessizlik için tek başınıza olacağınız zamana gereksinim duyarsınız. Meditasyon birçoklarına kıyasla size daha kolay gelir zira içerdeki o dingin yere gömülmek sizin için doğaldır.

Suyun Stili

— **Giyim:** Hepimiz bir nehrin güzel duygusal akışını izlemiş, serin sularından uzun uzun içmiş ve içimize akışını hissetmişizdir. Ya da gösterişli bir iç çekişle kendimizi su dolu banyo küvetine bırakmışızdır. Bu duygusallığı Su insanının giysilerinde görebilirsiniz. Eğer bir Su kadınıysanız uçucu giysileri sevebilir ve kendinizi boyundan ayak bileğine kadar yumuşacık güzel giysilerle, belki de arkanızdan uçuşan bir eşarp veya kadife bir ceketle örtersiniz. Gür, parlak saçlarınız dalgalı ve uzun olabilir. Etnik veya sanatsal modalar tercihinizdir ve mavilerle siyahlar sık rastlanan Su renkleridir. Özgürlük gereksiniminiz ve yaratıcı zevklerinize nedeniyle büyük olasılıkla ayağınızdan hemen çıkartıvereceğiniz, ya da, 500 dolarlık, ama ruhunuzu tamamen besleyen, türünün tek örneği el yapımı ayakkabılar giyersiniz.

— **Ev:** Bulunduğunuz ortamla ilgili olarak, Su Öğeniz suyu sever! Bir gölün, nehrin veya denizin yakınında, hatta daha iyisi, hemen evinizden suyu görebileceğiniz bir yerde oturmayı tercih edersiniz. Küçük, sıcak odalar yerine görüş çizginizin bir alandan diğerine akabileceği açık plan mekanları seçersiniz. Su görüntüleri olan sanat eserlerine veya akıcı çizgileri olan soyut yapıtlara sahip olabilirsiniz. Evinizin dekoru kadife perdeler, pelüş döşemeler ve egzotik yerlerden veya yerli kültürlerden süslerle, şehvetli ve sıra dışıdır.

Evde en sevdiğiniz yer, yatay olmaya düşkünlüğünüz nedeniyle, yatak odanız olabilir -üstün kaliteli şiltelerini tanımlarken neredeyse kendilerinden geçen Su insanları gördüm. Ya da eğer yatak odası değilse en sevilen yer kesinlikle banyodur, çünkü bu Öge genellikle, günü banyo küvetinde uzun süre kalarak sona erdirmenin elzem olduğunu düşünür.

Su aynı zamanda karanlıkla da ilgili olduğu için, bazı karanlık köşeleri, biraz esrarengiz yerleri olabilen çevrelerde serpilip gelişirsiniz. Annem, evi yaratıcılığının tüm güzel yönlerini yansıtan aşırı Su özellikli bir sanatçıdır. Parlak tepe lambaları çok azdır, orada burada sadece birkaç masa lambası vardır. Bu, ona mükemmel uyan karanlık alanlar yaratır. Oysa bende çok az Su Ögesi vardır ve annemin evindeyken, kısa süre sonra loşluktan rahatsız olurum. Daha iyi hissedebilmek için daha çok ışık açmaktan kendimi alamam. Bunu genellikle istemsizce yapar, ama sonra annemin bir refleksle peşim sıra hepsini söndürdüğünü görünce gülerim! Her birimiz çevrede kendi dengemizi arıyoruz.

— **Hareket:** Fiziksel egzersizler bile her Ögenin en iyi kullanımını için kişiselleştirilebilir.

Yavaş, akıcı hareketler ve nefes içeren yoga formları Su insanları için mükemmeldir. Buz pateni, tai chi, dans ve gerilim ve zorlama hareketler içermeyen herhangi bir şeyin yanı sıra, yüzme de tabii ki bir diğer iyi aktivitedir. Bu Ögenin mensupları “tempolu yürüyüşler” yapmak yerine gezintilere çıkmayı ya da köpeği yürüyüşe çıkartıp dolambaçlı yollarda başıboş gezinmeyi seçerler.

— **Meslek:** Eğer bir Su insanıysanız, doğal olarak sanat, müzik veya yazı gibi yaratıcı alanlara çekilebilirsiniz. Ya da içteki derin yerlere yolculuk etmek ve şiddetli duygulardan caymamak konusunda akıllı ve cesur yeteneğinizle parlak bir sağaltımcı olabilirsiniz. Ayrıca kendinizi mali planlama gibi parayla ilgili işlerde veya bir tıp mesleğinde bulabilirsiniz. Dişçilerde genellikle epey Su özelliği vardır çünkü dişler vücudun bu Ögeyle ilişkili olan bir bölümüdür.

Gerçek suyla veya suyun kimi yönleriyle ilgilenen bir mesleğe de girebilirsiniz. Bir keresinde bir konferans veriyordum ve sonunda Su özellikleri olmasına rağmen yaptığı işin Ögesiyle hiçbir alakası olmadığını söyleyen bir adam beni sorguladı. Hayatını nasıl kazandığını sordum; avukat olduğu yanıtını verdi. Aslında bu bir Su mesleği değildir, bu nedenle biraz afalladım. Sonunda çalıştığı alanı soruşturdum, bana “Deniz hukuku” dedi ve daha sonra da bir sahil evinde oturduğunu ve işe gitmek için her gün kanosunu kullandığını itiraf etti!

Belki yukarıdaki betimlemede kendinizi veya bir arkadaşınızı tanıdınız, bu sizde yeni içgörüler ve farkındalıklar yaratmış olabilir. Ancak *bir miktar* Su görmenize rağmen bunun sizi veya arkadaşınızı tamamiyle tanımlamadığını duyumsayabilirsiniz. Unutmayın ki hepimizin kişiliği bu beş Ögenin her birinden birazına sahipken genellikle biri veya ikisi öne çıkar -bazı insanların yüzlerinde Ögelerin dördü birden güçlüyken sadece biri zayıftır. O halde okumayı sürdürdükçe içeride aslında kim olduğunuzun tam bir kavrayışını size veren ikinci, üçüncü ve hatta dördüncü bir kategoriye saptayabilirsiniz.

Ancak, Su hatlarının yüzünüzde vurgulanmadığını anlasanız bile kulaklarınız, alnınız, bir çeneniz ve diğer hatlarınız vardır! Bir sonraki bölümde bu hatları teker teker inceleyeceğiz ve bize yaradılışınızda Suyun nasıl dışa vurduğuna dair daha ayrıntılı neler anlatabileceklerini öğreneceğiz.



SUYUN YÜZ HATLARINI OKUMAK



Yüzün tümüne belirli bir görünüş vermenin yanı sıra, her Ögenin belirli yüz hatlarına tekabül ettiğinden söz ettim. Bu bölümde bu vücut kesimlerinin her birindeki Su Ögesinin içyüzünü nasıl daha fazla anlayacağınızı öğreneceksiniz.

Kulaklar

Şimdiye dek öğrendiğiniz gibi, kulaklar çocukluğunuzun nasıl olduğuna dair bir bilgi zenginliği ortaya koyarlar. Ancak bize söyledikleri bundan çok daha fazladır.

Bu hayata doğduğunuzda yanınızda sadece kendi yaratılışınızı değil, aynı zamanda atalarınızdan size miras kalan özü de getirdiniz. Su, size aktarılmış olan bu geçmişe ait hazinelerle, kendi gücünüz yetersiz olmaya başladığında kullanabileceğiniz bir içsel güç rezervuarıyla ilişkilidir. Bu mirasın gücü insandan insana değişir ve kulaklardan okunabilir.

Vücudun bu kısımları, ihtiyacınız olduğunda kullanabileceğiniz o kuyunun derinliğini gösteren, Çinlilerin “jing” adını verdik-

leri sizinle doğan kaynağın yapısını ve miktarını gösterir. Eğer sağlam, büyük kulaklara sahipseniz, bunun anlamı, fazladan bir canlılık ve dayanıklılık için başvurabileceğiniz gençleştirici Su kaynağı ile doğmuşsunuz demektir.

Son zamanlarda, kulakların tümsel olarak küçüldüğü, kulak-memelerinin kısaldığı söylenmektedir. Bu yüz organının boyutu yaradılışınızın gücünü gösterdiğine göre giderek, her neslin doğal olarak daha zayıf hale geldiğinden endişe duyulmaktadır. Bunun anlamı, muhtemelen çevre kirlenmesi ve/veya daha kötü beslenme ile tehlikeye girerek strese ve hastalığa karşı daha az dirençle sonuçlanan kırılğan bağışıklık sistemleri olabilir.

İlginç bulduğum şey, son zamanlardaki bu küçülme eğiliminin kanıtını kesinlikle görebildiğinizdir. 1940'lerden veya 50'lerden herhangi eski bir filmi izleyin, bazı insanların kulaklarının büyüklüğü karşısında soluğunuz kesilebilir! Bugünlerde altmış yaş altındaki herhangi birinde böylesi büyük kulaklar görmek nadirdir.

Yapınızın şimdiki durumunu kulağınızın üst tarafındaki kırıkdağa dokunarak değerlendirebilirsiniz. Güçlü bir yaradılışın işareti, güçlü Su *Ki*'si (yaşam gücünün enerjisi) olarak, esnek ancak sıkı olmalı. Eğer fazlasıyla sert veya kaskatıysalar, bunun anlamı bu Ögede bir miktar hareketsizlik olduğudur ki bu da bir olasılıkla fazlasıyla kararlılık veya hoşgörüsüzlük ya da yüksek tansiyon potansiyeli taşımak olarak tercüme edilebilir.

Eğer kulaklarınız çok ince ve esnekse, bu azalan fiziksel gücün işareti olabilir. Eğer neredeyse şeffaf ya da az bir dirençle küçültülerek katlanabiliyorlarsa, bu da narin bir bağışıklık sisteminin işareti olabilir. Eğer sizinkiler bu durumdaysa düzenli biçimde gerçekten dinlenmeye ve yaşamınızı yenilemeye önem vermelisiniz.

Kulaklarınızın biçimi ve boyu da manidardır. Büyüdükçe, *Ki* kaynağı daha güçlenir. Bu, kaybetmeyi riske edebilecek kadar çok enerjiniz var anlamına gelir. O halde eğer büyük kulaklara sahipseniz, daha fazla risk alan biri olabileceksiniz demektir. Yerel bir televizyon programında önemli girişimcilerle söyleşi yapılan bir paneli izlediğimde bunun uygulaması görüldü. Bölgedeki bazı oldukça başarılı iş insanları uzun bir sıra halinde oturdular ve hepsinin devasa kulakları olduğunu fark ettiğimde hayretle soluğumu tuttum! -

Genel boyutlarının yanı sıra kulaklarınızın eni de risk almakta ne kadar rahat olduğunuzun göstergesidir. Ne kadar geniş olurlarsa (Şekil 17), sizin için risk almayı seçmek o kadar kolay olacaktır.



Şekil 17: Geniş kulaklar risk almakta rahat olan birisini gösterir.

Eğer dar kulaklarınız varsa (Şekil 18), düzenli bir geliri garanti eden veya bir tür istikrarı olan işlerde çalışmaya daha çok yönelirsiniz. Kar sörfü veya serbest paraşütçülük gibi tehlikeli sporlara karşı ilginizin olması ihtimali de düşüktür!



Şekil 18: Dar kulaklar daha fazla güven ve istikrar gereksinimine işaret ederler.

Kulaklarınız küçükse genelde daha sakıngan ve dikkatli olmaya yatkınsızdır. Çinliler küçük kulaklı çocukların terbiyeli olduklarını söylerler ki bu da Su ile ilintili bir duygu olan korkunun etkisinin yansıması olabilir. Ne kadar çok endişe duyarsanız o kadar tedbirli olursunuz.

Bir keresinde fevkalade küçük kulakları olan bir öğrencim vardı. Kendisi ihtiyath ve müşterilerinin parasını dikkatli yönetmekle ünlenmiş bir mali danışmandı. Yatırımları konusunda fazla atılgan olmak istemeyen belirli bir türdeki müşteriye cezp ederdi. Bu doğal dengenin sağlandığı bir durumdu, zira bu kadın kendi gerçek doğasına uygun bir biçimde yaşıyordu! Gerçi bir gün, bu organı etkileyen çocukluğuna ait daha öte bir bilgiyi benimle paylaştı.

“Minicik tek yatak odalı bir apartman dairesinde, kişilik bozukluğu olan dört yetişkinle büyüdüm” diye anlattı. “İçlerinden birinin kontrolden çıkmaması için küçülmeli ve sessiz kalmalıydım. Sanırım küçük kulaklarım ne büyük bir korkuyla yaşadığımı ve enerjimi ne kadar küçük tutmam gerektiğinin işareti.” Aslında, çocukken, onunla arkadaş olmaları ve hiç güvenilmez olan çevresinden onu korumaları için hayali periler icat etmişti.

Kulaklarınızın başınızın neresine yerleşmiş olduğu da bilgi sağlar. Kulaklarınızın tepesi kaşlarınızla aynı hizada ya da üzerindeyse, bunun “erken gelen ün”ü gösterdiği söylenir. Kulaklarınızın tepesi kaşlarınızın altındaysa, ün daha sonra gelecek demektir. Bu durumda “ün,” gerçek yaşam yolunuzda başarıyı bulduğunuz zaman anlamına gelebilir. O halde kulaklarınız ne kadar yüksekteyse başarıyı nispeten erken bir yaşta keşfetme olasılığınız daha fazladır. Eğer alçaktaysalar, siz de geç çiçek açanlardan olabilirsiniz; dünyadaki yerinizi bulmak biraz zamanınızı alabilir.

Kulakmemeleri

Kulakmemeleriniz bile size kendinizi anlatabilir. Başınızın yan tarafına yapışık gibi görünenler (Şekil 19) bir olasılıkla, ailenizle olan bağınızı olumlu veya olumsuz olabilecek şekilde koruduğunuza işaret eder! Bu, güzel bir pazar yemeği için her hafta eve gi-

diyorsunuz demek de olabilir, geçmişin mutsuz deneyimlerinin henüz çözümlenmediği de. Anne ve babanız artık hayatta değilseler bile, ailenin sizin için önemli olduğunu ve gittiğiniz her yerde bu duyguyu yaratmaya gereksinim duyduğunuzu da gösterebilir.



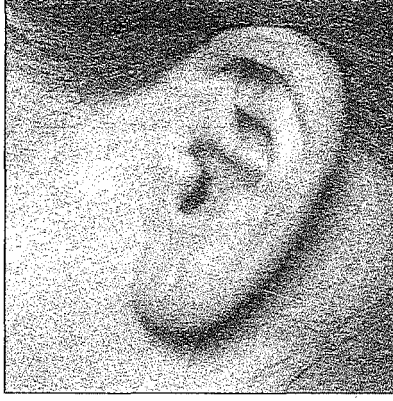
Şekil 19: Başın yan tarafına yapışık olan kulakmemeleri aileye olan bağı gösterir.

Başınızın yan tarafından uzak kulakmemeleriniz varsa (Şekil 20) bir olasılıkla hısım ve akrabalarınızdan başarıyla kopabilirsiniz. Yaşamınız daha bağımsız olabilir, ya da ailenizin fertleriyle yakın bağları korumayabilirsiniz. Bu biçim, yakın biyolojik bağları korumak yerine kendi beslenme ağınızı arkadaşlarınızla yaratabileceğinizi belirtebilir; yaşamınızda bu bağlantılara güçlü bir ihtiyaç duymayabilirsiniz.



Şekil 20: Başınızın yan tarafından uzak kulakmemeleri aileden ayrılma yeteneğini gösterir.

Kulakmemeleriniz yüzünüzdeki üç “varsılık deposu”nun birincisidir de. Uzun kulakmemeleri (Şekil 21) sizin doğal olarak uzun vadeli planlama yaptığınızı belirtir. Birçok yönden bilgelik işaretidir -sadece finans konularına ilişkin değil. Fakat eğer geleceğe akılcıca hazırlanırsanız, bunun mali güvenliğinizi de kapsaması olasıdır.



Şekil 21: Uzun kulakmemeleri akıllı ve uzun süreli planlamayı gösterir.

Küçük kulakmemeleri geleceği daha az düşündüğünüze ve daha ziyade bugünde yaşadığınıza işaret eder. Fazla ileriye görmeye yönelmezsiniz ve bunu yapmaya çalışmak size pek de doğal gelmeyebilir. Yaşlılığınızda darlık içinde yaşamaya mahkûm olduğunuz anlamına gelmez bu! Şimdiki zamanda odaklandığımız şeyin daha sonraki yıllarınızda size güvence sağlayacak olan olabilmesi pekâlâ da mümkündür. Ve kulaklarınız yaşamınız boyunca büyüymeyi sürdürdüğünden, daha büyük kulakmemelerine sahip olma potansiyeliniz her zaman vardır. Vücudun sadece bir bölümüne odaklanamayacağınızı unutmamak elzemdir -tüm hatlar birbirini etkiler ve diğerlerinin söylediklerini biraz değiştirebilir veya kontrol edebilirler. Kendinizin veya bir başkasının yüzünü okuma egzersizleri yaparken bunu hep akılda tutmak önemlidir.

Kulaklarınıza ilişkin dikkat edilmesi gereken son bir şey de başa yakın mı yoksa dışarı doğru çıkıntılı mı durduklarıdır. Başınızın yan tarafına yakın duran kulaklar iyi bir dinleyici olduğunu-

zu gösterir. Oysa başınızın yanlarından dışarı doğru çıkıntı yaparlarsa (Şekil 22), başkalarının size yapmanızı söylediği şeyleri yapmayı aslında sevmediğinizin bir işaretidir. Kulakları görünür biçimde dışarı çıkık olan insanların bağımsızlıklarına çok düşkün olmaya yatkındırlar.



Şekil 22: Dışarı çıkık duran kulaklar bağımsız kişiliğin işaretidir.

Kulaklarınız dışarı çıkık ve öne eğikse, bunun kendi sesinizin tınısını sevdiğinizin işareti olduğu düşünülür -diğer bir ifadeyle, başkalarını dinlemeyi sevmezsiniz ve bu konuda oldukça inatçı olabilirsiniz. Eski başkan adayı Ross Perot, bu tür kulaklara sahip olmanın yanı sıra kendi fikrini ifade etmeyi pek sever görünmesiyle de ün kazanmıştı!

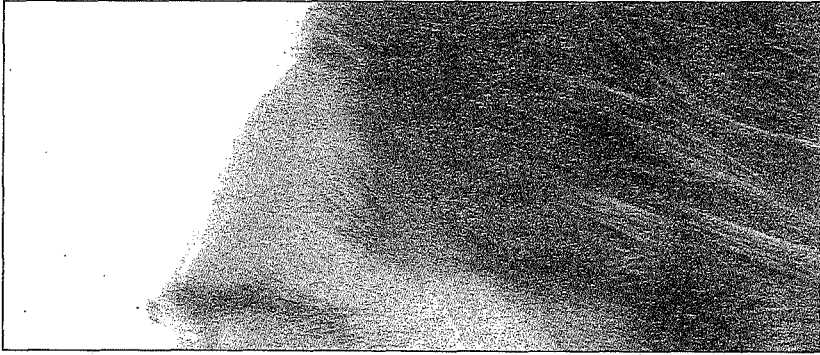
Birkaç başarılı kitabın yazarı olan bir danışanımdan yüzün bu bölümüne dair daha derin bir anlamı öğrendim. Bu tür kulaklara sahip olduğunu gördüm ve varsayılan anlamını ona söyledim. Kırılmasından korktum ama aksine, düşünceye daldı. Birkaç dakika sonra, bir yazar olarak bunu mantıklı bulduğunu söyledi. Sözlerini tüm dünyaya göndermeden önce dinlemek kendisi için aslında özellikle önemliydi. Her taslağı yazarken, açık olduğundan ve iyi iletişim kurduğundan emin olmak için bir okurun yazdıklarını nasıl algılayacağına önem vermeye büyük özen gösterdiği cevabını yapıştıırverdi.

Bu yeni kavrayışla, şekli böyle olan daha fazla kulak aradım ve iletişim alanında başarılı pek çok insanın dışarı çıkık ve öne eğik kulakları olduğunu görerek büyüledim!

Saç Çizgisi

Ergenlikteki yaşam deneyiminizin işareti olmasının yanı sıra (Bölüm 3’de anlatıldığı gibi), saç çizginiz bir diğer Su işaretidir. Yüzün bu bölümüne bazen “Annenin Etkisi” adı verilir, gerçi bu özellikle biyolojik annenizle ilgili olmayabilir. Daha ziyade toplumun kurallarına uymayı size öğreten her kimse, onunla ilgilidir. Bu tür eğitim, doğru davranmanın önemini genç insanın aklına sokmak amacıyla, genellikle korkunun, o Su nitelikli duygunun kullanılması içerir.

Saç çizginizin biçimi yaşam sürecinizin önemli bir bölümü olan bu anasal etkinin izini taşır. Eğer korkuya veya sert kuralların uygulanmasına büyük vurgu yapılmışsa, bu en kolay profilden (kendinize yandan baktığınızda) görülebilecek özel bir biçimde ortaya çıkacaktır: Saç çizgisinin kenarları kaşlarınıza normalden daha yakın inecektir (Şekil 23). Büyük olasılıkla mükemmel terbiyeniz ve başkalarına karşı yüksek farkındalığınız vardır, ancak yaşamda kendinizi bulmak veya kuralları çiğnemekten çekinmemek daha uzun zamanınızı alabilir.

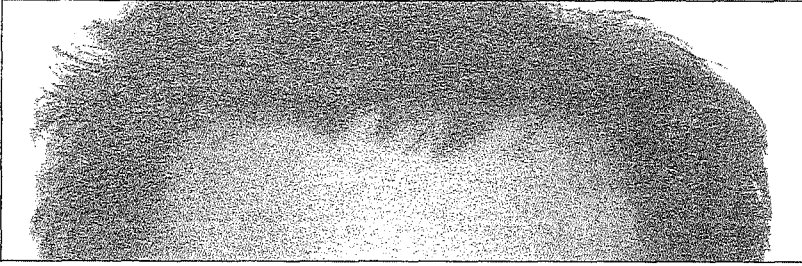


Şekil 23: Bu saç çizgisinin yanları sertlikle yetiştirilmeyi işaret eder.

Bir diğer yaygın biçim de isyankâr huyun göstergesi olan karemsi saç çizgisidir (Şekil 24). Eğer sizinki böyleyse, kurallara

uymak istememeye yatkın birisi olduğunuzu bilirsiniz! Bu sizin için hayatta sıkıntılar yaratmış olabilir, fakat öte yandan harika bir özelliktir de, çünkü işleri halletmek konusunda yeni fikirlerle ortaya çıkarsınız anlamına gelebilir.

Her iki özelliğin aynı yüzde birleştiğini sıklıkla görürüm -Şekil 23'te gösterildiği gibi kaşların hemen yakınından geçen karemsi saç çizgisi. Bu iki görünüşü bir arada bulmak aslında şaşırtıcı değildir. Bu görüntü isyankâr bir çocuğun anne ve babasının onu hizaya getirmek için sert kuralları zorlamaya çalışmalarının bir sonucu olabildiği gibi belki de çok fazla baskı bir kural tanımaz yaratmış olabilir!



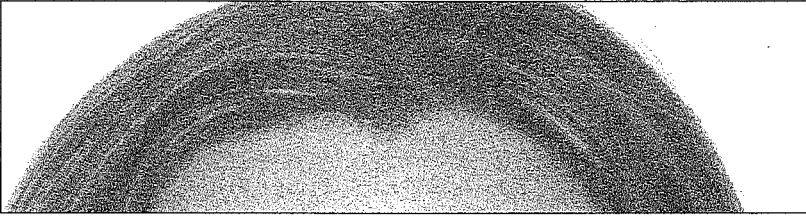
Şekil 24: Karemsi saç çizgisi isyankâr bir yaratılışı ele verir.

Alnın köşelerinde geriye doğru giden belirli bir saç çizgisi vardır (Şekil 25). Bazen “Açık Zihin” adı verilen bu biçim tümüyle açık görüşlü olduğunuzu gösterir. Aynı zamanda kurallarla veya doğrusal düşünceyle kısıtlı olmadığınız, kolaylıkla tahmin yürütebileceğiniz anlamını taşır. Bir şeyi adım adım halletmek yerine çözüme ulaşmak için analizlerle içgüdüyü birleştirerek sezgisel sekmeler yapabilirsiniz. Birisi soruyu sormayı bitirmeden yanıtı olan veya fıkrayı anlatmayı bitirmeden can alıcı cümleyi bilen bir insan olabilirsiniz! Birçok bilim insanının ve filozofun bu türde bir saç çizgisi vardır.



Şekil 25: Bu saç çizgisi sezgisel sekmeler yapabilen açık bir zihni temsil eder.

Alnın ortasına gelen saç çizgisindeki küçük “V” görüntüsü (Şekil 26), hem kadın hem de erkeklerde gelişmiş karizmayı, yaratıcılığı ve seksapeli temsil eder. Derin Su şehvetinin baştan çıkarıcı çekiciliğinin işaretidir!



Şekil 26: Küçük “V” görüntüsü üstün karizma ve yaratıcılık işaretidir.

Geriye çekilmiş bir saç çizgisi, alından arkaya doğru kelleşme, fazladan bir dürtünüzün ve tutkunuzun olduğunu gösterir; saç dökülmesini yaratan yüksek testosteron düzeyinin bir işareti. Bu işaret mali başarıya tercüme edilebilir ki Çinlilerin bunu pek şanslı bir işaret olarak kabul etme nedenleri budur.

Saç çizgisindeki herhangi bir sıra dışı değişiklik, Su insanında ya duygusal ya da fiziksel bir dengesizlik olduğunun işareti olabilir. Bu durum genellikle alın kenarındaki saçların seyrilmesiyle ortaya çıkar. Bunun anlamı tamamen, ister duygularla, ister zor ve çetin bir deneyimle, ya da hastalıkla olsun, sisteminizin fazla gerilmiş olması olabilir. Rezervlerinizin azaldığını ve çoğu kez daha fazla dinlenerek, daha iyi beslenerek ve daha az stresle, yeniden doldurmanız gerektiğini gösterir.

Alın

Bombeli ve/veya geniş alın, Su yaratıcılığının güçlü bir işaretidir. Sizinki bir kavisle dışa doğru çıkıksa, bazı yönlerden çok yaratıcı bir insansınız demektir (Şekil 27). Bu alın genellikle profilden görülmesi en kolay olandır. Böylesi bir biçim mutlaka sanatçı olmanız gerektiği anlamına gelmez, muhasebeci de olabilirsiniz ama işinizde yaratıcılığınızı kullandığınız veya bir hobi yoluyla ifade ettiğiniz kesindir. Eğer böyle değilse, enerjinizi akıtacağınız bir yol bulana kadar, bir olasılıkla yaşamdan tatmin olmadığınızı hissedersiniz.



Şekil 27: Yuvarlak alın çok yaratıcı bir insanın işaretidir.

Alnın üst yarısı kalıtımla ilgilidir. Anne babanızdan, büyükanne ve büyükbabanızdan ve hatta ceddinizden size geçmiş olan kabiliyet, beceri ve yetenekleri gösterir. Yüzünüzün bu bölümü yuvarlaksa veya dışa çıkıksa, ailenizden miras kalan bir bilgiyi taşıyorsunuz demektir. Alın ne kadar yuvarlaksa, atalardan devraldığınız yetenekler de o kadar fazladır. Bu aynı zamanda aile “karma”sını, soy çizginizde aktarılan bir deneyim örüntüsünü veya dersini ileriye taşıdığımızın da bir işareti olabilir. Bu mutlaka sizden öncekilerle aynı türden deneyimler yaşayacağınız anlamına gelmez, daha ziyade, hayatınızda yapacağınız işlerde ince bir benzerlik olabilir demektir.

Bazen üst alın bölgesinde, neredeyse geniş bir tümsek veya çıkıntıya benzeyen biraz farklı bir şey görürsünüz; çoğu kez alının bir tarafında diğerine kıyasla daha belirgindir. Bu durumlarda ailenin bir kolundan ağırlıklı olarak daha fazla bilgi gelmiştir. Sağ taraf Anne ve onun atalarıyla ilgiliyken sol taraf Baba ve onun akrabalarıyla alakalıdır.

Öyleyse, eğer alnınızın sol tarafında bir çıkıntı varsa, baba tarafının özelliklerini miras almışsınız demektir. Başlangıçta, babanızın korkunç öfke sorununu anımsayıp aynı türden bir duygusal kargaşanız olsun istemiyorsanız, bu size iyi bir habermiş gibi görünmeyebilir! Ancak akılda tutulması önemli olan, aynı yoldan ifade etmeniz şart olmasa da, o enerjinin size geçmiş olduğudur. Babanız o inanılmaz dürtüsünü ve dinamik kişiliğini öfke yoluyla ifade ederek iyi yönetememiş olabilir. Oysa siz aynı canlılığı kariyerinize, yardım işleri için fon oluşturmaya veya çeşitli olumlu seçeneklere akıtıyor olabilirsiniz. Hiçbir özellik iyi veya kötü değildir; bütün mesele onu nasıl kullandığınızdır.

Eğer çıkıntılar hem sol hem de sağ yanlarda olup ortada yoksa o zaman annenizden de babanızdan da özellikler ve yetenekler almışsınızdır, ama bunlar birbirlerinden çok farklıdır. Alnınızın ortası aşırı yuvarlaksa, sizde ebeveyninizinkinden çok daha gelişmiş bile olabilecek benzer özellikler var demektir.

Atalarınızdan neyi aldığınıza dikkat etmek ve bunu göz ardı etmemek önemlidir. Aslında, bu özellikler, onlara direnseniz de veya onlarla para kazanamayacağınızı düşünseniz de, ortaya

çıkacaklardır. Onları hayatınıza katmanız için ısrar ederek kapınızı gene de çalacaklardır. Aile özelliklerinden gelen dürtü ata Ki'nizin doğal tezahürüdür ki bu olumlu bir şeydir; bu dürtünün ortaya çıkmasına izin vermelisiniz.

Hem annem hem de babam öğretmendi, benim de öğretmen olmam umuldu. Büyüdüğüm 1950'li ve 60'lı yıllarda kadınlar için kariyer seçenekleri çok kısıtlıydı: Görüldüğü kadarıyla kabul gören standart, bir kızın öğretmen, hemşire ya da sekreter olmasıydı -tabii yalnızca evlenene kadar; sonra artık bir eş ve anne olarak hayatının gerçek çağrısına doğru ilerleyebilirdi!

Bu yolların hiçbirine bir arzu duymadım. Yaşamımla ilginç bir şey yapmaya kararlıyım. Yıllar sonra oğlum on üç yaşına geldiğinde geleceğiyle ilgili düşüncelerle cebelleşmeye başladı. Öğretmenlerinden aldığı, liseyi bitirdiğinde bir kariyere karar vermiş olması gerektiği izlenimiyle ne yapacağı konusunda kıvrandı durdu. Yaşamı keşfetmek için önünde dünya kadar zamanı olduğu ve belki de birkaç kariyer birden yapabileceği konusunda ona moral verme deneyimlerimin hiçbirisi zihnini rahata kavuşturamadı sanki.

Sonunda, ona kendi öykümü ve onunkine kıyasla kendi seçeneklerimin ne kadar kısıtlı olmuş olduğunu anlatarak cesaret vermeye çalıştım. "Büyükannen ve büyükbaban öğretmendi ve benim de öğretmen olacağımı düşündüler" dedim. "Ama bir de şimdi bana bak!" Aklımdan yazar, fotoğrafçı, girişimci, emlakçi, feng shui uygulayıcısı ve yüz okuyucu olduğum ve şimdi de tüm dünyayı gezdiğim, seminerler verip insanları eğittiğim yolculuğum geçiyordu.

"Evet" dedi, yüzünde hafiften bir tiksinti ifadesiyle, "bir öğretmensin sen."

Şaşkın ifadem onu güldürdü ve oğlumun haklı olduğu kafama dank etti! Tüm o uzun, dolambaçlı yol beni tutup mirasıma geri getirmişti; öğretmeye. O halde, doğal yollardan aldığınız becerilere sırtınızı dönmeyin. Sonunda onlardan iyi bir şekilde yararlanacaksınız.

Alnınızın daha düz olması ecdadınızın sizi göz ardı ettiği anlamına gelmez! Aksine, bir ilke imza atabilir ve belki ailenizden esaslı biçimde farklı bir konudaki hayat yolunuzu kendiniz çize-

bilirsiniz. Atalarınızın sizden önce yaptığı hiçbir şeye benzemeyen yepyeni beceriler edinmeye yönelebilirsiniz. Soylarınızınkinden bağımsız olarak ilerlediklerini bilmek birçok insan için muazzam bir rahatlama olabilir.

Kaş kemiğinden başlayarak geriye doğru eğimli alna bazen “iş bitirici alnı” da denir. (Şekil 28). Bu kişi sorunlara yaratıcı çözümler düşünebilen ve toplum kurallarının pek de engel olamadığı birisidir. Eski Çin’de bunun bir suçlunun nişanı olması beklenirdi! Zamanımızda ise, bu biçimi çoğu kez başarılı girişimcilerde ve işleri kendi başlarına halletmek zorunda kalmış olanlarda görürüm.



Şekil 28: Geriye eğimli alnı, anlamak için yaratıcı şekillerde düşünme becerisini gösterir.

Gözaltı Bölümü

Gözün altı yüzdeki, hem fiziksel hem de duygusal hallerin yansıtıldığı yerlerden birisidir. Bir kişinin yüzünde ilginç bir şey gördüğünüzde, bunun duygusal bir mesele, bir sağlık sorunu veya her ikisiyle birden alakalı olabileceğini bilmek her zaman önemlidir. Daha önce tanımladığım gibi, Batı bilimi şimdi Çin tıbbının öğrettiği ve birçoğumuzun uzun zamandır inandığımız şeyi kanıtıyor: Fiziksel dengesizliklerin kaynağı duygulardadır. Haksızlık, baş edilememiş duygusal bir sorunla başlar ve eğer uzun sürerse, fiziksel olarak bir şekilde kendini belli eder. Bu nedenle, yüzünü okuduğu-

nuz kişinin yaşamında her ikisinin varlığını da o anda görebilirsiniz. Ancak, soru sormadan hangisi olduğunu -fiziksel mi, duygusal mı yoksa her ikisi birden mi- tahmin edemezsiniz.

Eğer bir Su iseniz, gözlerinizin etrafında, özellikle de gözaltı bölgesinde pekâlâ doğal gölgeler olabilir. Bu bölge aynı zamanda, bu Öğeye sahip olsun veya olmasın, bir kimsenin böbreklerinin sağlık durumunu gözleyebileceğiniz yerdir. Su insanı olmayanların birçoğunda bu bölgenin pürüzsüz, berrak ve pembemsi olması gerekir. Eğer daha önce hiç olmayan koyu halkalar oluşur veya gözler içine çökerse, bu, Ki'nizi geçici olarak çok fazla kullanmış ve bitap düşmüşsünüz demek olabilir. Ve en azından, pilinizi yeniden doldurmaya ihtiyacınız olduğunun işaretidir. Bu bir de su kaybının, alerjilerin ve hatta Suyun enerjisiyle alakalı organlardan birinin de böbrekler olması nedeniyle, böbrek hastalığının bile işareti olabilir.

Gözaltlarındaki koyu halkalar eğer sağlık ilintili değillerse o zaman adına “dökülmemiş gözyaşları” dediğimiz şey olabilirler. Bunlar bastırılmış acıların, açığa çıkartılmamış duyguların işaretleridir. Halkalar çok koyu renkteyse, bu, sisteminizi uzun zamandır bloke eden çok eski, hiç değişmeyen bir acıdır. Renkleri kırmızımsıysa, bu yaşamınızda güncel olan taze bir acı olabilir.

Her ne kadar Su insanı olarak gözaltılarınızda doğuştan koyu renkli halkalar olabilse de bu tamamıyla göz ardı edilecek bir durum değildir. Öğrendiğimiz gibi, bu Öge bir şeyleri derinden hissedebilir, kolayca incinebilir ve kolay kolay toparlanamaz. Bu gölgeli gözaltıları Su mizacının derinden duyumsama ve acılara katlanma eğiliminin yansımalarıdır.

Bu kadar yaygın olmasa bile, gözaltılarında solgun halkalar da olur. Bu halkalar çok derinlerde tutulduğu için hissedilmesi veya halledilmesi olanaksız olan eski bir acıya, “donmuş su”ya bağlı Su eksikliğini gösterebilir. Ya da çok fazla çalışıyorsunuz, çok çılgınca bir yaşam sürüyorsunuz ve tüm Suyunuzu “yakıp bitirdiniz” anlamına gelebilir. Ancak bilin ki her iki sorun da mevcut olabilir. Derindeki o yaraları gözden geçirmek veya onları duyumsamak için yavaşlamanızı önlemek amacıyla çok meşgul bir yaşam tarzını tercih edebilirsiniz.

Eğer bu renklenme yadsınan duygulara bağlıysa, doğal Su “miktarı” er geç yetersiz kalacaktır, zira tıkanmıştır ve hareket edemez haldedir. Eğer bu lekeler aşırı çalışmaya ve fazla yoğun bir yaşama bağlıysa, aynı şey olabilir.

Öğrencilerimden birinin gözaltlarında öyle güçlü beyaz halkalar vardı ki, onları her gün makyajla kapatırdı. Aslında çok Su özellikli, aşırı sezgili ve çok spiritüel bir adamdı. Ancak Ögesiyle hizalanmış bir yaşam sürmeyip aslında duygularından kaçıyor gibiydi. Bunu anlamak mümkündü, zira daha önceleri hâlâ halletmediği bazı şiddetli travmalara katlanmıştı. Sonuç olarak, çoğu duygusunun inkârı içindeydi.

Bu adam kendini, “Ateş Nefesi” gibi bazı aşırı nefes teknikleri içeren Kundalini yoga uygulamalarına vermişti -Su Ögesinden çok farklı bir enerji! Üç oğlunu tek başına yetiştiren, programı pek dolu olduğu için çok uzun çalışma saatleri olan ve her yere koşuşturmak zorunda kalan bir ebeveyndi. Bunların hiçbirisi Su özellikli aktiviteler değildir. Sonunda hızını kesebilmek bir yana, hızını artırdı ve nihayet onu yaşam tarzını sonsuza dek değiştirmeye zorunlu kılan bir felç geçirdi.

Gözaltı bölgesindeki şişlikler kişiliğinizdeki Su özelliğinin bir başka işaretidir (Şekil 29). Ya da, belki çok fazla maden suyu içmeye veya fazla tuzlu yemek yemeğe bağlı olarak vücudunuzun aşırı mineral taşıdığı anlamına gelebilir. Fiziksel bir nedene bağlı değilse, bu hattaki şişme fiziksel olmaktan ziyade duygusal bir mesele olabilir. Bu gene duyumsanmaya ve açığa çıkmaya bırakılmak yerine içerde tutulan duyguların dökülmemiş gözyaşlarıyla alakalıdır.



Şekil 29: Gözaltındaki şişlikler kişilikteki Su özelliğinin ve olası değişmeyen duyguların işaretidir.

Filtrum

Filtrum burnunuzun altı ile üst dudağınızın üzerindeki oluk olup çeşitli düzeylerdeki yaratıcılık yeteneğinin de göstergesidir. Fiziksel yaratıcılığınızın, yani doğurganlık dahil üretme sağlığını ayrıntılarını değerlendirmenize yardımcı olabilir. Eğer bu çizgi çok belirginse ya da derin bir oluk halindeyse, bu sizin muhtemelen çok doğurgan olduğunuzun işaretidir!

Yüzünüzün bu bölümü sık ve pek belirgin değilse, bu elbette çocuklarınız *olmayacak* anlamına gelmez. Sadece, sisteminizdeki en büyük güçlerden biri olarak, Suyun esas özüne pek fazla sahip olmadığınızı gösterir.

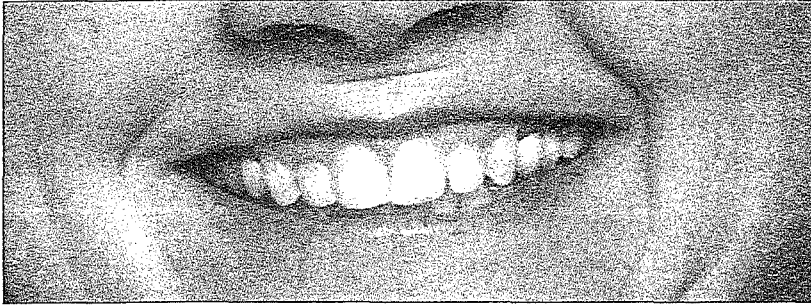
Buradaki bariz bir girinti gene çok yaratıcı bir kişiyi işaret eder. Pek çok oyuncunun ve sanatla ilgilenen insanın iyi tanımlanmış filtrumları vardır. Eğer sizinki bu tanıma uygunsa, hiç çocuğunuz olmasa bile, büyük olasılıkla yaratıcılığınızı başka yollardan ifade edersiniz. Doğurganlığınızı kullanacağınız pek çok yol vardır.

Çinliler uzun ve iyice belirgin bir filtrumun uzun ve sağlıklı bir yaşam süreceğinin işareti olduğuna inandılar. Bu gene üretme sağlığı meselesiyle ilgilidir: Eğer çok doğurgansanız pek çok çocuğunuz olacaktır ki bu da yaşlılığınızda size iyi bakılacak ve böylece uzun ve mutlu bir yaşam süreceksiniz demektir! Ancak, eğer Suyun özüne dikkat ederseniz, bu inanış o kadar basit olmayabilir. Bu Ögenin içsel yaşam gücünüzle ve yaşama sevincinizle çok ilgisi vardır. Yüzünüzde güçlü Su işaretleri varsa, bir olasılıkla başkalarının atlatamadıklarını atatabilecek bir irade gücüne sahip olabilirsiniz.

Filtrum denilen çukurlukta birtakım izlerin olması olağandışı değildir. Bu, üreme sisteminin fiziksel sağlığına ilişkin bir sorunun şimdi veya geçmişte yaşandığının genel bir işareti olabilir. Erkeklerde prostat veya testislere ilişkin sorunlar olduğu anlamına gelebilirken, kadınlarda bu herhangi bir üreme organı olabilir. Örneğin, bu izler belki üreme sisteminin geçirdiği bir ameliyatın işaretidir. Ancak, hep olduğu gibi, yüzün bir bölümü üzerindeki izler duygusal bir sorunla da ilintili olabilir. Bu durumda, hamile

kalmakla veya çocuk doğurmakla ilgili yaşanan zorlu bir deneyim anlamına gelebildiği gibi, fiziksel doğurganlığınızdaki ziyade yaratıcı sürecinizi kapsayan sorunlara da işaret edebilir.

Bir kadının filtrumundaki yatay çizgi (Şekil 30) genellikle düşükle, kürtajla veya doğumdan sonra ölümle bir çocuk kaybettiğini gösterir. Ya da kadının bir rahim ameliyatı veya üreme sisteminde bir başka operasyon geçirdiği ya da zor bir menopoza yaşadığı anlamına gelebilir. Çocuklarını kaybeden erkeklerde bu çizgiyi nadiren görürüm, çünkü bu onların fiziksel bedenlerini etkilememiştir. Bu olay, yüzlerindeki genellikle bu travmayı yaşadıkları yaşın olduğu bölgede iz bırakır.



Şekil 30: Filtrumdaki yatay çizgi genellikle kaybedilmiş bir çocuğu veya üreme sağlığı sorunlarını gösterir.

Yüzün bu bölgesindeki dikey çizgi, bir veya daha fazla çocuğunuzla ilgili stresli meseleler olduğu anlamına gelebilir ve bu nedenle de yüzünüzde iz bırakmıştır. Gene, onun yerine, kişisel yaratıcılıkla ilgili bir sorunun yansıması ve o gayretlerin ürünleri de olabilir.

Filtrum aynı zamanda, yaşamda elli yaşında meydana gelen önemli bir değişimi mimler. Ancak burada bile hâlâ doğurganlık ve yaratıcılık meseleleriyle yakından ilişkilidir. Eğer kadınsanız, bu dönem yaşamınızda üreme enerjinizi yepyeni bir ifadeye büründürmeye başladığınız bir dönemdir. Genellikle menopoza başlangıcı ve biyolojinizin o parçasından kurtulmaya başladığınız bir zamandır. Şimdi, belki de en sonunda kişiliğinizin bu bölümünün

ortaya çıkmasına izin verecek zamanı bularak, yaratıcılığınızı yepyeni bir biçimde ilan etmeye doğru yol alabilirsiniz. Erkekler içinse bu genellikle yaşamınızı gözden geçirdiğiniz ve kendinizi daha doyurucu bir yoldan ifade etme arzusu duyduğunuz yeni bir tür yaratıcı dürtünün başlangıcıdır.

Çene

Çene, sahip olduğunuz irade, kararlılık ve azim düzeyinin bir göstergesidir. Yüzün diğer çizgileriyle kıyaslandığında çene ne kadar güçlüyse, o kadar fazla Su özellikli metanet sahibisiniz demektir. Aynı zamanda mesanenin fiziksel sağlığını gösterir.

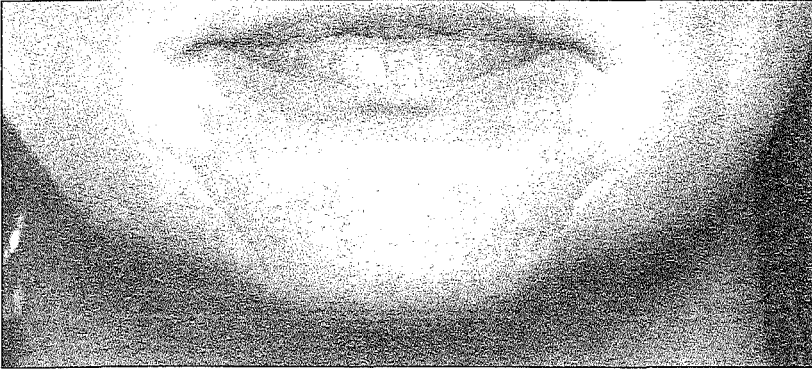
Güçlü bir çene (Şekil 31) güçlü bir iradeyi işaret eder ama aynı zamanda inatçı bir mizaç da demektir. Ancak uygun durumlarda bu genellikle olumlu bir nitelik olabilir!



Şekil 31: Güçlü bir çene kuvvetli bir iradeyi gösterir.

Patronunuzun dikkat çekici bir çenesi varsa, böylesi yüksek bir pozisyona ulaşmış olma nedeni öncelikle bu olabilir. Çocuğunuzun çenesi dışarı çıkıksa, belki bir ebeveyn olarak uğraşacaksınız demektir ama yetişkin hayatında bu kişinin itilip kakılmayacağından emin olarak rahat edebilirsiniz.

Zayıf veya kırıksıklar, çizikler veya gamze gibi işaretlere sahip bir çene genellikle irade gücündeki Su özellikleri eksikliğinin işaretidir (Şekil 32). Böylesi işaretleriniz varsa bunlar yaşamınızda pek çok korkuyla başa çıkmak veya çok fazla irade gücü kullanmak zorunda kalmış ve böylece Suyunuzu tüketmiş olduğunuzun işareti olabilirler. Bu kendi adınıza dik durmanızı zorlaştırabilir veya telafi etme yoluna giderek ya aşırı olumsuz olur ya da kendinizi koruma çabasıyla, affetmekte zorlanırsınız.



Şekil 32: Çenedeki izler çok fazla irade gücü kullanmak zorunda kalmış olmayı yansıtabilir.

Aktris Carol Burnett ile yaptığım, daha güçlü bir çeneye sahip olmak için geçirdiği bir estetik ameliyatı anlattığı bir söyleşiyi anımsarım. Ameliyattan sonra yaşamında ilk kez kendi çıkarını koruyabilirmiş gibi hissettiğini keşfederek şaşırdığını söyledi. Bu yüz okuma sanatının bize öğrettiklerine tamamen uygundur. Alkolik bir anne babayla sarsıntılı bir çocukluk geçirmişti ve sırf duygusal anlamda ayakta kalmak için bile büyük bir irade gücü kullanmış olmalıydı. Bir yetişkin olarak çenesini değiştirmek Carol'un Su Ki'sini geliştirip inatçı olma yeteneği kazanmasına yardımcı olmuştu!

Belirli bir tip "zayıf" çene, genellikle çocuklukta olmak üzere, geçmişte baskı görmüş veya hükmedilmiş olmanın bir işareti olan geriye doğru çekilmiş çenedir (Şekil 33). Bunun yaşamınızın tümü

üzerinde önemli bir etkisi olabilir. Bu bazen yaşamı kötümser bir bakış açısıyla görmekle, edilgin olmakla ve kolayca pes etmekle sonuçlanabilir. Baskı altındayken daha çocuksu bir davranış tarzına, duygusal bir toylukla hareket etme noktasına bile geri dönebilirsiniz; şiddetli stres sizi çocuksuluğa ve çaresizliğe itebilir. Küçükken kendi hakkınızı koruyamama örüntüsü erişkin yaşamınızda devam eden bir içsel güçsüzlük yaratır. Çenesi geriye çekik insanların küçük bir bölümü herkesi baskı altında olmanın süzgecinden geçirerek görme eğilimindedir ve bir kurban gibi yaşarlar - sızlanarak, yakınarak ve çevrelerindeki bedbaht ederek.

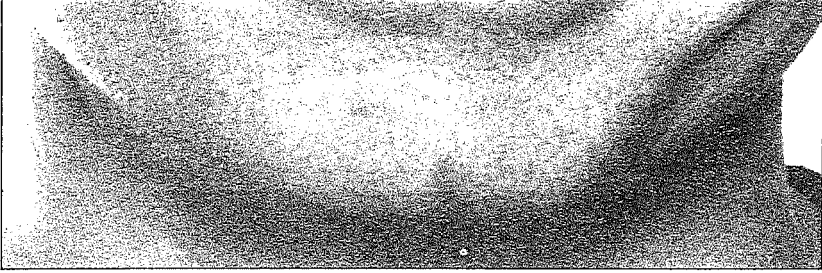
Fakat acele varsayımlarda bulunmamaya dikkat edin. Geriye çekik bir çeneniz varsa hiç de zayıf veya güçsüz olmayarak kendinizi mazlumlar için mücadele verirken bulabilirsiniz. Zira mağdur edilmenin nasıl bir şey olduğunu bilirsiniz ve sizin yaşadıklarınızı yaşayanlara yardım etmek için mücadele etmeyi kendinize amaç edirsiniz.



Şekil 33: Geriye çekik çene genellikle yaşamın ilk yıllarında görülen baskı anlamına gelir.

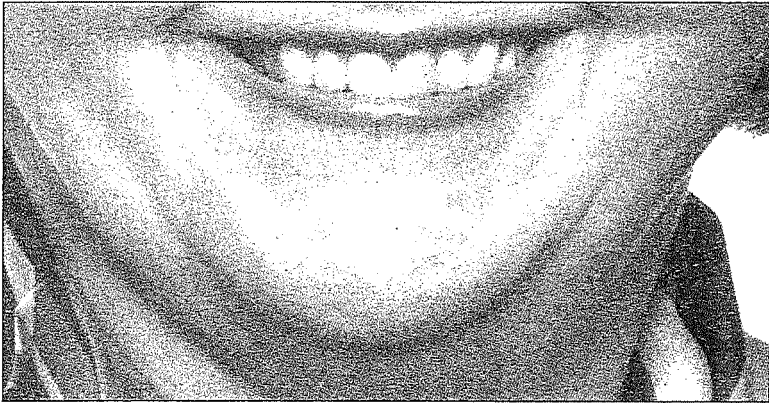
Çukur çeneden genellikle oyuncunun işareti olarak söz edilir (Şekil 34). İlgi çekmek ve övgü almak için duyulan güçlü bir arzunun belirtisidir ama bu işaretin sizde olması egoist veya kibirli olduğunuz anlamına gelmez. Bununla birlikte, gerçekten onaylanmak ve ilgi çekmek istediğinizi *gösterir*. Perde arkasında çalıştığınız bir işiniz varsa bir noktada ortaya çıkartılmanız ve o çok gereksinim

duyduğunuz değerbilirliğin size gösterilmesi elzemdir. Eğer bu yapılmazsa nedenini bilemeden mutsuz olabilirsiniz.



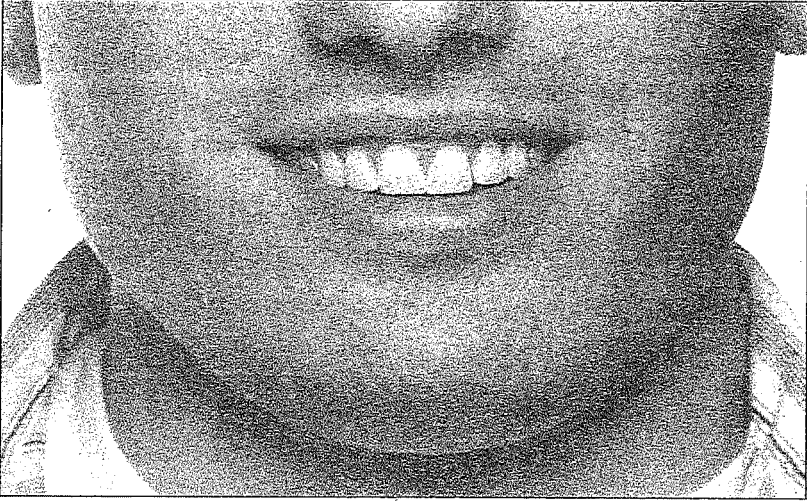
Şekil 34: Çukur çene ilgi görme ihtiyacını gösterir.

Sivri bir çene (Şekil 35) kararsızlığa yatkınlığı ya da başkalarının veya duygularınızın etkisi altında daha kolay kalma eğilimini gösterir. Bir karar verebilir ama sonra bir arkadaşınız farklı bir fikir önerdiğinde bocalarsınız, ya da havanıza bağlı olarak fikrinizi kolayca değiştirebilirsiniz.



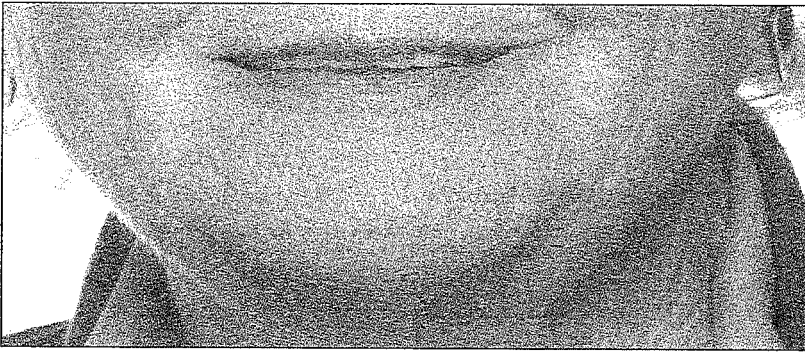
Şekil 35: Sivri bir çene kararsız kişilik anlamı taşıyabilir.

Güçlü Suyun bir diğer işareti olan büyük çene (Şekil 36) genellikle sezgili bir yaratılışı ve kuvvetli bir iradeyi belirtir. Güçlü Su coşkulu yaşam sevincinin emsali olduğu için Çinliler bunun aynı zamanda uzun bir yaşamın işareti olduğunu düşünürler.



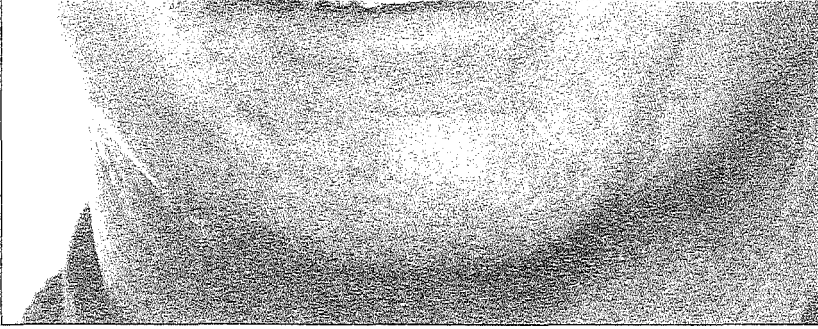
Şekil 36: Büyük bir çene güçlü duyguları ve azmi temsil eder.

Yüz hatlarında ek bir yuvarlaklık olduğunda bu ilave bir sevecenlik ve incelik anlamına gelir. Yuvarlak bir çene (Şekil 37), büyük “inatçı” bir çeneniz de olsa inatçılığınızı diplomatik bir biçimde ifade edeceğinizin işaretidir!



Şekil 37: Yuvarlak çene fazladan bir kişisel içtenliğin göstergesidir.

Köşeli herhangi bir yüz çizgisi fazladan pratiklik göstergesidir. Köşeli bir çene (Şekil 38) sizde fazladan bir sağduyu ve olaylara mantıklı bir yoldan yaklaşma yeteneği olduğu anlamına gelir.



Şekil 38: Köşeli çene pratiklik işaretidir.

Çift çene (Şekil 39) bazen birden fazla fikrinizin olabileceğini veya bir sorunu tüm yönleriyle görebildiğinizi ve herkesin görüşünü dikkate aldığınızı gösteren bir işaret olarak düşünülür. Çinliler yüzün bu görüntüsünün yaşlılıkta gönenc anlamına geldiğine de inanırlar!



Şekil 39: Çift çene daha az peşin hükümlü bir yaradılışı gösterir.

Su: Siz kimsiniz? İçinizde Nasıl Bir Çağrı Duyuyorsunuz?

Siz kimsiniz ve gerçekten olduğunuz kişiye nasıl âşık olabilirsiniz? Gerçek hayat çağrınızın belirmesi için yolu nasıl arındırırsınız? Öncelikle, dünyadaki amacınızı ortaya koymak için Su özünüzün gelişmesine izin vermelisiniz. Eğer Ögeniz Suysa, gerçek yaradılışınız, içinde derin bir bilgelik taşıyan ve yaşamın esas, güçlü gizemleriyle bağlantısı olandır. Başkalarının bastırmaya ve ya inkâr etmeye çalıştığı güçlü duygular sizin sisteminizde mutlak surette vardır ve siz, kendiniz için önemli bir beslenme kaynağı ve diğerlerini desteklemenin bir yolu olarak, onlara izin vermelisiniz. Bu duyguları yaşama cesaretinizi toplayın ve onları kabullenin ve buna rağmen onlardan söz edebilmeyi becerin. Gözyaşlarınızın akmasına izin verin ve sonra böylesi bir duygu derinliğiniz olabildiğini gösterdikleri için onları kutsayın.

En büyük güçlerinizi, seziniz, yaratıcılığınız ve kararlılığınızı, kullanmanın yollarını bulun. Özgür ve bağımsız olma ihtiyacınıza yer açan bir yaşam oluşturarak kendinizi güçlendirin. Baş gösteren korkuyu bastırmak yerine onu hissedin ve kafanıza takmayın. Düşlerinizin güncesini tutun, zira düşler güçlü habercilerinizdir. Doğrusal olmayan varlığınızı kabul edin ve spiritüellik ve duyarlılığınızı işleyin. Kendinize dalgalanmak, derin düşünmek ve Su nitelikli ruhunuzun zengin denizlerine dalmak için düzenli zaman aralıkları verin. Su Ki'niz dalgalanırken yaşam dengeye oturacaktır ve siz en çılgın düşlerinizin ötesindeki yepyeni olanaklarla karşılaşabilirsiniz.



İnsan kurallara sığmaz!

AĞAÇ – YAPMAK



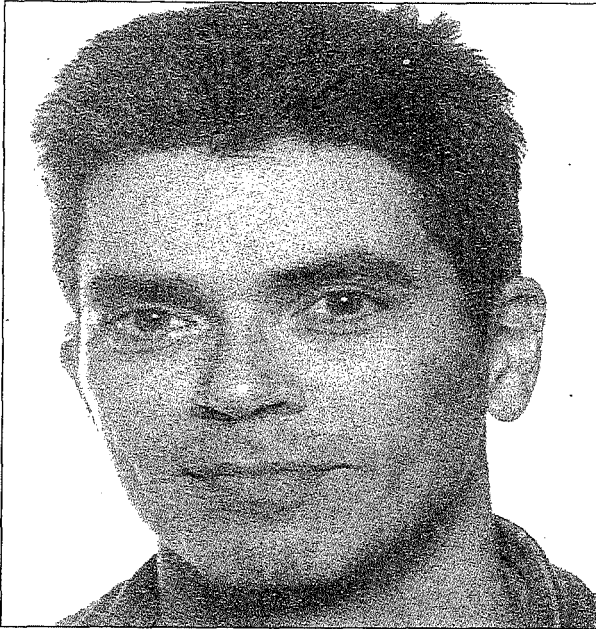
Bu bölümde ben Ağaç Ögesinin temel unsurlarını tanıtacağım, siz de onları nasıl teşhis edeceğinizi öğreneceksiniz. İlk adım olarak işte size Ağaç özelliklerinin bir hızlı başvuru listesi:

- **Enerjisi:** Yukarı doğru hareket eden, atak, hareketli, sabah, ilkbahar, çocukluk.
- **Nitelikleri:** İyimser, hevesli, hareketli, insancıl, kendinden emin, kızgın, hüsrana uğramış, fevri, tepkici, açık sözlü, algısı güçlü, pratik, mantıklı, düzenli, kararlı, peşin hükümlü, öğrenmeye hevesli, rekabetçi, aceleci, güdülü, isyankâr, disiplinli
- **En önemli yüz hatları:** Kaş kemiği, kaşlar, şakaklar, çene kemikleri
- **İç organlar:** Karaciğer, safrakesesi
- **Duyu organları:** Gözler

Aranması Gerekenler

Bu Öğenin yaşamınızda güçlü bir rol oynaması için aşağıdaki özelliklerin *tümüne* sahip olmanız gerekmez; içlerinden herhangi biri bu Öğenin kişiliğinizin bir unsuru olduğunu gösterecektir. Bu görüntülerden ne kadar çoğuna sahipseniz yaradılışınızda o kadar çok Ağaç var demektir:

- Kalın, güçlü kaşlar
- Çıkık kaş kemiği
- İçe çökük şakaklar
- Belirgin veya iyi tanımlanmış çene kemikleri
- Uzun boylu ve zayıf vücut tipi -ya da kısa ve tıknaz
- Tende yeşilimsi buğday, donuk bir renk



Şekil 40: Ağaç yüz



Şekil 41: Ağaç yüz

Ağaç Ögesinin kişiliğinizin önemli bir parçası olup olmadığını nasıl anlarsınız? En belirgin yüz çizgilerinize bakarsınız -yüzünüzde en çok dikkat çekenlere. Yukarıda sıralanmış türden özelliklerin hepsine ve hatta pek çoğuna sahip olmayabilirsiniz, ama ilk dikkatinizi çeken şeylerden biri çıkıntılı bir çene veya belirgin kaşlarsa, yapınızda bu enerji var demektir. Güçlü Ağaç özellikleriniz ne kadar fazlaysa, kişiliğinizde bu enerjiden o kadar çok var demektir.

İki çok farklı vücut tipiyle ilişkilendirilmesinden dolayı bu çok özgün bir Ögedir. Eğer tipik bir Ağaç insanıysanız bir basketbol oyuncusu gibi uzun boylu ve zayıf ya da bir jimnastikçi benzeri kısa ve tıknaz bir dinamo olabilirsiniz -diğer bir deyişle, ya bir “ağaç” ya da bir “çalı”! Kaşlarınız belirgin, çene kemikleriniz iyi tanımlanmış olabilir. Bedeninizde güçlü adaleleriniz, doğal bir gerginliğiniz olabilir, öyle ki gevşediğinizde bile elinizi yumruk gibi sıkma eğilimi gösterirsiniz. Hafif yeşilimsi donuklukta buğ-

day teniniz ve girintili şakaklarınız olabilir. Bu özelliklerin hepsine sahipseniz ki nadirdir, çok Ağaç nitelikli bir insan olduğunuzu anlarsınız!

Ağaç Ögesini gösteren ünlü yüzler: Hilary Swank, Brad Pitt, Katie Couric, Arnold Schwarzenegger, Maria Shriver ve Tom Cruise.

Ağaç Enerjisi ve Güç

Bu Ögenin içindeki enerji etkin ve dinamiktir. Koşan ve çığırان küçük çocuk, gökyüzüne doğru yolunu zorlayan ağaçların engin gücü ve yepyeni bir günün parlak iyimserliğidir o.

Ağacın gücü enerjiyi maddeye dönüştürmesindedir. Suyun şekilsiz gücünü alır ve dünyada yeni başlangıçlar ve büyüme olarak dışavurumunu sağlar. Bu Öge bir bebeğin annesinin karnında olmaktan doğmaya ve dünyada ayrı bir kişilik olarak var olmaya kadar giderken geçirdiği dönüşümle ilgilidir. Şahsiyet oluşturmakla, kendinizi olduğunuz özgün kişi olarak tanımlamakla ilgilidir. Ve böylece Ağaç Ögesi olan her şeye bir tanım da verir -odaklanarak, planlayarak, düzenlemeyi yaratarak ve fikirleri eyleme dönüştürerek.

Tüm yeni hayatlar gibi, Ağaç enerjisi de her şeye hevesli ve meraklıdır. Hayata hevesle saldıran bir çocuğun sonsuz animasyonudur, her birkaç dakikada bir yeni bir şeye girişen parlak bir kişiliktir o. Aynı zamanda, çocukların bedenlerinde izlediğinize benzer bir gerilim de vardır, bu büyüleyici yeni dünyada öyle tetikte ve heyecan içindedir ki her adale canlı ve esas duruştur. Fakat bir insan büyürken gerektiği gibi, bu niteliğin esneklikle dengelenmesi ideal olmalıdır. Nasıl ki bir ağaç toprağın derinlerine kök salar ve dalları esintide sallanırsa, siz de görüşlerinize sıkı sıkıya sarılabilir, ama aynı zamanda şartlar onu gerektirdiğinde uyum sağlamayı becerebilirsiniz.

Bu Öge yaratıcı fikirleri eyleme dönüştürmekle, *yapmakla* ilgilidir bu yüzden Ağacın fiili “yapmak”tır. Eğer bir Ağaç insanıysanız, bu yaşama gücünü, bu ilerletme gayretini varlığınızın her hücresinde taşırsınız.

Ağacın Kişiliği

Bu Ögenin enerjisi ilkbaharda topraktan fışkıran bitkinin gücüyle, doğum kanalı boyunca kendini iten bebekle ve eylem yapma dürtüsüyle resmedilir. Bu bizim dünyaya açılmamıza ve çalışarak bir şey olmamıza yardım eden güçtür. Su ısrarcı ve kararlıyken Ağaç odaklanmış ve yoğunur; yoluna çıkan tüm engellere hamle yapar.

Eğer siz bir Ağaçsanız, en önemli gücünüz iyimserliğiniz, heyecanınız ve dışarı çıkıp dünyayı daha iyiye götürme dürtünüzdür. Bir amaç uğruna mücadele eden, yeniliğe yol açmak için eskiyi bozan bir hümanist olabilirsiniz. Ya da taze fikirler ortaya atan, hep coşku ve yeni şeyler öğrenmeye ve ilerlemeye meraklı bir öncünün kişiliğine sahip olabilirsiniz. En çok da *yapmakla* ilgilisinizdir ve aktif olmaya bayılırsınız -egzersizle, çalışarak, herhangi bir hareketle ve hatta pek çok ilgi alanı veya yeni fikir sahibi bir entelektüel olarak.

Yüzünde fazlasıyla Ağaç Ögesi bulunan bir öğrencimin uzun bir yolculuk gerektiren bir işi vardı. Sabahları arabayla işe doksan dakikada gider akşamları aynı yolu döner, ama arabada geçirdiği onca zaman içinde sinirleri hiç bozulmazdı. Sürücü koltuğunun altında bir set küçük halter bulundurur, böylece tek eliyle arabayı sürerken diğeriyle egzersiz yapardı!

Aslında bu insanlar hareketli olamazlarsa bunalıma girerler. Aslında bunalımın bu Ögede yaygın bir dengesizlik olma nedeni içe atılan kızgınlıktır; kendine veya başkalarına olan kızgınlık Ağacın sorunudur. Tıpkı Suyun korkuya kapılma eğilimi gibi buradaki sınav da kızgınlık veya sinir bozukluğudur. Eğer bir Ağaçsanız, strese girdiğinizde öyle hüsrana uğrayabilirsiniz ki sinirle, hatta hiddetle patlarsınız, ya da bunu fevri olarak ve çok ani karar vererek ifade edebilirsiniz.

Ağaç baskı altındayken deşarj olmak ister. Bu grubun sağlıklı bir üyesi, örneğin, aletlerle çalışarak, bahçeyi kazarak veya çıkıp hafif hafif koşarak bunun nasıl yapılacağı konusunda dengeli bir seçim yapacaktır. Bu enerji dengeden çıkarsa, onu sisteminizden atmak için partnerinize bağırarak veya toplantıdan hiddetle ayrılacaksınız.

Salt ilk iki Ögenin, Suyun ve Ağacın yaşama nasıl yaklaştıklarına bakarak, iki farklı enerji insanın bir arada var olmaya çalışması esnasında ortaya çıkan sorunları önceden görmeye başlayabilirsiniz. Bir keresinde çocukları için çok endişelenen bir anne babaya danışmanlık yaptım. Her ikisinde de yüksek derecede Ağaç özellikleri vardı, ama kızları Suydu. Hafta sonları sabahın altısında kalkar, yürüyüş botlarını çeker ve tepelere vurmaya hazır olurlardı; kızlarına yorucu bir sabah gezisi için kapıdan dışarı adım attırmak bir yana, onu yataktan koparmak bile bir problemdi. Tabii bir Su olarak kız, aheste aheste uyanmanın o güzel yarı düşsel halinde mümkün olduğunca uzun oyalanmak istiyordu. Sabahları en sevdiği etkinlik yataкта uzanıp kitap okumak veya resim çizmekti, doğayı fethetmek değil. Kalkmaya hazır olduğunda çalıların arasından uygun adım yürüyüş yapmaktansa yürürken çevreyi keşfetmek istiyordu.

İşte burada daha şimdiden yargılanan ve kendisinde bir hata olduğu bilgisini özümseyen bir çocuk vardı. Yaşamımızın ilk dönemlerinde, ailemizin kişilik süzgecinden geçerek değer biçilen birçoğumuzun başına böyle şeyler gelmiştir. Ağaç ve Su hakkında konuştuğça yetişkinlerin yüzlerinin yeni bir kavrayışla aydınlandığını görerek heyecanlandım. Suçlamalar ortadan kalktı ve sonunda harika bir insan olan kızlarını geliştirmenin yollarını bulabildiler. Anne babalar için yüz okuma nasıl da büyük bir armağan olabilir!

Eğer bir Ağaçsanız, rekabetçi olduğunuz ve sorunların peşinde koştuğunuz için iş dünyasında ve atletizmde tatmin bulabilirsiniz. Avukatların kişiliklerinde, tartışma becerilerinde ortaya çıkan pek çok Ağaç niteliği vardır. Bir arkadaşım bana bu insanların münakaşa etmeye bayıldıklarını yalnızca, bu yaptıklarına “tartışma” dediklerini söylemişti! Eğer bir kavganın sizi dinamikleştirdiğini hissederseniz, o zaman sizde muhtemelen bu Ögeden biraz vardır. Gelgelelim sizi tüketir ve altüst ederse, yaradılışınızda pek fazla Ağaç olmaması olasıdır.

Rekabet gerektirmeyen bir kariyeriniz varsa, muhtemelen dışarıda doğada ve aletlerle çalışmaktan zevk alırsınız. Eğer mesleğiniz belirgin olarak Ağaç değilse, o zaman o Ögesel dür-

tüyü tatmin etmek için boş zamanlarınızda aktif olma ihtiyacı hissetmeniz olasıdır. Siz pazar sabahları yatakta oyalananlardan değilsiniz; ya da zamana karşı çalışıyor ya da kaya tırmanışı yapıyor, risk duygusunu ve kırılma noktasına doğru itilmeyi seviyorsunuzdur. Ancak Ağaç aynı zamanda pratik ve mantıklıdır ve düzene değer verir. Gereksiz telaştan ve ayrıntılarla ilgilenmekten nefret eder: Eve gelir gelmez cebinizdeki bozuk paralardan hemen kurtulur, belki de marketteki indirim kuponu yığınının hiç uzanmaz. Bu Öge sistemler ve yapılar yaratmaya bayılır, projeler düzenlemekten ve planlamaktan zevk alır. İş yaparken veya konuşurken açık sözlüdür ve hemen sadede gelir. Hatta bazen konuştuğu kişiye gözünü öyle bir diker ki, o kişi rahatsız olur. Eğer diğer kişi konunun etrafında dolaşır durursa sabrı taşmaya başlayacaktır. Ayağını yere vurmaktan ve en nihayet araya girerek sadede gelmesini söylemekten kendini alamayabilir.

Eğer bir Ağaç iseniz, tıpkı Ağacın ilkbaharda ortaya çıkan yeni bir bitkiyle ilişkilendirilmesi gibi, sizin de en büyük güçlerinizden biri bir şeyleri yapmak için yeni fikirlerle ortaya çıkma beceriniz ve projenin gerçekleşmesi için bir yapıyı planlamanızdır. Ancak, bir şeyleri başlatmak ve gelişmeleri için sistemler yaratmakta harika olmakla birlikte, takip etmekte her zaman iyi değilsinizdir. Bu nedenle en iyisi büyük fikirlerinizin ayrıntılarıyla ilgilenebilecek birisiyle birlikte çalışmanızdır. Hepimiz gibi siz de kuvvetli yanlarınız için mümkün olduğunca desteklenmeli ve olmadığınız bir şey olmaya zorlanmamalısınız.

Ağaç dayanıklıdır, aşırı hassas değildir. Bu, yaşamda bir şeyleri halletmenizi sağlayan ve Su gibi, duyguları işleyerek geçirilen zamanla açmaza sürüklenmenizi önleyen harika bir özelliktir. Bir Su insanının yüreğini delen sözcükler sizi fazla ırgalamaz. Aslında doğanızda açık sözlülük ve sadede gelmek olduğundan diğerleri sizin açık sözlü ve hatta densiz olduğunuzu düşünebilirler; hatta kimi zaman duyarsızmış gibi görünebilir ama bunun farkında olmazsınız. Bunun talihsiz bir sonucu olarak, diğerlerinin incinen duygularına tepki gösterir, sonunda bir tartışmaya girebilirsiniz -ki bu size oldukça normal gelebilir!

Ağaç Stili

— **Giyim:** Ağaç mantık ve sağduyuya değer verir. Bütün meseleniz hiçbir engel olmaksızın ilerlemektir, o halde eğer Öğeniz buysa, giyimdeki seçenekleriniz de bu gereksinimlere uyar. Genellikle denim kumaşı, haki renk ve yeşilin tonlarında, atletik, açık havaya uygun veya spor-klasik giyim tarzı yaygındır. Özellikle, pratik giysilere bayılırsınız. Aktif olmak istersiniz, o yüzden hareketinizi kısıtlamayacak olan giysilere gereksinim duyarsınız. Yakınmanızı gerektirecek hiçbir şey giymek istemezsiniz. Bir Ağaç kadınıysanız, fiyonklar, danteller ve fırfırlı detayları seçmezsiniz; dolabınızı koşu ayakkabıları, yürüyüş botları veya akla uygun ayakkabılarla doldurursunuz. Yüksek topuklara dudak bükür, mümkünse yanlarına bile yaklaşmazsınız. Eğer giymeniz gerekirse, ayakkabılar sivri topuklu değil, küt burunlu kısa ve kalın topuklu sürümler olacaktır.

Saç modelleri, hem kadın hem de erkek için bakımı müthiş kolay olanlar olacaktır. Ağaç titizlenmekten nefret ettiği için sizi asla özenli bir saç modeliyle göremeyiz. Büyük olasılıkla saçlarınız kısadır ve bakımı kolaydır ya da uzun ve kulaklarınızın arkasına kısıtılmıştır.

— **Ev:** Bu Öğenin evleri çoğu kez daha erkeksi veya rüstik bir dekora sahiptir. Ralph Lauren tarzı eşyalar, avcı kulübesi veya ağaç ev havasını veren her şey gibi, karakterine uygundur. Mekânda, eşyaların çoğunda, duvar kaplamaları veya yüksek dikey kitaplıklarda ağaç biçimini çağrıştıran pek çok hakiki ahşap kullanabilirsiniz. Etrafta ev bitkileri olabilir (bakımı zor olmadıkça) ya da ağaç manzaranız vardır. Sanat eserleri soyut değil, daha ziyade doğa manzaraları olacaktır. Düzene olan hayranlığınız yüzünden kitaplarınız yazar adıyla alfabetik olarak sıralanmış, vergi makbuzlarınız mantık çerçevesinde dosyalanmış olabilir. Ağaç evlerde fazla dağınıklık olmaz, aslına bakarsanız eğer bir ıvır zıvırdan arındırma danışmanı tutmak isterseniz, bu Öğeden birisini öneririm!

— **Hareket:** Neredeyse her hareket mükemmeldir zira sürekli aktif olmanız gerekir. Koşmak dağ bisikleti, piknik yapmak, vücut geliştirmek, bireysel sporların ve takım sporlarının hepsi Ağaç titreşimleri için destekleyicidir. Enerjinizin düşük olduğu herhangi bir zamanda kendinizi yeniden canlandıracağınız yer doğadır. Ağaçlar arasında yapacağınız hızlı bir yürüyüş size kısa bir uykudan daha iyi gelecektir.

— **Meslek:** Ağaç mantığı ve sağlam tezleri sevdiği için hukuk alanına çekilebilirsiniz. Bu meslek size sadece tartışma ve münazara fırsatı vermekle kalmaz, aynı zamanda dünyayı daha iyiye götürme ihtiyacınızı da giderir. Hem de bu arzu sizi, politika ve sosyal aktivitelerde başarılı olmanız için iyi donanımlı bir hale getirir. Ya da parasını, zamanını ve enerjisini dünyanın iyiliği için kullanan bir yardımsever veya hümanist olabilirsiniz.

Yüksek düzeydeki rekabetçiliğiniz ve dürtünüz, hem de düzene olan hayranlığınız işte, profesyonel sporlarda veya yasaları uygulamada üstünlük sağlamanıza yardımcı olur. Aletlerle, ahşapla çalışmak veya bir şeyler inşa etmek de bu Ögeye çok iyi gelir, bu nedenle örneğin marangozluk ve inşaat işleri mükemmel alanlardır. Diğer meslekler sistemler ve düzenlemeler içeren, mimarlık, şehir planlaması ve özellikle Ağaç için çok besleyici olan açık havaya sizi çıkartacak olan peyzaj tasarımı gibi örneklerdir. Aslında, açık havada yapılan herhangi bir iş enerjiniz için destekleyici olabilir. Ve öğrenmeye duyduğunuz heyecan nedeniyle hangi meslekte olursanız olun hep yaşam boyu öğrencisi kalırsınız.

Yukarıdaki betimlemede belki kendinizi ya da bir arkadaşınızı görmüş olabilirsiniz ve bu size yeni içgörüler ve farkındalıklar vermiş olabilir. Fakat *bir miktar* Ağaç görmenize rağmen bunun tümüyle sizi veya arkadaşınızı tanımlamadığını da duyumsayabilirsiniz. Kişiliklerimizde bu beş Ögenin hepsinin birazına sahipsek de genellikle bir veya ikisinin vurgulandığını anımsayın. Hatta bazı insanların yüzleri Ögelerden dördünü birden güçlü bir şekilde vurgularken sadece bir tanesinde zayıftır. O halde kitabı okudukça içinizden kim olduğunuzu tümüyle

kavramanızı sağlayan ikinci, üçüncü ve hatta dördüncü bir kategoriye belirleyebilirsiniz.

Fakat Ağaç özelliklerinin yüzünüzde vurgulanmadığını keşfetseniz de gene kaşlarınız, çeneniz ve şakaklarınız olacaktır! Bir sonraki bölümde bu yüz hatlarının her birini teker teker inceleyeceğiz ve bu Ögenin içsel kişiliğinizde kendini nasıl gösterdiğini daha ayrıntılı bir şekilde öğreneceğiz.



AĞACIN YÜZ HATLARINI OKUMAK



Her Ögenin, yüzün tümüne belirli bir görünüş vermenin yanı sıra özel bir takım yüz hatlarıyla örtüştüğünden söz etmiştim. Bu bölümde bu vücut kesimlerinin her birindeki Ağaç Ögesinin içyüzünü daha fazla nasıl anlayacağınızı öğreneceksiniz.

Kaşlar

Bu Ögenin yüze ait en güçlü belirteci kaşlardır. Sizinkiler kalın, gür veya uzunsa sizde güçlü bir Ağaç Ki'si ve hamle yapma gizilgücü, güven ve hırs var demektir -bir de sabırsızlık, düş kırıklığı ve öfke. Tabii, bu tanıma uygunsanız öfkeli bir insansınız demek değildir! Bu tür bir yüz çizgisi olan insanların kimisi bu duyguyu ender olarak sergilerler, bu da belki güçlerinden zaten çok emin oldukları için oralara kadar gitmek zorunda olmadıklarındandır. Ancak genelde kaşlarınız kalınsa sizde bu eğilimler olacaktır. Belki sıklıkla öfkeden kendinizi kaybetmezsiniz, ama strese girdiğinizde kolayca hüsrana uğrayabilir, tepkisel veya fev-

ri olabilirsiniz. Projeleri ilerletmek için zorlamak ister veya işle-
rin yapılmasına engel olduğunu hissettiğiniz birini topa tutma dır-
tüsüne karşı koyamayabilirsiniz.

Bu yüz hattı ne kadar belirginse o kadar çok gayretiniz ve öz-
güveniniz vardır ve belki o kadar da çok bir işin sorumlusu olma-
yı isteyebilirsiniz. Bu beceri, zor durumlarda bile öncülük
yapabileceğiniz için müthiş olumlu olabilir. Gerçi aşırı gülr kaşlar
ilişkileri olumsuz yönde etkileyebilen baskıcı bir mizacın göster-
gesi olabilir. Ortada birleşen ve bazen “birleşik kaş” denilen çok
gür kaşlar muazzam bir Ağaç enerjisinin işaretidir ve eğer sizin-
ki böyleyse öfkenizi kontrol etmek için çok çalışmanız gerekebi-
lir. Bu durum kaş ortasını almanızı önerdiğim zamanlardan
biridir, çünkü eğer almazsanız diğerleri bilinçaltında tehdit altın-
da olduklarını düşüneceklerdir.

Kaşlarınız vücudunuzdaki toksinleri işleyen organ olan kara-
ciğerinizin sağlık durumunu da gösterir. Güçlü kaşlar zinde bir
karaciğer Ki’sini gösterir ki bu da alkol gibi zehirli maddelerin
olduğu gibi, öfke gibi güçlü duyguların da daha başarılı bir bi-
çimde üstesinden gelme yeteneği demektir.

Kültürümüzde kadınlar için kalın kaş genellikle bir sorundur
zira çoğu kez demode olduğu düşünülür. Bu nedenle birçok kadın
kaşlarını alır ve bazen çok da inceltir. Kaşların, zamanımızda “er-
keksi” özellikler olarak görülen dürtü, kendine güven, saldırgan-
lık ve öfke düzeyinin işareti olması ilginçtir. O halde kadınlar
dünyaya esasında şu iletiyi gönderirler: “Telaşlanmayın, ben bir
tehdit değilim!”

Kaşların gücünün insanın duyduğu kararlılık ve güvenle
doğrudan ilişkili olması nedeniyle, Ağaç Ögesine sahip olup
olmadıklarına bakmaksızın, tüm kadınlara kaşlarını fazla alma-
malarını öneririm. Güçsüz görünmek istemezsiniz herhalde! Ne
var ki, kadın danışanlarımın birçoğu kaşlarını zaten uzun za-
mandır almışlar ve artık kaşları çıkmıyormuş. Böyle durumlar-
da düşük özgüven önemli bir sorun olabilir. Eğer sizin de
başınıza gelen buysa, bir çözüm de kaşlarınızı makyajla kalın-
laştırmaktır zira yüzdeki herhangi bir değişiklik duygularda
karşılığını bulacaktır. Fakat ben şahsen kararlı ve güvenli his-

setme konusunda bilinçli bir şekilde çalışmanızı daha yararlı bulurum. İlginçtir ki bir kişi bu duyguları besleyip büyütmeye başladığında kaşlarının da kalınlaşmaya başladığı pek çok durum görmüşümdür!

Kaşlarını kalem inceliğinde alan kadınların ya da tümüyle alarak yerine kalemle kaş çizenlerin aslında öfkeyle önemli sorunları olabilir. Gerçekte ne kadar öfkeli olduklarını kendilerinden bile bilinçsizce saklamaya çalışıyor olabilirler. Gerçek duygularının inkârı içinde yaşarlar. Sağlıklı Ağaç enerjileri bastırılmıştır ve kaşları bunu dışa vurur.

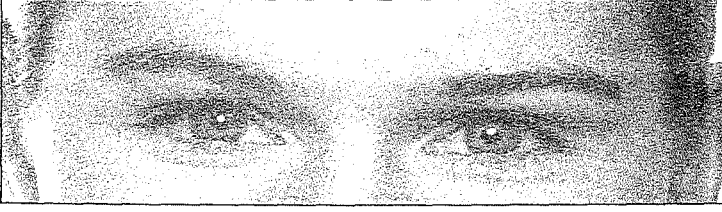
Uzun kaşlar üstün Ağaç niteliğinin işaretidir ve genellikle pek çok kalıcı arkadaşlıklar kurma becerisinin de işareti olarak görülürler (Şekil 42). Burada gene “zehirli bilgi” ile baş etme becerisi etkili olur. Arkadaşlarınızın farklı kişilikleriyle bu tür bir ruhu olmayan bir kişiden daha kolay başa çıkarsınız.

Tabii kaşlarınız kısaysa da arkadaşlarınız olacaktır! Fakat yüzünüzün bu eğilimi değiştiren başka yönleri olmadıkça, arkadaşlarınızın yaşamlarıyla fazla ilgilenme gereği duymamanız daha olasıdır. Genel olarak, kaşlarınız kısaysa yardım isteme olasılığınız daha azdır, çünkü böyle yapmak bu iyiliğin karşılığını verebilmenizi gerektirecektir oysa siz başkalarının sorunlarıyla uğraşmaktan rahatsız olursunuz.



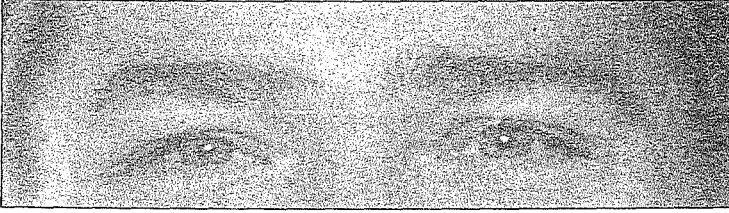
Şekil 42: Uzun kaşlar kalıcı arkadaşlıklar kurma becerisinin işaretidir.

Kaşlarınızın birbirine yakınlığı veya uzaklığı “başkalarıyla oynamakta” ne kadar iyi olduğunuzu anlatır. Kaşlarınız ayırıksa yani, kaşlar arasında geniş bir mesafe varsa (Şekil 43) geniş bir yelpazedeki insanlarla iyi geçinebilen bir insansınız demektir. Bundan dolayı bir takım içinde veya kurumsal iş dünyasında çalışmakta başarılı olabilirsiniz.



Şekil 43: Kaşlar arasındaki geniş mesafe geniş bir yelpazedeki insanlarla geçinme becerisini belirtir.

Eğer kaşlarınız birbirine yakınsa (Şekil 44), pek çok farklı kişilikle uğraşmanız gereken büyük örgütlerde daha az rahat edersiniz. Hatta bir şefinizin olması bile rahatsız edici olabilir zira işinize karışılarak denetlendiğinizi hissedebilirsiniz. En iyisi pek çok özgürlüğe ve mahremiyete sahip olacağınız bir iş pozisyonu bulmak veya kendi işinizi kurarak kendi adınıza çalışmaktır.



Şekil 44: Kaşlar arasında dar bir mesafenin bulunması bağımsız çalışmaya büyük gereksinim duyulduğunu gösterir.

Kaşlarınızın ön kısımlarının anlattığı bir diğer bilgi ise kendinizi ne kadar acımazca yargıladığınızdır. Eğer kaş uçları göz pınarlarınıza oldukça yakın düşüyorsa (Şekil 45), bu kendinize karşı sert olduğunuzun bir göstergesidir. Başarı çitanızı epeyce yüksekte tutarsınız ve amaçlarınıza olması gerektiğini düşündüğünüz şekillerde ulaşamazsanız, kendinizi hırpalamaya yönelirsiniz.

Kaşlarınızın ön uçları dış uçlarından daha yüksekteyse, bunun tersi doğrudur: Kendinizden çok başkalarını eleştirirsiniz. 1950'lerde Komünist "cadı avını" kışkırtan Senatör Joseph McCarthy böyle kaşlara sahipti. Kendisi bu kişilik özelliğinin kesinlikle uç bir örneği idi -bu özellik çoğu insanın yaşamında genellikle çok daha az çarpıcı biçimde kendini gösterir!



Şekil 45: Burada kaşların ön uçları özeleştiriyeye yatkınlığı gösterir.

Eğer kaşlarınız düşük ve genel olarak gözlere yakınsa (Şekil 46), bir olasılıkla hem kendiniz hem de herkes için yüksek beklentileriniz vardır ve kendi önemlilik duygunuzu diğerlerinin ortaya koyduğu performanstan ayırmakta zorlanırsınız. Bir spor koçu gibi, “ekibinizin” (kelimenin her anlamıyla) kazanması veya kaybetmesine kendinizi aşırı derecede kaptırmaya yatkınsınızdır.



Şekil 46: Gözlere yakın kaşlar insanlarla aşırı alakadar olma gereksinimini gösterir.

Bu büyük bir engel olabileceği gibi, olumlu bir yanı da vardır. Yazar Wayne Dyer bu niteliğin başarıyla kullanılmasına iyi bir örnek oluşturur. Bir meslektaşım la yemek yerken Wayne'in bu tür kaşları olduğunu betimliyordum. Arkadaşım heyecanla Wayne'i tanıdığını ve insanlara yardım etmekteki en güçlü vasfının onlardan asla umudunu kesmemesi olduğunu ifade etti. Eğer elinizden tutmuş isse, uzun erimli olarak yanınızda kalır, kişisel bi-tiş çizginize vardığınızdan emin olurdu. O halde insanlarla alakadar olma becerisi harika bir nitelik olabilir.

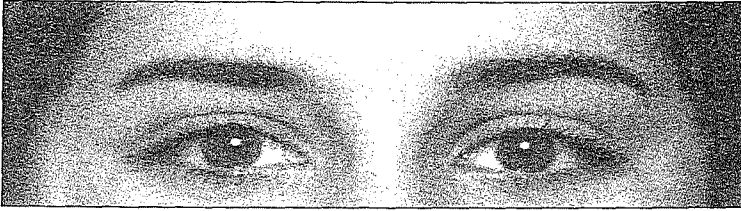
Kaşların biçimleri başka önemli bilgiyi de açığa çıkartır. Kavisler dünyaya tatlı bir kişiliğiniz olduğunu ve başkalarının duygularına değer verdiğinizi anlatır. Herhangi bir pazarlıkta kazan-kazan sonucu için çaba gösterirsiniz. (Şekil 47).



Şekil 47: Kavisli kaşlar tatlı bir mizacı ortaya koyar.

Sert kavislere “Cariye Kaşları” denir. Kadim Çin’de bir cariye kaşlarını tıraş eder ve salt arzusunun mutlu etmek olduğunu belirtmek için yerine abartılmış kavisler çizirdi. Aslında bu kaşlar gerçek amaçlarını gizleyen ve işleri dolambaçlı yollardan yapan bir manipülatörün işareti sayılırlar.

Eğer kaşlarınız kavisten ziyade düz çizgi şeklindeyse (Şekil 48), bir durumu ölçüp biçerken acele etmez ve tepkisel davranmazsınız. İşleri daha mantıklı bir şekilde değerlendirir ve seçeneklerini dikkatle tartarsınız. Önünüze çıkan her hikâyeyi yutmayan, epeyce şüpheli biri olarak da görülebilirsiniz. Ancak bir kez karar verince önünüzde hiçbir şeyin durmasına da izin vermezsiniz!



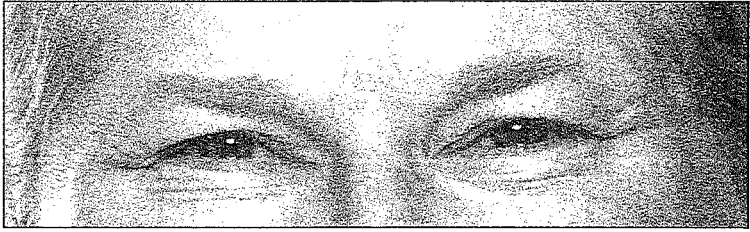
Şekil 48: Düz çizgi şeklindeki kaşlar bir durumu mantıklı bir biçimde değerlendirme yeteneğini gösterir.

Eğer kaşlarınız kavisli ve ortası kalkıksa (Şekil 49), hareketi seversiniz. Hızlı, bazen hatta fazla aceleci kararlar alabilirsiniz. Duygusal olarak da daha tepkili olabilirsiniz ki bunun size her zaman yararı dokunmayabilir. Bu durumda daha temkinli arkadaşlarınız sizin için büyük nimettir, bu nedenle son seçiminizi yapmadan önce fikirlerinizi onlarla paylaşın.



Şekil 49: Sivri kavisli kaşlar eyleme girişme potansiyelini gösterir.

Eğer kaşlarınız dümdüz yukarı kalkırsa (Şekil 50), hemen işe koyulursunuz. Hemen işe girer, ancak duygularınıza kapılmanın sonuçlarına da katlanmak zorunda kalabilirsiniz. Bu durumda ayağı yere basan ve hızınızı kesmenize yardımcı olmakta pratik, güvenilir bir arkadaşınızın olması işinize yarayacaktır!



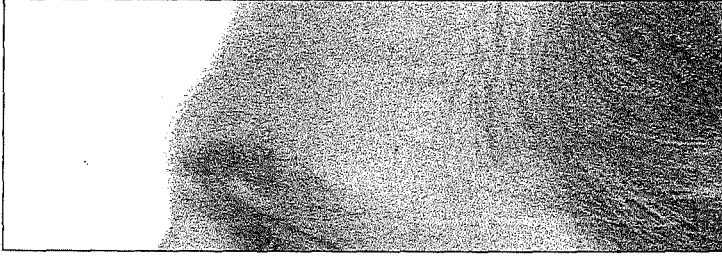
Şekil 50: Yukarıya kalkık kaşlar anında tepki verme becerisini ortaya çıkarır.

Gene bir anımsatma: Tek bir yüz hattına dayanarak kişiliğin tümü hakkında hatasız bir karar veremezsiniz. Üzerinde konuştuğumuz her vücut parçası tüm yaradılışınızın sadece bir yönüdür, dikkat edilmesi gereken ancak gerçek kimliğinizin bütünsel resmi için yüzünüzün geri kalanıyla birlikte düşünülmesi elzem olan bir şeydir.

Kaş Kemliği

Erkeğin yüzündeki kaş kemliği (Şekil 51) kadınınkinden doğal olarak daha belirgindir zira bunun testosteron düzeyleriyle ilintisi vardır. Yüzün bu tarafı, kontrolü ele alma, egemen olma ve

sorumlu olma ihtiyacınızı ne olduğunu gösteren bölümdür. Kaş kemiği ne kadar genişse arzu o kadar büyüktür. Her iki cinste de büyük ve çıkık kaş kemiği otoriteyle sorunları olan ve kendisine ne yapması gerektiğinin söylenmesinden hoşlanmayan birinin işaretidir. Eğer buna benzer birisiyle bir ilişkiniz varsa, en küçük ricayı bile bir emirmiş gibi algılamaya yatkın olduğunu görebilirsiniz. “Lütfen tuzu uzatabilir misin?” dediğinizde, o muhtemelen “Dediğimi yap, *şimdi!*” diye duyacaktır. Bu hiçbir ilişkide kolay bir durum değildir, bu nedenle Ağacın bu meydan okuması ve yaratabileceği zorluklar konusunda bilinçli olmaya çalışmak önemlidir.



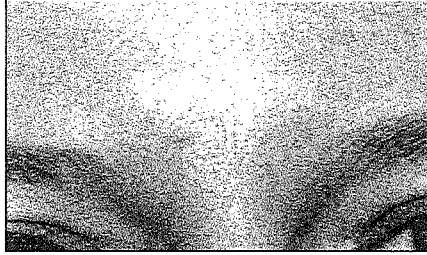
Şekil 51: Kaş kemiği işi yönetmeye ne kadar şiddetle ihtiyaç duyduğunuzu gösterir.

Çıkık alın kişisel ilişkiler açısından pek hayra alamet değilse bile gene de olumlu bir çağrışımı vardır. Yönetmeye duyulan arzuyu gösterdiği kadar güçlü bir lider olmanın muazzam potansiyelini de temsil eder.

Belce

Kaş kemiğinin ortasına, iki kaşın arasındaki bölgeye “belce” ya da “babanın lütfu” denir (Şekil 52). Eski Çin’deki memurlar bir belgeyi imzaladıklarında üzerinde kendi nişanları bulunan ve resmi onayın alameti olan bir “mühür” veya damga vururlardı. Bir adamın mevkii ne kadar önemliyse kullandığı damga da o kadar büyüktü. Kaş kemiğinin yüzdeki böylesi bir güç işareti olması ne-

deniyle kaş ortasının ebadı ve durumu o insanın güç ve başarı potansiyeli konusunda kehanette bulunmanın bir yolu olarak görülürdü. Yüzün o bölgesi ne kadar açıksa vurulabilecek damga da o kadar büyük olurdu. O halde bu bölgeniz ne kadar genişse yaşamınızda güç ve otoritenin ortaya çıkma olasılığı o kadar fazladır.

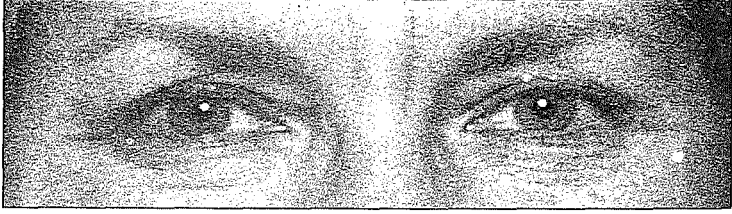


Şekil 52: Belce, kaş kemiğinde iki kaş arasındaki yerdir.

Ancak bu anlamın altında yatan gene bir başka “babanın lütfu” algısıdır; gençliğinizdeki en yetkili kişiden değerinizin ve kudretinizin onayını almak. Bu kişi genellikle babanızdır (ya da ailenizde o konumdaki herkimse o). Bu insan sizi sevmiş ve desteklemişse, muktedir ve güçlü hissederek büyürsünüz; kudretiniz kutsanmıştır. Böyle bir davranışla karşılaşmadıysanız, kişisel otorite duygunuzla ilgili sorunlarınızın olması olasıdır. Bu da yüzünüzün belcesinde iz bırakacaktır.

İdeal olanı, bu bölgenin geniş, pürüzsüz ve çentiği, çizgileri ya da renk yitimi olmaksızın hafifçe çıkık olmasıdır. Bu, otoriteyle bir kavgası ya da öfke ve düş kırıklığıyla bir sorunu olmayan dengeli bir Ağacın göstergesidir. Fakat Batı toplumlarında bu Öge epeyce dengeden çıkmıştır, bu nedenle pek çok insanın yüzünün bu bölgesinde izler vardır. En yaygın olanı iki dikey çizgidir (Şekil 53). Bunlar öfke ve düş kırıklığına olan eğilime işaret edebilirler, ya da en azından sabırsızlık ve huzursuzluğa. Kasıtlı olarak “kızgın” bir surat yapın ve büyük olasılıkla derhal kaşlarınızı çatacak ve aralarında çizgiler oluşturacaksınız. Bu ifadenin belli belirsiz de olsa uzun süreli yinelenmesi bu izleri yüzünüze kazıyacaktır.

Bu çizgilerin diğer nedeni daha az özel olumsuz duygularla, daha çok Ağaç enerjisinin özüyle -içsel gerilimiyle- ilgilidir. Çalışırken iyice yoğunlaşırsanız, bir ihtimal, gene bu izleri yaratan kaş çatma hareketini yaparsınız. Bu Öğenin tüm insanlarında bu çizgileri oluşturma eğilimi vardır ve kişinin yapısında önemli miktarda Ağaç olduğunu saptamanın kolay bir yoludur bu.



Şekil 53: Kaşlar arasındaki iki dikey çizgi Ağaç duygularını ve/veya gerilimini gösterir.

Sizi hüsrana uğratan ya da yaşamınızın çok çalışmanızı gerektiren bir döneminde, bu çizgilerin geçici olarak belirmesi olasıdır. Stresli zamanı atlattığınızda bu duyguları yeni bir alışkanlık haline getirmeyip uzaklaştırdıysanız, kırıksıklıklar azalacak ya da yok olacaktır.

Her konferansta ve derste estetik cerrahi konusu gündeme gelir. Öğrenciler Botoks'a ve yüzü değiştirmek için kullanılan diğer yöntemlere dair sorular sorarlar. Alnınızdaki dikey çizgileri kaldırmanın, sisteminizde tutulan öfkeyi, moral bozukluğu ya da aşırı gerilim ve çabayı yok etmek, yeni bir sayfa açmak için bir fırsat doğuracak olması mantıklı görünebilir. Fakat duygular bedeninizde hâlâ duyumsanır, bu nedenle onları bir şekilde fiziksel olarak ifade etmeyi sürdürürsünüz. Ve Botoks'un etkisi geçtiğinde kırıksıklıklar geri dönecektir. Sürdürülebilir değişimin meydana gelebileceği tek yer olan içinizde hiçbir değişim olmamıştır.

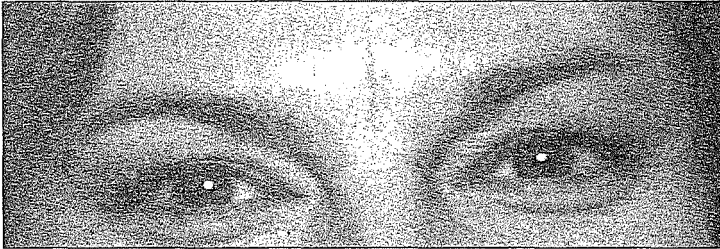
Yinelenen yüz ifadeleriyle oluşan kırıksıklıklara uygulanan herhangi bir plastik cerrahi, aslında bu ifadelerin nedeni olan ve dolayısıyla çizgileri oluşturan sorunlar üzerinde çalışmanız için size bir pencere açar. Bu fırsatın genellikle üç yıldan beş yıla kadar sürdüğü söylenir. Eğer içsel değişimleri gerçekleştirmezseniz, ay-

nı duygusal örüntüde kaldığımız için çizgiler geri döner. Geçenlerde, yüzünü on sekiz ay önce gerdiren bir kadınla konuştum, tüm kırışıklıklar önceki durumuna geri dönmüştü bile!

Kozmetik “kraliçesi” Estée Lauder öldüğünde, gazetede hakkında uzun bir anma yazısı çıktı. Yazıda, her kadının yaşamında güzel olduğundan emin olduğu bir zaman vardır dediği alıntısı yapılmıştı: O da düğün günüdür, çünkü o gün makyajına büyük özen gösterecektir. Okuduğumda dehşete düştüm. Bir kadın evlendiğinde makyajı nedeniyle değil, âşık olduğu için güzeldir! İşimin amacı o içsel pırıltınızı kendiniz ve diğerleri için işlemenize ve yükseltmenize yardımcı olmaktır. Eğer aşkla ışırıyorsanız, kırışıklarınız da olsa, makyajsız da olsanız ya da kocaman bir burnunuz da olsa diğerlerinin gözüne güzel görünürsünüz ve hiç kuşkusuz, yüzünüze neşter değıdirmeden.

“Asılı İğne”

Kaşlarınızın arasındaki dikey, küçük, sıg tek çizgiye “Asılı İğne” adı verilir (Şekil 54). Yüzünüzde bunu görmek kişisel gücünüzle ilgili bir soruna işaret eder. Bu, baskın karakterli ebeveyninizin size tümüyle güç vermediğini hissetmeniz veya daha önceleri yaşamınızda öfkenizi göstermenize izin verilmediğı anlamına gelebilir. Öfke sorunları olan bir ebeveyn veya bir otorite figürünce yönetilmiş olabilirsiniz. Eğer babanız çoğı kez ortada yoksa ya da çocukluğunuzda duygusal olarak ulaşılmaz idiyse, o da bu ize neden olabilir.

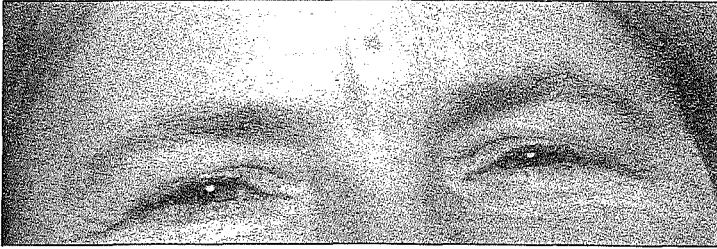


Şekil 54: Kaşlar arasındaki sıg çizgi Asılı İğnedir.

Asılı İğne, yaşamda yol alırken kendinize pek de güvenmediğinizi gösterebilir. Başkalarının sizi kullanmasını önlemeyi veya yaşamdaki tam başarıyı yakalamak için gerekli güdüyü toplama-ya gayret etmeyi bir güçlük olarak görebilirsiniz. Bu kırıksıkla birlikte gücünüze erişebilmekte bir engel oluşur.

“Asılı Kılıç”

İki kaş arasındaki daha derin tek bir çizgi “Asılı Kılıç” diye anılır. Daha belirgin olan bu iz, aynı etkiye Asılı İğneden daha güçlü bir vurgu yapar. Babanıza veya çocukluğunuzdaki otorite figürüne bir yabancılaşma söz konusu olabilir; karşılığında *yang* yönünüzden, kişisel gücünüzün farkındalığından bir uzaklaşma olacaktır. Bu çizgi genellikle etkili olan ebeveyninizin ciddi öfke sorunları olduğunun veya duygusal veya fiziksel olarak hiç yanınızda olmadığının bir işaretidir. Bundan dolayı müthiş bir bastırılmış öfke veya dürtü duyumsayabilirsiniz. Yaşamınızdaki düş kırıklığına, sabırsızlık, tepkisellik veya öfkeye ilişkin sorunlarınız olabilir -Ağaç Ki’nizin önünde çözülmesi gereken önemli bir engel vardır.



Şekil 55: Kaşlar arasındaki derin çizgiye Asılı Kılıç denir.

Hem Asılı İğne, hem de Asılı Kılıçla ilgili inanış, yaşamınızın bir noktasında iğne veya kılıcın “düşeceği” ve mesele ele almaya kadar ilerlemenizi durduracağı yönündedir. Eğer gücünüze tümüyle erişemiyor veya potansiyelinizin tamamını kullanamıyorsanız, yaşamda da ancak o kadar yol alabilirsiniz. Bu tür çizgileri

olan pek çok insanın spiritüel yollarda olduklarını keşfetmem ilginçtir. Bu insanlar bir noktada, kullanılmayan güçlerini etkinleştirmek için tıkanıklığı açmanın gerekli olduğunu fark etmiş olan ve bu sorunları aşmak için elzem çalışmayı yapan kişilerdir.



Ağaç Ögesi öngörüyle ilintilidir. Belcenin “üçüncü göze”, sezgisel görüşünüzün yuvasına açılan kapı olarak algılanması da ilginçtir ve buradaki engelleri temizlemek kalp gözünüzle “görme” yeteneğinizi derinden etkileyebilir.

Bu bölgedeki üç veya daha fazla dikey çizgi aslında olumlu-ya işaretler zira bazı öfke ve gerilim sorunları üzerinde çalıştığınızın ve bunun sonucu olarak kişisel olgunluğa da ulaştığınızın kanıtı olarak düşünülür.

Belcedeki renk değişimleri de manidardır. Koyu bölgeler karaciğerinizle ilgili bir sağlık sorunu, bir öfke sorunu veya her ikisi de olabilen durağanlığı gösterir. Buradaki gölgeler eski ve uzun süreli bir soruna işaret eder. Kızarıklık güncel bir durumu, genellikle bastırılmış öfkeyi belirtir. Bazen o duyguyu uyandıran kişi hakkında -genellikle babanız, patronunuz ya da eşiniz!- konuştuğunuzda yüzünüzde bir kızarıklık peydahlanır!

Ancak yüzünüzdeki herhangi bir izin ait olduğu yaşla da ilgisi vardır. (51 ve 52’üncü sayfalardaki Yüz Haritalarını anımsarsanız, yüzünüzde yaşamınızın her yılına ilişkin bir nokta vardır.) Belce, yaklaşık yirmi sekiz veya yirmi dokuz yaşa denk gelir. Yaşamdaki önemli bir dönüşüm noktasıdır bu yaş ve iz önemli bir şeyin olduğuna (veya olacağına) işaret edebilir.

Şakaklar

Alnın iki yanı ya da şakaklar gene bir Ağacın yüz özelliğidir. Burada aranması gereken önemli tek bir şey vardır. Şakaklar eğer içe çökük veya hafifçe içbükey görünümündeyse (Şekil 56), bu tatlı veya bağımlılık oluşturan bir davranış eğiliminin göster-

gesidir. Ağaç Öğesinin doğal içsel gerginliğine bir vurgudur. Bir keresinde, yeni bir bağımlılık sağaltımı merkezinin direktörüyle yapılan bir söyleşiyi okudum. Orada, adamın şöyle söylediği alıntılanmıştı: “Bağımlılar kendi kabuklarında asla rahat değildirler.” Bu Ağacın ve özellikle de içe çökük şakakların temsil ettiği şeyin mükemmel bir betimlemesidir.

Böyle yüz hatlarımız var diye ıyıştırucu bağımlısısınız demek değildir tabii! Herhangi bir takıntılı eğilim çok çeşitli yollardan kendini gösterebilir. “İşkolik” bir kişiliğiniz olabilir, öyle güdülenmişsinizdir ki işte uzun saatler kalır ve nadiren izin kullanırsınız ya da rahatlıkla bir egzersiz bağımlısı olabilirsiniz. Aşırı çökük şakakları olan televizyon takıntılı bir danışanım vardı. Satış göreviyle sıkça yolculuk ettiği sırada, otel odasında çalışmak yerine odaya hâkim büyük televizyonun cazibesine kapılmaktan kendini alıkoyamadığını gördü. Dolap kapaklarını kapatarak televizyonu saklamak yeterli olamamıştı. Sonunda odaya çıkar çıkmaz uzaktan kumandanın pillerini çıkartıp şiltenin altına saklamak konusunda kendini eğiterek bu sorununu çözdü! Aslında Ağacın müthiş disiplin güçleri vardır ve onları sağlıklı eylemlere yönlendirerek dürtülerin üstesinden başarıyla gelir.



Şekil 56: İçe çökük şakaklar bir tür takıntılı davranışı ortaya koyarlar.

İçe çökük şakaklar aynı zamanda bağımlılığın uyardığı bilinçlilik haline olan şiddetli arzuyu belirtir. Bu algı bozukluğu-

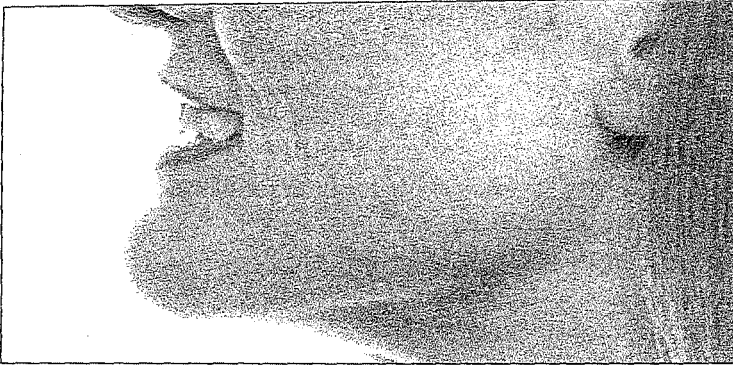
na, en yaygınlarından bazıları uyuşturucu, alkol, iş takıntısı, egzersiz ya da seks olmak üzere, çeşitli yollardan ulaşılabilir. Ancak farklı bir yoldan, spiritüellik yolundan ulaşıldığında, olgunlaşma ve aşkınlık için fırsatlar yaratan bir durum da olabilir bu. O halde içerlek şakaklar maneviyatı yüksek kimseleri, bağımlılık eğilimleri olanları veya her ikisine de sahip kişileri işaret edebilir. Genellikle meditasyon veya inanç geleneğiyle ilgili olan insanlar ilk aşamada uyuşturucuyla olana benzeyen bir durum değişikliği yaşamış, fakat sonraları yüksek ve sürdürülebilir bir bilinçlilik düzeyi sağlayacak daha sağlıklı ve üretken bir yöntem bulmuş olabilirler. Adsız Alkoliklerin başarısının nedeni kısmen bu olabilir. Bir bağımlının o başkalaşmış duruma beslediği arzuyu alkolden alıp ona spiritüellik yoluyla ulaşmaya yönlendirir.

Çok nadir de olsa şakaklarında yüze doğru uzanan çapraz çizgileri olan birisini bulabilirsiniz. Bu, o insanın bir tür “ruhun karanlık gecesinden”, çok ciddi değişimle sonuçlanabilen derin kişisel ve spiritüel bir çalışmadan geçeceğini veya geçmiş olduğunu gösteren bir işarettir.

Dolgun ve hatta etli şakaklar şimdiki andan hoşnut olan, Yeryüzündeki yaşamın hazlarından zevk alan birisinin işaretidir. Bu kişi başkalaşmış durumlara erişmek için şiddetli bir dürtü hissetmeyebilir.

Çene Kemikleri

Kaşlardan sonra kişiliğinizdeki Ağaç düzeyinin en iyi belirleyicisi çene kemikleridir. Yüzdeki bu bölüme “Ağacın Kökleri” denir. Güçlü kökleri olan bir ağaç yıkılamaz. Sizin de göze çarpıcı çene kemikleriniz varsa (Şekil 57), güçlü bir inanç sisteminiz olabilir ve kolay kolay yalpalamazsınız.



Şekil 57: Güçlü çene kemikleri güçlü inançlar anlamına gelir.

Seçimleri kazananların genellikle güçlü çene kemikleri olan politikacılar olduğunu, zira insanların, onları savunacak biriyle bilinçaltında emniyette ve koruma altında hissettiklerini bilirim. Ancak, böyle bir görüntüye sahipseniz başkalarına fazla eleştirel yaklaşma olasılığınız vardır ki bu da ilişkileri potansiyel olarak engelleyebilir.

Çene kemikleriniz yüzünüze hâkim olacak kadar büyükse bu fikirlerinizde dayatmacı olduğunuz anlamına gelebilir. Başkalarına (duymak isteseler de istemeseler de!) ne yapacaklarını söyleyerek aşırı derecede eleştirel olabilirsiniz. En uç noktada, bu kişi herkesi kendi gibi düşünmeye yönlendiren birisidir. Bunun klişe örneği, kararlı çenesi ve “ya sev, ya terk et” yaklaşımıyla, bir ordu mensubudur. Bu tür biri hükmedici ve denetleyici olabilir ve bu etkiyi hafifleten başka yüz özellikleri yoksa onunla ilişki kurmak çok zor olabilir.

Dar çene kemikleri (Şekil 58) kendi bildiğinizi yapmakta o kadar kararlı olmadığınızı gösterir. Şartlara uyabilen ve açık görüşlü bir kişisinizdir. Ancak, aslında duygularınızla savrulabilir ya da ikna edici insanların kolayca etkisi altında kalabilirsiniz. Kökleri sığdaysa, ağaç rüzgârda yıkılabilir. En uç noktada, bunun anlamı, size en çok yararı olacağını düşündüğünüz, diğerlerinin nezdinde itibarınızı etkileyebilecek olan herkimse, onunla kendinizi hizalamaya yönelmeniz olabilir.



Şekil 58: Dar çene kemikleri daha uyumlu bir mizacı yansıtır.

Endam

Ağaçla ilişkilendirilmiş iki çok belirgin vücut tipi vardır: uzun ve ince “ağaç” ya da tipik bir basketbol oyuncusu örneği, diğeri de kısa ve tıknaz “bodur ağaç” veya jimnastikçi tipi. Sonuncusu bu Ögenin doğasında olan güçlü enerjinin yoğunlaştırılmış biçimi gibidir. Bu görüntüye sahipseniz, siz bir dinamo gibi enerji üretir ve muhtemelen amaçlarınıza ulaşmaya yönelmiş olursunuz. Ağaç özellikleri taşıyan en başarılı erkeklerin pek çoğunun boyu genel ortalamanın altındadır. “Kısa adam sendromu” nitelemesi genellikle hayatta büyük başarılarla imza atmış daha kısa endamlılar için kullanılır. Bu adamların boylarından kaynaklanan aşağılık komplekslerini telafi etmeye çalıştıkları varsayılır. Oysa aslında çoğu örnekte, başarılarındaki esas etmenin işi sonuna kadar götüren coşkun Ögesel enerjileri olduğuna inanırım.

Daha uzun tipte bir Ağaç bedenine sahipseniz muhtemelen enerjinizi daha yumuşak bir biçimde ifade edersiniz. Bu vücut genellikle uzun dikdörtgenimsi bir yüzle eşleşir; “ağaç” biçiminin gene bir başka işareti.

Ağaç: Siz Kimsiniz? İçinizde Nasıl Bir Çağrı Duyuyorsunuz?

Siz kimsiniz, aslında olduğunuz o kişiye nasıl âşık olabilirsiniz? Gerçek çağrınızın ortaya çıkması için yolu nasıl açabilirsiniz? Dünyadaki amacınızı belirtmek için ilk önce Ağaç özünüzün serpilmesine izin verin. Eğer Ögeniz buysa, gerçek yaradılışınızda hareketli olmak için başat bir dürtü vardır. Çok iyimlersiniz ve parlak bir canlılığınız var. Yaşama amacınız dışarı çıkmak ve işi yapmak, fikirlerinizi gerçekleştirmektir. İçinizdeki güçlü makine amacınıza doğru düz bir çizgide gitmeniz için sizi zorlar. Ancak Ağacın büyük esneklik yeteneği de vardır, zira eğilemeyen ağaç fırtınada yıkılır. Dinamik enerjinizi hedefinize doğru yönlendirirken başkalarının fikir ve gereksinimlerine de açık olduğunuzdan emin olun.

Her ne kadar uyum sağlayabilir ve zamanla değişebilirsiniz de Ögesel potansiyelinize sadık kalmalı ve dünyadaki yerinizi belirlemeye odaklanmalısınız. En büyük güçlerinizi kullanmanın yollarını bulun: Güveniniz, öngörünüz ve dürtünüz her amaca ulaşmanıza yardımcı olabilen keskin bir odak verir size. Aktif olmak için normal çalışma saatlerinizi kullanarak kendinizi güçlendirin, kararlı bir şekilde ilerlemenize yardımcı olacak olan sistemi yaratın ve gelişmenizi asla durdurmayın. Ağaç qi'niz akarken yaşam dengeye oturacaktır ve siz en çılgın düşlerinizin de ötesindeki yeni olanaklarla karşılaşabilirsiniz.



ATEŞ – COŞTURMAK



Bu bölümde Ateş Öğesinin temel unsurlarını tanıttacağım. Siz de onları nasıl teşhis edeceğinizi öğreneceksiniz. İlk adım olarak işte size Ateş özelliklerinin bir hızlı başvuru listesi:

- **Enerjisi:** Zirve yapan, yukarı ve dışa doğru hareket eden, eylemin doruğu, öğle zamanı, yaz, yaşamın en verimli çağı
- **Nitelikleri:** Verimli, neşeli, tutkulu, sıcak, mahremiyet isteyen, değişime bayılan, bencil, hercai, işveli, çarpıcı, sevgisini fiziksel olarak gösteren, hiperaktif, dağınık, kurnutulu veya panik atak eğilimli, kısa dikkat süresi, nükteli, eğlenceli, ifade gücü kuvvetli, esin verici, empatik
- **En önemli yüz hatları:** gözler, bukleli veya kıvılcı saçlar, yüz hatlarının uçları
- **İç organlar:** Kalp, ince bağırsak
- **Duyu organı:** Dil

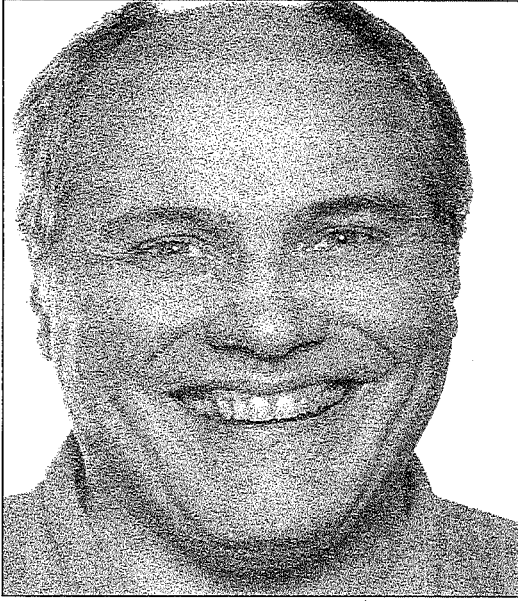
Aranması Gerekenler

Bu Öğenin yaşamınızda güçlü bir rol oynaması için aşağıdaki özelliklerin *tümüne* sahip olmanız gerekmez; bunlardan herhangi biri yaşamınızda bir etmen olduğunu gösterecektir. Bu görüntülerden ne kadar çoğuna sahipseniz yaradılışınızda o kadar çok Ateş var demektir:

- Pırıltılı gözler, gözlerde “ışık”
- Kızıl ve/veya bukleli saçlar, dikenimsi veya aşırı saç modelleri, tepede kelleşme
- Kolayca gülümseme ve kahkaha
- Hızlı hareketler ve konuşma
- Dar kalçalar
- Tende pembe bir kızarıklık, çiller
- Gamzeler
- Ağız, burun, kulaklar, gözler ve/veya kaşlarda sivri uçlar



Şekil 59: Ateş Yüzü



Şekil 60: Ateş Yüzü

Ateş Ögesinin kişiliğinizin önemli bir parçası olup olmadığını nasıl anlarsınız? En güçlü özelliklerinize bakarsınız; yüzünüzde en çok dikkat çekenlere. Bu tür özelliklerin hepsine ve hatta pek çoğuna sahip olmayabilirsiniz, ama kırmızı saçlarınız veya pırıltılı gözleriniz varsa, yapınızda bu enerji vardır. Bu listedeki güçlü özelliklerden ne kadar çoğuna sahipseniz, kişiliğinizde bu enerjiden o kadar çok var demektir.

Tipik bir Ateş insanıysanız parlayan ve ışıldayan gözleriniz olacaktır. Yüzünüzde gülmeye hazır bir ifadeyle, hızlı hareket eder ve konuşursunuz. Saçlarınız belki kızıl veya buklelidir ve özellikle yanaklarınız ve göğsünüzde olmak üzere, pembe bir kızarıklıkınız olabilir. Kalçalarınız dar, bazı yüz hatlarınız sivridir, örneğin keskin bir burun ve göz kenarları, ya da ağzınızın uçları konik biçimde olacaktır. Bir odaya girerken enerjiniz sizin önünüzde yürüyebilir çünkü karizma fışkırtan bir ışımanız vardır. Tüm bu özelliklere sahipseniz ki nadirdir, çok Ateşli olduğunuzu anlayacaksınız!

Bu Ögeyi sergileyen ünlü yüzler arasında Billy Crystal, Jack Black, Ashley Judd ve Shirley MacLaine vardır.

Ateşin enerjisi yaşıyor olmanın heyecanı, hayatı dolu dolu yaşamının tutkusudur. Ağaç aşamasında tam tanımına kavuşan güç, döngüsüne o anın saf coşkunu ile tükenme ve tüketilme arzusu belirgin kılan Ateş olarak devam eder. Bir şey yandığında fiziksel bir maddeden dumana, küle ve gökyüzüne yükselen su buharına dönüşür. Ve bu Ögenin dürtüsü hep Tanrıyla birleşmeyi duyumsamaya doğrudur.

Ateşin gücü kalptedir -duyumsama merkezi ve sevginin vücuttaki yuvası. Böylesi duygular tıpkı ateşin aniden parlaması gibi, vücutta Ki'yi yükseltir ve dağıtır. Bizi saf ruhumuzun algısıyla bağlantılar. Sevgi, neşe, tutku ve yaşamınızı değiştiren aydınlanma -hepsi içinizden yükselen bu Ögenin heyecanını içerir.

Sınırlarınızı hissetmek ve bu neşe dolu birleşmeyi yaşamak için Ateş sizi açık yürekli olmaya çağırır. Sizin için, bir başkasıyla saf bir sevgide tümüyle birleşmenin tek yolu budur. Ancak bu sizi korumasız bırakır, bu nedenle, kendinizi erişilebilir kılmak için yeterince güvende hissetmeniz gerekir. Ateş insanları genellikle kolay incinirler çünkü doğal bir şekilde duygusal anlamda çok savunmasız olabilirler.

Bu Ögenin niteliğini en iyi tanımlayan fiil "coşturmak" fiilidir. Bir Ateş insanı olarak o içten gelen heyecan dalgasını ve gün boyu düzenli yaşanan coşkuyu tattığınızda gelişir varsıllarsınız!

Ateşin Kişiliği

Ateşin enerjisi doludizgin bir yazla resmedilir -tüm doğa coşkunun doruğundayken, çiçekler ölçüsüzce açtığında, yapraklar yemyeşil ve her şey yaşam gücünün zirvesindeyken. Bu, tam anlamıyla gelişmiş olan ve gücün ve canlılığın dalga dalga kabardığını duyumsayan, yaşam deneyimine pike yapan genç bir erişkinin güçlü Ki'sidir. Ateş güneşin gökyüzünde en tepede olduğu öğle zamanıdır. Bu, dünyayla ve en sonunda kim olduğumuzun tanrısal özüyle birleşmeyi istemenin coşkusudur.

Bu karakterin gücü coşkudur, neşe ve yaşamının heyecanıdır. Eğer bir Ateşseniz yaptığınız her şeyde bir eğlence bularak ve giderken başkaları için yolları aydınlatarak bu alevi yaşamınız boyunca sürüklersiniz. Dokunmak ve dokunulmak ihtiyacıyla yakınlık ararsınız. Tutkulu ve cana yakınsınızdır, değişime ve yeni deneyimlere bayılırsınız zira tutuşturmak için yeni şeyler ararken hareket etmeyi sürdürmek Ateşin yaradılışındadır.

Bu Öge için zorlayıcı olan dağılmaya, değişkenliğe ve huzursuzluğa -en aşırı durumlarda- hiperaktiviteye yol açabilen ya da panik atak eğilimi yaratan aşırı heyecandır. Gerilimli olduğunuzda enerjiniz çabucak yükselir ve daha sonra hayıflanacağınız hesapsız hareketler yapabilirsiniz; bu nitelik herhangi bir şeye uzun süreli bağlanamayabilirsiniz anlamına gelir. Ve Ateşin duygusal kırılganlığı nedeniyle, incindiğinizde çok üzülebilir ve bir çıkış yolu bulmakta zorlanabilirsiniz. Çok üzgün olduğunuzda kendinizle diğerleri arasına doğal olarak mesafe koyarsınız ancak evde tek başına olmak sizi sadece giderek daha derin bir kedere düşürür. Oysa iyileşmek için Ateşiniz diğerleriyle yeniden bağlantı kurmaya gereksinim duyar çünkü aslında ruhunuzu besleyen budur.

İnsanların sizde ilk fark ettikleri şey bir odaya girdiğinizde gülüyor, şakalaşıyor ve çan çan konuşuyor olmanızdır! Ve ellerinizle jestler yapmadan konuşmak sizin için neredeyse olanaksızdır. Siz konuşurken insanların gözlerinin yüzünüzden ellerinize çırpınıp durduğunu izleyebilirsiniz. Ateş hızlıdır; hızlı hareket eder ve konuşursunuz ve zihniniz öyle aktiftir ki hiç kapanmaz.

Bu sizi çok uyumlu yapar; çeşitliliği ve değişimi seversiniz. Aynı nedenle, çok görev üstlenmede üstünüze yoktur fakat fikirler kafanızı istila ettikçe ya da projeler masanızda yığıldıkça aşırı zorlanma ve dağılma riskine girersiniz. Odaklanmak zorlaşabilir; yolunuza çıkan her şey sizi çok heyecanlandırır! Eğer çok dağılırsanız, bu, yaşamınızda kargaşa yaratabilir. Durup düzenleme yapmak veya durumu kontrol altına almakta zorluk çekersiniz ve daha büyük bir olasılıkla işten tümüyle vazgeçmek ve yeni bir şey geçmek için bir yol bulmaya çalışırsınız.

Ateş insanı olarak havai ve oyunbaz olabilirsiniz ve erkeklere ve kadınlara... ev hayvanlarına, çocuklara ve tüm dünyaya cilde

yapmaya bayılırsınız! Mutlaka ciddi olmayabilirsiniz; bu şekilde etkileşmeyi daha doğal bulursunuz. İş romantizme geldiğinde, âşık olmak için çıldırırsınız, fakat sevdalanma sürecinin sonsuza dek sürmesini yeğ tutacaksınız. İşler fazlaca yerleşik hale gelir gibi olduğunda hoşnutsuzluk duyabilir ve ilişki içinde veya dışında yeni heyecanlar ararsınız.

Bu nedenle Ateş sosyal olarak biraz gelgeç huylu olarak görülebilir. Pek çok arkadaşınız olabilir ama bunlar derin ya da yaşam boyu süren bağlar değildir çünkü çoğu insan sizin kadar enerjik değildir ve sizin için yeterince hızlı hareket edemez ve düşünmezler. İşler zora sardığında kalıp da ilişkiye emek vermektense yolunuza gitmeyi isteyebilirsiniz. Ya da Ateşli huysuzluklara yatkınsanız, birtakım duygusal sahnelerle sonuçlanan bir oyun sergileyebilirsiniz. Bu güvenilirmez ve dramatik yönler diğer Öğelerden olan arkadaşlarınız için moral bozucu olabilir. Alışmanın bir yolunu bulmaları gerekir, yoksa yollarına devam ederler.

Çok sevdiğim, uzun yılların feng shui danışanlarımdan birisi Ateş kadını bir doktordu. Onunla yaptığım her çalışmadan sonra yaşamında ani değişikliklerin olması nedeniyle çok güçlü olduğumu düşünürdü. Açıkçası bu benim yaptığım sihirden ziyade onun ivedi, değişken Ateş yaradılışıyla ilintiliydi, büyük olasılıkla! Öğesindeki çoğu insan gibi değişime hazırdı ve birlikte yaptığımız seanslar onu bu değişimlere taşıdı.

Ancak sık sık dengeden çıkan Ateşin ona her zaman yararı dokunmadı. Odaklanmakta, hastaları hakkında not tutmayı unutarak ve laboratuvar sonuçlarını karıştırarak, düzenli olmakta büyük sıkıntısı vardı. Ve çapkın yaradılışı ona en azından bir fırsat kaybettirdi. Bir başka danışanım daha vardı, yeni bir şov programında sunuculuk yapacak bir doktor arayan bir televizyon yapımcısı. Ve benim Ateş danışanım olan arkadaşım bu iş için biçilmiş kaptandı -çekici, rahat konuşabilen ve neşeyle dolup taşan birisi. Onları buluşturmak için bir randevu ayarladım ancak toplantı hiç gerçekleşmedi. Yapımcı konuşulan saatte onun evine gittiğinde kapı duvarmış. Zili çalarak, kapıya vurarak, arka kapıyı deneyerek, onu cep telefonundan arayarak, sonunda çıkıp gitmeden önce bir yirmi dakika beklemiş. Sonunda doktorun bodrum katında,

kısa bir tamirat işi için eve gelen sevimli tesisatçıyla cilveleştiği ve televizyon programı randevusunu da tümüyle unuttuğu ortaya çıktı.

Dikkat çekmek ve görülmek Ateşin doğasında vardır. Eğer bu sizin Öğenizse, ufak durumlarda bile olsa, kendinizi çoğu kez spot ışıkları altında bulabilirsiniz. Bu arkadaşlıkta zorlayıcı olabilir: İşini henüz kaybetmiş veya boşanmakta olan bir arkadaşınızın yanı başına koşar ama sohbetin beşinci dakikasında ikiniz de aniden *sizin* yeni ayakkabılarınızdan konuşuyor olursunuz -ve bu hiç de garip gelmeyecektir! Bu başkalarına önem vermediğinizden değildir, ancak hiç kimse derin teselliler için Ateş insanlarına gitmemelidir. Fakat moralinizi yükseltmek, sorunlarınızı unutmak ve yaşamınıza biraz eğlence katmak için *onlara* gidersiniz.

Bu Öğeye çokça sahip olan yeni annelerin birçok kadından daha fazla zorlandıklarını fark ettim. Yeni doğmuş bir bebekle yapmanız gereken temel işlerden biri nedir? Hep bebeğin yanında kalmak, kalmak, kalmak. Her zaman müsait olmalısınız, her birkaç saatte bir beslemek için kalkmalı, hep bebeğin bakımına odaklanmalısınız... Gün be gün hep aynı rutin. Pek Ateşli bir iş değil. Bu Öğeye sahip, doğum sonrası depresyonu geçiren, değişime ve eğlenceye çok az yer bırakan bir yaşam tarzıyla müthiş zorlanan birçok danışanım oldu.

Tabii bu, Ateş insanları iyi ebeveyn olmayacaklar demek değildir. Elbette olurlar, ama tüm diğer Öğelerde olduğu gibi, onlar için doğal olmayan bir enerjiye gereksinim duydukları zamanlarda biraz desteğe ihtiyaçları olabilir. Eğer bir Ateş kadınıysanız, anneliğin ilk aylarında özellikle yardıma ihtiyacınız olur: size nefes aldıracak ve dışarı çıkarak biraz rahatlatmanız için sizi özgür bırakacak birine.

Ateş hayattaki her şeye müthiş bir yoğunluk kazandırdığı için abartmaya yatkın olursunuz. Bilerek yalan söylediğinizden değil, sadece olgular gerçek deneyiminizin yoğunluğunu anlatmaya yetecek denli güçlü değildir. Sadece yirmi dakika kadar beklemişken bir saattir beklediğinizi söylemekten kendinizi alamazsınız. Açıklık kazandırmaya çalıştığınız şey, uzun zamandır orada olduğunuzdur. Tatil beldenizdeki hava sıcaklığı hiç 29 derecenin üzerine çıkmamışken, her günün 40 derece olduğunu söylersiniz

-mesele, gerçekten çok sıcak olmasıdır!

Eğer Ateşinizin dengesi bozulursa bu oyun çığırından çıkabilir. Üzüntünüz büyük olabilir, ağlama gösterileriniz ya da kederiniz hızla kontrolden çıkabilirken avutulmanız olanaksızdır. Sizin yaşamınızda ve başkalarınınkinde tahribat yaratan ani, aceleci kararlar verebilirsiniz.

Yıllar önce, büyük bir şirkette çalışan bir danışanım vardı. Pek çok Ateş insanı gibi, bir insanda veya bir yerde doğru gitmeyen bir şeyi sezebilen çok anlayışlı bir kadındı. İşinde, burnu iyi ko-ku alırdı. İnce enerji dengede değildiyse bunu ilk fark eden o olurdu. Şirketi pek de başarılı gitmeyen önemli bir yeniden yapılanmaya giriştiğinde, danışılmak üzere birkaç günlüğüne çağrılmam için yönetimi ikna etti. Ziyaretim esnasında beni otelimden aldı ve ofislerine götürdü. Üçüncü günde insanların ve mekânın enerjisi önemli derecede değişmeye başlamıştı, empatik danışanım de bunu duyumsuyordu. O sabah arabada bana bu dönüşüm aşamasında kendisini nasıl çarpılmış hissettiğini ve bu dönüşüm sürecinde her türlü tuhaf duygunun nasıl yüzeye çıktığını anlattı. Direksiyon başında histeriye tutularak, feryat edip hıçkırarak gitgide heyecanlandı ve çılgına döndü. Arabayı kaldırıma çekmesi için onu ikna ettiğimde, yoldan geçenlerin neler olduğunu anlamaya çalışan bakışları altında dramatik ağlamasına devam etti! Bir anda uzun boylu muhteşem bir kadın, leopar görünümlü mantosunu savurarak yanımdan geçip gitti. Danışanım yüzünde bir ışıltıyla başını kaldırıp bakarak “Ama şu mantodan bende de bir tane olabilseydi her şey yoluna girerdi!” dedi.

Neyse ki üzüntülerinizin çabucak geçebilir olması bir Ateş insanı olarak sizin -ve yaşamınızdaki herkes için- bir şans sayılır! Bu Ögenin doğası ne de olsa sevinçtir ve mutlu olduğunuzda kendinizi kederli olduğunuzdan çok daha “kendiniz” gibi hissedersiniz.

Ateş Stili

— **Giyim:** Bu Öge giysileri eğlendirici bulur. Bir Ateş kadını olarak belki başkalarının üzerinde aptalca duracak olan ilginç,

çarpıcı birleşimleri -ekoseler, kürk ve danteli... kovboy çizmele-riyle giyer ve muhteşem görünürsünüz. Mümkün olsa yüksek to-puklularla uyur, sivri burunlu ayakkabılara bayılırsınız. Genellikle canlı renklerdeki veya hayvan desenli seksi modelleri tercih eder-siniz ve hep hoş, eğlenceli olanları ve size kendinizi sevimli his-settiren şeyleri giymek istersiniz. Bu başkalarına ihtişamlı ya da abes gelebilir, ancak doğal coşkunluğunuzu, yaşamınızın tüm di-ğer yönleriyle yaptığınız gibi, giysilerinizle ifade etmeyi istemek sizin yaradılışıdır.

— **Ev:** Bir olasılıkla çarpıcı, eğlenceli ya da olağandışı bir mi-mari ve dekor seçersiniz. Avangart eşyaları, oyunbaz vurgulu par-çaları, aşırı veya uçrak sanat eserlerini ve güçlü renkleri seversiniz. Sergilediğiniz bir oyuncak koleksiyonunuz, her taraf-ta yaktığınız mumlar ve kızılın, turuncunun veya menekşenin doygun tonlarına boyanmış duvarlarınız olabilir. Yeni veya en modern tasarımlar kişiliğinize uygundur.

Odalarınızı çeşitli amaçlarla kullanabildiğiniz takdirde eviniz en iyi şekilde işlevini yerine getiriyor demektir. Eğer evden çalış-şıyorsanız, en az üç çalışma masanız veya çalışma alanınızın ol-masını salık veririm zira bu projelere yaklaşımınızda Ateşli olmanızı sağlayacaktır. Bu Öge on dakikayı bir konu üzerinde ge-çirmeyi, yirmi dakika için bir başkasına geçmeyi sonra yeni bir ta-neye atlamayı ve böylece devam etmeyi sever. Zorluklardan biri dağınıklık olabilir çünkü aynı anda süren öyle çok projeniz var-dır ki eksik kalan yağınla işinizin olması olasıdır. Ateşin kısa sü-ren dikkati her şeyin düzenli olması konusunda ciddi bir sorun yaratabilir.

— **Hareket:** Ateş eğlenceyi sevdiği ve hiçbir şeye uzun süre-li odaklanmadığı için siz de yinelenen, sıkıcı veya yapması uzun süren egzersizlerden kaçınırsınız. Diğer taraftan, hızlı hareket et-meyi gerektiren her eylem size hitap edecektir. Çok çeşitlilik içe-ren bir egzersiz programı size tek uygun olandır. Müzikle hareket etmekten ve eğer flört edebileceğiniz bir partner söz konusuysa özellikle dans etmekten de zevk alırsınız!

— **Meslek:** İnsanlarla çok iyi geçinirsiniz ve iletişim kurmakta müthiş yeteneklisinizdir, bu nedenle rahatlıkla kendinizi bu konularla ilişkili bir kariyer yaparken bulabilirsiniz. Halkla ilişkiler ve pazarlamada fevkaladesinizdir çünkü sıcak ve neşeli kişiliğiniz kapıdan girdiğiniz anda müşterilerinizin kendilerini daha iyi hissetmelerini sağlar. Bu Öge oyunculukta doğaldır, bu nedenle bu kategoride öğretmen ve halk sözcülerinin yanı sıra bir sürü de aktör bulursunuz. İyi dengelenmiş bir Ateşin, içlerindeki en iyiyi fark etmeleri ve kullanmaları için insanlara esin vererek onları doruklara taşıma yeteneği vardır

Yukarıdaki betimlemede belki kendinizi ya da bir arkadaşınızı görmüş olabilirsiniz ve bu size yeni içgörüler ve farkındalıklar vermiş olabilir. Fakat bir miktar Ateş gördüğünüzü ancak bunun tümüyle sizi veya arkadaşınızı tanımlamadığını da duyumsayabilirsiniz. Unutmayın ki kişiliklerimizde bu beş Ögenin hepsinden birazcık varsa da genellikle biri veya ikisi vurgulanır. Hatta bazı insanların yüzleri Ögelerden dördünü birden güçlü bir şekilde vurgularken sadece bir tanesinde zayıftır. O halde kitabı okudukça içinizden kim olduğunuzu tümüyle kavramanızı sağlayan ikinci, üçüncü ve hatta dördüncü bir kategoriyi belirleyebilirsiniz.

Fakat Ateş özelliklerinin yüzünüzde vurgulanmadığını keşfetmeniz de gene gözleriniz, yüz hatlarınızın sivrilikleri ve benzerleri şeyler olacaktır! Bir sonraki bölümde bu yüz hatlarının her birini teker teker inceleyeceğiz ve bu Ögenin içsel kişiliğinizde kendini nasıl gösterdiğine dair neler anlattıklarını daha ayrıntılı bir şekilde öğreneceğiz.



ATEŞİN YÜZ HATLARINI OKUMAK



Belirttiğim gibi, her Öge yüzün tümüne belirli bir görünüş vermenin yanı sıra özel bir takım yüz hatlarıyla da örtüşür. Bu bölümde vücudun bu bölümlerinin her birindeki Ateş Ögesinin içyüzünü nasıl daha fazla anlayacağınızı öğreneceksiniz.

Gözler

Işıltılı yüzünüzde gözlemlenen gülümsemelerin ve kahkahaların yanı sıra kişiliğinizdeki Ateşin en önemli göstergesi gözlerinizdeki ışıktır. Canlı bir parlaklık ve berraklık görürsünüz, bir ışık şavkıdır. Bazı insanlarda bunu tespit etmek kolay olacaktır ancak genelde bu ışığı görebilme yeteneği biraz deneyimle kazanacağınız bir beceridir.

Gözleriniz bu Ögeyi, eğer varsa, bize gösterirken, paylaşacakları birçok başka sırları da vardır. Ele verdikleri bir sır başkalarıyla iletişim kurmaktaki tutumunuzdur ve gözlerinizin büyüklüğü bu bakımdan manidardır. Doğal büyüklükleri önemli olmakla bir-

likte daha da önemlisi onları ne kadar açık tuttuğunuzdur. Eğer gözleriniz doğal olarak büyük olduğu halde onları kısıyorsanız ya da küçük gözlü doğmuş ama onları açıyorsanız, bu fikir alışverişi ve duygular konusundaki yaklaşımınıza ilişkin değerli bir bilgidir.

Büyük veya açık tutulan gözler (Şekil 61) duygularınızı ifade etmenin sizin için doğal olduğunun işaretidir. Herhangi bir durumda ne düşündüğünüzü saklamak büyük olasılıkla aklınıza bile gelmeyecektir. Böylece sıkı dostluklar oluşabilir, zira sevginiz açıktır ve insanlar neler olduğu konusunda veya gizli bir gündeminiz var mı diye asla meraka düşmek zorunda kalmazlar. Gerçi, başınızı derde sokabilecek gibi içi dışı bir insan olabilirsiniz. Çabucak âşık olabileceğiniz veya kolayca güvenebilmek birilerinin sizi istismar etme veya kırma olasılığını yaratabilirsiniz.



Şekil 61: Açık tutulan gözler duygusal olarak açık bir karakterin işaretidir.

Aşırı açık durumdaki gözler, özellikle de pörtlekse, fiziksel bir dengesizliğin semptomu olabilir. Ancak, bir hastalıkla ilişkili olmadığı durumlarda bu bir “olay kadın” göstergesi de olabilir -aşırı duygusal ve hiçbir şeyi içinde tutamayan birisi.

Alternatif olarak, böyle bir görüntü insanlardan ve çevrenizdeki yerlerden çok fazla “iletişim” alan çok hassas bir insan olduğunuza işaret edebilir. Böyle gözler, dengenizi bozacak bir şey var mı diye çevrenizi inceleyerek sürekli ihtiyatlı olmayı öğrenmek zorunda kaldığınızın işaretidir. Belki çocukken duygusal olarak bir miktar sarsıntıya uğradınız veya açık yaradılışınız nedeniyle, daha önceleri sisteminize aşırı yüklenen ailenizde ifadesini bulan yoğun duygular yaşamaktasınız. Bunun sonucunda, herhangi bir tehlikeyi size ulaşmadan önce algılamak için gözlerinizi önce olduğundan daha fazla açarsınız.

Eğer birisi sizinle konuşurken gözlerini açıyorsa, söyledikleri onu heyecandırıyor demektir. Ancak bunu sürekli yapıyorsa, başkalarıyla bağ kurmak için büyük bir arzu duyduğu ortaya çıkabilir. Bunda bir aşırılık varsa, kişinin karşısındakine takıntı noktasında bir tutku duyduğu anlamına dahi gelebilir.

Gözlerinizi daha kısık tutuyorsanız (Şekil 62), değerlendirmesini yapmadan başkalarından kabul etmeye gönüllü olduğunuz iletişimin bir sınırı var demektir. Kişisel veya profesyonel herhangi bir ilişkide kolay aldanan olmazsınız. Daha kuşkucusunuzdur ve büyük olasılıkla realist olduğunuzu düşünürsünüz. İnsanlara kolay kolay güvenemez, niyetlerinden şüphe edersiniz. Ancak mantıklı düşünmekte üstün olup keskin algılama yeteneğine sahipsinizdir. Birileri sizi ikna etmeye falan kalktığında, bu şerefe erişmek için çok çalışmaları gerekecektir.

Kısık gözlere sahipseniz, en mahrem ilişkilerde bile iç benliğinizin ne kadarını açmak istediğiniz konusunda tedbiri elden bırakmama eğilimindedir. Duygularınızı kolayca ifade etmez ve bunun sığılık ve aptalca olduğunu düşünebilirsiniz. Aslında her şeyi çok derinden duyumsarsınız ama zamanı geldiğinde dışavurumda zorluk çekersiniz. Âşık olmanız zaman alacaktır, ama olunca da her şeyiyle kendinizi aşka verirsiniz.



Şekil 62: Biraz kısılmış gözler duygusal olarak daha az açık bir mizacı gösterir.

Gözlerin Konumu

Gerçi kimi zaman da mesele gözlerinizi nasıl oynattığınız değil, onların yüzünüzde doğal olarak ne kadar derin veya sığ konumlanmış olduğudur. Gözlerinizin konumundan emin değilseniz,

keşfetmeniz için işte size bir test. İşaret parmağınızı gözünüzün önünde dikey olarak tutun. Parmağınızın ucunu kaşınıza, alt bölümünü de üst yanağınıza değdirene kadar gözünüze yaklaştırın. (Gözünüzü kapatabilirsiniz.) Parmağınız oradayken eğer göz kürenizi hissetmezseniz o zaman gözleriniz derine yerleşik demektir. Eğer hissedebilirsiniz, “sığ konumlanmışlar” demektir. Bu size nasıl iletişim kuracağınız konusunda bilgi verir.

Sığ konumlanmış gözler yukarıda betimlenmiş olan açık tutulan gözlere benzer: İçinizden geçenler konusunda doğal biçimde açık sözlü olup başkalarının katkılarına da daha açıksınızdır. Bu harika bir nitelik olmakla birlikte başkalarının söyledikleri veya yaptıklarından kolayca etkileniyorsanız bu bir güçlük de olabilir.

Gözleriniz derine konumlanmışsa (Şekil 63) çoğu insandan çok daha çekingensinizdir. Düşüncelerinizi ve duygularınızı başkalarıyla kısık gözlülerden bile daha zor paylaşırsınız; atlayıp fikrinizi söylemek yerine durumu kafanızda değerlendirirsiniz. Böyle gözleri olan bir öğrencim hınzır bir gülümsemeyle şöyle dedi: “Evet, bırakırım durmadan konuşursunuz ama *benim* ne düşündüğümü asla bilmeyebilirsiniz!”

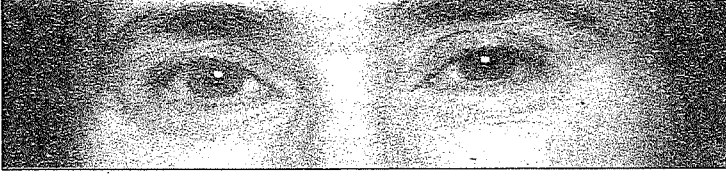


Şekil 63: Derine yerleşik gözler daha mahrem bir mizacı belirtir.

Eğer kısık ve derine yerleşik gözleriniz varsa, büyük olasılıkla duyguları konuşmakta veya diğerlerine karşı açık olmakta çok zorlanırsınız. Kolayca paylaşmayı beceremeyeceğinizi hissettiğiniz veya başkalarının sizi anlamayacağına inandığınız saklı duygularınız olabilir. Bu bazen karşılaştıkları herkese karşı doğal bir şüphe taşıyacak olan veya birilerine güvenmekte zorlanan bir insan diye tercüme edilebilir.

Göz Eğimi

Göz eğimi de önemli bilgileri açığa çıkartır. Bu özelliğin açısını dış köşelerin iç köşelerden daha yüksekte olup olmadığına bakarak belirlersiniz. Gözünüzün iç noktasından dış noktasına hayali bir doğru çizin. Çoğu insanda her iki nokta aynı düzeydedir. Eğer dış köşe daha yukarıdaysa (Şekil 64), bu genel bir iyimserliğin ve zekânın işaretidir. Aynı zamanda hırslı ve hatta fırsatçı bile olabilirsiniz zira zeyrek aklınız her durumda daha fazla olanaklar görebilir.



Şekil 64: Çekik gözler zeki ve olumlu bir karakteri ortaya koyar.

Eğer gözünüzün dış köşesi iç köşesinden daha aşağıdaysa (Şekil 65), bu çok müşfik bir mizacın işaretidir. Eğer bu tanıma uyarırsanız yumuşak yüreğiniz nedeniyle neredeyse istismar edilme riski taşırsınız. Bu gözler aynı zamanda karamsarlığa yatkınlığı ya da çok kolay pes etmenize neden olabilecek bir keder eğilimi gösterir.



Şekil 65: Düşük gözler müşfik fakat daha karamsar bir mizacı gösterir.

Başkalarını algılamamanızın ve her durumda nasıl davranacağınızın mükemmel göstergeleri olan gözkapaklarınıza bakmak suretiyle öğrenilecek birkaç şey daha vardır.

Gözkapağının alt çevresi başkalarına yaklaşımınızın ve tepkinizin aynasıdır. Eğer kıvrımlıysa (Şekil 66) insanların sizinle olan deneyimlerine büyük önem verirsiniz ayrıca yuvarlak bir yüz fazladan bir cana yakınlık ve inceliğin ifadesidir. Sizinle ilişkisi olanların olumlu sonuçlarla ayrılımlarını istersiniz ve tüm iletişimlerde amacınız iyiliktir.



Şekil 66: Kıvrımlı bir alt gözkapağı çevresi ilave samimiyeti ve cana yakınlığı gösterir.

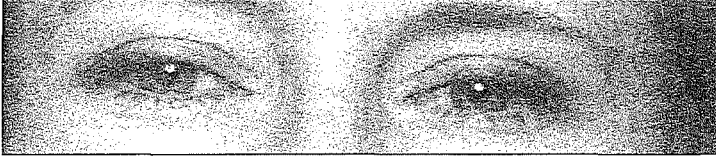
Eğer alt gözkapağı çevreniz düz bir çizgi halindeyse (Şekil 67), bir durumu büyük olasılıkla duyguların üzerinde bir mantık veya sağduyu vurgusuyla incellersiniz. Pazarlıklarda amacınıza ulaşmakta size yardımcı olacak olana odaklanma ihtiyacını gözden kaçırmaz ve ana noktayı aklınızdan çıkarmamaya çalışırsınız. Eğer bir projede gözkapaklarının alt çevresi düz birisiyle beraberseniz sonucun sizi nasıl etkileyeceğine pek aldırmadığının farkına varırsınız.



Şekil 67: Düz gözkapağı alt çevresi mantığın duyguya üstün gelen vurgusunu gösterir.

Eğer gözkapağınız irisin bir kısmını örtecek şekilde düşükse (Şekil 68), adil ve objektif olma eğilimi gösterir ve hep başkalarının bakış açılarını göz önünde bulundurursunuz. Ancak kendi duygularınız konusunda birazcık ketum davranabilirsiniz. Gerçek düşüncenizi paylaşmaya karar vermeden önce uzunca bir süre öl-

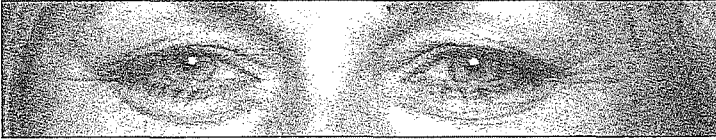
çüp biçebilirsiniz. Gözkapaklarınız bu kadar düşükse kendinizden söz etmeyi sevmiyorsunuz demektir ve çoğu insan içinizdeki gerçeği asla öğrenemeyebilir.



Şekil 68: İrisi kısmen örten üst gözkapığı ketum bir kişiliği gösterir.

Neşe Çizgileri

Pek çok insanda genellikle “kazayağı” denilen göz çevresi kırışıkları vardır (Şekil 69). Çin yüz okuma sanatında bunlara neşe çizgileri denir, gülümseme ve kahkahaların izlere neden olduğu muhteşem Ateş duygusunun sonucu olarak ortaya çıkarlar. Bunlar hepimizin kesinlikle olmasını istediğimiz kırışıklardır.



Şekil 69: Göz kenarlarındaki kırışıklıklara neşe çizgileri denir.

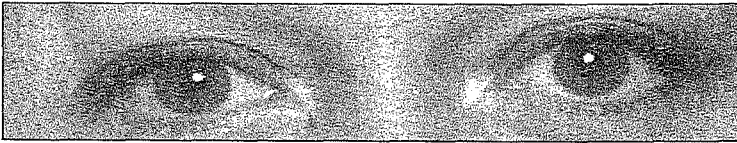
Genellikle, bu Öğeye sahip olanların yüzleri diğer insanların çoğundan daha çok ve daha önce kırışacaktır. Hızlı mizacınız çok kısa bir süre içinde pek çok duyguyu birden çabucak gözden geçirebilir! Ve Ateş iletişimiyle ilgili olduğu için bu duygular daha fazla mimik yaratacak ve bunlar da kırışıklıklara dönüşecektir. Ancak iyi haber, bu izlerin çoğunun heyecan ve neşeyle bağlantılı olmalarıdır. Gülümsemenin ve kahkahanın ve coşkunluğunuza iletirken yaptığınız abartılı mimiklerin sonucu olarak, gözlerinizin ve ağzınızın çevresindeki çizgiler olarak ortaya çıkacaklardır.

Gözakları

Aynada dosdoğru gözlerinizin içine bakarsanız gözakını -irisin iki yanındaki beyazlıkları- görürsünüz. Fakat bazı durumlarda irisin altında, üzerinde veya hem altında hem de üstünde beyazlık görebilirsiniz. Genellikle bunlar bu Ögedeki aşırı aktif sinir sistemine bağlı dengesizlik durumlarıdır. Ateş Ki'nizi sonuna kadar kullanmaktan ötürü aşırı stres yüklendiniz. Bu durumda tepkisel, aşırı duyarlı, alıngan ve hatta mantıksız olabilirsiniz. Bu genellikle gerilime, aşırı yorgunluğa veya hastalığa bağlı geçici bir durumdur. Bunu yüzünüzde görmek, yeniden dengeye oturmak için dinlenmeye ve yenilenmeye zaman ayırmanız gerektiğinin bir işaretidir.

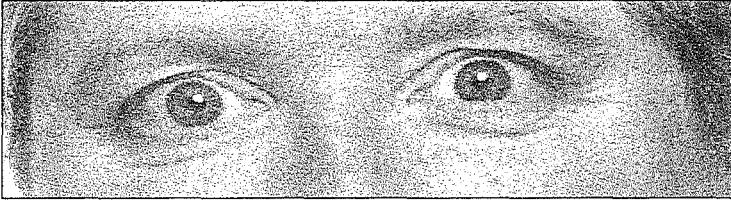
Japonya'da bu görüntüye "*sanpaku*" adı verilir ve birisinin ölüm tehlikesi içinde olduğunun bir işareti olarak kabul edilir; geleneksel Çin yüz okuması da bu inancı onaylar. Ancak bu doğru olsaydı danışanlarımdan çoğu şimdiye dek ölmüş olmalılardı! Beyaz kenarlı gözler aslında büyük stres altında olduğunuzu ve bu nedenle kazaya yatkın veya hastalığa açık olabileceğinizi gösterir ki bu da ölüm olasılığıyla bağlantıyı açıklayabilir. Ve uzun vadede, Ateşinizle bu şekilde geçinmeye çalışırsanız bu sizin tüm "jing"inizi -Su Ögesinde anlattığım enerji rezervinizi- yakabilir ve yaşamınızı kısaltabilir.

Gözlerinizin altındaki akların görünmesi (Şekil 70) baskının ve aşırı çalışmanın sonucu olabilen şu anki Ateş dengesizliğini gösterir. Bu aynı zamanda büyük kaygı ve hatta panik atakla sonuçlanan aşırı faal veya hiperaktif sinir sistemi anlamına da gelebilir. Eğer durum buysa, çok inciniyorsunuz demektir ve her şeyi kişisel alacak kadar çok stres altında kalıyor olabilirsiniz. Uç noktada, şiddetin kıyısında bile olabileceğinizin bile bir göstergesidir.



Şekil 70: Irislerin altında görünen aklar yüksek stres göstergesidir.

Gözlerinizin üstündeki aklar belirginse (Şekil 71), bir önceki sorunla aynı potansiyelde olup yakın bir tehlike taşımayan sürgit bir Ateş dengesizliğinden söz edilebilir. Bu daha ziyade sürekli huzursuzluğu gösteren kronik bir durumdur. Her ilişkinizde aşırı duyarlı olabilir ve her şeyi kişisel alabilirsiniz. Aynı zamanda aşırı sinirli, hatta isterik olmayı içerir veya uzun sürede daha ciddi duygusal bozuklukların gelişmesine işaret edebilir.



Şekil 71: Irislerin üzerinde görünen aklar kronik stres habercisidir.

11 Eylül 2001'den sonra gazetelerde teröristlerin fotoğrafları yayımlandığında bu etkinin nasıl kanıtlandığını görerek hayrete düştüm. Çoğunda aklar gözün üç tarafında da görülüyordu. Bu fotoğraflar o gün uçaklara binmeden önce çekilmemişti. Bunlar o trajik günden çok önce çekilmiş vize ve pasaport resimleriydi, ama yüksek stres düzeyini ve büyük olasılıkla ölme niyetlerini değilse de, isteklerini gösteriyordu. Tüyler ürperticiydi.

Eğer hem alttaki hem de üstteki aklar görünüyorsa -yani gözün etrafında çepeçevre akları görebiliyorsanız- bu ya deliliğin ya da dehanın işaretidir. Bu tam faaliyetteki Ateştir ve tükenişle sonuçlanmadan uzun süre korunamaz.

Birkaç yıl önce, aşırı strese girip nikâhtan hemen önce ortadan kaybolarak arkadaşlarına ve ailesine ıstırap çektiren, yerel otoritelere de sıkıntı veren "Kaçak Gelin" Jennifer Wilbanks hakkında pek çok haber çıkmıştı. Eve dönene kadar halk onun yüzünü hiç görmedi ama ben gözlerini gördüğüm anda nasıl bir strese maruz kaldığımı fark ettim. İrislerinin tüm çevresinde aklar göze çarpıyordu. Psikolojik destek alacağını bilmek insanın içine su serperken kızın iyileşmeye başladığının işaretlerinden biri gözlerindeki değişiklik olacaktı.

Halkın gözünde olanlar için, sanpaku işaretleri yakın bir suikast veya ölümcül bir kazanın olasılığı anlamını taşır. Abraham Lincoln ve John F. Kennedy'nin bunu gösteren resmi fotoğrafları mevcuttur. Anlatıldığına göre, Robert Kennedy, Martin Luther King, Jr., John Lennon, Prenses Diana ve John F. Kennedy, Jr.'ın ölmeden önce gözlerinin çevresi aklıydı. Ancak ben buna dair kanıtları görmedim.

Aşırı ve yaygın baskı altındaki liderin kazalara açık olabileceği mantığından ayrı olarak neden özel bir suikast riski taşıdığı üzerine de bir kuram vardır. Uğraştığı inanılmaz talepler ve sorumluluklar nedeniyle liderin sistemi strese girer ve zayıflar. Bu şekilde riske atıldığında tıpkı hayvanların vahşi doğada tehlike işaretlerini okudukları gibi halk da bilinçdışı olarak bunu onun yüzünden okur. Doğada, bir sürünün başı zayıf düşünce gözlerinde aynı emarelerin görüldüğü söylenir ve o zaman sürünün bir başka üyesinin saldırısına uğrayarak öldürülebilir. Bu kulağa feci gelse de aslında sürüyü korur çünkü hayatta kalabilmek için güçlü ve sağlıklı bir lidere gereksinimleri vardır. O halde akli dengesizliği olan şiddete yatkın, dürtülerini kontrol etmeden "hayvan beyni" ile hareket eden bir kişi, bir ünlünün çepeçevre belirgin gözaklarının görüntüsüne içgüdüsel olarak tepki vererek saldırabilir.

Ancak, normal bir yaşam süren birisi için bu yüz çizgisi sadece sağlığını ve yaşam tarzınızı yeniden dengelemeniz gerektiği anlamına gelir! Bir keresinde New York'ta verdiğim bir konferansın sonunda yaşlı bir Çinli kadın yanaklarından yaşlar süzülerek yanıma geldi. On yıl önce Çin mahallesindeki bir yüz okuyucuya gittiğini ve kendisine, ölmek üzere olduğu anlamına gelen, John F. Kennedy ile aynı gözlere sahip olduğunun söylendiğini anlattı. O andan beri ölmeyi bekleyerek sürekli korku içinde yaşamaktaydı. Hıçkırıklar arasında, bu duruma getirdiğim tanımlamanın her şeyi açıkladığını söyledi ve bunca yıldır taşıdığı o dehşet verici korkudan kurtulduğunu hissetti. Düşünebiliyor musunuz?!

Saç Tipleri

Saçlarınız kızılrsa ya da sıcak parlak dokunuşları olan bir kahverengiye sizde Ateş var demektir. Kıvrıcık saçlar da kişiliğinizde bu Ögenin var olduğu anlamına gelir; çok kıvrıcık demek istiyorum. Saçlarınız dalgalıysa, sizde Su Ögesi vardır. Ve evet, saçlarınızı boyamak veya kıvrıcıklaştırmak, diken diken veya aşırı saç modelleri seçmek mizacınıza daha fazla Ateş ekleyecektir. Ayrıca, saçların neredeyse içsel bir ateşle yanması gibi, kellik veya saçlarda seyrelme de bu Ögenin göstergesidir! Kafanızı kazıtmanız da mizacınıza Ateşi ekler.

Sivri Yüz Çizgileri

Ateş hareket ederken bir şeylerin kenarlarını hafifçe yakarak tütüsüler. Eğer sizde bu Öge varsa, yüz hatlarınızdan bir veya daha fazlasının ucu sivri veya tepelidir. Burada bir başka Ögeyi etkileyen Ateşin fazladan bir tesiri olacaktır. Örneğin, o vücut bölümünün kontrol ettiği herhangi bir başka duyguya kolayca heyecana kapılma niteliği eklenecektir.

— **Sivri kulaklar:** Çok yaygın değildirler, ancak böyle kulaklar aşırı veya istikrarsız duygulara yatkınlığı gösterirler. Kulaklar Su Ögesiyle bağlantılı oldukları için güçlendirilmiş duygu korku olacaktır. İlave olunan Ateş, korktuğunuz zaman Ateşli heyecanın etkisini duyumsayacaksınız anlamına gelebilir. Örneğin, kuruntu veya horlanma nedeniyle çok üzülerek veya akılsızca kararlar alarak bir şekilde aşırı tepki gösterebilirsiniz.

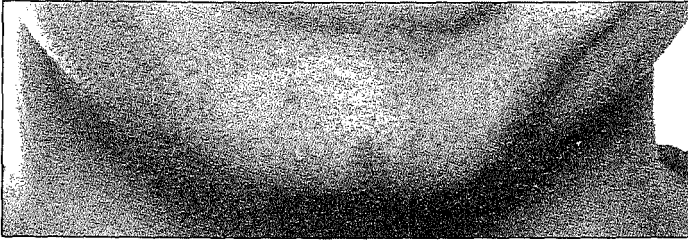
— **Sivri ağız köşeleri:** Bu özellik (Şekil 72) kişiliğinizde en fazla ilişkilerinizde ortaya çıkabilerek ilave bir parça Ateş olduğunu ortaya koyar. Ve sert hatlı olup olmadığına bakılmaksızın, eğer ağzınız hareket etmezken köşeleri yukarı doğru kıvrıksa, hepimizin kazanmaya çalışması gereken bir nitelik olarak, doğal bir olumlu bakış açısını ifade eder.



Şekil 72: Ağız köşelerinin sivri olması Ateş alametidir.

— **Çukur Çene:** Bu yüz hattından Su Ögesi bölümünde söz ettiysek de yarık veya ganzeli çene aslında bir Ateş alametidir zira hemen çenenin ucundadır (Şekil 73). Buna genellikle oyuncunun işareti denir. Birkaç farklı yoldan dışa vurabilen onaylanmaya ve takdir edilmeye güçlü bir gereksiniminiz vardır: Çok eğlenceli biri olarak herkesin çevrede olmasını istediği ve hatta “eğlencenin tadı” diyebilecekleri bir insan olabilirsiniz rahatlıkla. Ancak, dışadönük ve ilgi istiyor da olabilirsiniz. Herkesin sizden hoşlanmasını isteyen bir “hoşnut edici” de olabilirsiniz -ya da sadece çabalarınızın fark edilmesi yönünde güçlü bir arzunuz olabilir. Bu özelliğin dikkat çekmek için boş bir arzu olduğunu sakın sanmayın. Bu yaşamınızdaki gerçek bir ihtiyaçtır ve doyurulmadığında mutsuz olursunuz.

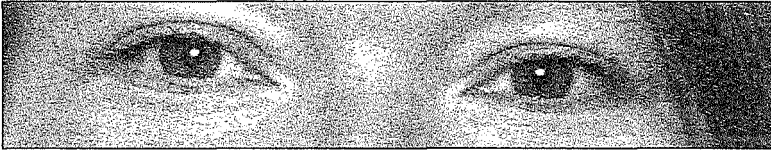
Halkın gözü önünde olan pek çok insanın yarık çenesi olduğunu görmek ilginçtir! Televizyon veya film izlerken, bu tanıma uyan aktörlerin çokluğunu fark edebilirsiniz. Ve hatta akşam haberlerinde, “sokaktaki adam”la söyleşinin sonuna gelindiğinde sanki hep bu özelliğe sahip bir tiple bitirirler. Ve işte gene, bizim hiçbir şey yapmamıza gerek olmadan enerjimiz dünyada doğal bir yoldan kendini gösterecektir.



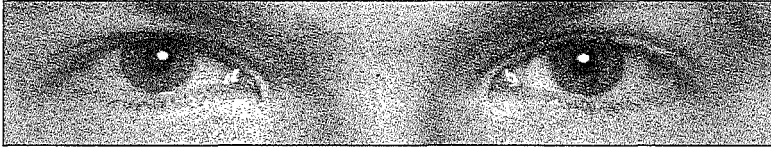
Şekil 73: Çukur çenenin oyuncunun kişiliğine işaret ettiği söylenir.

— **Sivri göz pınarları:** Bu da ek Ateşin işaretidir. Gözler özellikle iletişim stili ve yeteneğiyle bağlantılı oldukları için sizin diğerleriyle nasıl konuştuğunuzu ortaya koyarlar. İç kantus (iç köşeler) sivriyse (Şekil 74), karşılıklı konuşmalarınızda kesin ifadelisiniz demektir. Size “sivri dilli” de denebilir zira tahrike kapıldığınızda sözcüklerle sert ve ani çıkışlar yapar, duygularınızı sansürlemekte sorun yaşarsınız.

Eğer gözünüzün iç kantusu sadece sivri değil bir de pençe gibi aşağıya doğru kıvrıksa (Şekil 75), bu sivri dilin daha aşırı bir türüdür. Nadiren de olsa çok sinirli olduğunuzda sözlerle saldırma, sizi incitenleri vurmak için bilerek acıtıcı şeyler söyleme potansiyeliniz vardır.



Şekil 74: Sivri iç kantus “sivri dil”in göstergesidir.



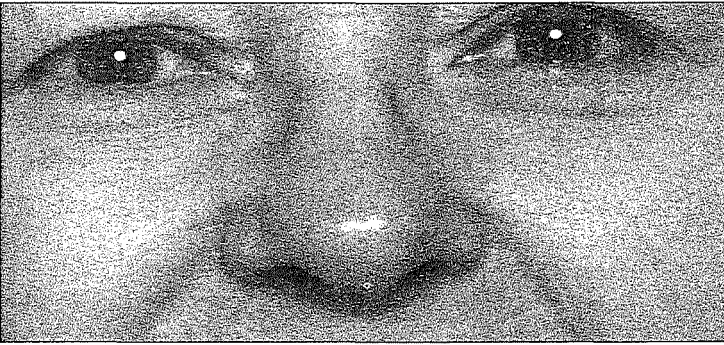
Şekil 75: Kanca görünümündeki iç kantus iletişimde hırçınlık olasılığını gösterir.

— **Sivri burun:** Burun ucunun sivri olması (Şekil 76) meraklı olma eğiliminizi temsil eder. “Nedenini bulmaya” bayılırsınız ve her şeyi ayrıntılı bir şekilde takip etmekle ilgilisinizdir. Bu aynı zamanda, başkalarına doğallıkla güvenme olasılığınızın hayli düşük olduğunun göstergesi olabilir.



Şekil 76: Burun ucunun sivriliği meraklı bir mizacı gösterir.

Yusyuvarlak bir burun ucu (Şekil 77) vücudun rahatına hizmet eden şeyleri özellikle sevdiğinizin işaretidir. Yemek yapmaktan, koleksiyonculuktan veya hoş bir ev yaratmanın hazzından zevk alırsınız.

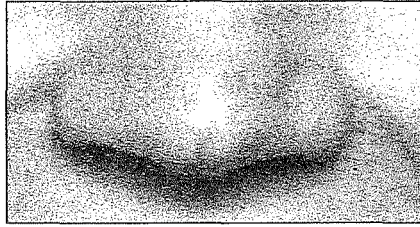


Şekil 77: Yuvarlak burun ucu hayatın zevklerinden keyif almayı yansıtır.

Burun ucu aynı zamanda duygusal incinirliğinizin düzeyini ayarladığınız yerdir. Çin tıbbında kalbi saran kalp dış zarıyla ilgili, “kalbin koruyucusu” adı verilen bir bölüm vardır. Bazen “mahremiyet kapısının” bekçisi adı verilen bu bölümün etkili işlevi duygusal merkezin incinmesini önlemektir. Sağlıklı bir koruyucu kapıyı sağlığınıza ve gelişmenize katkıda bulanacak faydalı dene-

yimlere açacak ama zararlı olanları eleyecektir. Eğer zayıflamışsa, fazlaca kırılğan olma riski daha çoktur.

Burnunuzun tam ucunda dikey bir çizgi görürseniz (Şekil 78), bu belki fazla açık yürekli olduğunuzu ve ilişkilerde daha kolay incindiğinizi (veya incinebileceğinizi) gösterir. Bu iz kısa süre içinde ortaya çıkarsa, duygusal olarak fazla korunmasız kalmış olduğunuzu veya yakın geçmişte kalbinizin kırılmış olduğunu belirtir.

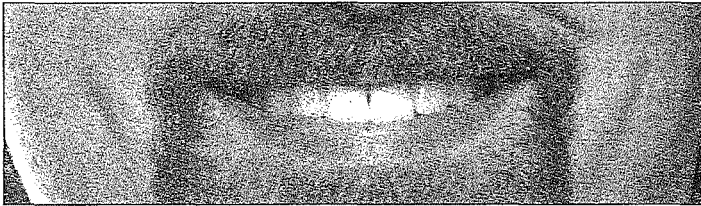


Şekil 78: Burnun ucundaki yarık duygusal incinirlik anlamına gelebilir.

Unutmayın ki yüz hatları fiziksel sağlığınızın da anlamlı bir göstergesi olabilir. Çin tıbbının kimi doktorları burun ucunun kalp sağlığını görebildiğiniz yer olduğunu söylerler. Şeklinde, renginde veya izlerinde herhangi ani bir değişim gelişmekte olan bir fiziksel dengesizliğin işaretidir.

Gamzeler

Son olarak, yanaklardaki gamzeler (Şekil 79) gene bir başka Ateş işaretidir ve fazladan bir doz sevimlilik ve cazibe anlamına gelir.



Şekil 79: Gamzeler Ateş işaretleridir.

Ateş: Siz Kimsiniz? İçinizde Nasıl bir Çağrı Duyuyorsunuz?

Siz kimsiniz ve aslında olduğunuz o kişiye nasıl âşık olabilirsiniz? Gerçek çağrınızın ortaya çıkması için yolu nasıl açabilirsiniz? Dünyadaki amacınızı ilan etmek için ilk önce Ateş özünüzün serpilmesine izin verin. Eğer Ögeniz buysa, gerçek doğanız içinde saf coşkuyu ve yaşama sevincini taşır. Yaşamınız boyunca arzunuz bu keyifli heyecan içinde diğerleriyle kaynaşmaktır; yaşama sebebiniz samimiyet ve kalp kalbe bağlantılardır. Bu yolla beslenmek için fırsatları kaçırmayın.

En büyük güçlerinizi kullanmanın yollarını bulun: parlak ruh haliniz, samimi bir ilişki için duyduğunuz arzu ve gerçek esin verme yeteneğiniz. Yükseldiğinde, enerjiyi bastırmayın. Onun yerine, kırılganlığınıza korkmayın ve onu kabul edin ve kalbinizi kırılmaktan koruyacak sezgiye sahip olduğunuzu bilin. Çeşitliliğin, değişimin ve o coşku akınının vücudunuzda yükselmesini sağlayan her neyse onun olduğu bir yaşam bahşedin kendinize. Ateş Ki'niz akarken yaşam dengesini bulacaktır ve siz en çılgın düşlerinizin ötesindeki yepyeni olanaklarla karşılaşabilirsiniz.



TOPRAK – BESLEMEK



Bu bölümde Toprak Ögesinin temel unsurlarını tanıtacağım. Siz de onları nasıl teşhis edeceğinizi öğreneceksiniz. İlk adım olarak işte size Toprak özelliklerinin bir hızlı başvuru listesi:

- **Enerjisi:** Aşağı doğru hareket, yerleşik, öğle sonrası, son yaz/ilk güz, orta yaş
- **Nitelikleri:** Verici, özen gösteren, yardımcı, diplomatik, sempatik, endişeli, kararsız, sabırlı, dost, düşünceli, hoşgörülü, çakılıp kalmış, saplanmış/hareketsiz, muhtaç, kendine acıyan, aşırı korumacı, diğerlerinin yaşamlarıyla çok ilgili, destekçi, iyi kalpli, mütevazı, bağımlı, aileye ve arkadaşlara odaklı
- **En önemli yüz hatları:** Ağız, alt yanaklar, burun kemeri, üst dudakın üzerindeki bölge, gözkapağı
- **İç organlar:** Mide, dalak, pankreas
- **Duyu organı:** Ağız

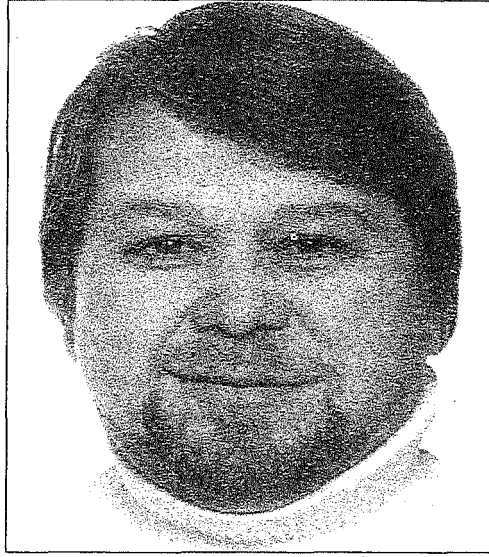
Aranması Gerekenler

Bu Öğenin yaşamınızda güçlü bir rol oynaması için aşağıdaki özelliklerin *tümüne* sahip olmanız gerekmez -bunlardan herhangi biri yaşamınızda Toprağın bir etmen olduğunu gösterecektir. Bu görüntülerden ne kadar çoğuna sahipseniz yaradılışınızda o kadar çok Toprak var demektir:

- Yuvarlak yüz
- Vücutta, özellikle de midede yuvarlaklık
- Diğer yüz hatlarına kıyasla geniş ve cömert bir ağız
- Dolgun dudaklar
- Dolgun ve/veya yumuşak bir yuvarlaklığı olan alt yanaklar
- Kadınlarda büyük göğüsler; erkeklerde geniş kaslar
- Kalın uyluklar
- Sarı tondaki cilt rengi



Şekil 80: Toprak Yüz



Şekil 81: Toprak Yüz

Toprak Ögesinin kişiliğinizin önemli bir parçası olup olmadığını nasıl anlarsınız? En güçlü özelliklerinize, yüzünüzde size en çok şey “söyleyen” özelliklere bakarsınız. Bu tür özelliklerin hepsine, hatta çoğuna bile sahip olmayabilirsiniz, ancak yuvarlak bir yüzünüz veya dolgun dudaklarınız varsa yapınızda bu Öge vardır. Güçlü Toprak yüz hatlarının ne kadar çoğuna sahipseniz, kişiliğinizde bu enerjiden o kadar çok var demektir.

Bu Ögeyi sergileyen ünlü yüzler arasında Renee Zellweger, Hillary Clinton, Oprah Winfrey, Rosie O'Donnell ve Dolly Parton (Toprak ve Ateş bir arada!) var.

Tipik bir Topraksanız dolgun yanaklarınız ve kilonuz ne olursa olsun, yuvarlak bir mideye meyliniz olabilir. Geniş kaslarınız ve özellikle bacaklarınızın alt bölümleri olmak üzere, kalın kol ve bacaklarınız olabilir. Yüzünüzün diğer hatlarıyla kıyaslandığında ağzınız geniş ve/veya dudaklarınız dolgun olabilir. Cildinizin hafif sarımsı bir tonu olabilir ama bir çırağın bunu saptaması kolay değildir. Eğer tüm bu niteliklere sahipseniz ki nadirdir, çok Topraksı bir kişi olduğunuzu anlayacaksınız!

Toprağın Kişiliği

Bu enerji hasat zamanıyla ilgilidir. Meyve olgunlaşmış, ağaçlardan düşmektedir ve doyasıya yemek ve vücudu beslemek zamanıdır. Az işin ve mücadelenin yapıldığı istikrarlı bir dönemdir ve konu, aile ve dostlarla bir araya gelinip yenip içilen ve keyif alınan çevreyle ilgilidir. Toprak öğle sonrasındır, öğle yemeğinden sonra ağırlığın bastığı, pek de çalışmak istemeden masanızda oturduğunuz bir zamandır. Orta yaştır, hedeflerinizin çoğuna ulaştığınız ve şimdi artık o kadar da güdülenmiş hissetmediğiniz bir dönemdir; dinlenmek için durmaktır, gıdayı mideye indirmek ve emeğinizin karşılığını özümsemektir.

Bu Öge, büyük gücü olağanüstü özeni ve verici yapısında olan Anne ilkörneği ile bağlantılıdır. Bu insanlar dünyadaki en iyi dostlardır çünkü size gerçekten önem verir ve her şekilde yanınızda olup yardım etmek isterler. Eğer bir Topraksanız, ilk düşünceniz *Nasıl yardım edebilirim?* olacaktır. Sempatik ve sevecen yapınız yaşamınıza giren herkese dostlukla yaklaşmanızı sağlar.

Bu Ögenin gücü ev, aile, rahatlık ve güvendedir. Bizi bağlantıların, oturmuşluğun ve yaşamımızda kucak dolusu sevgi vermemezi ve almamızı sağlayan keskin algının önemini anımsamaya çağırır.

Evinize geldikleri andan itibaren insanları yedirip içirmek istiyorsanız, kolaylıkla Toprak olarak tanımlanabilirsiniz. Eğer yemek istemezlerse sinirlenip tikler yapmaya başlayabilirsiniz. Bu Öge beslemek ve başkalarına bakmakla ilgilidir; verici olmaya ve insanlara yardım etmeye doğal bir ihtiyaç duyarsınız. Aynı şekilde, sizin için ilişkiler çok önemlidir, aile ve arkadaşlar yaşamınızın önemli bir parçasıdır. Fotoğraf albümünü yapan veya herkesin özel anları anısına defter tutan siz olursunuz.

Orta-batıda verdiğim bir konferansın sonunda yüz okuma tatbikatı için izleyicilerden birinin gönüllü olmasını istedim. Bir dolu el havaya kalkarken ben kolaylıkla öne gelebilecek, çok tatlı bir Toprak kadını olduğu anlaşılan birini seçtim. Yüzünde gözlemlediklerim konusunda konuşurken kadının giderek rahatsız olduğunu görebiliyordum. Böyle durumlarda kişinin, yabancı bir kalabalık karşısına çıkmaya gönüllü olduğunun farkına vardığın-

da ve hepsi gözlerini dikip ona baktığında, aniden çok mahcup olması olağandır! Ancak ben gene de duygularını incitmiş olabilecek patavatsız bir şey söyledim mi diye aceleyle zihnimi yokladım ve sadece hakkında söylediğim güzel şeylerle onu utandırdığım sonucuna varabildim.

O sırada gözle görülür biçimde kıvranıyordu ve sonunda el çantasına uzandı. Şaşırarak ona döndüğümde elime şekerlemeler tutuşturmaya başladı. Bu Toprak kadını gerçek yaradılışıyla hizalanarak beni beslemeye çalışıyordu!

Besleme dürtüsü iş dünyasına kadar da uzanır. Toprak gibi, siz de düşünceli ve işinizde özenlisinizdir ve yetenekleriniz konusunda mütevazı olmaya eğilimsinizdir. Ancak herhangi bir girişimin başarısı ya da başarısızlığı size bağlıdır. Bir keresinde, tamamen Ağaç Ögeli ve geçmişte hep parlak fikirlerle ortaya çıkmış olan Avrupa'nın en varlıklı iş adamlarından birisiyle özel bir danışma seansı yaptım. Yeni bir proje ortaya atar ve çarçabuk milyonlarca avro kazanırdı. Ama bir iki yıl sonra bir sonraki projesine doğru yelken açtığında bir önceki girişimi arkasından çökerdi. Adamın Ağaç enerjisi onu devam etmekten, yönetmekten ve uzun süreli planlamadan alıkoymuştu. Yüz okumayı kullanarak en yeni girişimini onun adına yönetmesi ve böylelikle işle ilgilenilmesi ve işin gelişmeyi sürdürmesi için bir Toprak insanını işe almasında ona yardımcı oldum.

İlişkilerinde güvenilir, anlayışlı ve hassas bir kişi olarak, yaşamınızda duygularında açık ve yanınızda olabilecek birilerine ihtiyacınız vardır zira sıkı bir ilişki sizi tatmin edecek olan tek bağlantıdır. Yalnız olmaktansa başkalarıyla olmayı yeğlersiniz ve tek başınıza olduğunuzda büyük olasılıkla bir arkadaşınızla bir dahaki sefere görüşme planları yapıyorsunuzdur. Bu tıpkı dillere pelesenk olmuş, kahvaltı bulaşığını yıkarken akşam yemeğine ne pişireceğine kafa yoran Annelik düşüncesine benzer.

Ancak her Ögenin kendine has zorlukları vardır ve sizinki de endişelenme eğiliminizdir. Kafası, kendine bağımlı olanların ihtiyaçlarını nasıl gidereceğiyle meşgul olan bir bakıcının enerjisidir bu. Fakat düşünce ve kaygılarla öyle dertlenebilirsiniz ki berrak düşünmek zordur. Toprak, vücutta mide ve sindirimle iliş-

kilidir. Endişenin zihinde iyi “sindirilmemiş” düşüncelerle ilgili bir yönü vardır. Düşünceleri işleyerek yola devam etmek yerine temcit pilavı gibi durmadan aynı şeyleri düşünür durursunuz!

Bu Öge ihtiyaç içinde olabilir ve hatta zamanla alıngan hale gelebilir ki bu olumsuz bir Anne ilkörneğidir: aşırı ilgili, ayrıntılarda takıntılı, vırvırcı veya her şeye burnunu sokan. Sevdiğiniz insanlarla fazla ilgili olduğunuz zaman tıpkı kendini yiyip bitiren bir anne gibi, onların yaşamlarına saplanıp kalabilirsiniz. Bu herkes için moral bozucu olabildiği gibi anlaşmazlıklar ve kırgınlıklar için nedenler de oluşturabilir. Bir ilişki bozulduğunda büyük olasılıkla bu sizin seçiminiz değildir ve işi oluruna bırakmakta zorlanabilirsiniz.

Toprak danışanlarımdan biri fazla üzerine düştüğü bir arkadaşını temelli kaybetti. Kendisiyle aynı hobileri olan mahallesindeki bir kadınla geliştirdiği ilişkiden etkilenmişti. Birlikte çok zaman geçirmeye başladılar, ama bu Toprak kadını için asla yeterli olmadı. Bağlılıklarını derinleştirme dürtüsünü kontrol edemeyerek yeni tanışının evine günün her saatinde, hatta davetsiz damlar oldu. Arkadaşı grip olduğunda danışanım onu beslemek hevesiyle, eliyle pişirdiği çorbayla kapıda biterdi, oysa kadın hastalandığında yalnız kalmayı isteyen tiplerdendi ve bu nedenle kapıyı açmayı reddetti! Bu durum danışanımı öyle üzdü ki kadını telefon yağmuruna tutarak nasıl hissettiğini ve ne zaman bir araya gelebileceklerini sorup durdu. Bardağı taşıran son damlaydı bu ve arkadaşısı ilişkilerinin bittiğini ilan etti. Toprak kadını suçluluk duygusuyla kendini tüketti. İşleri nasıl yeniden canlandırabileceği konusuna aylarca kafayı taktı.

Zorlukları Aşmak

Toprağı düşündüğünüzde gözünüzün önüne sağlam bir zemin veya bir dağ, bir sabitlik getirin. Bu Ögenin bir üyesi olarak değişim en sevdiğiniz şey değildir; onun yerine öngörülebilirliği seversiniz. Kariyerinizde örgüt yenilenmeleri veya taşınmadan en çok rahatsız olacak olan kişi sizsinizdir. Seyahat etmekten zevk

alabilirsiniz ama en iyi anılarınız kurulan yeni arkadaşlıklar ve gezerken yediğiniz yemekler etrafında döner. Ayrıca eve dönünce size gezinizi anımsatacak bir şeyler satın alıp onları evinizde teşhir etmeyi de unutmazsınız. Değişimden kaçınma eğiliminiz yüzünden diğer Ögelere kıyasla hayatta daha kolay çıkmaza girersiniz. Hareket etmemek Toprağın doğasıdır ve bir kez yerleştikten sonra yeniden bir başlangıç yapmak zor olabilir. Bu artık zevk almadığınız bir işe devam etmeyi, bir ilişkiyi uzun zaman sürdürmeyi veya değiştirmeniz gereken yaşam meseleleriyle uğraşmayı içerebilir.

En sevdiğiniz şeylerle sarılmış olmaya bayıldığınız için (ve muhtemelen bunlardan çok vardır!), dağınıklık sorunuz olabilir. Bu, özellikle ikinci el satışlara veya antikacı dükkânlarına gitmeye bayılan pek çok Toprak insanından biriyseniz, geçerlidir. Ancak, şu içinde yaşadığımız dağınıklıktan arınma modasına rağmen, arkadaşlarınızın bir çöp arabasını kapınızın önüne çekerek her şeyi boşaltıp temizlemeleri hiç tavsiye edilmez! İçinize kapanırsınız. Eşyalarınıza herhangi bir Ögeden çok daha fazla ihtiyacınız vardır, o nedenle sizin durumunuzda daha nazik bir el gereklidir. Ancak bir şeyler biriktirince kendinizi rahat hissedeceğinizden, evinizde yeterince ardiye yeri olmasına dikkat etmeniz önerilir.

Bir keresinde benim de fikir vermem için bir feng shui danışmanı olarak bir eve çağırılmıştım. Çok satan bir yazar olan bu çok Topraksı kadın bir arkadaşının önerdiği birisine evinde feng shui uygulatmış ve ne yapması gerektiği kendisine söylendiğinde öyle bozulmuş ki bir yanlışlık olmaması için verilen bilgiyi tekrar kontrol etmek için beni çağırmişti. Oturma odasına girdiğimde, daha önce gelen feng shui uzmanının feci bir sorun olduğunu açıkladığı odanın burası olduğunu bana asabi bir şekilde anlattı.

Etrafa bakındığımda aile, dost ve ziyaret ettiği yerlerin fotoğraflarıyla ilişkilerinin mihrabı olan bir rafın altındaki heybetli şöminenin karşısındaki büyük rahat koltuğunu ve ayak pufunu gördüm. Duvarlar kişisel kütüphanesine ait kitapların dizili olduğu raflarla kaplıydı.

Odayı hangi amaçla kullandığını sordum. Sesi duygu dolu, “Burası benim ibadethanem!” diye haykırdı. “Esinlenmem gerektiğinde buraya gelirim. Bu kitapların hepsi benim en sevdiğim yazarlara ait ve burada oturduğumda sanki bilgeliklerini emdiğimi duyumsarım.”

Oysa bir önceki danışman mekânın karışık olduğunu bildirek raflardakilerin en az üçte ikisinden kurtulması gerektiğini söylemiş. Bu fikir danışanıma çok büyük bir ameliyat gibi gelmişti; bana da öyle geldi! Kitaplar son derecede Topraksı bir doluluk ve bolluk duygusu verirken tıktık tıktık veya üst üste yığılı değillerdi. Aslında düzenlenmelerine katılan sevgi dolu özen hissediliyordu. İlk feng shui danışmanın, odayı gerçekten de çok kalabalık bulabilecek peşin hükümlü bir Ağaç olduğuna içimden bahse girdim! Kadına tek bir şeyi bile değiştirmemesi gerektiğini söyledim.

Ancak, mal birikiminin Toprak insanı için gene de ciddi bir sorun olabileceğine dikkat etmek önemlidir. Yaşamınızdaki duraganlık buna sebep olabilir ve bu da “saplanmışlığınızın” artmasına katkıda bulunur. Bu birikim aşırı endişeli olduğunuzun veya iyi düşünemediğinizin işareti olabildiği gibi, depresyon uyarısı da olabilir.

Toprağın, verimsiz çalışmaya yol açabilen yani, müşteriyle sohbete dalarak adamın arkasındaki uzun kuyrukta bekleyenlerin farkında olmayan market kasiyeri gibi, az öz ve hızlı olamamak “yığılmış” düşünceleri de vardır. Kafa karışıklığı ve kararsızlık sizin için çok önemli bir sorun olabilir. Öyle çok endişelenebilirsiniz ki aklınız karışır.

Son olarak, bir durumu net görmenizi zorlaştıran bir etmen de suçluluk olabilir. Daha önce anlattığım bozulan arkadaşlık öyküsünde gördüğünüz gibi, bu Ögenin enerjisi, büyük olasılıkla başkalarının duygularıyla fazlaca ilgili olacağınızı veya bir ilişkide yanlış yaptığınızı düşünerek kendinizi kötü hissedeceğinizi ifade eder. Zihniniz gevezeliklerle öyle dolar ki berraklığa yer yoktur ki bu da bir karara varmayı güçleştirir. Her halükarda, herhangi bir karar almak zorunda olmayı genellikle yeğlemezsiniz zira bu çoğu kez değişim demektir: Toprağın en az sevdiği şey!

Toprak Stili

— **Giyim:** Öncelik rahatlıktır ve bunu hep şıklığa yeğ tutarsınız. Bu nedenle, bol giysiler favoridir. Dar belli giysilerden kaçınırsınız çünkü bu Öge biraz göbekli olmanızda rol oynayabilir. Renkleriniz sarı, altın, pembe ve bej gibi sıcak toprak renkleridir. Bir arkadaşınızın armağanı olan bir kazağı ya da sizde hoş anıları olan bir tişörtü giymeye bayılırsınız. En çok da evde kadife sabahlığınız, tüylü terlikleriniz ya da rahat eşofmanınızla mutlu olursunuz. Büyük olasılıkla yuvarlak burunlu daha düz ayakkabıları tercih eder ve ne yapıp edip sivri topuklardan kaçınırsınız.

— **Ev:** En sevdiğiniz pozisyon oturmak olduğu için evinizde her şeye; kitaplara, uzaktan kumandaya ve bir tabak kurabiyeye (veya bira ve cipse!) kolayca uzanabileceğiniz en azından aşırı şişkin büyük bir koltuk veya kanepa bulunur böylece mümkün olduğunca hareket etmeden oturabilir ve ayağa kalkmak zorunda olmazsınız. Odanın küçük olmasına aldırmazsınız çünkü daha rahat ve sıcaktır. Toprak meskenleri çoğu kez kır tarzında veya kişisel anılar, koleksiyonlar ve özellikle aile fotoğrafları gibi birçok objenin sergilendiği evler olurlar. Bir duvarın veya masanın tamamıyla bir arkadaşın ve akrabanın fotoğraflarıyla kaplı olması sıra dışı değildir. Ön kapı ve verandada mevsimsel dekorasyonlar çok sevilir -bir aile yuvası duygusu uyandıran herhangi bir şey. El işleri için özel bir odanız bile olabilir ve hayatınızdaki insanlar için el yapımı armağanlar yaratmayı seversiniz.

Özel varlıklarınızı evin her tarafına dağıtmaktansa bazılarını gruplar halinde toplayacağınız alanlar bulmak yararlı olabilir. Böylece sahip olduklarınızla beslendiğinizi hissetmeyi sürdürebilirken bir yandan da gene bazı boş ve açık alanlar yaratabilirsiniz.

— **Hareket:** Eğer safi Topraksanız hiç hareket etmemekten müthiş memnuniyet duyarsınız! Bu seçenek olmadığında ise bir veya birkaç kişiyle yapılabilecek herhangi bir aktivite de iyi sonuç verir. Büyük olasılıkla çok çabayı veya dar ve kısa giysiler giymenizi gerektiren yerlerde durmazsınız. Toprak enerjisi uzmanlık gerektiren aletleri kullanmayı öğrenmekte insana hiç ko-

laylık sağlamaz. Arkadaşlarınızla gidebileceğiniz bir spor seansı harikadır ve bir arkadaşla yürümek, sağlıklı bir antrenman yaparken dostluk ihtiyacınızı da tatmin etmenin harika bir yoludur.

— **Meslek:** İyi bir iş arkadaşı olursunuz, ortaklıkta üstünsünüzdür ve tek başınıza olmaktansa bu şekilde çalışarak daha mutlu olursunuz. Projeleri ve kişileri desteklemekte becerili biri olarak anlayışlısınızdır. Ayrıntılarla da aranız iyidir; başkalarının başlattıklarını oturduğunuz yerden bitirebilirsiniz. Ağaç, başlattığı yeni fikirlerde yardımcı olmanız için sizi arayıp bulmalıdır!

Yaşamınızda ilişkiler çok önemli olduğundan, hoşgörölü ve diplomatik mizacınıza dayanarak, başkalarını kapsayan herhangi bir meslekte başarılı olursunuz. Öğretmenlik, müşteri ilişkileri, satış, yöneticilik, idari işler, takım çalışması ve diplomasi, hepsi sizin ustalıklarla yaptığınız işlerdir. İnsanlar doğallıkla size diğer herhangi bir Ögeden daha fazla güvenirler çünkü yüz hatlarınızı farkında olmadan okur ve yanınızda güvende olup gözetileceklerini bilirler. Yüzlerinde Toprak özellikleri varsa politikacılar başarılı olacaklardır.

Yukarıdaki betimlemede belki kendinizi ya da bir arkadaşınızı görmüş olabilirsiniz ve bu size yeni içgörüler ve farkındalıklar vermiş olabilir. Fakat bir miktar Toprak gördüğünüzü ancak bunun tümüyle sizi veya arkadaşınızı tanımlamadığını da duyumsayabilirsiniz. Unutmayın ki kişiliklerimizde bu beş Ögenin hepsinden birazcık varsa da genellikle biri veya ikisi vurgulanır. Hatta bazı insanların yüzleri Ögelerden dördünü birden güçlü bir şekilde vurgularken sadece bir tanesinde zayıftır. O halde kitabı okudukça içinizden kim olduğunuzu tümüyle kavramanızı sağlayan ikinci, üçüncü ve hatta dördüncü bir kategoriye belirleyebilirsiniz.

Fakat Toprak yüz hatlarının yüzünüzde vurgulanmadığını keşfetseniz de gene bir ağzınız, yanaklarınız ve benzerleri olacaktır! Bir sonraki bölümde bu yüz hatlarının her birini teker teker inceleyeceğiz ve Toprağın içsel kişiliğinizde kendini nasıl gösterdiğine dair anlattıklarını daha ayrıntılı bir şekilde öğreneceğiz.



TOPRAĞIN YÜZ HATLARINI OKUMAK



Daha önce bahsetmiş olduğum gibi, her Öge yüzün tümüne belirli bir görünüş vermenin yanı sıra özel bir takım yüz hatlarıyla da örtüşür. Bu bölümde, vücudun bu bölümlerinin her birindeki Toprak Ögesinin içyüzünü daha da fazla nasıl anlayacağınızı öğreneceksiniz.

Ağız

Ağız, Toprak enerjinizin miktarını en iyi gösteren yüz hattıdır ancak aynı zamanda yüzdeki okunacak en önemli bölümdür de, çünkü pek çok şeyden “konuşur.” Ağızınız ilişkilerde duygusal olarak ne kadar elde edilebilir olduğunuzu, ne kadar cömert olabildiğinizi ve “ev” ve yaşamınızdaki güven hakkındaki duygularınızı anlatır. Annenizle veya sizi büyötmüş olan kişiyle yaşadığınız deneyiminizi ve bir besleyen olarak sizin nasıl biri olduğunuzu yansıtabilir. Aynı zamanda sindirim sistemi sağlığını da başlıca göstergesidir.

Her zamanki gibi, ağzınızın büyüklüğünü, yüzünüzün diğer hatlarıyla kıyaslayarak belirlersiniz; birisinde büyük denilen diğeri için küçük olabilir. Fakat ölçebileceğiniz özel bir yöntem vardır: Göz irislerinin merkezinden aşağıya doğru iki hayali dikey çizgi çizin. Bu çizgiler ağız uçlarınızla kesişirse, ağzınız yüzünüz için normal bir ölçüdedir. Eğer bu çizgilerin ötesine taşarsa, büyüktür; bu sınırlara değmezse, küçüktür.

Geniş bir ağız (Şekil 82) genelde cömert bir insan olduğunuzu gösterir. İlişkiler sizin için önemli olduğu gibi, özel yaşamınızda, kariyerinizde veya her ikisinde de, bir şekilde iyi bir “merkez üs” belirlemek de öyledir.



Şekil 82: Geniş bir ağız ilişkilerin önemini yansıtır.

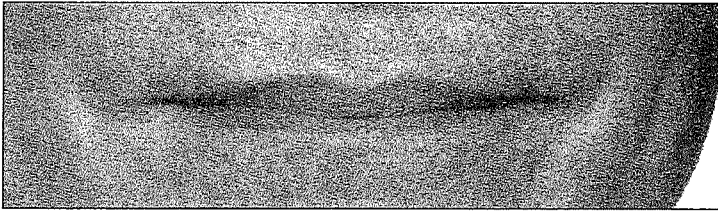
Küçük bir ağız (Şekil 83) tam tersi demek olabilir. Yüzde bu etkiyi azaltan başka yüz hatları olmadıkça, çok sayıda ilişkinizin olması konusunda daha az becerikli veya istekli olabilirsiniz. Küçük ağız genelde daha az güvende hissetmeyi de yansıtabilir. Çok küçük ağızlı insanların sabit evler ve uzun süreli ilişkiler kurma eğilimleri olduğunu sıklıkla keşfederim; sık sık taşınırlar. Özel bir insanla belirli bir yere yerleşmeye veya bir yer satın almaya ihtiyaç duymazlar. Ya da onlara gerçekten sığınak duygusu veren bir yöre veya bir ilişkiyi asla bulamayarak yaşam boyu doyumsuzluk veya moral bozukluğu çekerler.



Şekil 83: Küçük bir ağız çok sayıda ilişkiye ihtiyaç duyulmadığını gösterebilir.

Dudaklar başka bilgiler de verirler. Hem alt hem de üst dudak dolgunsa, duygusal, hislerini ifade eden bir kişisiniz demektir. Dolgun dudakların özellikle kadınlardaki stereotipi, o kişinin çok seksi olduğu yönündedir oysa aslında her iki cins için de durum bu değildir. Bunun anlamı bir bedeniniz olmasından hoşlanmanızın pek çok yolu olduğu, seksin ise bunlardan sadece biri olduğudur. Aslında bu, hayatta keyif aldığınız pek çok şeyi kolayca bulabileceğiniz için asıl zevk kaynağınız olarak sekse daha az odaklı olabileceğinizin işaretidir.

Eğer üst dudığınız alt dudığınızdan iyice kalınsa (Şekil 84), bu gene cömertliği ve duygusal bir mizacı gösterir, ama eklenen niteliklerden biri yoğun duygusal deneyimler yaşama arzusudur. Yaşamımızda yeterince dramatik olay yoksa siz yaratırsınız!



Şekil 84: Kalın üst dudak yoğun deneyimlere duyulan arzuyu gösterir.

Eğer kalın bir alt dudağa sahipseniz (Şekil 85), rahatlık ve şımartılacağınız bir aşk ararsınız. Yiyeceğe, sekse ya da yaşamın bir başka hazzına aşırı düşkün olmaya yatkın olabilirsiniz.

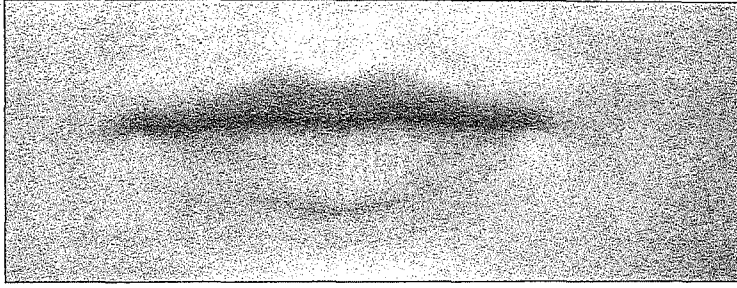


Şekil 85: Daha kalın bir alt dudak aşırı düşkünlük potansiyelini gösterir.

Sarkık veya gevşek görünümlü bir alt dudak zayıf bir iradeyi gösterebilir. Bu çok çeşitli yollardan ortaya çıkabilir -örneğin, çok konuşmak, düşünmeden konuşmak veya hedonistik davranışa varıracak kadar genel bir disiplin yoksunluğu. Ancak bir yüz hattının duygusal veya fiziksel konuları ya da her ikisini birden yansıtabildiğini anımsamak önemlidir. Bu tür bir yüz çizgisi duygusal olarak iradesizliği değil de, alt bağırsaklardaki bir sindirim sorununun varlığını ortaya çıkartabilir; ya da bir kişide bu sorunların *her ikisinin* de olduğuna işaret edebilir.

Geniş bir ağızdaki ince dudaklar maddi şeylerde cömert olabileceğinizi ama belki de duygusal olarak o kadar erişilebilir olmadığınızı gösterir; geniş bir ağızdaki kalın dudaklar pek çok yönden çok cömert olduğunuzun işaretidir.

Dolgun dudaklı küçük ağza Aşk Tanrısının Yayı denir (Şekil 86). Böyle bir ağzınız varsa bazen size rahatına düşkün denebilir. İstedığınızı elde etmediğinizde dudaklarınızı şişirerek diğerlerini manipüle etme potansiyelinizi hiç kullanmayabilirsiniz, oysa isterseniz bunu büyük bir avantaj olarak kullanabilirsiniz. Genelde, sevdiklerinize karşı memnuniyetle verici olabilirsiniz ama sizin için, aldığınız armağanlar da önemlidir.



Şekil 86: Aşk Tanrısının Yayı rahatına düşkünlüğün ifadesidir.

Normal ölçülerdeki bir ağızda ince dudaklara sahipseniz duygularınızı pek göstermeyebilir ve büyük olasılıkla yaşamın duygusal yanına öncelik vermezsiniz. Ancak bu özellik gerginliği ve stresi içinize attığınızın da bir göstergesi olabilir. Yaşlandıkça dudaklarınızdaki doğal kolajenin bir kısmını kaybederken, strese bağlı olarak onları sıktığınız için dudaklarınızın incelebildiği de doğrudur. Bu durum özellikle A tipi kişilikte yaygındır. Sonuç olarak aynı anlamı taşır: Stresli olduğunuzdan arkadaşlarınız tarafından duygusal olarak erişilebilir olma ihtimaliniz daha düşüktür.

İnce dudaklı çok küçük bir ağız birçok zeminde kendini güvende hissetmemenin işaretidir. Ağız özen göstermekle, besleyip büyütmeyle ve güvenli bir yuvayla ilgilidir. Size özen gösterileceğini hissetmediğinizde, başkalarına karşı verici olmanın da güvenli olmadığını düşünebilirsiniz. Eğer hiç kimse size karşı duyarlı ve özverili olmadıysa, cömertliğin enerjisine nasıl erişeceğinizi dahi bilemeyebilirsiniz. Bu önermeyi başkasına sunmadan önce büyük bir ilgi gereksinimi duyabilirsiniz. Duygusal olarak mesafeli annelerine; yaşamda kendilerini güvende hissetmediklerine; sabit, uzun süreli bir evlerinin asla olmadığına ilişkin benzer öyküler anlatan çok sayıda aşırı küçük ağızlı danışanım oldu. Bu özellik, kendini bu tür ağızlarda gösteren, önemli bir Toprak yetersizliğidir.

Toprağınızın nasıl tükenmiş olabileceğini ağızınıza bakarak okuyabilirsiniz. Sonuçta, Toprak, vermekle ve özen göstermekle

ilgilidir ve bu da harika bir şeydir. Fakat siz kendiniz yeterince beslenmeden her şeye yetişmeye kalkarsanız duygusal ve/veya fiziksel olarak tükenirsiniz.

Ağız çevresindeki herhangi bir iz, renk değişikliği veya çizik, yetersiz Toprak enerjisinin işareti olabilir. Öğrencilerimden biri çok sayıdaki personeliyle, kendi işini yöneten ve çok yoğun çalışan dört çocuklu bekâr bir anneydi. Ağzının etrafında ergenlik yıllarından kalma sivilce izleri vardı ve bu konuda hep çok sıkılgandı. Dengeli olmaya dikkat etmediği takdirde ki etmiyordu, sonunda onu yıpratmaya mahkûm olan olağanüstü verici olmanın yaşam boyu örneğinin bir iziydi bu. O güne gelindiğinde “eğlen-ce yok, hep iş” düsturunun bedelini gerçekten ödüyordu; kendini bitap ve çökmüş hissetti. Bir hevesle, harika bir inziva merkezin-de ruhsal gelişim atölyesine yazıldı. Daha önce böyle bir kursa katılmamış biri olarak personeline “bir haftalığına Venüs’e gidiyorum!” diye espri yaptı.

İşten kaçabilmek için peşinen öyle çok çalışmak zorunda kalmıştı ki, kendini hasta etti. Vardığında ateşliydi ve buradaki tüm zamanını yatakta geçirmek zorunda kalacağından korktu. Fakat kısmen kendi azmı, kısmen de atölyenin şifa veren doğası nedeniyle, ertesi gün ateşi düştü ve hafta sonu geldiğinde sağlık ve canlılıkla ışıyordu. Ama en önemlisi kendisine bakma gereksinimini ve vericiliğini dengelemeyi yeniden keşfetmiş olmasıydı.

Bu deneyimden iki hafta sonra bir hikâye anlatmak için beni aradı:

Eve geri dönüşümde çocuklarım beni havaalanında karşıladılar; dönüşümü kutlamak için akşam yemeğine, oradan da sinemaya gittik. Gece boyunca en büyük oğlumu defalarca dikkatle bana bakarken yakaladım. Sonunda ona nedenini sordum.

Şaşırdı ve hiçbir nedeni olmadığını söylerken kekeleydi; sadece bir süredir beni görmemişti. Ama bakmayı sürdürdü ve akşam yatmaya giderken bana dönüp baklayı ağzından çıkardı, “Anne? Sana bir soru sorabilir miyim?”

“Elbette. Nedir?”

“Ama bana doğruyu söyleyecek misin?” diye ısrar etti.

“Elbette, kesinlikle tatlım!” diye ona güvence verdim.

Ne düşündüğü hakkında hiçbir fikrim yoktu.

“Atölyeye gitmedin, değil mi?” diye sordu.

“Tabii ki gittim! Sen neden söz ediyorsun?”

“Estetik ameliyat oldun, değil mi? Bütün çizgilerin yok olmuş.”

Hemen aynaya koştum. Ve gerçekten de, ağzım normal görünüyordu -izleri neredeyse göremiyordum.

Bir hafta içinde görüntüsü temelinden değişmişti. Yüzünüz iç dünyanın bir aynasıdır. İçinizden değiştiğinizde yüzünüz de evrim geçirir. Bir değişim işte bu kadar çabuk olabilir, içiniz dışınıza yansır. Eğer öğrencim gerçekten bir estetik ameliyat geçirmiş ama bir iç dönüşüm yaşamamış olsaydı, yüzündeki izler geçmiş olabilir ancak kısa sürede yerlerini yenileri alırdı.

Üst Gözkapığı

Çinliler üst gözkapığı bölgesine bazen “Varlıklar” adını verirler, zira bu bölge bir tür birikim oluşturan meseleleri gösterir. Meseleler olumlu veya olumsuz olabilir. Dolgun ya da biraz şişkin gözkapakları (Şekil 87) tasarruf etmekte veya yatırım yapmakta iyi olduğunuzu gösterir, fakat şişkinlik çoksa gereğinden fazla Toprak anlamına gelir ve durgunluğa işaret edebilir. Kilo almak, vücuttaki durgun qi ya da genel bir “saplanmışlık” olarak kendini belli edebilir.

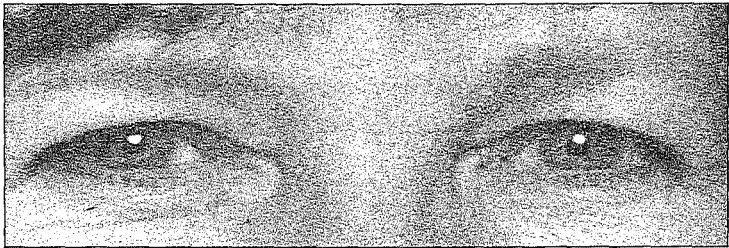


Şekil 87: Şişkin gözkapakları yatırım veya tasarruf yeteneğini gösterir.

Burun Kemeri

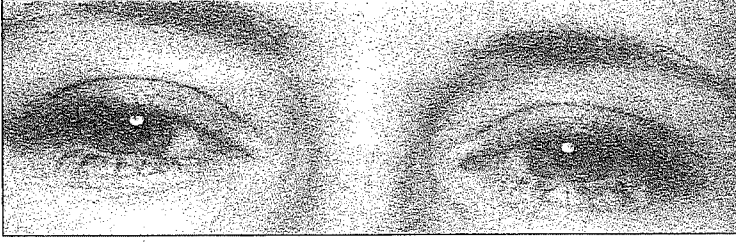
Burunuzun üstünde, gözlerinizin arasındaki bölge de göze çarpan bir Toprak özelliğidir. Bu yüzünüzdeki ikinci Varsıllık Deposudur. (Birincisi kulakmemeleridir.) Yüzün bu bölgesi paranın yaşamınıza ne kolaylıkla girdiğini gösterir -örneğin, geniş bir kemer (Şekil 88) çok miktarda paranın girmesini sağlar!

Ancak, aslında burada işaret edilen paranın sadece bir yönünü temsil ettiği, daha büyük bir resimdir. Gerçekte, enerjinin nasıl aktığını gösterir. Alan genişse doğal olarak oradan daha fazla yaşam gücü geçecek ve böylece siz de daha uzun ve daha çok çalışabileceksiniz ki bu da daha fazla parayla sonuçlanır.



Şekil 88: Enli bir burun kemeri bol miktarda enerjinin içeri girdiğini gösterir.

Dar olan kemer (Şekil 89) akışın daha az güçlü olacağı anlamına gelir. Genelde kazanç daha yavaştır ya da elde etmek daha fazla çalışmayı gerektirir. Eğer böyle bir görüntünüz varsa, enerjinizi korumak için daha dikkatli olmalı ve kendinizi geliştirmek için bol zaman ayırmayı unutmamalısınız.



Şekil 89: Burun kemerinin dar olması daha az bir enerji miktarını gösterir.

Burun kemeri boyunca yatay bir çizgi görmek olağandır (Şekil 90). Bu çizgi genellikle 40'lı yaşlarda yaşamınızda önemli bir değişiklik yaptığınız veya yapacağınızın bir işaretidir. Bu bazen bir boşanma, bir iş değişikliği ya da yaşam tarzınızda önemli bir değişimi harekete geçiren bir orta yaş krizi olabilir.

Bir Toprak özelliği olarak burun kemeriniz kendinize verdiğiniz önemin düzeyini de yansıtır. Aşırı vericiyseniz veya karşılığını yeterince almıyorsanız, enerjiniz azalacaktır. Yüzdeki erken uyarı işaretleri küçük kırışıklıklar veya renk değişimi şeklindedir; Toprak dengesizliği kendini ağızda göstermeden önce burada ortaya çıkacaktır.

Bununla birlikte, yüzün bu bölümü aynı zamanda sağlık sorunlarını da gösterebilir. Bu bölgede çizgiler, renk değişimleri veya izler ortaya çıkarsa, bu bir sindirim sorunu anlamına da gelebilir. Ve burun kemerleri boyunca mavi bir çizgisi olan bebeklerin yiyecek alerjileri olabileceği söylenir.



Şekil 90: Burun kemeri boyunca uzanan yatay bir çizgi genellikle kırk yaş civarındaki bir değişim anlamına gelir.

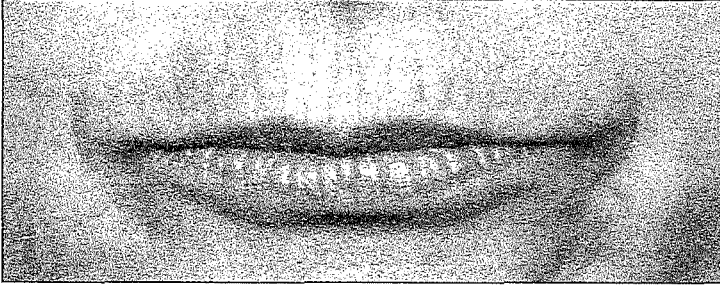
Üst Dudağın üzerindeki Bölge (Filtrumun Her İki Tarafı)

Ağız ve çevresi beslenmeye, hayatta verip almaya ve bu anlamdaki beklentileriniz ve düş kırıklıklarınıza dair herhangi bir sorunu gösterir. Bunlar birçok insan ve özellikle de kadınlar için zor konulardır. Kültürümüzde, Toprak Ögesinin doğal bir parçası olsalar da olmasalar da kızların çoğu erken yaşlarda bu Ögenin “annelik” gücünü öğrenmek üzere toplum kurallarına uyarlar -bakım işlerini yapanlar olarak diğer herkesin gereksinimlerinin farkında olup kendilerini en sona koyarlar. Eş ve anne olan kadınlar bu konuma derinlemesine dalarken bekâr veya çocuksuz kalmayı seçenlere bile daha baştan başkalarına özen göstermeye odaklanmaları öğretilir. Bu durum Toprak dengesizliği riski yaratır. Herhangi biri fazlasıyla verici olma düzenini benimsemişse ve kendi ihtiyaçlarına yeterli özeni göstermiyorsa, işler şirazesinden çıkar.

Eğer etrafınıza çok verici davrandığınızı ama karşılığında sizi umursayan yeterli bir enerji almadığınızı veya başkalarıyla ilgilenmek zorunda kalarak yaşamdan beklediklerinizi yeterince alamadığınızı hissederseniz, bu deneyime ilişkin olumsuz duygular gütmeye başlayabilirsiniz. Hal buysa, üst dudak bölgenizde izler veya rengi değişen bölgeler belirebilir. Eğer bu durumu uzun bir süre korur veya büyütürseniz, duygularınız basit bir düş kırıklığı veya mutsuzluktan belirli bir düzeyde kırgınlığa ve acılığa dönüşür. Bunun en yaygın göstergesi üst dudak bölgenizdeki bir dizi minik dikey çizgidir (Şekil 91). Kırışıklıklar, “başkalarının güdümünde” fazlaca kalmış veya yaşamınızdaki insanların ihtiyacınız olanı size vermediklerini hissetmiş olabildiğinizin işaretidir.

Düş kırıklığına uğradığınızda farkında olmadan ancak fark edilebilir kas hareketleriyle ağzınızı büzer veya somurtma ifadesi takınırınız. Eğer böyle bir duygu örüntüsü içinde kalmayı sürdürürseniz, bu belli belirsiz hareketi zaman içinde binlerce anda yinelemek er geç yüzünüzün bu bölümüne dikey çizgiler kazır. Bunlar vücutta tutulan düş kırıklığının, kırgınlığın ve hatta acılığın işaretleridir. Verdiğiniz sevginin aynısını almak isteyerek, umutla veriyordunuz. Farkında olmadan, kurallara uyanın siz olduğunuzu ve sizden bekleneni yaptığınızı fakat sonunda sadece

enerjinizi harcamakla kalıp karşılığında yeterince ilgi veya teşekkür almadığınızı hissedebilirsiniz.



Şekil 91: Üst dudağın üzerindeki dikey çizgiler bir Toprak eksikliğini gösterir.

Aşırı vericiliğin yanı sıra bir başka yaygın Toprak alışkanlığı da neye gereksinim duyduğunuzu veya ne istediğinizi diğerlerine söylememektir. Anımsayacağınız gibi bu Öge, ailesinden çok fazla kişisel talepleri olmayan Anne ilkörneğini temsil eder. Bu nedenle, herkesin ihtiyaçlarını kolayca sezinler, ancak onların da bunun karşılığını doğal olarak vereceklerini bekleme eğilimindedir. Oysa aile fertleri genellikle Anneyi kendilerine verilmiş bir hak gibi görürler ve karşılığında aynı şekilde özenli değildirler.

O halde, eğer sizde de bu çizgiler varsa ve yaşamınız boyunca insanlardan ihtiyacınız olanı alamadığınızı düşünüyorsanız, ne istediğinizi anlamalarına siz olanak vermiyor olabilirsiniz. Belki de bunun gün gibi açık olacağını sessizce ummaktasınız. Ne yazık ki hayat (veya ilişkiler) genellikle böyle işlemez. İhtiyaçlarınızın bilinmesi için duruma bir açıklık getirmeniz gerekebilir. Siz de bir yandan arkadaşlarınızın ve ailenizin sizin için çabalamakta olduklarını görmeye çalışabilirsiniz. Bazen kendi beklentilerinize veya düş kırıklıklarınıza öylesine odaklanmış olabilirsiniz ki onların size çeşitli yollardan göstermeye çalıştıkları sevgiyi gözden kaçırma riskine girersiniz.

Yaşamdan istediklerinizi almıyorsanız bu boşluğun doldurulmasını siz kendiniz sağlamalısınız! Kendi kendini beslemek ve geliştirmek, öğrenilecek önemli bir niteliktir, zira bir kez kendinize sevgi gösterebildiğinizde diğerlerinden beklentiniz daha az

olur. Kırgın veya müskülpesent davranışlar uçar gider, dikey çizgiler de hafifleyebilir.

Eğer sigara içiyorsanız, çizgilerin bu alışkanlık nedeniyle oluştuğunu düşünebilirsiniz ki olabilir, ancak temelinde yatan gene bir Toprak dengesizliğidir. Sigara içmek aslında Beş Öge döngüsünde Toprağı besleyen Ateşle ilintilidir. Böylece, eğer sigara içiyorsanız farkında olmadan yaşamınıza daha fazla Ateş Ki'si getirmeye çalışıyor ve bilahare Toprağınızı yükseltiyor olabilirsiniz. Ek olarak, dumanı ağzınıza doldurmak yemek yemeğe benzeyen bir harekettir -yani Topraksı bir eylem- ve hatta bu alışkanlıkta esas olan içe çekme hareketi Toprağın özünü, annenin göğsünden süt emen bebeği çağırıştırır.

Öğrendiğiniz gibi, bu Öge vermekle ilgilidir ancak aynı zamanda çabuk kavrama ve sevecenlik hakkındadır; buna göre poh-pohlanmak, şefkat görmek ve rahatlık merkezli eylemler enerjisini tazeleyebilir. Bu anlamda ne istediğinize kendiniz karar vermeli-siniz. Bu bir kaplıcada geçirilecek, her türlü ihtiyacınızın karşılandığı tek bir gün, sevdiğiniz arkadaşlarınızla dışarıda yenen akşam yemekleri ya da sadece kitap okuyarak geçirilecek biraz daha fazla zaman olabilir.

Gerçi, bir Toprak eksikliği çok daha derinlere gidebilir. Annenizle veya yaşamınızda o rolü dolduran kişiyle olan zor ilişkinizden kaynaklanmış olabilir. Ya da annenizi erken yaşta kaybetmiş olmanız, dengesiz bir evde geçirilen çocukluk veya uzun süreli bir ilişkide yaşanan mutsuzluk olabilir. Ancak bu durumlarda bile aynı ilke geçerlidir: Sevecenlik, kavrama gücü, şefkat ve kendini ve diğerlerini olduğu gibi kabul etmek, Toprak sorunlarını çözümlemekte çok yararlı olabilir. İhtiyacınız olan şeyi kendinize vermeye başlayın, sonucunu ağzınızda... ve yaşamınızda göreceksiniz.

Ek olarak, yüzünüzdeki bu bölümün aynı zamanda sindirimle ilgili sorunlara, özellikle mide bölgesinde olanlara dikkat çektiğini de anımsayın. Her zamanki gibi, her çizimin duygusal veya fiziksel sıkıntıları ya da her ikisini birden gösterebildiğini aklınızdan çıkarmayın.

Daha önce tartışıldığı gibi, ağzınız aynı zamanda 50'li on yılınızın nasıl olacağının bir göstergesidir. Bu genellikle izlerin or-

taya çıkacağı bir dönemdir ve temsil ettikleri sorunların yaşamınıza müdahale etmeye başladıkları bir zamandır. Yüzünüzün karışlaştığınız herkese bilgi verdiğinin farkında olmak da önemlidir. Üst dudağınızda kırgınlık çizgileri veya aşağı dönük bir ağzınız (Şekil 92) varsa, dünyaya “Düş kırıklığına uğratıldım ve bunun gene olacağından eminim!” diye ilan ediyorsunuz demektir. Yaşam da muhtemelen buna mecbur kalacaktır.



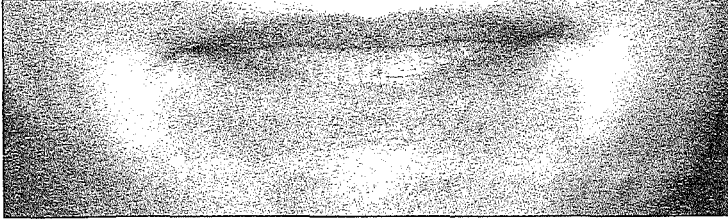
Şekil 92: Aşağı dönük bir ağız yığılan olumsuz duyguları açığa çıkartır.

Eğer yüzünüz bu tür eğilimler gösterirse, vermeyi ve almayı ilgilendiren sorunlar konusunda kendi kendinizi incelemeniz şart olur. Ağzınızın şu anda nasıl görüldüğüne dikkat etmek ve tıpkı araba sürerken dikiz aynasını kontrol eder gibi, gün boyu onu izlemeyi sürdürmek de faydalı olabilir. O bölgede kaç kez gerginlik hissettiğinizi görüp şaşıracaksınız. Kasları bilinçli olarak gevşetin ve sonra kendinize küçük bir gülümseme armağan edin. Zaman içinde bu bölgede düzeltmeler yapmaya giderek daha az ihtiyaç duyacaksınız.

Ağza yakın Alt Yanaklar

Ağzın hemen yanındaki dolgun alt yanak bölgesine “para keseleri” denir. Bunlar yüzdeki üçüncü ve en önemli Varsıllık Deposudur (Şekil 93); bunlar varsıllığı elde edebileceğinizin ve devam ettirebileceğinizin işareti olarak kabul edilirler. Bu torbaların para elinize daha geçmeden oluştuğu söylenir, o halde, bu tanıma uyuyorsanız doğru yoldasınız demektir! Ancak, tabii ki bu bölge sade-

ce mali meselelerle bağlantılı değildir. Esas olarak, size destek olabilen fazla Ki birikimi yani ekstra enerjiniz olduğu anlamı taşır.



Şekil 93: Alt yanaklardaki dolgun “para keseleri” enerji rezervlerini gösterir.

Etli alt çeneler harika bir Toprak özelliği olan iyi yaşama yeteneğinin ve ondan keyif almanın işaretidir. Eğer yüzünüzde bu hatlar varsa, yaşamın bütün zevklerine açık olmanın yollarını bilir ve onları kimi diğerlerinden daha çok takdir edersiniz. Tatmin-kâr bir ömrün bir parçası olarak, yakın ilişkiler kurmak da sizin için önemli olacaktır, büyük olasılıkla. Yöneticilik dahil, başkalarıyla çalışmayı içeren işlerde ilerleyeceksiniz, çünkü insanlar sizin sıcak, ilgili mizacınızı sezinleyecek ve istediklerinizi yapmaktan mutlu olacaklar. Böyle yanakları olan bir yüze herkes binçaltının etkisiyle olumlu bir şekilde tepki verecektir.

Dolgun ama sarkık ya da yumuşak ve gevşek para keseleri Toprağınızın tükendiği manasına gelebilir. Öyle verici hale gelmiş olabilirsiniz ki gücünüzün çoğunu harcadığınız bir düzen geliştirmişsinizdir. Ne yazık ki, bu düzene saplanıp kaldıysanız, akla gelen çözümler sadece hep daha fazla vermekle ilgili olabilir.

Küçük bir apartman katında tek başına yaşayan altmışlı yaşlarının sonundaki bir danışanımın bunun gibi yüz hatları vardı. Evli olan oğlu mülti-milyon dolarlık bir işin sahibiydi; çoğu zamanını alışveriş yaparak ve evlerini yeniden dekore ederek geçirmeyi seçen karısı, çalışmıyordu. Danışanım oğlunun yanında ofis yöneticisi olarak çalıştı ve sık sık sabah yediden akşam yediye kadar ofiste kaldı fakat hiç maaş almadı. Her gün oğlunun yemeğini hazırlarken onun 3.300 dolarlık ev kredisini de kuruşuna kadar ödüyordu. Bir yüz okuması için bana gelmiş olma nedeni oğluna

yeterince yardım edemediği için duyduğu suçluluk hissiydi! Oğlunu desteklemesi için birlikte belki daha iyi yollar buluruz da böylece nihayet mutlu olur diye umut ediyordu. Bu öykü, Toprak'ın iyice dengeden çıktığı, vere vere, enerjiyi yeniden düzene koymadan verecek başka hiçbir şeyin kalmadığı hale bir örnektir.

Toprak, vermek kadar almaya da daırdır. Bu Ögenin mutlu olması için başkalarına bakmaya gereksinimi vardır, ama bu enerjiye sahip herkes için ortak bir ders, kollarını açarak başkalarına bahsetmekte usta oldukları samimi sevginin aynısını kabul etmektir.

Kimilerinden daha fazla saplanmışlık gösteren özel bir tür Toprak kişiliğini ortaya koyan farklı bir yüz ve vücut tipi daha vardır. Bu kişinin yüzü ve vücudu bu Ögedeki çoğu insandan daha az yuvarlaktır. Tümüyle daha yekpare, özellikle üst ve orta büst arasındaki bölümü geniştir. Yüzü bile yuvarlaktansa daha karemsidir ve alt bölümü çene ve gıdık bölgesinde biraz okkalı görünebilir. Çene güçlü ama fazlaca dolgun olabilir ve bu kişi uzun boylu olmasa da muhtemelen büyük, etkileyici bir enerjisi olacaktır. Eski First Lady Barbara Bush bunun klasik bir örneğidir.

Bu insan tipi dayanıklı ve güçlü bir Toprak enerjisi sergiler; diğerlerinin başarısız olacağı yerde işleri başarıyla yaptığı için yanı başınızda olmasını istediğiniz türde biridir. Ancak eğer enerjisi dengeden çıkarsa, bazen öfkenin eşiğine gelerek kırgınlıkta mahsur kalacaktır. Önyargılı ve değişime direnen bir kişi olarak, sonuçta kontrol edici ve buyurucudur. Büyük olasılıkla üst dudağının üstünde kırgınlık ve burukluk gösteren dikey çizgiler bulunur ya da ağzı sımsıkı aşağıya dönüktür.

Gene de ilgili bir insandır ve aslında vericiliği yüzünden denge-sizliğe kapılmıştır. Dengeyi yeniden kurma çabası içinde inatçı ve kontrol edici olmuştur. Herkese, olabilecek her şekilde ne yapacağını söyler; kendisi başkalarının istediklerini yapmamakta direnir. Bu vücut tipini ilk dalga yüksek düzey şirket yöneticilerinin bir bölümü olan kadınlarda sık sık görürüm. Büyük olasılıkla başarılı olmalarının kısmen nedeni kendi gündemlerini diğerlerine dayatmaktaki kuvvetli yetenekleri ve meydan okumalar karşısındaki dirençleridir.

Bu Toprak şahıs hâlâ o derin yardım etme arzusuna ve yeteneğine sahiptir ancak bu beceri genellikle kırgınlık ve hatta haksız-

lığa uğrama duyguları altında boğulur. Size yardım etmeyi öneren kendisidir ama sonra verdiği sözü tutmayabilir. Aslında bir yardım eli uzatmak ister; ama sonunda haksızlığa uğradığı iç duygusuna tutulacak ve kendisinden zaten yeterince fazla şey istendiğini düşünecektir. Ona hoşgörüyle yaklaşmak zor olabilir, oysa davranışları sadece Ögesel dertleriyle ilişkilidir; sevgiye ve takdir edilme arzusuyla.

Toprak: Siz Kimsiniz?

İçinizde Nasıl Bir Çağrı Duyuyorsunuz?

Siz kimsiniz ve gerçekten olduğunuz kişiye nasıl âşık olabilirsiniz? Gerçek hayat çağrınızın belirmesi için yolu nasıl arındırırsınız? Önce, dünyadaki amacınızı ortaya koymak için Toprak özünüzün gelişmesine izin vermelisiniz. Eğer Ögeniz Topraksa, gerçek yaradılışınız diğerleriyle güçlü bir bağlantıya gereksinim duyar. Var olmanızın nedeni bu ilişkilerin size sağladığı doyumdur ve yaptığınız her şeyin merkezinde insan olacaktır. Enerjinizi yolculuğunuz esnasında iyi arkadaşlar edinmek için kullanın, çünkü yaşamınızı yaşanır kılacak olanlar onlardır. Hem meslek hem de özel yaşamınızda başkalarına karşı verici olmak ve onları desteklemek için kendinize olanak tanıyın, çünkü bu sizin ruhunuzu besleyecektir. Dengeli bir vericilik döngüsünün kollarınızı açarak verdiğiniz o muazzam sevginin aynısını alma yeteneğini kapsadığının ayırımında olun.

En büyük güçlerinizi kullanmanın yollarını bulun: özen göstermek, iyilik, sabırlı diplomasi ve en çok da herkesin tümüyle beslenmesine yardım etme arzunuz. Yolunuzda sevdiklerinizle kol kola yürüme ihtiyacınızı inkâr etmeyin. Rahata ve güvenli olmaya duyduğunuz arzuyu kabul edin ve bu istikrara olanak tanıyan bir yaşam kurun. Toprak Ki'niz akarken her şey dengesini bulacaktır. Siz de bu sırada en çılgın düşlerinizin ötesindeki yepyeni olanaklarla karşılaşabilirsiniz.



METAL – ARITMAK



Bu bölümde, Metal Ögesinin temel unsurlarını tanıttacağım, siz de onları nasıl teşhis edeceğinizi öğreneceksiniz. İlk adım olarak işte Metal özelliklerinin hızlı bir başvuru listesi:

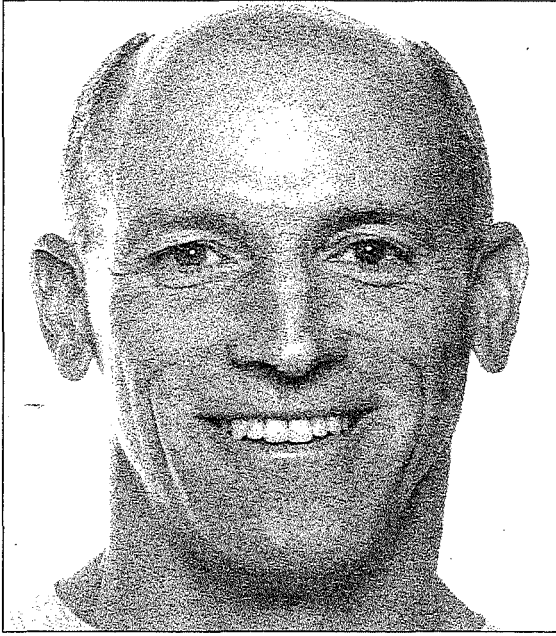
- **Enerjisi:** İçer dönük, büzüştürücü, katılaştırıcı, düzleştirici, güz sonu, yaşlılık
- **Nitelikleri:** Hassas, farkında, idealist, vizyon sahibi, endişeli, eleştirel, cimri, katı, otantik bir yaşam isteyen, mü-kemmeliyetçi, kibirli, gururlu, mesafeli, otoriter, asil, bağışlayıcı, sevimli, spiritüel, aşırı hassas, içine kapanık, içsel eksiklik duygusu, elem, acı çekme
- **Başlıca özellikleri:** Burun, yanaklar, solgun cilt, benler
- **Organlar:** Akciğerler, cilt, kalınbağırsaklar
- **Duyu organı:** Burun

Bu Öğenin yaşamınızda güçlü bir rol oynaması için aşağıdaki özelliklerin *tümüne* sahip olmanız gerekmez. Bunlardan herhangi biri yaşamınızda Metal'in bir etmen olduğunu gösterecektir. Bu görüntülerden ne kadar çoğuna sahipseniz yaradılışınızda o kadar çok Metal var demektir:

- Büyük burun
- Belirgin üst yanaklar
- Çukur ya da çizgili alt yanaklar
- İnce kemik yapısı, küçük el ve ayak bilekleri
- Bağışlayıcı, asil duruş
- Hızlı çalışan metabolizma, ince olmaya yatkın
- Irksal kalıtımla kıyaslandığında solgun benizli



Şekil 94: Metal yüzü



Şekil 95: Metal yüzü

Peki, bunun kişiliğinizin önemli bir parçası olup olmadığını nasıl bilirsiniz? En güçlü özelliklerinize, yüzünüzde size en çok şey “söyleyen” özelliklere bakarsınız. Bu tür özelliklerin hepsine, hatta çoğuna bile sahip olmayabilirsiniz, ama büyükçe bir burnunuz ya da geniş üst yanaklarınız varsa, yapınızda bu Öge vardır. Ne kadar çok güçlü Metal Ögeye sahipseniz, kişiliğinizde de bu tür enerjiden o kadar çok vardır.

Michelle Pfeiffer, Nancy Reagan, Lyle Lovett, Meryl Streep ve Adrien Brody bu Ögeye sahip ünlü yüzler arasındadır.

Eğer tipik bir Metalseniz, belirgin üst yanaklarınız veya büyük bir burnunuz olabilir. Soluk bir cildiniz ve el ve ayak bileklerinizde belirginleşen minik kemiklere sahip olabilirsiniz. Yüzünüzdeki özellikler “yontulmuş” olarak tarif edilebilirler ve diğer Ögelere kıyasla çehrenizdeki her uzuv arasında daha geniş alanlar bulunabilir. Bazı insanların kibirlilik veya mesafeli durma olarak adlandırabilecekleri doğal bir asil duruşunuz vardır.

Tüm bu özelliklere sahipseniz ki nadir bir durumdur, çok Metalik bir insan olduğunuzu bilirsiniz.

Metalin Kişiliği

Bu Öge, ağaçların yapraklarını döktüğü ve açığa çıkan minik dallarıyla gökyüzünü dağladıkları güz sonuyla ilişkilidir. Hasat zamanı bitmiştir ve gelecek yıl için yiyecekler depolanmakta; tüm kışı çıkartmaya yeterli olabilmeleri için, malzemeler idareli bir biçimde kullanılmaktadır. Metal, masanızı topladığınız ve akşam için dinlenmeye çekilmek üzere iş gününüzü sonlandırmaya hazırlandığınız akşamüstüdür. Yaşamınızın sonuna yaklaşıırken, artık amacı olmayan her şeye boş vererek, son detayları halletmek ve temizlemek ihtiyacını hissettiğiniz yaşlılık günleridir.

Buradaki güç, İlahi kaynağı solurken alınan nefestir, ama salıvermekle de ilgilidir. Önce tutma, sonra da daima yenisinin içeri girmesi için yer açarak, bırakma ritmiyle hareket etmediğiniz takdirde, enerji yaşamınıza giremez.

Metal bizi, yaşamlarımıza açıklık getirerek vizyonumuzu arılaştırmaya ve hedeflerimizi bizim için en anlamlı ve en değerli olanlarla uyumlu olacak şekilde güçlendirmeye çağırır. Metalin gücü duyarlılığında ve yaşamın ince ve nazik nüanslarının farkında olmasındadır. Bu Ögenin fiili "arıtmak"tır. Bu insanlar yaşamın her yönünde sürekli olarak mükemmelliği ararlar.

Eğer sizin Ögeniz buysa, farkındalık düzeyi çok yüksek bir insansınızdır. Vizyon sahibi, lider, aynı anda hem büyük resmi, hem de ince ayrıntıları görebilen kişisinizdir. Enerji, Baba modeliyle ilişkilidir ve Metal çoğunlukla güç gömleğini giyen ve dünyayı yeni ufuklara yönlendiren bir otoritedir.

Gene de, bu yüksek duyarlılık düzeyi sorunlara yol açabilir. Geçirgen kişisel sınırlara sahip olma eğiliminiz nedeniyle, farkında olsanız da olmasanız da, çevrenizdeki ortamların ve insanların enerjisinden herkesten daha fazla siz etkilenirsiniz. Etrafınızdaki titreşimlerin büyük bir kısmını emmeye olan yatkınlığınız nedeniyle, neredeyse bir "psşik sünger" sinizdir. Bu genellikle muaz-

zam bir sorundur. Eğer yanınızda oturan kişi stresliyse, aniden, nedenini bilmeden, kendinizi endişeli veya kötü hissedebilirsiniz. İki gün önce çok kötü bir tartışmanın yaşandığı bir odaya girdiğinizde, havaya sinip kalan duygu kalıntılarından etkilenebilirsiniz. Ama tüm bunlar gözle görülmeyen, belirsiz şeyler olduğundan, muhtemelen, bunların olup bittiğine dair en ufak bir fikriniz dahi olmayacaktır. Sonuç olarak da, çoğu zaman gergin veya stresli olabilir ve bunun için kendinizi suçlayabilirsiniz.

Düzinelerce şiltenin altındaki minik bir bezelye tanesini sadece prensesin fark ettiği “Prens ve Bezelye Tanesi” adlı masalı anımsadığınız takdirde, temel mizacınız hakkında tam bir fikre sahip olursunuz. Psikolojik deyim “Çok Hassas Kişi” de bunun bir eşdeğeridir. Daha ince ayarlı bir sinir sistemine sahip olduğunuz kabul edilir ki, bu da bu kadar çok uyarıcının saldırısıyla zorlanmanız sonucunu doğurabilir.

Günlük yaşamlarımızda hepimiz bir enerji veya “enformasyon” denizinden geçmekteyiz. Ve hepimiz bilinçsiz bir şekilde onu okur ve ondan etkileniriz. İnsanların vücutlarından yayılan titreşimsel alanları vardır; ortamlar aynı zamanda içinde bulunanların enerjisini de tutabilirler. Çoğumuz sistemlerimizin bu şekilde tepki verdiğinin farkında değilizdir, ama hepimiz telefon çaldığında kimin arıyor olduğunu bilmek, e-postası gelmeden hemen önce birisini düşünmek, hatta bir odaya girip belirli hiçbir neden olmaksızın, aniden kendimizi rahatsız hissetmek -ve daha sonra orada tatsız olayın cereyan ettiğini öğrenmek- gibi deneyimler yaşamışızdır. Ama eğer siz bir Metalseniz, bu duruma tamamen saplanıp kalabilirsiniz ve üzerinize o kadar çok enerji çekersiniz ki, bundan ciddi ölçüde etkilenebilirsiniz. Bir öğrenci bana “hepsi çok gürültülü” demişti. Kastettiği sözcük anlamında gürültü değil, daha ziyade enformasyon kakofonisinin kendi sistemine fazla geldiği idi.

Bizim kültürümüzde, bu kadar aşırı düzeyde duygusallıkla nasıl başa çıkılacağına dair çok az dil yetisi ya da eğitim vardır. Bu nedenle, Metal bitmez tükenmez saldırının ortasında kolaylıkla yenik düşebilir. Eğer sizin Öğenez buysa, zaman zaman kısmen vücudunuzun dışında geziniyormuş gibi hissedebilirsiniz, zira ta-

mamen var olmak ve bu kadar fazla şey duyumsamak çok zordur. Kalabalık bir alışveriş merkezinde uzun süre kalamayan veya büyük partilerden hoşlanmayan kişi muhtemelen sizsinizdir, çünkü etrafınıza toplanmış bu kadar çok insanın enerjisi sizin için bazen fiziksel olarak bile acı verici olabilir.

Bu kadar hassas olduğunuz için, küçük şeyler sizi rahatsız edebilir ve bu eğilim kendini birçok değişik yoldan gösterir. Çevrenizdeki diğer insanların stresinden kurtulmak için, kendi başınıza kalacağınız çok zamana gereksiniminiz olabilir, ya da içinde bulunduğunuz ortamda her şey “çok düzenli” olmalıdır. Duvarda hafifçe eğri duran resmi düzeltmekten kendinizi alıkoyamayacak ve pencerenin pervazındaki tozları silecek kişi de siz olacaksınız. Bir öğrencim, herhangi bir odada kendini rahat hissedebilmesi için tüm abajurların dikiş yerlerinin duvara dönük olduğundan emin olması gerektiğini söylemişti. Bu davranışı, bir Metal olarak, çevresinde “aykırı” olan her şeyden -küçük ayrıntılardan bile- kolaylıkla rahatsız olmasındandır. Benzer şekilde, siz de her şeyin olabildiğince dengeli ve mükemmel olmasını sağlamaya çalışacaksınız. Uç noktasında, Metal bir parça huzur bulmak için çaresizce yaşamdaki her şeyin en küçük yanını bile kontrol etmeye çalıştığınızdan, bu eğilim kendini saplantı-zorlanım bozukluğu olarak gösterir.

Bu gereksinimlerinizden ötürü, başkaları tarafından seçici, denetleyici ya da birisinin üzerinde güç sahibi olmaya çalışan birisi olarak yanlış algılanabilirsiniz. Birbirlerini doğru anlamadıkları takdirde, iki insanın bir tepki döngüsüne kapılmaları oldukça kolaydır. Bu durum özel bir danışma için bana gelen bir anneyle dokuz yaşındaki kızında açıkça görünüyordu. Kadın bu randevuyu, kızıyla aralarında çok kötü bir noktaya gelen -kızın annesinin yanında bile bulunmayı istememesine varan- bir sorunu çözmeye yardımcı olabilmesi umuduyla almıştı. Her ikisinin de ayrıntıları hemen anlatmamasına rağmen, kızı bir bakışta sorunun ne olduğunu anlayabilmişim. Kızın yüz özellikleri, cilt rengi, hatta vücut tipi ve kemik yapısı bana bilmem gereken her şeyi söylemişti: Metal.

Davranışlarının büyük olasılıkla nasıl olacağını tarif ederek, kızın kişiliğini ve gereksinimlerini -küçük şeylerden aşırı derece-

de etkilendiğini, giysilerinin cildine temas ediş şeklinin bile onu rahatsız edebileceğini ve yatma adetleri ve yiyecekleri konusunda çok kesin gereksinimleri olabileceğini anlattım. Belki de, küçük şeyler yerinden oynatıldığında veya değiştirildiğinde bile üzülüyordu. Genelde, diğer çocuklara kıyasla, yaşamın ayrıntılarından daha fazla endişe duyacaktı.

Ben konuştuğça annesinin yüzü aydınlandı ve heyecan içinde, sorunun tam da bu olduğunu söyledi. “Seçici olmayı” bir güç gösterisi gibi görmek yerine, ona her şeye bambaşka bir ışık altında bakma fırsatı veriyordum. Kızına saygıyı öğretmenin bir ebeveyn olarak kendi görevi olduğunu düşünüyordu; o nedenle de, olayları kontrol altına alma girişimlerini otoriteyi ele geçirme çabalarının bir yolu olarak yorumluyordu. Örneğin, kız geceleri yatak odası kapısının yarı açık bırakılmasını istiyordu, ama anne bunu reddediyordu, zira son sözü kendisinin söylemesinin önemli olduğunu düşünüyordu. Ancak, kız kapının duruşu yüzünden fena halde ağlıyordu -bunun nedeni olayı kontrolü altına almak istemesi değildi, sadece kapının tam olarak o duruşu onun kendini güvende hissetmesini ve uyumasını sağlıyordu.

Birbirleriyle ters düştükleri diğer bir konu, annenin bir parça dağınık olması ve işlere geç kalmasıydı ki, bu da, sık sık, bir iş için evden çıkmalarına sadece beş dakikaları kaldığı konusunda kızını ikaz etmekte çok geç kalması anlamına geliyordu. Metal kişiliğin hazırlanmak için zamana ihtiyacı vardır, bu nedenle de acele etmek kızı çok tedirgin ediyor, annesinin onu acele ettirmesi onu altüst ediyordu. Bu durumda da, anne buna bir güç mücadelesi olarak bakmıştı, ama artık kızının nefes alacak bir alana ve yeni bir fikre kendisini adapte etmek için zamana olan kişisel ihtiyacını anlıyordu.

Toplantımızdan bir hafta sonra, mutlu bir telefon aldım. Bu yeni farkındalık her şeyi o kadar esaslı bir şekilde iyileştirmişti ki, küçük kız artık gerçekten annesiyle mümkün olduğu kadar çok zaman geçirmek istiyordu! Bu kadının kızının doğası, gereksinimleri ve davranışıyla ilgili yeni bir anlayışı kabul etmeyi başarması sayesinde, artık aralarında rahat, yeni bir sıcaklık vardı.

Metalin birlikte yaşanması en zor Öge olması pek de şaşırtıcı olmasa gerektir. Çevrenizdeki herhangi bir dengesizliğe tepki gös-

terirken, gerçekten de aşırı duygusal, endişeli, mükemmeliyetçi, hatta eleştirel ve denetleyici olabilirsiniz. Kendinizi Beş Ögenin dili aracılığıyla görmenin bir güzel yanı da, bu özellikleri sadece kendinizinmiş gibi değil de, bir tür enerji olarak görebilmektir. Bu, doğanızı ve başkalarının sizi nasıl yaşadığını anlamanız için alan bulmanıza izin verir.

Ve en büyük zaafınız olarak adlandırılacak olan şey, aynı zamanda sizin en büyük gücünüzdür de. Hassaslığınız birçok açıdan inanılmaz bir yetenektir -örneğin, insanların “frekanslarını” nazıkçe ölçebilen ve herhangi bir etkileşimde, onları rahatlatmak amacıyla gereksinimlerine nasıl uyum göstereceğini bilen, sevimli ve şefkatli bir bukailemon olabilirsiniz. Olayların neler “ifade ettiğine” dair güçlü farkındalığınızla, her ortamda eşsiz bir güzellik yaratabilir ya da en ince nüanslara gösterdiğiniz dikkat sayesinde projelerde çok büyük başarılar ulaşabilirsiniz. Herhangi bir durumdaki çeşitli düzeylerde neler olup bittiğine öylesine uyum sağlamışsınızdır ve çıkabilecek sorunları öngörmek açısından çok uzak geleceği görme yeteneğine sahipsinizdir ki, birçok insandan daha güçlü ve sürdürülebilir çözümler çıkarabilirsiniz. Ne şekilde dengede kalınacağını öğrenebildiğiniz takdirde, enerjinizi çok büyük avantaj sağlayacak şekilde kullanabilirsiniz.

Yüzeysel ilişkiler ve boş laflar sizi ilgilendirmez. Bir Metal olarak, belirli bir amacı olan anlamlı bir yaşamı bulma yönünde -hatta kendinizi spiritüel bir kişi olarak tanımlamasanız dahi, kutsal olanla otantik bir bağ kurmaya yönelik- hareket etme güdüsü içindesinizdir. Yüksek standartlara sahipsinizdir ve sizin güçlü ahlaki değerlerinizi paylaşmayan insanlarla birlikteyken kendinizi pek de rahat hissetmezsiniz.

Bu Öge kesin ve analitiktir, ayrıntıya büyük özen gösterir; bir mektuptaki yazım hatasını anında bulacak kişi sizsinizdir. İşleri ilk önce ve en baştan doğru yapmak istersiniz ve işinizin kalitesine büyük önem verirsiniz. Her şeyi doğru yapma konusunda o kadar duyarlı ve arzulusunuzdur ki, küçük sorunlar sizi kolayca üzebilir. Örneğin, geç kalmak bir Metal niteliği değildir! Bir randevuya geç kaldığınız takdirde, vardığınızda kendinizi çok sinirli ve stresli hissediyor olabilirsiniz.

Genel olarak, büyük ölçüde öz eleştirel olursunuz. Bir insanın size yapabileceği en kötü şey, “yapıcı eleştiride” bulunmak olabilir. Kendinize karşı zaten o kadar acımasızsınızdır ki, yanlış bir şey yaptığınızda, bunu başka birisinin de fark ettiğini bilmek size tahammülü zor gelebilir. Daha da kötüsü, Metalin herhangi bir övgüyü kabul etmekte de çok zorlanmasıdır, zira sert iç sesi çok güçlü olabilir.

Bu Öğeye bazen Mükemmel Ev Sahibi de denir, çünkü cana yakın, bağışlayıcı ve tüm karşılıklı etkileşimlerde inceliklere karşı çok özenlisinizdir. Görgüye, adil olmaya ve önem verdiğiniz kurallara uymaya değer verirsiniz. Bir yemeğe davet edildiğinizde, daima bir armağan getirebilirsiniz ve sosyal bir gaf yapan birisi sizi herkese kıyasla daha fazla üzebilir. Ama Metalin doğası katılaşmak olduğundan, kaide ve kurallar konusunda çok sıkı olabilirsiniz.

Bir arkadaşım, yüksek düzeyde Metal olan ergenlik çağındaki kızına araba kullanmayı öğretiyordu. Otoyola ilk kez girdiklerinde, kız hız sınırının 100 km olduğunu biliyordu, o nedenle, sinirli ama vazife yapar bir şekilde hızlandı. Ancak kısa bir süre sonra trafik yoğunlaştı ve seyir hızı 60 kilometreye doğru düşmeye başladı, ama kız belirtilen hızda gitmesi gerektiğini söyleyen kurala uymaya öylesine yoğunlaşmıştı ki, aynı süratle ilerliyordu ve sonunda bir kamyonun arkasına hızla yaklaşırken, annesi “Fren!” diye bağırarak zorunda kalmıştı.

Metal ve Madde

Bu Öğenin enerjisi aynı zamanda salıvermekle de ilgili olduğundan, muhtemelen artık gerekli olmayandan kurtulmanın zevkine de varırsınız. Her günü temiz bir masayla bitirmek, ya da bir pazar öğleden sonrasını dolaplarınızı temizleyerek geçirmek sizin için önemli olabilir. Bir kadının sahip olabileceği en iyi arkadaş, kendisiyle aynı beden ölçüsünde olan bir Metal’dir. Arkadaşı sık sık dolabının elden geçirecek ve artık istemediği şeyleri ona verecektir!

“Eşyaya” bağlı olmamak iyi bir niteliktir, ama tabii bu da çok ileriye götürülebilir. Zaman zaman fazlalıkları salıvermek -bir şeysiz yapabilmek, kendini her şeyden yoksun bırakacak derecede daralmak- gibi bir Metal eğilimi vardır. Bu eğilim dünya nimetlerinden el etek çekmiş bir yaşam tarzı sürmek, çok yalnız yaşamak, ya da para veya gıda alımı konularında aşırı derecede kanaatkâr olmak gibi çok çeşitli yollarla kendini gösterebilir.

Yıllarca önce, benimle yaşayan ve çok, çok az yiyen, çok fazla Metal bir asistanım vardı. Asistanım insanlara neredeyse yiyeceksiz yaşama yeteneğini geliştirmeyi öğretmekle tanınan bir spiritüel eğitim sisteminden geçmişti. Yeryüzünde çok hafif bir şekilde dolaşmayı ve ondan mümkün olduğu kadar az şey almayı istediğini söylemişti, ama aslında bu kendi vücudu için ağır bir yoksunluktu.

Benimle bir yıldan fazla çalıştı ve sonunda ayrıldığında kendini, içtenlikle tecrübe etmek istediği yeni bir eğitim programının varlığını duymuş olmasıydı. Size vücut ısınızı mükemmel bir şekilde kontrol etmeyi öğreteceğini, böylece sadece tek bir giysiye ihtiyacınız olacağını ve asla ne çok sıcak ne de çok soğuk geleceğini iddia eden bir eğitmen bulmuştu!

Bu aşırı bir Metal dengesizliğini göstermektedir: Mükemmel bir şekilde kontrol etme arzusu ve hassasiyetiniz kontrolden çıkınca bunca uyarının bunaltıcı olması nedeniyle, mümkün olursa bedeninin içinde hiç *olmamak*. Ancak ben bu Öge için dersin tam olarak maddi olanı *yaşamak* olduğuna inanıyorum, tersi değil. Sizin kadar çok şey hissetmek çoğu zaman rahatsızlık verir ve tüm o “enformasyon”dan kaçma arzusu anlaşılabilir bir şeydir. Ancak bu güzel dünyada bir insan olarak yaşamak armağanını seçmiş olmak ve sonra da tüm deneyimi reddetmeye çalışmak bana korkunç bir hataymış gibi geliyor. Yüksek düzeyde farkındalığınızla, tamamen var olarak çok güzel bir yaşama sahip olmayı öğrenebilirsiniz.

Metal Ögenin Çin’deki sembolü iki yüzü olan bir madeni paradır. Burada iki yönlü bir yapı vardır: Büyük zenginlik ve tam yalnızlık, yüce idealler ve minik ayrıntılar, gurur ve alçak gönüllülük. Eğer bir Metalseniz, bu ikilik yaşamınızda baş gösterebilir. Kendinizi yoksun bırakma eğiliminde olabilir ve aşırı derecede basit

bir yaşam sürebilirsiniz, ya da büyük bir varsılığa ulaşabilirsiniz veya hayatınızda her ikisini de yaşayabilirsiniz. Aristokrat olabilirsiniz; yüksek özsaygınız vardır. Ya da kendini çok geri planda tutan çekingen biri olabilirsiniz. Geçmişin yöntemlerine değer verebilir ve eski güzel günlere özlem duyabilirsiniz, ya da aklınız uzayın derinliklerinde olup, geleceğe odaklanabilir, bilim kurgu okuyabilir ve son teknolojilerle çalışabilirsiniz. Eğer sizin Öğeniz buysa, kendinizdeki bu ikili yapının izlerini fark edin.

Metal Stili

— **Giyim:** Yalın, klasik tasarımları seveceksiniz; çok rafine stiller, yumuşak kumaşlar, çünkü cildinizde duyumsadığınız his çok önemlidir. Ağır, hacimli veya kaba giysilerden hoşlanmazsınız. Özellikle ipek ve kaşmir gibi kumaşlara yönelirsiniz. Ama bu kibirli olmanızdan değil, onları cildinizde hissetmenin verdiği hoş duygudur. Plastik hissi veren polyesterler veya ensenizin arkasındaki kaşıntıdan etiketler size dayanılmaz gelecektir. Renkler ağırbaşlı olacaktır; tek renklere değilse, beyazlara, grilere ve pastelere yöneleceklerdir. Kumaşın metalik bir parlıtısı varsa, daha da iyidir.

Eğer siz de bir Metal kadınıysanız, muhtemelen gerçek mücevherleri seversiniz. Bütçeniz sadece bir sıra inci almaya yetiyorsa, gene de bunu bir yığın taklit mücevhere tercih edersiniz. Ayakkabılarınız da giyiminizin tümü gibi mümkün olduğunca mükemmel olacaktır!

— **Ev:** Solgun bir nötr renkler paleti ve tek renkli bir düzenle birlikte, minimalizm ve ferahlık sıralamanın başında yer alacaktır. Bu, çok hassas sisteminizin kendini mümkün olduğunca rahatlatmış hissetmesini sağlayacaktır. Metalin, Ateşin şiddetle arzuladığı uyarılmalara gereksinimi yoktur! Sizin hedefiniz çevrenizde güzel şeylerin mükemmel bir uyumuna sahip olmaktır. Klostrofobik olma eğiliminde olduğunuzdan, tamamen rahat nefes almanıza ola-

nak sağlayan daha geniş odalardan hoşlanırsınız. Uzağı görmeyi seversiniz, o nedenle de, manzara ile aynı seviyede olmaktansa, manzaranın daha üzerinde bir konumda olan ve uzakları görmeni-ze olanak sağlayan geniş, panoramik pencereleriniz olabilir. Ferahlık ve temizlik sizin için son derecede önemlidir.

Metal, görsel dağınıklıktan tüm diğer Öğelerden daha fazla etkilenir, ama bu tam bir düzenlilik delisi olduğunuz anlamına gelmez. Herhangi bir çekmeceyi veya dolabı açtığınızda, karşınızda tam bir keşmekeş bulabilirsiniz. Sizin için daha önemli olan şeylerin yüzeyde nasıl görüldüğüdür; dolabın kapılarını kapayıp keşmekeşi saklayabildiğiniz sürece, rahatsızsınız!

Beni feng shui için çağırılar çoğunlukla Metal'dir, zira o, çevresindeki enerjide bir şey "eksik olduğunda" bunu hissedebilir. Ailedeki herkes onun deli olduğunu düşündüğünden, bu hissinin doğruladığımda, muazzam bir oh çekiş ile karşılaşırım.

— **Hareket:** Koşu, yürüyüş, aerobik, yoga ve yüzme gibi ritmik nefes almayı destekleyen her şey yararlı olacaktır. Sert veya yarışmacı aktiviteler, özellikle de takım sporları sizi pek cezpt etmez.

— **Meslek:** Güzellikler konusundaki incelikli farkındalığınız nedeniyle, moda, iç tasarım veya grafik tasarımında sivrilebilirsiniz. Titizliğiniz ve dikkatiniz cerrahlık, yazılım tasarımcılığı, muhasebecilik, editörlük ve sanatçılık gibi mesleklerde de başarı sağlayabilir. Ve yüksek hassasiyetiniz nedeniyle kendinizi, incelikli enerjinizle, feng shui, alan temizliği (bir feng shui dalı) ya da enerji tıbbı gibi bir işte çalışırken de bulabilirsiniz.

Yukarıdaki betimlemede belki de kendinizi, ya da bir arkadaşınızı bulmuşsunuzdur ve bu da size yeni içgörüler ve farkındalık sağlamış olabilir. Ancak, bir yandan *bir miktar* Metal görürken, bunun tümüyle sizi veya arkadaşınızı tanımlamadığını da duyumsayabilirsiniz. Unutmayın ki hepimizde beş Öğenin her birinden bir miktar olmakla birlikte, genellikle bir veya iki tanesi vurgulanır. Hatta bazı insanların yüzlerinde Öğelerden dört tanesi güçlü bir şekilde bulunur ve sadece bir tanesi zayıf-

tır. O nedenle, bu kitabı okudukça içinizden kim olduğunuzu tam olarak kavramanızı sağlayan ikinci, üçüncü, hatta dördüncü bir kategori saptayabilirsiniz.

Ancak, yüzünüzde vurgulanan Metal özellikler bulmasanız da, hâlâ bir burnunuz, yanaklarınız vs. vardır! Bir sonraki bölümde, bu özelliklerin her birini ayrı ayrı inceleyeceğiz ve bunların Metalin içsel kişiliğinizde kendini ne şekilde gösterdiğine dair bize daha ayrıntılı olarak neler söyleyebileceklerini öğreneceğiz.



İnsan kurallara sığmaz!

METALİN YÜZ HATLARINI OKUMAK



Her Ögenin, yüzün tümüne belirli bir görünüş vermenin yanı sıra özel bir takım yüz hatlarıyla örtüştüğünden söz ettim. Bu bölümde bu vücut keşimlerinin her birindeki ^{Mez-i} Ağaç Ögesinin içyüzünü nasıl daha fazla anlayacağınızı öğreneceksiniz.

Burun

Unutmayın ki yüz okumada, bir yüz hattının büyüklüğünü, onu yüzünüzdeki diğer hatların büyüklüğüyle kıyaslayarak değerlendirebilirsiniz; bir kişide büyük olan bir başkasında küçük olabilir. Ayrıca, daima aynı ırk içinde okursunuz: Beyaz ırktan bir yüzü Beyaz ırktan bir yüzle, Afrikalı bir yüzü Afrikalı bir yüzle, Asyalı bir yüzü Asyalı bir yüzle vs. kıyaslarsınız. Melez ırkın yüzlerini de okuyabilirsiniz; sadece bu biraz daha fazla pratik yapmayı gerektirir.

Burun, Metalin yüzdeki en önemli göstergesidir ve güç kapasitesini ifade eder. Ne kadar büyükse, güç potansiyeli o kadar faz-

ladır. Eski zamanlarda Orta Doğu'da, genç prenslerin burunlarının çekildiği ve burunlarına masaj yapıldığı söylenir, zira Orta Doğulular oldukça büyük bir burna sahip olmadan hiç kimsenin kral olamayacağına inanırlardı. Eğer bu yüz hattı büyükse, bu aynı zamanda hırsı ve bağımsızlığı da ifade eder; çok büyük burunlar ise potansiyel olarak egoist ve bencil bir kişiliğin işaretidir. Burnunuz yüzünüzden iki buçuk santimetreden daha ileriye çıkıyorsa, bu da sizin öncü bir kişi olduğunuzun işaretidir. Onun için "burun estetiği" yaptırmak sadece kırklı yaşlarınızdaki potansiyel yaşam deneyiminizi azaltmakla kalmaz, yaşam boyu sürececek kişisel gücünüzü de etkiler.

Daha düz veya daha küçük bir burun hayattaki gücünüze pek fazla odaklanmadığınızın bir işaretidir. Daha doyumlusunuzdur ve başarıyı pek dert etmezsiniz. Muhtemelen takım çalışmalarında sivrilirsiniz ve özel bir kişi olarak öne çıkma ihtiyacı duymazsınız.

Bir tür Metal özü taşımak için, burnun çok büyük olması gerekmez. Eğer burnun mükemmel bir şekli varsa, bu, idealist olmanın Metal niteliğinin işaretidir (Şekil 96). Vizyonunuza önem verirsiniz ve anlamlı bir hayat yaşamayı arzu edersiniz.



Şekil 96: Klasik ve mükemmel bir Metal burnu bir idealistin simgesidir.

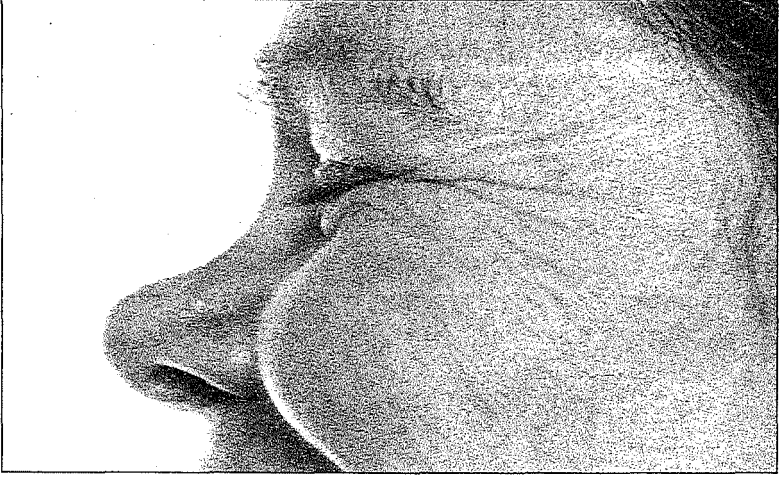
Kemikli bir burun (Şekil 97), maddi şeylerle pek ilgilenmeyen, çilekeş bir kişiliğe işaret eder. Eğer bu özelliğe sahipseniz, Metal idealizmini daha da ileri götürebilirsiniz. Örneğin, bir kariyerle ilgilenme nedeniniz sırf para değildir. Yaşamda rahatlıktan ziyade ideallerinize öncelik verirsiniz.



Şekil 97: Kemikli bir burun maddi şeylere daha az ilgiyi yansıtır.

Eğer çarpıcı denecek kadar kemikli ve dar burna sahipseniz bu durumu aşırı noktalara taşıyabilirsiniz. Parayı küçümseyebilirsiniz, fiilen eza çekmek size cazip gelebilir ve hazza karşı koyarsınız.

“Kayak pisti” tipli veya yukarı kalkık bir burun duygusal bir kişinin simgesidir (Şekil 98). Paranızla daha rahat hareket edebilirsiniz, kolayca birilerine verebilirsiniz, ama bir şekilde onu geri almaya çalışacaksınız. Bu cömertlik şefkati de kapsar: İnsanlara karşı çok özenlisinizdir ama bu şefkatin karşılığının verilmesine ihtiyaç duyarsınız.

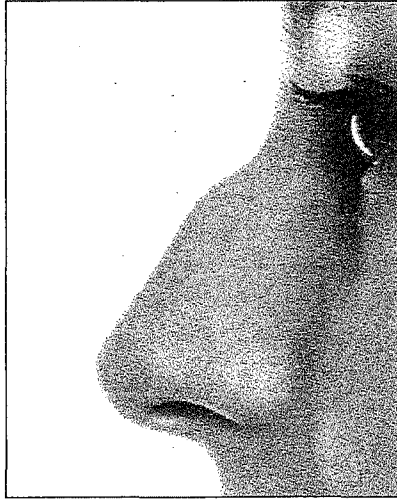


Şekil 98: Kalkık bir burun duygusal mizacı gösterir.

Burun kemerinin tam altındaki bir tümsek, bir işin başında olmaya derin ihtiyaç duyduğunuzu gösterir, olmadığınızda da kendinizi tatminsiz hissedebilirsiniz. Bu durum kendini, herhangi bir durumda tüm ayrıntıların herkesten daha fazla farkında olduğunuzu bilmekten kaynaklanan -ki muhtemelen doğrudur!- ve başkalarına neyi nasıl yapacaklarını söylemek için duyulan, neredeyse karşı konulamaz bir tepki şeklinde gösterir. Zorluk bilinen Metal sorunlarından gelir: sınırlar ve kontrol. İşin sorumluluğunu alan kişi olmak da her zaman doğru değildir. Böyle bir burnunuz varsa, bunu bilmek, hislerinizi ve davranışınızı anlamanızda size gerçekten yardımcı olabilir. Kişiliğinizdeki bu eğilimi bugüne kadar zaten fark etmiş olabilirsiniz, ya da onlara sadece yardım ettiğinizi düşündüğünüz bir sırada insanların size olumsuz tepki gösterdikleri bir durumu yaşamışsınızdır. Gene tüm nitelikler gibi bu da ne olumsuzdur, ne de olumlu; sadece doğanızın anlaşılmasının önemli bir parçasıdır.

Bir keresinde, personelden bir kişinin diğer çalışanların çoğu için stres kaynağı olduğu bir şirkete danışmanlık yaptım. Bu adam çok önemli bir proje üzerinde çalışan bir ekibin üyesiydi ama sürekli olarak şovu yönetmeye çalışıyordu. Personel toplantılarını

kontrol etmeye kalkışıyor, diğerlerine belirli görevleri üstlenmelerini buyuruyor ve iş arkadaşlarına onlara söylediklerini yapmalarını emrediyordu. İş arkadaşları karşı koydukça, o daha öfkeli ve sinirli oluyordu; sonunda hiç kimse onunla çalışmak istemez oldu. Yönetim onu işten kovmanın eşiğindeydi ama çok vasıflı birisi olduğundan bunu yapmak da istemiyorlardı.



Şekil 99: Burun kemerinin tam altındaki tümsek bir işin başında olmaya duyulan gereksinimi gösterir.

Onunla görüştüğümde, önce, belirgin burnu dışında, neden bu şekilde hareket ediyor olabileceğini kavrayamadım. Gözlüklerini çıkartana ve onu profilden görene kadar saklı olan şeyi görememiştim; burun kemerindeki çok büyük tümseği. Bu bana her şeyi açıkladı: Birisi üzerinde otorite sahibi olmaya içsel bir gereksinimi vardı. Bu olduğu takdirde, kendini çok daha fazla doyuma ulaşmış hissedecek ve sakinleşecekti. Benim tavsiyem onu kovmak değil, işini bir parça değiştirmek ve ona emirler yağdırabileceği bir yardımcı vermektir!

Diğer tip burunlar kişilikte hafif farklılıklar gösterirler. Aşağı dönük bir burun (Şekil 100) bir açıkgozlülük işaretidir. Bu kendini, işinizde stratejik olarak sivirmekten başkalarının dürtülerinin

ardında yatanları görmeye kadar, çok çeşitli şekillerde gösterir, ama topyekûn bir şüphecilik duygusuna da katkıda bulunabilir.



Şekil 100: Aşağı dönük bir burun açık göz tabiatı gösterir.

Ancak, burnunuzun aşağı dönük ucu filtrumunuzun bir kısmını örtecek kadar uzadığı takdirde (Şekil 101), zekânız para idaresini de kapsayacaktır. Bu tip burun parayı tutabilen ve onu iyi işletebilen bir kişiye işaret eder. Bu özelliğin daha derin anlamı enerjinizi yaşamın tüm yönlerine nasıl bağlayacağınız konusunda akıllı olmaktır.



Şekil 101: Filtrumun bir kısmını örten aşağı dönük bir burun yatırımlarda becerili olmayı gösterir.

Daha etli bir burun (Şekil 102) enerjinizde biraz ilave Toprak Ögesine işaret eder. Bu da maddiyatçı dünyada yaşamaktan mutlu olduğunuz ve konforlarınızdan ve zevklerinizden hoşlandığınız anlamına gelir. Koleksiyoncular ve boğazına düşkün kimseler sıklıkla bu özelliğe sahiptirler.



Şekil 102: Daha etli bir burun maddi hazlardan zevk alındığına işaret eder.

Burun Delikleri

Çin yüz okuma sanatı burun deliklerinin paranın nasıl harcadığını gösterdiğini öğretir, ama bu gerçekte *herhangi* tür bir enerjiyi nasıl harcadığınızla ilgilidir. Eğer büyük burun deliklerine sahipseniz, para harcama ve “her şeyinizi” bir projeye yatırma konularında kendinizi daha rahat hissedeceksinizdir. Paranın geldiği yerde çok daha fazlasının olacağına dair içsel, bilinçsiz bir güveniniz olabilir; ya da muntazam bir bolluk akışına sahip olacağınızı bildiğiniz bir hayat yaşarsınız. Düzenli bir işe veya ödenmiş konut kredisine sahip olmak gibi. Ama bu görünüm para, enerji, zaman ya da bunların tümünü bol keseden harcama tehlikesinin bir işareti de olabilir.

Ancak, yüzünüze tam karşıdan baktığınızda, eğer doğrudan burun deliklerinizin içini görebiliyorsanız (Şekil 103), bu kesin olarak bunun bir sorun olacağını gösterir. Danışmanınızda bu özelliği gördüğünüz takdirde, onunla ilişkilerinizde bütünüyle dürüst olmanız gerekir, zira ona sunacağınız her şeyi satın almaya hazır bir “kolay lokma” olabilir. Neyse ki, bu özelliğin etkisi çoğunlukla yüzün bir başka yönüyle azaltılır veya kontrol altına alınır, örneğin, büyük kulak memeleri ilerideki gereksinimlerini aklından çıkarmayacağına ve maddi yönden daima istikrarlı olacağına işaret edecektir.



Şekil 103: Çok bariz olarak görünen burun delikleri para ve enerjiyi rahat harcamaya işaret eder.

Küçük burun delikler paranızı veya enerjinizi elinizde tutma eğiliminde olacağını gösterir. Bir şeyin maliyetinin (maddi veya enerjik olarak) ne olduğunun farkında olup, bu şeye sahip olmanın karşılığında ne vermeye razı olacağınız konusunda dikkatlisinizdir. Neye harcama yapacağınızı seçmekte çok daha ızanlı olacaksınız. Uzun ve dar burun delikleri ise sizin ucuz şeyler peşinde koştuğunuz ve paranızın karşılığını almak istediğiniz anlamına gelir. Bir zamanlar cömertliğiyle ünlü hayırsever bir öğrencim vardı. Deviasyonlu burun perdesi için geçirdiği operasyon sonucunda burun deliklerinin şekli de değişti ve çok daha dar hale geldiler. Operasyondan kısa bir süre sonra, hayır kurumlarına bu kadar cömertçe bağış yapmayı kesmeye karar verdi!

Fiziksel beden açısından, burun sırt sağlığının aynasıdır. Kulağa garip gelse de, Çin yüz okuma sanatı bu yüz hattının durumunun omurganın durumunun doğrudan bir yansıması olduğunu öğretir. Çalışmalarımın başlangıcında, benim çok şüpheli olan tabiatım bunu kabullenmekte zorlandı, hâlâ da her danışmamda aradaki bağlantıyı kontrol ederim. Örneğin, kemiğin bir yana eğim yaptığı bir burun gördüğümde, danışanda genellikle omurganın burunla aynı şekilde eğim yaptığı skolyoz hastalığı olduğunu da görürüm (Şekil 104).



Şekil 104: Burnun omurganın bir aynası olduğu kabul edilir.

Skolyoz sorunu olmasa da, birisinin burnunda sıra dışı bir eğim varsa, bu kişide kronik sırt sorunları olduğunu öğrenirim. Öğrencilerimden birkaçı küçükken çocuk felci geçirmişler ve geçici olarak felç olmuşlardı, hâlâ da omurgalarında zayıflıklar vardır. Bu çocukların hepsinin burnunda bunun güçlü izleri bulunuyordu.

Burnun üst kısmı boynun ve sırtın üst kısmının sağlığını yansıtır, burnun ortası sırtın orta bölümüne tekabül eder ve burnun alt kısmı da sırtın alt bölümünün durumunu gösterir. Burnun kemiği ve kıkırdagındaki değişiklikler omurgasal sorunları anlatır-

ken, bu organın etli kısmındaki aykırılık sırttaki adalesel sorunlarla ilişkilidir.

Yaşlıca bir öğrencimin çok büyük bir burnu vardı; burnunun ucunun da biçimi bozulmuş ve rengi solmuş idi. Tüm yaşamı boyunca esrarengiz kronik sırt ağrısıyla boğuşmuş ve bir türlü tanı konulamamıştı. Annesi ona çocukluğunda karyolasından yüzüstü yere düştüğünü ve bunun sonucunda da burnunda ciddi bir eğrilik oluştuğunu söylemişti. Delikanlılığında burnunu düzeltmek için bir ameliyat geçirmişti ve sonuçta daha düzgün bir burna sahip olmuştu, ama operasyon sırasında ya da iyileşme sürecinde başka bir şey yanlış gitmiş gibi görünüyordu. Adeta kan dolaşımı yeterli değilmişçesine, burnunun ucunun rengi solmuş ve şekli bozulmuştu. Hastanede geçirdiği zamandan sonra, sırt ağrısının esrarengiz bir şekilde çok daha şiddetlendiğini ve hayatının geri kalan bölümünde devam ettiğini anımsıyor.

Yanaklar

Eğer belirgin üst yanaklara sahipseniz (Şekil 105), sizde Metal'in otoriteyi elinde tutma yeteneği vardır. Bu nitelik birçok açıdan olumlu olabilir. Herhangi bir durumda ihtiyacınız olan şeyi söylersiniz ve gerekli olanı anlatabilirsiniz. Emirleri gerektiği şekilde vererek bir işi veya evi yönetebilirsiniz. Güçlü yanaklar, öte yandan, patronumsu bir tutum içinde olma eğilimi -ya da en azından görüşlerinizi başkalarıyla paylaşma gereksinimi!- gösterir. Eğer yanaklarınız bir parça takviyeyle yuvarlaklaşmışsa, bu etkiyi yumuşatır ve Topraksı bir sıcaklık katar. Bu durumda, insanlar sözcüklerinizin ardındaki önemseyici enerjiyi hissettiklerinden, söylediklerinizi yapmaktan mutlu olacaklardır.

Bazen yanakların asıl kemiklerinin özellikle yüzün gerisinde, kulaklara doğru belirgin olduğunu göreceksiniz. Ara sıra yanak kemikleri bu bölgede o kadar belirgin bir şekilde dışarı çıkık olacaklardır ki, neredeyse kulaklara bitişiyormuş gibi görüne-

ceklerdir. Bu, özellikle yanakların ön kısmı yuvarlak değilse, bir parça acımasızlığa işaret edebilir. Bu özellik, iğneleyici bir mizah tarzından güç elde etme peşinde gaddarlık yapmaya kadar çeşitli şekillerde kendini gösterebilir. Aynı zamanda, bu insanların büyük olasılıkla verdikleri söü tutacakları anlamına da gelir; aynı şekilde, bir ultiatom verdikleri takdirde, onlara inanmanız gerekir!



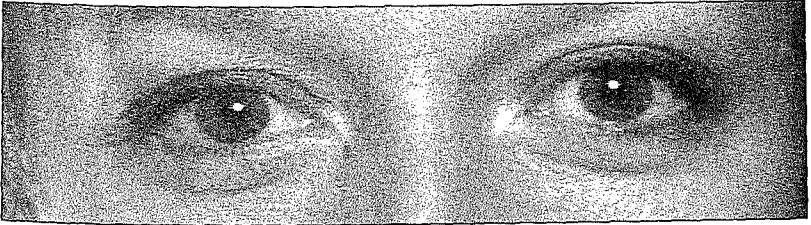
Şekil 105: Belirgin üst yanaklar otoriter bir tarzda konuşma ve ihtiyacınız olan şeyi belirtme yeteneğini gösterir.

Düz yanaklar (Şekil 106) insanlara ne yapacaklarını söylemek zorunda kalmaktan hoşlanmadığınızı gösterir; ne de yaşamın hiçbir safhasında size patronluk taslanmasından hoşlanırsınız. Kendi başınıza çalışmayı yeğlersiniz, yönetilmekten hoşlanmazsınız, özsaygı sorunlarınız veya yaptığınız işlerde güven eksikliği olabilir. Bu tür yanaklarla birlikte Ağaç Öğeyle ilgili bölümde anlatıldığı gibi birbirine yaklaşan kaşlara sahipseniz, yakından denetlenmediğiniz durumlarda muhtemelen daha mutlu olursunuz. Kendi görevlerinizi seçme özgürlüğüne sahip olduğunuz ve başkalarını yönetmek zorunda olmadığınız durumlarda en iyi performansı gösterirsiniz.



Şekil 106: Daha düz yanaklar yönetilmeye ve başkalarını yönetmeye karşı bir hoşnutsuzluğu belirtir.

Gözlerinizin hemen altında bir veya daha çok küçük kıvrık kırışıklık fark edebilirsiniz (Şekil 107). Bunlar yaşamınızın bir noktasında elim bir kayıp yaşadığınızın bir işaretidir. Genellikle sizin için çok şey ifade eden birisinin kaybını temsil ederler; örneğin bir ilişkinin bitmesini, hatta bir ölümü.



Şekil 107: Gözlerinizin altındaki küçük kıvrık kırışıklar duygusal bir kaybı gösterirler.

Ancak, bir kayıptan doğan üzüntü yaşamınızı önemli biçimde etkiliyorsa, kırışıklar yanaklarınızda da belirecektir. (Şekil 108). Ve eğer olayın yaşamınızda derin ve kalıcı bir etkisi varsa, izler daha da uzayarak yanaklarınızın alt kısmına doğru ilerleyecek ve “keder çizgileri” olacaklardır. Bu, sizde bir sorun olduğu anlamına gelmez; bu duygular yaşamın doğal bir parçasıdır. Kederi ve

kaybı yaşamak Metal enerjisinin bir parçasıdır ve hepimiz ruhlarımızda bu cevhere sahibizdir. Ancak, kendinizi yaşamda ileri gidemeyecek kadar bu duygulara kaptırdığınız takdirde, bu gevşeyememe acizliği yanaklarınızdan aşağıya doğru derin çizgiler olarak yansır.



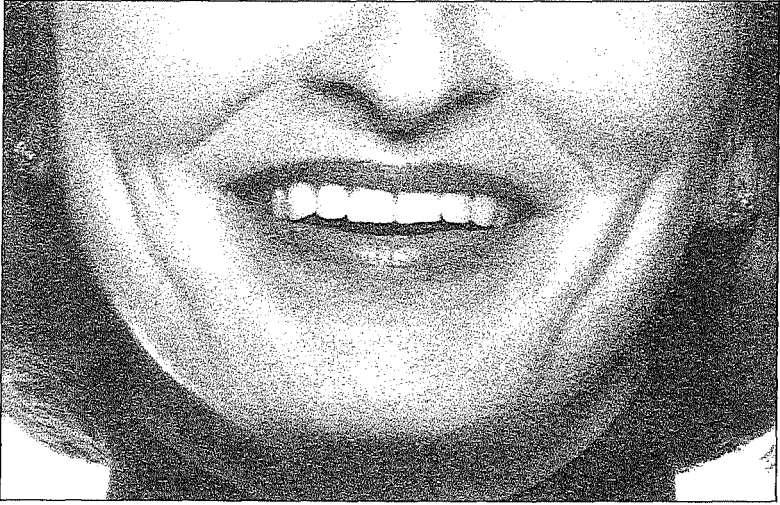
Şekil 108: Yanaklara uzayan çizgiler keder duygularını gösterir.

Yanaklarındaki herhangi bir kırışıklık, iz veya renk değişimi Metal ile ilgili duygusal bir soruna işaret edebilir. Bunlar üzüntü ve keder duygularınıza ya da kişisel otorite hissinize ve bunu ifade etme yeteneğinize ilişkin her şeyi yansıtır. Ama bir iz kitapta daha önce verilen yüz haritasında belirtilen yaşam yılındaki belirli bir olaya da denk gelebilir (Bkz. Sayfa 51 ve 52). Bu bölge aynı zamanda akciğerlerin sağlığını da gösterdiğinden, bu iz bir sağlık sorunuyla ilgili olabilir; ya da yukarıdakilerin tümü bu izin anlamında etmen olabilirler.

Alt Yanaklar

Yanak kemiklerinin altındaki bölge stresin duygusal ve bedensel sağlık üzerindeki etkilerini ortaya koyar. Aşırı çalışma, az yemek yeme, sık nefes alıp verme, çok uzun süren ıstırap veya yoksunluk ya da kendinizde bir şeyin eksikliğini hissetme gi-

bi sorunlar olduğunda, bu izler alt yanaklarınızın yanlarında aŗađı doğru inen “çukurluklar” ya da dikey çizgiler olarak kendini gösterecektir. Bunlara “yoksunluk çizgileri” denir (Şekil 109), doğanızdaki Metalin bir işaretidirler ve yaşamda bir şeyin eksik olduğunu gösterirler. Yani, maddi veya duygusal, bir şey “yeterli” değildir.



Şekil 109: Yoksunluk çizgileri stresin veya yaşam boyu süren bir eksiklik hissinin belirtisi olabilir.

Eğer bu dikey çizgiler yanaklarınıza kalıcı olarak kazınmışlarsa, bu, muhtemelen hayatınızın ilk dönemlerinde, çok sevildiğinizi ve iyi bakıldığınızı hissetmemiş olduğunuzun bir işaretidir; ya da yoksulluk içinde büyümüşsünüzdür ve bu bilinci yetişkin yaşama da taşıyorsunuzdur. Bu çizgiler Metalin kendi kendini yoksun bırakma yolunu izlediğinizde de gelişebilir. Dinlenmeye ve rahat etmeye zaman ayırmadan çok çalışıyor olabilirsiniz. Ayrıca maddi istikrarınızla ilgili kaygılanıyor ve para harcama konusunda endişe duyuyor olabilirsiniz. Eğer bu dengesizlik uzun süre devam ederse, bunun sonucu yeterli maddi kaynağınız olmadığına ve güvende olmadığınıza dair derin bir inanca kapılabilirsiniz. Durum bu olduğunda, siz de başkalarıyla paylaşmaya yeterli kay-

naklara sahip olduğunuzu hissetmezsiniz. Böyle bir ruh hali içindeyken de gerçek anlamda rahat ve verici olmak neredeyse olanaksızdır.

Çizgiler epey derinse veya tüm bölge çok çukurlaşırsa, bu duygu çok aşırı noktalara taşınmıştır. Milyarder Paul Getty'nin yüzü bu özelliğin iyi bir örneğiydi. Engin bir servete sahipti ama gene de muazzam malikânesine ankesörlü telefonlar yerleştirmişti, zira konuklarının yaptığı görüşmelerin hesabını ödemek istemiyordu!

Yoksunluk çizgileri, aşırıya kaçtığınızda ve sisteminiz stres içinde olduğunda, geçici olarak ortaya çıkabilirler; Metal insanlarında da sıklıkla bu türden belli belirsiz izler oluşur ve kaybolur. Bu izler dinlenmeye ihtiyacınız olduğunu, ayrıca da kendinize ve genel olarak yaşama karşı olan tutumunuzu yumuşatmanız gerektiğini işaret eden iyi bir gösterge olabilir.

Daha önce ele alınan üzüntü ve keder çizgileri zaman içinde daha uzayarak yoksunluk çizgilerine dönüşebilirler. Böyle bir oluşum duygularınıza çok fazla sarılmanız sonucunda kaybınızın yaşamınızda muazzam bir boşluk yaratmış olduğunun bir işaretidir. Eğer bu duygu önemli bir etki haline gelecek kadar böylesine derin ve kalıcısıysa, Metalin salıverme yeteneğini davet etmeniz sizin için önemli olabilir.

Fa Lin Çizgileri

Bunlar er geç çoğu insanın yüzünde oluşan, burundan ağzın her iki yanına doğru uzanan iki çizgidir (Şekil 110). Çince, *fa lin* kelimesi kelimesine “yasanın buyrukları” anlamına gelir. Kendi içsel “yasalarınıza” göre yaşamak bir Metal buyruğu, otantik ve anlamlı bir hayat yaşamak için güçlü bir gereksinimdir. Ama amacınızın peşinde gittiğinizde, *fa lin* çizgileri hangi Ögenin insanı olursanız olun yüzünüzde belirecektir. Bu çizgiler gerçek içsel otoritenizin ortaya çıktığını gösterir ve olumlu izlerdir. Ne yazık ki, toplumumuz onlara bir yaşlanma işareti olarak bakar ve ka-

dınlar çoğu zaman onları yok etmek için estetik cerrahiyi düşünürler. Bu çizgilerin gerçek anlamını keşfettiklerinde insanların yüzlerinde oluşan parıldamayı görmeyi çok severim!



Şekil 110: Burundan ağza doğru inen kırışıklar amacınıza uygun yaşamanın bir simgesidir.

Aslında endişe verici olan, elli yaşından sonra fa lin çizgilerinin *olmamasıdır*. O zamana kadar bu çizgileri oluşturmadıysanız, artık başlamanın vaktidir! Özellikle kadınlarda “hakkını alma” ihtiyacının inkâr örüntüsü içinde olmak pek de alışılmadık bir şey değildir. Kadınlar çoğunlukla herkesi gözetirler ve kendi yaşamlarını en sona bırakırlar, ama amacınızı göz ardı etmek er geç sisteminizde duygusal ve ruhsal bir dengesizlik yaratacaktır. Uzun yıllar sonra bu bedensel bir sorun haline de gelebilir. Amacınızı bastırmak ya da yadsımak sağlıklı değildir.

Fa lin çizgileri çocukluktan başlayarak herhangi bir yaşta ortaya çıkabilir. Yaşamlarının amacını genç yaşlarında keşfetmiş olmalarından dolayı bu çizgiler yüzlerine derin bir biçimde kazınmış birçok genç aktör gördüm. Öte yandan bu özelliğe sahip olup da, hâlâ yaşamdaki amacınızı tam olarak bulmamış gibi hissetmeniz de mümkündür. Bu çizgilerin mutlaka kariyerinizle bir

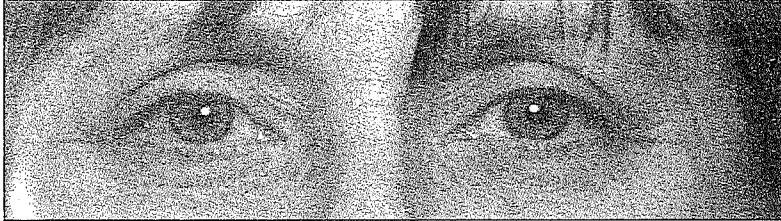
ilgisi olması gerekmez; ne de yaşamı tüm olarak çözdüğünüz anlamına gelirler! Ancak, bu yazgınızda olan şeyi bu yaşamınızda önemli bir biçimde yapıyor olduğunuzu gösterirler.

Fa lin çizgilerinde, oluştuktan sonra da bazı değişiklikler olabilir. Daha derinleşirlerse, bu kendi gerçeğinize daha etraflıca geçtiğinizi gösterebilir. Bazen bu çizgiler çatallaşabilir, ya da çift çizgi olarak belirebilir ki bu da ikili amaçlar edindiğiniz anlamına gelir.

Ama fa lin çizgilerinizin çok kısa bir zaman diliminde çok derinleştiğini gördüğünüz takdirde, bu aslında bir Toprak tükenişinin sonucu olabilir. Bu durumda, ön alt yanaklar -Topraksı para keseleri- hafifçe sarkarlar ve daha derin bir amaç çizgisiymiş gibi bir görüntü oluştururlar. Ama aksine, bu aşırı verici olduğunuz ve kendinize biraz bakarak Toprağınızı yeniden canlandırmanız gerektiği anlamına gelebilir.

Yüz Hatları Arasındaki Mesafe: Göz kapakları ve Üst Alın

Metal insanlarında, çoğunlukla, yüz hatları arasında daha geniş mesafeler vardır. Bunun özellikle anlamlı olduğu bir yer gözlerinizle kaşlarınızın arasındır. Gözleriniz açık olarak doğrudan yüzünüze bakıp göz kapaklarınızın üst kısmını görebiliyorsanız, bu, kişiliğinizde Metal Ögesinin bulunduğu ince bir belirtisidir (Şekil 111).



Şekil 111: Görünür üst göz kapakları mizaçta Metal olduğunun bir işaretidir.

Eğer çok geniş ve görünür (bazen “tepeli” denir) göz kapaklarınız varsa, bunlar kişiliğinizin önemli bir yönü olarak kabul edilir. Bu görünüm, bir Metal keder ve ıstırap biçiminin yapınızın önemli bir parçası olabileceğine işaret eder; zor zamanlarda bu Ögeye özgü bir şekilde ıstırap çekmeye olan içsel eğilimi gösterir. Örneğin, duygusal acı içinde olduğunuzda, kendinizi yiyecekten, dinlenmekten ya da rahatlıktan mahrum bırakabilirsiniz. Metal enerjiniz bir sorunu bırakmamakta direnerek ıstırapı artırabilir, böylece sorunun yaşamınıza fazlasıyla sinmesine neden olur.

Yüzün bu bölümünde, “yüz hatları arasındaki mesafenin” Metal anlamı açısından değerlendirileceği bir başka yer, göz kapaklarının üst kısmıyla kaşlarınız arasındır. Bu alan ne kadar büyükse, yeni insanlar ve durumlarla arada güvenli bir mesafeyi koruma gereksinimi de o kadar büyüktür; hassas Metale özgü bir şey (Şekil 112). Zaman zaman mesafeli görünebilir ve hareket edebilirsiniz, insanlar da kibirli ve burnu havada birisi olduğunuz yargısına varabilirler. Bu doğru değildir; sadece yüksek düzeydeki hassasiyetinizin ve yeni deneyimler veya insanlarla rahat olabilmek için zamana olan ihtiyacınızın bir başka belirtisidir.



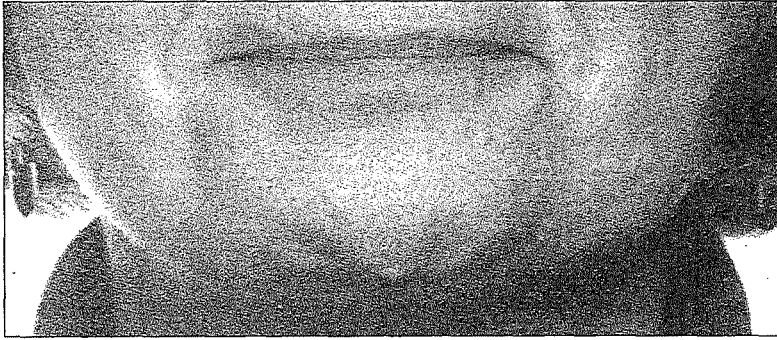
Şekil 112: Yüksek kaşlar hassasiyeti ve çok fazla uyarıdan uzak durma gereksinimini yansıtır.

Benler

İster inanın ister inanmayın, Çin yüz okuma sanatı yüzün üzerinde çıkan herhangi bir şeyi bir iyi şans işareti olarak kabul eder! Onun için benler, sağlıklı açık veya pembe renkte oldukları müd-

detçe, “fazladan şansın” simgesidirler. (Düz ve kahverengi izler bu kategoriye girmezler.) Benler yüzünüzün neresinde olurlarsa olsunlar ilave Metal olarak kabul edilirler ve o yüz hattının anlamında pekiştirilmiş gücün belirtisidirler.

Çenedeki bir ben (Şekil 113) üstün irade gücünü ve elbette onunla uyumlu olan inatçılığı gösterir. Bu, olağanüstü azmin simgesidir. Eğer çenenizde bir ben varsa, katıksız azim yoluyla başarıya ulaşabilirsiniz ve yaşamınızın belirli zamanlarını başarıyla atlatabilmek için Su ile ilgili bu güce başvurma gereğini duymuş olduğunuzu görürsünüz. Bu, ayrıca, fazladan sezgisel Su yeteneğinin de bir simgesidir. Küçümsememeniz gereken bir yetenektir; sizin en büyük güçlerinizden biridir.

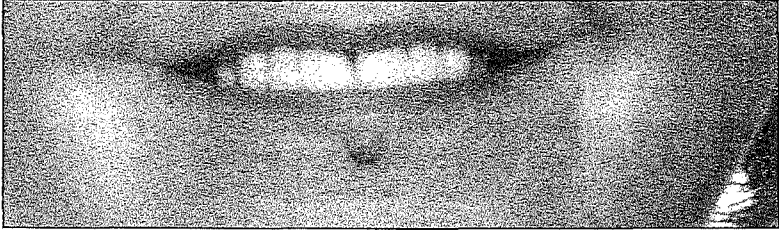


Şekil 113: Çene üzerindeki bir ben üstün irade gücü ve sezgisel yetenek anlamına gelebilir.

Ağza yakın bir ben (Şekil 114) fazladan Toprak özelliği (yemek, dostlar ve/veya seks gibi yaşamın hazlarından zevk almakla ilintili artmış enerji) gösterir!

Eğer kaş kemiğinde, belcede bir ben varsa, bu hem olumlu hem de olumsuzdur. Büyük güç potansiyeline işaret eder ve kariyeriniz için çok iyiye delalettir zira profesyonel hırs ve dürtünüz için ilave Ki’dir. Öte yandan, başarıya veya kontrol ve otorite gibi konulara, kişisel ilişkilerinizi etkileyecek kadar fazlasıyla odaklı olduğunuzdan, evlilik açısından şanssızlık olarak kabul edilir. Aktör Russell Crowe’da, güçlü bir kaş kemiğiyle birlikte, bu özel-

lik vardır ki, çok güçlü bir dürtüye işaret eder ve saldırganlıkla boşalır. Haberlerde çıkan bazı yorumlar dışında kişisel yaşamıyla ilgili hiçbir şey bilmememe rağmen, yüzünde görebildiğim nitelikler hem aktör olarak başarısında, hem de kendini içine soktuğu yasal sıkıntılarda oldukça etkili olmuş gibi gözüküyor.



Şekil 114: Ağıza yakın bir ben yaşamın hazlarından alınan gelişmiş zevki gösterir.

Kaşın ya da saçın içinde gizlenmiş herhangi bir benin son derecede “şanslı” olduğu kabul edilir; büyük başarı potansiyeline sahip olduğunuzun güçlü bir işareti.

Metal: Siz kimsiniz?

İçinizde Nasıl Bir Çağrı Duyuyorsunuz?

Kimsiniz ve gerçekten olduğunuz kişiye nasıl âşık olabilirsiniz? Gerçek hayat çağrınızın belirmesi için yolu nasıl arındırırsınız? Önce, dünyadaki amacınızı ortaya koymak için Metal özünüzün gelişmesine izin vermelisiniz. Eğer Metal sizin Ögeniz ise, gerçek yaradılışınız çok incelikli bir şekilde ayarlanmış enerjiden oluşur. Hassasiyetinize saygı göstermeli ve kendinizi ondan dolayı suçlamamalısınız zira o sizin yaşamda büyük başarıya giden yolunuzdur. Etrafınızda olan her şeyin en ince ayrıntıları ile ilgili farkındalığınızın size kendiniz ve başkaları için güzellikler, barış ve mükemmellik yaratma yeteneğini verdiğini bilin. Kendinize ihtiyacınız olan yalnız kalma zamanını verin ve sisteminizin

günlük stresini boşaltmak için alana ve sükûnete gereksinimi olduğunu anlayın.

En büyük güçlerinizi kullanmanın yollarını bulun: hassasiyetiniz, dürüstlüğünüz ve açıklığınız. Anlamlı ve otantik bir yaşam için duyduğunuz büyük arzuyu yadsımayın. Güvenlik arzunuzu enerjinizi topraklama yöntemleri uygulayarak kabullenin ve diğer insanlarla aranızda sağlıklı sınırlar oluşturma yollarını öğrenin. Kendinize enerjisi açık bir ortam armağan edin. Metal Ki'niz aktığında, yaşam dengeye gelecektir, o zaman da en çılgın düşlerinizin ötesinde yeni olanaklarla karşılaşabilirsiniz.



İnsan kurallara sığmaz!

Kısım 3

SEVGİYLE BAKMAK

*"Almış olduğum
risklerle şekillenmiş
olmak isterdim.
Buna kırışıkların da
dahil olacağını biliyorum
ve umuyorum ki, insanın
dış görüşünü, yaşamında vardığı
tüm uç noktalar,
her şeyden çok da sevgiyle
baktığı diğer yüzler
şekillendirsin."*

LOUISE ERDRICH, yazar

İnsan kurallara sığmaz!

İKİ YÜZ

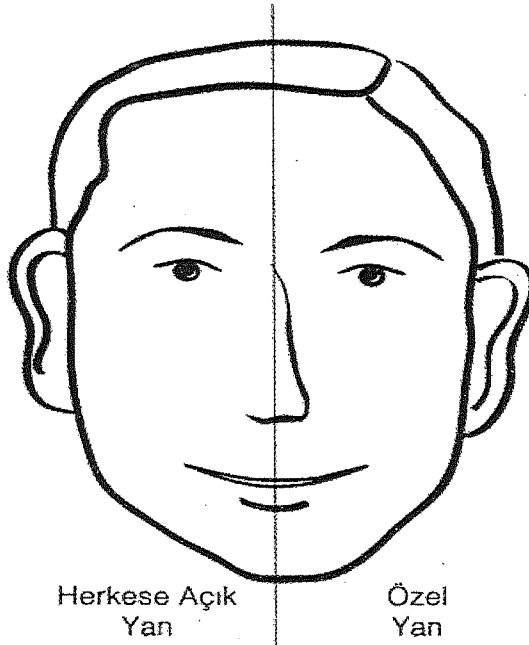


Eğer herhangi birisinin yüzünü dikey olarak ikiye bölebilseniz ve her parçaya ayrı ayrı bakabilseydiniz, büyük olasılıkla birbirinden çok farklı iki şekil gözlemlerdiniz. Bir yüzü alarak, iki sol yanı ve iki sağ yanı birleştirip iki garip görüntü ortaya çıkartarak bu durumu gerçekten aşikâr kılan “hileli” fotoğrafları görmüş olabilirsiniz. Aslında, yüzünüzün her bir yarısı farklı bilgi ifşa eder: Sağ yan “umuma açık” olan, dünyanın görmesine izin verdiğiniz görüntüdür; sol ise içsel duygularınızı sakladığınız “özel” yandır.

Yüzünüzün sağ bölümü beyninizin sol yanı; daha mantıklı, doğrusal yarısı tarafından yönetilir ve duygular onun alanına girmez. Yüzünüzde izler oluşturan çoğunlukla duygular olduğundan, sağ yanınızda izler daha azdır. Yüzünüzün her iki yanında da göreceğiniz tip kırışıklar “keyif çizgileri”, ya da Batı’da bazen “kazayağı” dedikleri çizgilerdir. Böyle denilmesinin nedeni, bu çizgilerin çoğunlukla gülücükler ve kahkahalar sebebiyle oluşmalarıdır ve beyninizin sol yanı mizahla ilgilidir ki, bu da genellikle daha entelektüel bir iştir. Bunun dışındaki çoğu durumda, daha çok ya da daha derin çizgiyi genellikle sol yanda göreceksiniz.

Yüzünüzün sol yanı, duygusal tabiatınızla ilgili olan beyninizin sağ yarısı tarafından yönetilir O nedenle, en derin deneyimlerinizin izlerinin görüldüğü, ıstıraplarınızın daha güçlü bir şekilde gösterildiği, kendini tekrar eden duygusal örüntülerin tam olarak ortaya konduğu yer burasıdır. Sol yanağınızda üzüntü, hatta çok daha uzun olan keder çizgilerini görürsünüz. Daha önce sözünü ettiğim gibi, bu olumsuz bir kişilik niteliğine işaret etmez; sadece hayatınızda sizi derinden etkileyen üzüntüler yaşadığınız anlamına gelir.

Öyleyse sağ yan dünyaya gösterdikleriniz, kişiliğinizin başkalarının görmesine izin verdiğiniz kısımlarıdır. Sol yan ise daha derin duygularınızı, kendinizin özel tutmak istediğiniz parçalarınızı ortaya koyar. Araştırmalar çoğumuzun konuştuğumuz kişilerin daha çok yüzlerinin sağ yanına baktığımızı göstermiştir ki, bu da temel olarak onların özel dünyalarının önemli yönlerinden haberdar olduğumuz anlamını taşır.

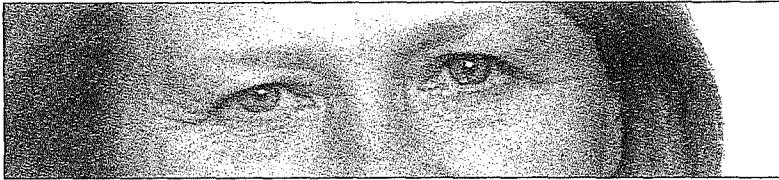


Şekil 115: Yüzünüzün sağ yanı herkese açık yan, solu özel yandır.

Yüzünün bir yanını diğeriyle kıyasladığınızda, o kişiyle ilgili pek çok şeyi anlayabilirsiniz. Örneğin, Başkan George W. Bush'un, konuştuğu zaman, sağ yanı sevimli bir şekilde yukarı doğru kıvrılan bir ağız vardır ama eşzamanlı olarak sol yan da aşağı doğru döner ki bu, eğer bir durumla ilgili gerçek duygularını göstermiyorsa, muhtemelen stres düzeyini ortaya koyuyordur.

Gözleri ve onların çevresindeki bölgeleri kıyaslamak da önemli olabilir. Örneğin, sağ gözü sol gözünden daha büyük veya daha açık duran birisini görmek pek de alışılmadık değildir. Bu, o kişinin söylediklerinize açık olabileceğinin bir belirtisidir ama içinden sizi, belli etmek istediğinden daha çok irdelemektedir. Bu, aynı zamanda, onun ilişkilere, yüzeyde görüldüğü kadar hazır olmadığını gösterebilir. Bu tür gözleri birçok aktörde ve sahne ışıkları altında yaşayan diğer kişilerde görüyorum ki bu görülmesi uygun olan yerlere bir örnektir. Profesyonel oyuncular, insanların kendilerini sevmelerini sağlamak için ulaşılabilir görünmelidirler; ama herkese bu denli açık bir hayat yaşadıkları için de, özel kişiliklerini mümkün olduğunca korumak zorundadırlar. Bunu sol gözün sağ göze kıyasla ne kadar küçük görüldüğüne göre anlarsınız.

Öte yandan, sol gözünüz sağ gözünüzden daha açık duruyorsa (Şekil 116) bu başkalarına başlangıçta fark edebileceklerinden daha açık olduğunuz anlamına gelir. Bu aynı zamanda, onlar hakkında içinizden, belli ettiğinizden daha fazla bilgi okuduğunuz anlamına gelir.



Şekil 116: Sol göz daha açık olduğunda, bu, birisinin anlayabildiğinizden daha fazla şey fark ettiğini gösterir.

Ayrıca her bir kaşın şeklindeki farklılıklara da bakabilirsiniz. Eğer sol kaşınız baş aşağı bir V şeklinde kemerli ama sağ kaşınız daha kavisliyse, yumuşak başlı birisi gibi görünebilirsiniz. Ancak gerçekte,

özel olarak daha tepkisel ve fevri olabilirsiniz. Sonuçlarını düşünmeden harekete geçebilirsiniz, ya da süratle alevlenen duygusal tepkileriniz olabilir ama aynı zamanda, anında hareket edebilme ve hiçbir fırsatı kaçırmama gizli yeteneğine sahip olabilirsiniz.

Bir dahaki sefere birisiyle konuşurken, yüzünün her iki yarısına ayrı ayrı bakmayı deneyin ve konuştuğunuz kişi hakkında farklı görüşler elde edip edemediğinize bir bakın! Sol yana çok uzun süre baktığınızda, bana sık sık olduğu gibi, kendinizi özel bir yere izinsiz girmiş gibi bile hissedebilirsiniz.

On beş yıl önce Bell felci geçiren bir öğrenciden dokunaklı bir öykü dinledim. Bu durum yüz kaslarının bir kısmı veya tamamı “dondığında” ve geçici olarak felç olduğunda ortaya çıkıyor ve bazen yüze doğal olmayan bir ifadenin yapışıp kalmasına neden oluyor. Bell felci aniden gelebilir ve geldiği gibi ansızın gidebilir. Nedeni ve tedavisi henüz tam olarak belirlenmemiştir, ancak genel olarak insanlar kasların çoğunun kullanımını yeniden kazanmaktadır -kimisi aylar, kimisi yıllar sonra.

Felç geldiği zaman, danışanım son derecede sarsıntılı bir dönemden geçmekteydi. Nişanlısı harap edici, ahlaksız bir ihanet sonucu nişanı bozmuştu ve kız tamamen kırılmış bir kalple, evden bile çıkamayarak, haftalarca acı çekmişti. Bir sabah saçlarını tarayarak aynaya bakıyor ve acısının yoğunluğunu yaşıyordu ki kendi kendine haykırdı, *Bu duygulara sahip olmayı reddediyorum!* Bana yüzünün sol yanının karıncalanmaya başladığını ve gülümseyen bir ifade aldığını -ve o halde donduğunu- izlediğini anlattı.

O andan itibaren, yüzünün sol yanı ebediyen mutlu görünüyordu, yani arzusu yerine gelmişti: Öz benliği sadece olumluluk sergiliyor ve hiçbir kırık kalp emaresi göstermiyordu. İlginç olan, sonuçta, tuhaf görünmemek için sol yanla uyum sağlayabilmek amacıyla yüzünün sağ yanıyla da gülümseme konusunda kendini eğitmek zorunda kaldı. Böylece dünyaya çok hoş bir ifade sundu. O günden beri, tanıştığı herkesin, kızın doğal bir şekilde mutlu olduğunu düşünerek, ona çok iyi davrandığını söyledi.



ÜÇ YÜZ



Yüz dikey olarak bölünebildiği ve yeni anlamlar bulunabildiği gibi başka türlü de ayrılabilir. Bu durumda üç yatay bölge nasıl düşünmeye ve karar almaya yöneldiğinize dair size bilgi verir.

“Analitik Bölge” adı verilen en üstteki bölüm, saç çizgisinde başlar ve kaşlara kadar iner. Ortadaki bölüm olan “Pratik Bölge” kaşlardan burnun ortasına kadar uzanırken en alttaki bölüm, “Sezgisel Bölge”, o noktadan çene altına kadar olandır.

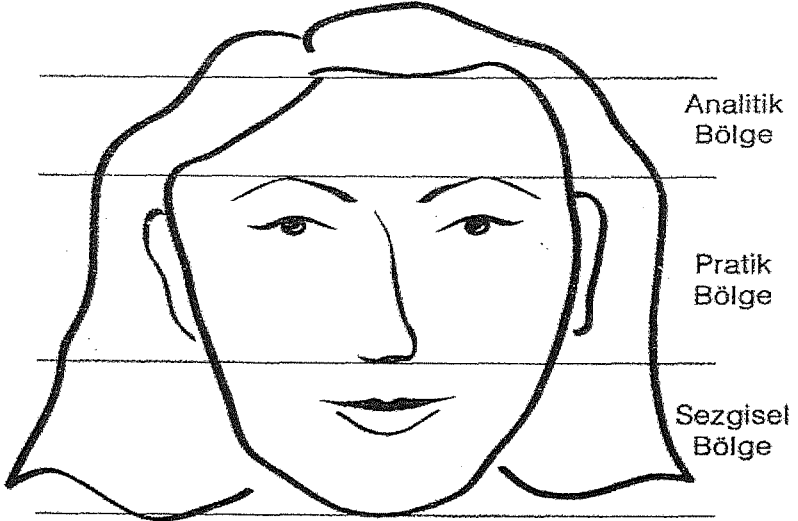
Yüzünüzü bu şekilde değerlendirirken göreviniz, bu bölgelerden herhangi birinin baskın veya diğerlerinden daha uzun ya da herhangi birinin diğerlerinden önemli derecede kısa olup olmadığına bakmaktır. Çoğu insanda bu ayrı parçalar aşağı yukarı aynı büyüklüktedir. Fakat bazılarında aşırı uzun veya kısa olan bir iki bölge bulunabilir. Eğer yüz hatlarınızdan biri büyükse, alnınız örneğin, üst bölgenin başat bölgeniz olması olasıdır.

Eğer Analitik Bölgeniz özellikle güçlüyse, bu sizin inceleme, uzun uzun düşünme, değerlendirme ve araştırma ihtiyacınızı ortaya koyar. Bir kararın içinize sinmesi için düşünecek zaman isteyeceksinizdir. Aklınızı çok iyi kullanmak sizin gücünüzdür,

ancak kendinizi fazla kaptırarak ve çeşitli olanak ve sonuçları düşünerek endişeyle kararsızlığa kapılarak bunu abartma riskiniz de vardır.

Pratik Bölgeniz baskınsa, en çok sağduyuya değer verir ve pragmatik olmayı istersiniz. Zaman, para ve enerji mi kazandırıyor? O halde muhtemelen sizin için yapılması doğru olan odur. Cimri değilsinizdir ancak kelepirci olmayı bulmaya bayılırsınız. Gerçi kanaatkâr olmaya fazlaca odaklanarak duygusal anlamda daha doyurucu kararlar alamayabilirsiniz.

En güçlü olan Sezgisel Bölgenizse, içgüdünüzün size çok yararı olacaktır. Sonunda tutulması doğru olabilecek bir yola dair bir “içgüdüsel duygu” hissetme yetiniz vardır. Bir konu üzerinde iyice düşünmeden harekete geçebilirsiniz ama altıncı hissiniz güçlü olduğu için genellikle sorun çıkmaz. Ancak duygularınıza kolayca kapılabilir ve fevri kararlar da alabilirsiniz.



Şekil 117: Üç Yatay Bölge

Örneğin, ev aradığınızı düşünün. Yüzünüzün Analitik Bölgesi güçlüyse, düşündüğünüz mahallelerin demografisini, suç ista-

tistiklerini, okulların kalitesini, çarşıya olan mesafeyi ve toplu ulaşımı ayrıntılı bir şekilde araştırmaya çok zaman ayırırsınız. En iyisini bulmak için birkaç emlakçiyle konuşacak, gazetelerdeki listeleri aşındıracak ve kredi imkânlarını ayrıntılarıyla inceleyeceksinizdir. Emlakçiniz yüzünüzü okumayı bilirse, bir mülkle ilgili size mümkün olduğunca çok ayrıntılı bilgi vermeyi bilecek ve teklifinizi iç rahatlığıyla yapmadan önce üzerinde düşünmeniz ve kontrol etmeniz için yeterince zaman sağlayacaktır.

Oysa güçlü bir Pratik Bölgeniz varsa, yerleşim planının özel ihtiyaçlarınızı ne kadar karşıladığına bakacak, binanın fiziksel durumunu araştırarak ve herhangi bir tamir işinin kaç mal olacağını hesaplayacaksınız. Yeni tesisat veya özellikle etkili ısıtma sistemi sizin için, çoğu insan için olduğundan daha önemlidir ve orada ne kadar oturacağınızı planlayıp yeniden satış fiyatının ne olabileceğini dikkate alacaksınız. Emlakçiniz, makul bir satış olması ihtiyacınızı ve sezgili mizacınızı cezp etmek için elinden geleni yapacaktır.

Güçlü bir Sezgisel Bölgeniz varsa, daha arabadan bile inmeden beyaz sevimli bahçe çitine vurulabilirsiniz ya da burasının doğru ev olduğuna sizi ikna eden ebeveyn yatak odasının antika kapı tokmağı olabilir. İçgüdünüze güvenerek satın almaya ki aptalca bir fikir değildir, anında karar verme olasılığınız yüksektir. Sezgileriniz yanlıştan ziyade doğru çıkacaktır. Sizinle çalışan acentenin, tüm evrakları hazırda bulundurması gerekir!

Kendi bölgelerinizi belirlemede en değerli olan, herhangi bir durumda en iyi nasıl ilerleyebildiğinizdir. Mesele kendi güçlerinizle savaşmamaktır! Eğer güçlü bir Analitik Bölgeniz varsa onun yolunda gidin ve eğer üzerinde düşünecek zaman ve bilgiye sahipseniz en iyi kararı vereceğinizin ayırımında olun. Pratik Bölgeniz baskınsa, bir şeyi makul bulana kadar rahat hissetmeyeceksinizdir; eğer Sezgisel Bölgeniz en güçlüyse, o zaman içgüdülerinize güvenmeli ve iç sesinizi izlemelisiniz.

Birçok insanın iki bölgesi büyük, bir bölgesi de nispeten küçüktür. Bu bir sorun değildir; sadece zayıf olan bölgeyi kullanmaya çalışmanıza gerek yok demektir; oraya ulaşmanız daha zor olacaktır. Aslında işlerin nasıl yapılması “gerektiğine” ilişkin ba-

zı eski inanç sistemlerinden de kurtulabileceğinizi keşfetmekle üstünüzden bir yük kalkabilir. İnceleme ve araştırmanın elzem olduğunu size işlemiş olan ebeveynlerce yetiştirilmiş olabilirsiniz, gene de yüzünüzün en alt bölümü alınıza kıyasla çok uzundur. O yargıyı bırakmak ve kendi kişisel karar verme gücünüzü kullanarak kendi gerçeğinizi keşfetmek ne güzeldir!



İLK GÖRÜŞTE!



Önceki bölümlerde okuduğunuz gibi, her Öğenin tanımında kendi kişiliğinizle ilişkilendirebileceğiniz bir şeyler bulmanız olasıdır. Mizacınızda beşinden de biraz bulunması kesinlikle doğrudur. Bununla birlikte, hepsinin etkilerini duyumsarken içlerinden biri gerçekten sizi tanımlıyor olabilir. Bu sizin “kendi gezegeniniz”, gerçekten kim olduğunuzu ve nereden geldiğinizi size duyumsatan yer ve enerjidir.

Yapınızda neyin baskın olduğunu nasıl belirlersiniz? Yüzünüze baktığınızda size en çok hitap edenin hangisi olduğunu gözlemlersiniz. Hangi yüz hatlarınızın en büyük veya en dikkat çeken olduğuna bakın. (Bunu yapmak için bir arkadaşla gereksinim duyabilirsiniz zira birçok insan gibi, bizim de her zaman realist olmayan bir öz imajınız olabilir.) Kendinize baktığınızda, en güçlü yüz hatlarınız genellikle belirli bir Öğeye mi ait? En çarpıcı olanı kalın kaşlarınız mı? O halde siz muhtemelen ağırlıklı olarak Ağaç enerjisinde yaşıyorsunuz.

Ancak insanların iki Öğenin karışımı olmaları da oldukça yaygındır. Böyle durumlarda hangisinin sizin başlangıç noktanız ol-

duğunu ayırt etmek gene de olanaklıdır. Eğer büyük bir burnunuz ve çıkık yanaklarınız varsa, “başlangıcınız” Metalde olabilir. Ayrıca Ateşin ikinci etken olduğu anlamına gelen kıvrıkcık saçlarınız olabilir. Kendi mizacınız üzerinde biraz derin düşünürseniz hangisiyle başladığınızı ve oradan nereye gittiğinizi keşfetmeniz zor olmayacaktır.

Yüzünde ve doğasında üç veya dört Ögenin kuvvetle temsil edildiği bir kişi de olabilirsiniz. Çıkık bir çeneniz, güçlü kaşlarınız, dolgun bir ağızınız ve geniş yanaklarınız varsa, örneğin, Su, Ağaç, Toprak ve Metal karışımı olabilirsiniz. Ateş hakkındaki bölümü okuyunca, Ateşli arkadaşlarla ve meslektaşlarla ilişki kurmanızın neden bu kadar zor olduğu konusunda yeni içgörüler edinmişsinizdir!

Beş kategorinin tümünün yüzünde çok iyi temsil edildiği ender kişilerden biriyseniz bile, bir başlangıç noktanız, kendi gezegeniniz olan bir Öge vardır. İkinci Kısımdaki kişilikleri yeniden okursanız, büyük olasılıkla bunu keşfetme olanağınız olacaktır.

İş diğer yüzleri okumaya gelince, size öyle çok bilgi verdim ki şu noktada gözünüz korkmuş olabilir. Bakılması gerekenlerin çok fazla olması nedeniyle birisi hakkında gerçek bir karara varabilmeyi hayal dahi edemiyor olabilirsiniz! Birincisi, çoğu insan ince çizgilere fazlasıyla saplanır kalır; kocalarının yanağındaki en minik çizgiyi ya da gözkapaklarının şeklini titizlikle çözmeye çalışırlar. Oysa birinin yüzünü titiz ayrıntılarla incelemeniz gerekmez. Onun yerine, en önemlisi bir adım geriye çekilerek büyük resmi görmektir.

Herhangi birinin yüzüne ilk kez baktığınızda zihninizi boşaltın ve yalnızca gözlemleyin. En çok dikkat çeken bir ya da iki yüz hattı hangisidir? Bu size fark edilmesi en önemli olan uzuv hakkında güçlü ipuçları verecektir. Bu kişide hangi Öge vurgulanmış? Bunun cevabı, kişinin kim olduğuna dair önemli içgörüler verecektir. En azından, karşılaştığınız her insanla daha kolay bağlantı kurmayı size gösterecektir. İsimde, genel olarak danışanlarımınla danışma gününe kadar karşılaşmam, ama o ilk birkaç dakika içinde, yüz okuma bana onlarla çarçabuk bir ahenk oluşturacak bilgiyi verir.

Su

Eğer kapı açıldığında karşımda bir Su insanı bulursam, hemen bazı ayarlamalar yapmam gerektiğini bilirim. Kendi yapımda bu Ögeden fazla yok, bu nedenle Ateşe has hızlı konuşma ve hareket etme eğilimlerimi düşürmem gerekecektir. Normal konuşmamdan daha akıcı konuşmaya çalışacak ve enerjimi daha akışkan bir enerjiye döndürmeye odaklanacağım. Hemen konuya girmeyip danışanımla memnun mesut biraz laflayacağım. Doğasında işitsellik daha fazla olabileceğinden, ses tonum önemli olacaktır ve danışanımın ilişki kurabileceği sözcükleri kullanmaya çalışacağım: “Anlıyorum” yerine “Sizi duyuyorum” gibi.

Kullanacağım sözler ve onları nasıl ifade edeceğim konusunda dikkatli olmam da önemli. Su bir şeyleri yanlış anlayabilir ve duyguları incinecektir ya da onu korkutabileceğim bir yorum yapabilirim. Duygularını ve tepkilerini muhtemelen saklı tutacağından, bir şey söylemeyecektir ama bu yüzden kişisel ilişkimiz riske girebilir.

Bir keresinde Avrupa’da büyük bir mülke feng shui uygulamak isteyen çok varlıklı bir kadınla telefonda konuştum. Bir arkadaşım aracılık yapmıştı ve bu olası danışanın konuşmak için çok az zamanı olduğunu biliyordum. Bu nedenle kısa ve öz bir öneri hazırladım. Zamanını almak istemedim.

Telefonda, hemen konuya girdim ve onun için neler yapabileceğimi betimlemeye başladım. Ancak garip bir şekilde, onun tarafından, normal bir konuşmada olması beklendiği gibi, hiç ses çıkmıyordu; ne bir “hı-hı”, ne bir “tamam.” Böylece, birkaç dakika sonra bir soru veya tepki alabilmek için konuşmama ara verdim. Uzun bir sessizlik oldu ve sonra ağırdan, derinden gelen bir ses duydum: “Neeee?”

Hah işte! Bir Su kadınıyla iş yapıyordum, böyle oluncâ da çok hızlı gitmekteydim ve fazlasıyla direkttim. Neyse ki bunu tam zamanında yakaladım ve “onun Ögesinde” çalışmaya başlayarak doğru ayarlamayı yaptım. Bir su kıyısında olan güzel mülkü hakkında ağır ağır, sohbeti dolandırarak, orada yapılabileceklerin olasılıklarını hayalci bir şekilde araştırarak konuştuk. Onun bir Su

olduğu gerçeğini yakalamasaydım belki de harika biriyle çalışma fırsatını kaçırmış olacaktım.

Ağaç

Oysa kapı açılıp karşıma bir Ağaç insanı gelirse, o zaman işim farklıdır. Bu Öğenin eleştirel olmaya ve hemen sonuca atlamaya eğilimi olduğu için onunla güvenilirliğimi derhal tesis etmem gerektiğini bilirim. Bu durumda, doğrudan ve odaklanmış olacağım ve konuşurken gözlerinin içine bakarak hemen işe koyulacağım; sağduyuya hitap etmesi için işimin pratik yönlerine yoğunlaşacağım.

Bir keresinde bir avukatın karısı benden evlerinde feng shui uygulamamı istedi. Kadın bazı istişarelerde kocasının da orada olmasını istedi, adam da çok isteksiz bir şekilde, karısını memnun etmek için o günün öğle saatini evde geçirmeyi kabul etti. Vardığımda, avukat ofisinden gelmekte gecikmişti ama cana yakın Metal karısı ile onu beklerken tatlı tatlı çene çaldık. Aniden ön kapının çarparak kapanışını ve bir evrak çantasının yere çarpışını duydum, sonra bir çift gür kaş ve çıkık bir çene kapıdan içeri girdi! Boş saatini bu saçma sapan feng shui için feda etmek zorunda kaldığı için kızgın, sabırsızlığı neredeyse elle tutulur gibiydi.

Yeni Çağcı *Evrenin Enerjisi* gibi terimleri kullanarak başlamamam gerektiğini anladım! Onun yerine, yüzlerinden okuduklarıma dayanarak, alana ilişkin gereksinimlerinin neler olabileceği konusunda hemen bazı pratik bilgileri paylaşmaya başladım. Adam bununla ilgilendi ve bu bizi, onun karısıyla olan sorunlarını tartışmaya sürükledi. Büyülenmişti. Bir saatin sonunda ofisini telefonla arayarak öğleden sonraki randevularını iptal ettirdi. Zamanımızın geri kalanını, yüz okumayı evlilik danışmanlığının bir yöntemi olarak kullanarak birlikte geçirdik! Eğer bu adamın içsel gereksinimlerini ilk bakışta anlamamış olsaydım belki de birlikte kibar bir saat geçirecektik. Bundan da çok az şey çıkacaktı.

Ateş

Kapı açıldığında karşınızda bir Ateş insanı duruyorsa... Ben kişisel olarak heyecanlanırım çünkü bu Öğeden bende fazlasıyla var! Gülerek ve çene çalarak, aynı frekansta titreşir, alıp başımızı gidebiliriz. Ama sizde bu alanın nitelikleri pek yoksa bu danışanın aklının hemen yeni bir fikre atlamakta veya söylediklerinize odaklanmakta ne kadar zorlanabileceğine çabucak alışmanız gerekecektir. Eğer çok yavaşsanız, güvenini veya ilgisini kaybedebilirsiniz. Bir anda gözlerinin boş baktığını fark edersiniz; beyni belki de alışverişe çıkmıştır!

Bazı Ateş şahısları “olay kadın” tarzına sıcak baktıkları için birlikte olduğunuzda duygusal parlamalara hazırlıklı olmanız gerekebilir. Bir noktada, bu kişinin özel yaşamındaki bir meseleyle ilgili büyük bir keyifsizlik yaşanabilir, ya da bilmeden projenize müdahale eden bir karmaşa yaratabilir.

Toprak

Bu Öğeden birisiyle buluşmaya gittiğimde, birazdan çay ve kurabiyelerin ortaya çıkacağını bilirim! Birlikte bir şeyler yeriz, ben duvardaki aile fotoğraflarıyla ilgili sorular soracak veya şömüne rafındaki bazı özel hatıra eşyalara beğenimi sunacağımıdır.

Toprak insanların yaşamları genellikle arkadaşları ve akrabaları ile iç içedir. Bu nedenle sohbetlerinin çoğu bu konuları içerecektir. Ve bir olasılıkla onlar da sizin aileniz hakkında bir şeyler duymak isteyeceklerdir. Eğer daha ziyade yalnız yaşayan biriyseniz ya da bunun çok özel olduğunu veya sohbet için uygun bir konu olmadığını düşünürseniz, bu Öğenin insanları sizinle bağ kurmakta zorlanabilirler. En çok, bir an önce sizinle kişisel bir bağlantı duygusu hissetmek isteyeceklerdir. Eğer ilk karşılaşmada kucaklaşmadıysanız, birlikte geçirdiğiniz zamanın sonunda birbirinize mutlaka sarılacaksınız!

Metal

Kapıda duran kişi bir Metalse, ona Toprağın sımsıkı kucaklaşmasıyla sarılmam! Gelişimi muhtemelen iki sokak öteden hissetmiş olacaktır ve hâlâ enerjime alışmaya çalışıyordur. Ceketimdeki bir iplik parçasını veya ayakkabımdaki çamur zerrisini fark edecektir ve ilk yapmam gereken şeylerden biri, incelikli ayrıntıların nasıl da farkında olduğumu ona göstermektir. İlk karşılaştığımızda aramıza bir mesafe koyduğumdan da emin olmam gerekir. Evine girerken ayakkabılarımı çıkarmayı teklif ederek birlikte geçirdiğimiz ilk birkaç dakikada gösterebildiğim tüm duyarlılığı göstereceğim. Ayrılma saati geldiğinde bazı Metaller sıcak ve güzel bir kucaklaşmaya hazırdır ama kimileri hâlâ sadece elimi uzatırsam daha rahat edecektir!

Eğer bu Ögeyle buluşacağınızı daha önceden biliyorsanız, zamanında orada olduğunuzdan emin olun. Aslında, randevunuzu yerinde birkaç ayrıntıyla birlikte birkaç gün önceden teyit etmek çok iyi karşılanacaktır. Düşünceli ve bilinçli olduğunuzu gösterin, böylece onun güvenini kazanma yönünde epey bir yol kat etmiş olacaksınız.



Artık büyük resme odaklanmış olduğunuza göre, bir sonraki bölüm bilginizi eyleme dönüştürmenize yardımcı olacaktır. En eğlenceli kısım da budur: tümünü birleştirmek ve yüzleri okumak!



BİR YÜZÜ OKUMAK



Bu kitabı okuduktan sonra, büyük olasılıkla yüzlere bir daha asla eskisi gibi bakmayacaksınız. Kapıya gelen kuryenin kulakları, kız kardeşinizin çenesi, doktorunuzun kaşları dikkatinizi çekecektir. Aslında bu, bilgiyi bütünleştirmenin en iyi yoludur. Haydi, gidip elinizdeki yeni bilgiyle oynayın ve onu günlük yaşamınızda kullanın çünkü yüz okumayı ancak bu şekilde öğrenebilirsiniz.

Bunun ne kadar pratik olabileceğinin bir çalışması olarak, bu araçları kasiyerlerin yüzlerini okuyarak bir süpermarketten herkesten daha hızlı çıkmakta kullanabilirsiniz! En hızlı hareket edenin her zaman en kısa kuyruk olmadığını fark etmişsinizdir. Gireceğiniz kuyruğu seçmeden önce kasiyerlerin yüzlerini şöyle bir tarayın. En iyi öneri, Su özelliklerine sahip bir kasiyerden uzak durmaktır; dalgın olacaktır ve daha dolambaçlı bir biçimde çalışacaktır ki, eğer aceleniz varsa bu sizin için pek de iyi değildir. Ateşli bir kişiyi de geçin; paketçi çocukla flört etmekle o kadar meşguldür ki, mutlaka hata yapacaktır. Toprak kasiyeri de seçmeyin, zira herkesin cüzdanındaki resimlere bakmaya kendini öylesine kaptıracaktır ki, bu iş sonsuza dek sürecektir.

Benim tavsiyem Ağaç veya Metal kasiyerin bulunduğu bir kasa-ya yönelmenizdir. Ağaç olanı düzenli ve iş bilir olacaktır, sı- cak ve havadan sudan sohbetlerle ilgilenmez. Metal kadın çok dikkatli olacaktır ve zaten onun yanından bir an önce uzaklaşma- nızı ister! Yaptığınız alışverişi mükemmel bir şekilde paketlenme- si biraz uzun sürebilir, ama daima teneke kutuları en alta, yumurtaları da en üste koyacaktır.

Elbette ki, bu ilkeler uzun süreli bir ilişki kurmak istediğiniz kişiyle karşılaştığınızda, size daha engin olanaklar sağlar. Yüzün- de hangi Öğenin güçlü olduğunu bulun, bir bilgi hazinesi keşfet- miş olacaksınız. Onun nasıl düşünmeye, hissetmeye ve hareket etmeye yatkın olduğunu saptayacaksınız. Onun dilinden konu-ş- mayı ve onun bilgiyi nasıl işlemekten geçireceğini bileceksiniz. On- dan ne bekleyebileceğinizin, onun da sizden almaya ihtiyacı olduğu şeyin ne olduğunun farkında olacaksınız. Ve aynı derece- de önemli olarak, onunla benzer Öğeleri paylaşmadığınız takdir- de kişiliğine tepki verirken yolunuzu kaybetmeyeceksiniz.

Sonra, fırsatınız olduğu takdirde, ayrıntılara odaklanmaya baş- layabilirsiniz. Dudakları dolgundur, kulakları büyüktür, sağ ka- şında bir yara izi vardır, alnındaki saç çizgisi düzensizdir, gözlerinin kenarlarında kazayağı çizgileri vardır ve çenesi köşe- lidir gibi. Her özellik, iz ve kırışıklık bir mesajdır. Yavaş yavaş bu özgün kişinin net bir resmini elde etmeye başlarsınız

Bir arkadaşınızla ya da ailenizin bir üyesiyle ilk kez oturup tam bir yüz okuması egzersizi yaptığınızda, nereden başlayacağınızı bilemeyebilirsiniz. Ne de olsa yüz okumanın tek bir doğru yolu yoktur. Genel olarak önce rahatlamayı, nefes alıp vermeyi ve gü- lümsemeyi anımsamayı öneririm! Her ne kadar bir olasılıkla baş- langıçta bu kitaba sıklıkla başvuracak olsanız da, egzersiz yapmayı sürdürdüğünüz takdirde, çok kısa bir süre sonra kendi başınıza hiç düşünmediğiniz kadar çok şey gördüğünüzü fark edeceksiniz.

Yüzünü okuduğum birisine kafası yapılacak şeyler listesiyle dolu bir teknisyen gibi yaklaşmam. Aksine, zihnimi boşaltmaya ve o ana odaklanmaya çalışırım. Kendi kişiliğimi daha fazla or- taya koydukça, kendimi konuya vermem ve orada olanları gör- mem zorlaşır. Bazen işe geriye çekilip ana Öğenin hangisi

olduğunu bana gösterecek büyük resme bakarak başlar, daha sonra da ayrıntılara yakından bakarım. Bazen ise işe tek bir yüz hatıyla, hatta dikkatimi diğerlerinden daha fazla çeken tek bir izle bile başladığım olur. Zaman içinde, o izin o anda bana vereceği bazı önemli bilgiler olduğuna güvenmeyi öğrendim.

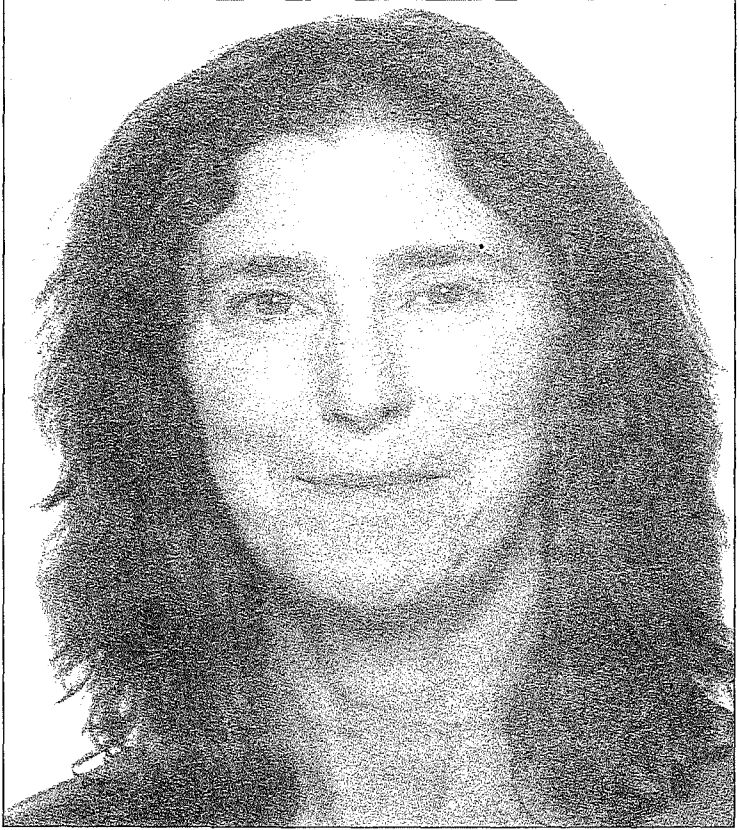
Genel olarak, öncelikle hangi yüz hattının en büyük ya da en dikkat çekici olduğunu görmek için bakmanızı öneririm, zira böyle yapmak çoğu zaman hangi Ögenin bu kişinin merkez üssü olduğunu gösterecektir. Eğer kişinin büyük bir burnu varsa, büyük olasılıkla Metal onun kişiliğinin ana yönü olacaktır; güçlü bir çenesi olduğu takdirde, onun temel etkilerinden en az biri olarak Suyu saptamışsınızdır. Yüzünde başka neyin belirgin olduğunu görerek, doğasında ikinci bir güçlü etmen olup olmadığını belirlemek için bakmaya devam edin; ondan sonra üçüncü, hatta dördüncü bir güçlü Öge bile olabilir. Bazı insanların yüzünde beş Ögenin tümü bulunabilir, ama gene de en güçlülerinin hangileri olduklarını tespit edebilirsiniz.

Bundan sonra nasıl devam edeceğinizden emin değilseniz, yüz haritasını kullanabilir (Bkz. Sayfa 51 ve 52) ve kulaklarından başlayıp o günlerden bu yaşına kadar geçen süreçte ona sorabileceğiniz herhangi ilginç bir deneyim bulabilir miyim diye bakarak yaşam öyküsünü okumaya çalışabilirsiniz. Daha sonra da onun gelecekteki potansiyelini görmek için ileriye, daha sonraki yıllara bakın. Ve devam ederek yüzünde başka ilginç kırıksıklıklar veya izler bulun ve onun yaşam yoluyla birlikte içsel doğasını kavrayışınızı güçlendirmek için anlamlarını belirleyin. Yüzünün iki dikey yanının ve üç yatay bölgenin size söyleyeceklerini de gözlemlemeyi unutmayın.

Gördüğünüz herhangi özel bir şeyin, size sadece bir parça bilgi ya da fazlasını gösteriyor olabileceğini anımsayın. Bir iz onun başa çıkmaya çalıştığı duygusal bir sorunu ortaya koyabilir, ya da belirli bir yaşta başından geçmiş önemli bir olayın işareti olabilir. Hatta onun bedensel sağlığının bir yönünü bile gösterebilir. Örneğin, gözaltı bölgesinin solgunlaşması, “dökülmemiş gözyaşları” sorunlarıyla, boşaltılması gereken duygularla uğraştığı anlamına gelebilir. Yüz haritasına göre, 30’lu yaşlarının sonlarında bir ya-

şam zorluğu olduğunun bir işareti de olabilir bu. Belki de böbreklerinin sağlığıyla ilgili bir sorunu yansıtıyordu. Ve gerçek bu açıklamalardan ikisi olabileceği gibi, hepsi de olabilir. Otuzlu yaşlarında stresli bir olayla başlayan şey onun bugünkü dökülmemiş gözyaşlarına bağlanabilir; yıllar boyu devam eden herhangi bir duygusal sorun da sonunda bedensel bir dengesizliğe dönüşebilir.

Aşağıda üzerinde çalışmanız için bazı örnek yüzler verilmiştir. Yorumlara geçmeden önce, her birinden bazı bilgiler çıkarmaya çalışın ve neler keşfettiğinizi görün!



Şekil 118



Şekil 119

Bu kadının yüzüne baktığımızda (Şekil 118 ve 119), gözünüze çarpan ilk şey, Ağacın güçlü dürtü ve güveninin bir işareti olan mükemmel kaşlarıdır. Bu kadında bu Öğenin odaklı vizyonu ve çalışmak ve “yapmak” yeteneği olacaktır. Büyük olasılıkla sabırsızlık, sıkıntı, hatta öfke sorunlarıyla boğuşacaktır ve amacına doğru ilerlemekten alıkonulmaktan hoşlanmayan birisidir. Kariyerinde ve genel olarak yaşamında, mantıklı sistemler, yapılar ve organizasyonlar geliştirmekten zevk alacaktır.

Girintili çıkıntılı şakakları Ağacın zorlayıcı davranışlara, dürtü kontrolüyle ilgili zorluklara, hatta bağımlılık yaratan şeylere eğilimli olma potansiyeline işaret etmektedir. Yüzündeki kırışıklıkların azlığı da sürekli ileri giden ve bazıları gibi eski duygulara takılı kalmayan bu Öğenin bir başka belirtisidir. Son önemli Ağaç özelliği olan çene de göze çarpmaktadır ama olabileceği kadar belirgin olmayıp biraz dardır. Bu onun bazı Ağaç kişiler gibi peşin hükümlü olmadığı anlamına gelir; hatta biraz

kararsız olabilir veya karar vermeye çalışırken başkaları tarafından kolayca etkilenebilir. Yüzü uzun ve dikdörtgendir, Ögenin bir diğer işareti; boyu uzundur ve vücut tipi ağaç türüdür. Yani, genel olarak, bu kadının “başlangıcı” Ağaçta ve onun işaret ettiği her şeydedir.

Ağaçtan sonra ortaya çıkan başka Öğeler de vardır. Bunlardan bir tanesi Metaldir; yanakları, aşırı belirgin olmasa da, otoreiteyi elinde tutabileceğini gösterecek kadar güçlüdür. Alının ortasındaki saç çizgisi üzerindeki hafif küçük V onda bir parça Su Öğesi de olduğunu gösterirken, gözlerindeki güzel ışık da epey miktarda Ateş’e işaret eder. Ayrıca gözleri yukarı doğru eğimlidir ki, bu da iyimserlik ve meraklılığı gösteren küçük bir Ateş işaretidir. Ağzının her iki yanında bulunan birkaç güzel Toprak para kesesi doğal enerji rezervlerini ortaya koymaktadır. Yüzünün orta ve alt bölümlerinin uzunluğu, güçlü yanlarının müthiş bir sezgisel yetenek düzeyiyle birleşmiş sağduyusunda yattığını göstermektedir. Alnı görece kısadır, bu da kendini rahat hissetmek için her şeyi incelemeye ve araştırmaya ihtiyacı olmadığını gösterir. Sol gözü sağa nazaran biraz daha kısık tutulmuştur ki, bu da onun insanları ve olayları özel olarak kendisinin dışarıya gösterdiğinden daha fazla değerlendirmeye tabi tuttuğu anlamına gelir. Dışarıdan görüldüğü kadar açık bir insan değildir.

Kulağın kenar kıvrımındaki değişim onun sekiz yaşı civarında zorluklarla karşılaştığını belirtirken, düzensiz saç çizgisi de zor bir ergenlik dönemi geçirdiğini gösterir. Kaşlarının arasındaki hafif iz kırk yaşına girerken meydana gelen geçmişten bir kopuşun işareti olabilir. Bu aynı zamanda yaşamına para veya enerji getirilmesi ile ilgili bazı sorunları yansıtabileceği gibi, hafif bir sindirim sorununu da gösterebilir. Bunlar onu sorgulayarak belirlenecektir.

Ağzı bir parça gerginlik taşımaktadır; dudakları biraz incedir ve çevresinde bazı izler vardır ki, bu birkaç Toprak kusurunu göstermektedir. Bunlar onun çok eskiden annesiyle olan ilişkilerindeki sorunlarla veya çocukluğundaki güvenlik meseleleriyle ilgili olabilir. Bu da yaşam boyu süren kendini bir şe-

kilde güvensiz hissetme duygusuna ve/veya çok yakın ilişkilerdeki kişisel zorluklara dönüşebilir.

Çenesindeki birkaç belli belirsiz çizgi, yaşamında bol miktarda Su irade gücü kullandığını düşünmeme neden oluyor.



Şekil 120



Şekil 121

Bu kadın yarı Asyalı ve yarı Kuzey Avrupalı (Şekil 120 ve 121). Yüz okurken ırksal kökeni göz önünde bulundurmak önemlidir; daha önce de sözünü ettiğimiz gibi Asyalı yüzleri Asyalılarla, Beyaz ırktan yüzleri Beyaz ırktan yüzlerle, Afrikalı yüzleri de Afrikalılarla karşılaştırmalısınız. Melez ırktan bir insanın durumunda, her iki ırkın da tek tek yüz hatlarına yaptığı etkileri dikkate almak gerekir. Örneğin, Asyalı ve Afrikalı yüzlerde Beyaz ırka kıyasla daha geniş burunlar ve daha dolgun dudaklar vardır ki, örneğimizdeki durumda da bu böyledir. Eğer bu kadın yalnızca Beyaz ırktan olsaydı, burnunun ve dudaklarının dolgunluğunu bu durumda olduğundan daha önemli olarak ele alırdık.

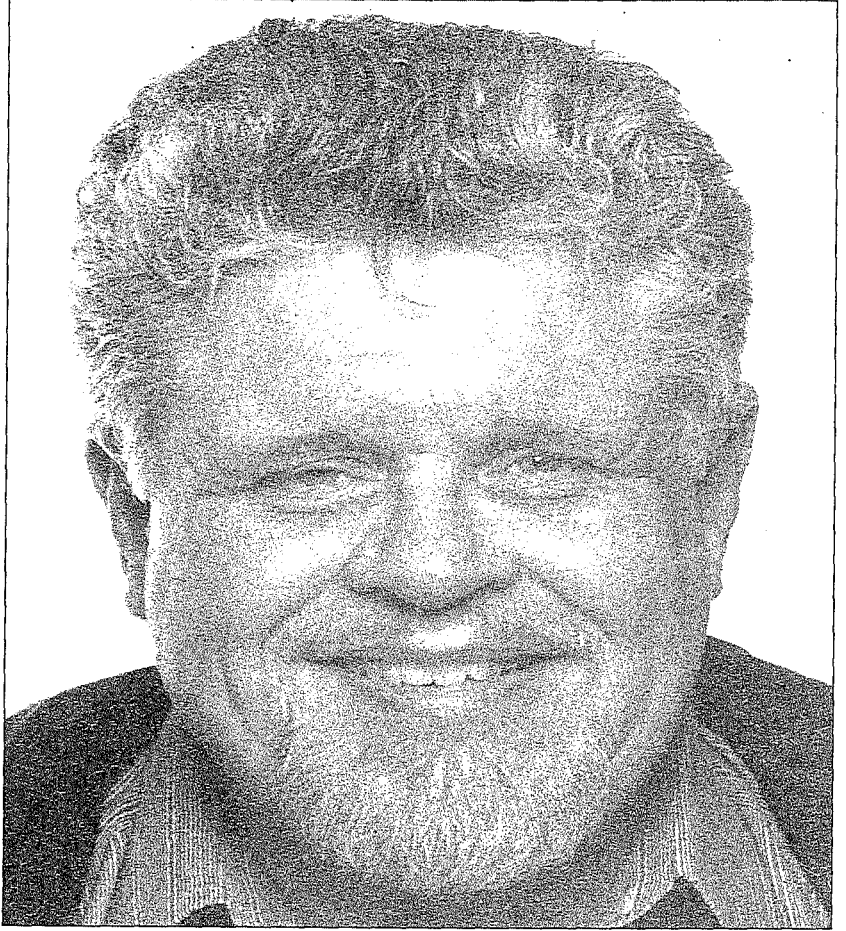
Bu kadın Su ve Toprağın güzel bir karışımıdır. Alnının ortasındaki saç çizgisi üzerindeki küçük V, geniş burun altı oluğu, büyük kulakları ve kulakmemeleri ve genel olarak yüz hatlarının yumuşaklığı onun doğasından gelen Su bilgeliğini ve yaratıcılığını gösterir. Onda diğer Öğelerde eksik olan dingin

derinlik var ve belki yaşamdaki yaratıcılığını ifade etme ihtiyacı olabilir. Kariyeri ona bu fırsatı vermediği takdirde, mutlaka kendisine yaratıcı bir çıkış noktası sağlayacak bir hobi, hatta paralel bir meslek geliştirecektir. Bu kadın neye ihtiyaç duyduğunu veya herhangi bir durumda kendisini rahatsız eden şeyleri dile getirememekle ilgili olarak, bilinen Su zorluklarıyla mücadele edebilir. Dolgun alt yanakları ve ağzı Toprağı, kişiliğinde vurgulanan ikinci Öge yapar, kalkık burnu da onun Toprak duygusallığını gösterir. Bu özellikler ondaki Suyun bağımsızlık arzusunu bir parça azaltacaktır. Örneğin, bu etki istikrar ve bir topluluk içinde olma gereksinimi nedeniyle girdiği işte kalması olasılığını artıracaktır. Seyahat etmeyi gene de sevebilir ama daima geri döneceği sabit bir evi olacaktır. Bir yandan mahremiyet ve yalnızlık için olan Su gereksinimini hissederken, diğer taraftan Toprak Ögesi güçlü olduğundan çok fazla arkadaşla sahip olmak da önemli olacaktır.

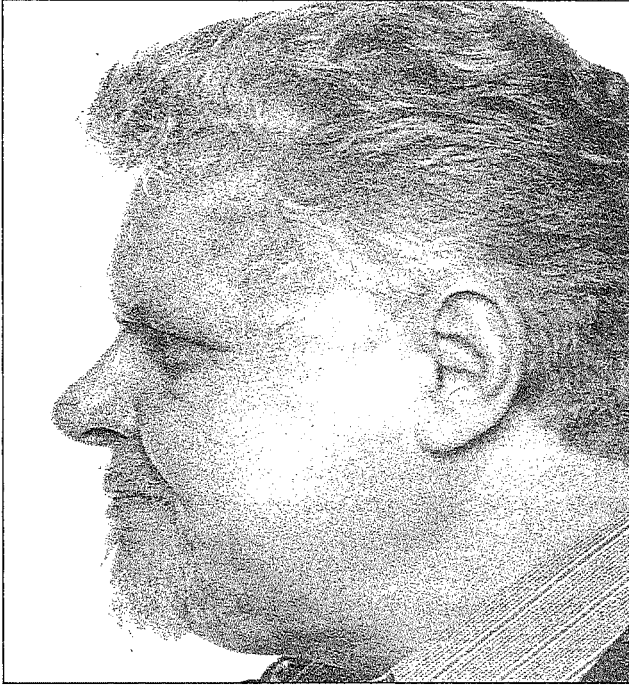
Kaşlarının uzunluğu onun, sadece birkaç yakın arkadaşla sahip olmak yerine, yaşamında birçok ilişkiyi faal tutmasını sağlayan Ağaç yeteneğine sahip olduğunu gösterir. Ama kaşlarının seyrek olması bir güven ya da kararlılık eksikliğini ortaya koyar.

Üst dudağının üstündeki bölgede bazı küçük kırışıklıklar oluşmaktadır. Yaşamında nasıl kendini hayal kırıklığına uğratmış veya duygusal açıdan yeterince beslenmemiş hissedebileceğini ve bunu düzeltmek için ne yapabileceğini değerlendirmek gerekir. Burun delikleri çoğu insana kıyasla daha rahat para harcayabileceğini ortaya koymakla birlikte, bu endişelenecek bir şey değildir. Onun güzel kulakmemelerine bakarken, en güçlü yanlarından birinin uzun vadeli mali planlama yapma yeteneği olduğunu görürüz. Alt yanaklarındaki para keseleri de hayatta güvenlik içinde olacağının harika bir belirtisidir. Onun için, çok para harcamasına rağmen, tasarruflarında ve yatırımlarında akıllı olacak ve her harcamanın içermelerini dengeleyecektir. Yüzünün iki yanı birbirinden oldukça farklıdır. Sadece sola bakmak için sağ yanı kapattığınız takdirde, oradaki özel üzüntüyü göreceksiniz: Öte yandan sağ yan onun, sizi gerçek bir dost gibi kar-

şıl原因, sıcak, ihtimamlı mizacı ile parıldamaktadır. Yatay olarak üç bölgeye bölündüğünde, yüzü Sezgisel Bölgesinin çok güçlü olduğunu göstermektedir ki bu da zaten sezgili olan Su tabiatını daha da güçlendirmektedir.



Şekil 122



Şekil 123

Burada (Şekil 122 ve 123) kalın, dalgalı saçlı; yüksek, bombeli alınlı; gözlerinin çevresi gölgeli ve güçlü çeneli (hepsi de Su işaretleri) bir adam görüyoruz. Bu adamda hayli yaratıcı bir kişilik, duygu derinliği ve yaşam boyu süren bir bağımsızlık ihtiyacı gibi Ögesel özellikler olabilir. Güçlü çenesi bize bu kişinin iradesi güçlü, hatta inatçı birisi olduğunu söylüyor. İsyankârlığı belirsiz düz bir saç çizgisiyle birleştiğinde, bu onun kendisine söylenen şeyi itirazsız yapacak birisi olmadığına işaret ediyor!

Sudan sonra, yüzünün yuvarlaklığı, dolgun dudakları ve büyük ağız enerjisinin daha sonra Toprağa gittiğini gösteriyor. Ucunun yuvarlaklığıyla, burnu da bu Ögenin varlığına işaret ediyor. İlişkiler onun için önemlidir; diğer Su Ögeli insanlara kıyasla daha açıkça dostane olabilir. Gözünün çevresindeki Ateşli kazayağı çizgileri ve gamzesi de bu mizacı doğrulamaktadır.

Güçlü kaşları olmadığından, Ağaç muhtemelen en zayıf Öğesidir. Bu onun güven, kararlılık ve dürtü düzeylerini azaltabilir ki, bu da bizim kültürümüzdeki bir erkek için zor olabilir.

Dikkat çeken bir özellik, gözlerinin ne kadar derine yerleşmiş olduğudur. Bu da dostane ve nazik olabilmesine karşın, daha özel duygularını çok yakın bir ilişki içindeyken bile kolaylıkla ileteyebileceğine işaret eder. Bu onun sakın ve gizli saklı olmakla ilgili Su eğilimiyle birleştiğinde, kişiliğini anlamakta gerçekten önemli olabilir. Düşündüklerini açıkça ifade etme ve paylaşma olasılığı oldukça düşüktür. Kartlarını kapalı oynayacağından sizinle veya bir durumla ilgili gerçekten neler hissettiğini asla bilemezsiniz. O nedenle, Topraksı nitelikleri, bu özellikler sayesinde biraz değişim gösterebilir.

İlginç bir biçimde bu, yüzünün iki yanına bakarak elde ettiğimiz küçük bir bilgiyle etkisiz kılınabilir. Sol göz daha açıkken, daha dışa açık taraftaki sağ gözü aslında daha kapalı gözükmetedir. Öyleyse, dışarıya kim olduğunu paylaşmaya pek istekli olmadığı mesajını vermesine karşın aslında buna düşünebileceğinizden çok daha hazırdır. Bu, bağ kurma arzusunun gizli olması gerektiği düşüncesinden doğan güçlü ve yansız görünmekle ilgili erkeksi bir gereksinimin işareti olabilir.

Burnu, ucunda bir yuvarlaklık olmakla birlikte, aynı zamanda biraz sivridir de; merakını ve işlerin nasıl yürüdüğüne olan ilgisini gösteren bir parça Ateş. Burun kemeri üzerinde, muhtemelen kırk yaş civarında meydana gelen bir yaşam değişikliğinin ya da sindirim sistemiyle ilgili bir fiziksel sorunun işareti olan, yatay bir çizgi vardır. Son olarak da alınının her iki yanında ince diyagonal çizgiler vardır ki, bu, “ruhun karanlık gecesinde” geçmiş ve kişisel ve ruhsal gelişimle ilgili önemli çalışmalar yapmış birisinin belirtisi olabilir.

Çocukların yüzünü okumak

Doğum anından itibaren çocukların yüzündeki bilgileri okuyabilir ve gelişim yılları boyunca yüzleri değiştikçe onlar hakkında yeni şeyler algılayabilirsiniz. Çinliler bir çocuğun yirmi beş yaşı-

na kadar “annesinin yüzüne” sahip olduğunu söylerler. Yani yetişkinliğe kadar, çocuk hâîâ anne babasının etkisi altında gelişiyordur. Ancak bu doğru olsa bile, bu küçük yüzlerde sadece onların olan birçok şey görebilirsiniz. Minik bir yüze bakmak ve şimdiden yuvarlanmış bir alında yansıyan sanatçı ruha sahip bir yaradılışa, sivri bir burunla temsil edilen meraklı bir zihne veya yarık bir çenede akseden küçük bir oyuncuya bakmak çok da eğlenceli olabilir.

Çoğu anne baba çocuklarının kulaklarında görebilecekleri şekillerden endişe duyarlar zira orada yaklaşmakta olan stresleri göreceklardır. Bu organdaki bir izin bu kadar erken bir yaşta önemli bir soruna işaret ediyor olmasından endişelenmek doğaldır; bir anne olarak, endişenin ağırlığını ve çocukları herhangi bir kötülükten korumak için duyulan güçlü arzuyu anlıyorum. Kulakta olağandışı bir şey görseniz dahi, bunun çocuğun başına feci bir şey geleceği anlamına gelmediğini unutmamak elzemdir; ifade ettiği, yalnızca o noktada belirtilen yaşta bir zorluk olacaktır.

Unutmayın ki stres yaratan şey başınıza ne geldiği değil, sizin bu durumla ilgili olarak ne hissettiğinizdir. Sıklıkla birisinin kulağında onun okul değiştirdiği ve kardeşinin doğduğu yılla örtüşen bir iz görürüm. Bu tür deneyimler normal hayatın bir parçasıdır, ama gene de oldukları anda üstesinden gelinmesi zor olabilirler. Bir tür stresin çoğunuza yaklaşmakta olduğunu bilmek aslında çok büyük bir avantajdır, zira zaman yaklaşırken ilave destekle ona yardıma hazır olmanın planlarını yapabilirsiniz.

Tabii ki, çocukların çoğunda okuyacak kırıksıklık bulamayacaksınız ama ara sıra bir çocuk ergenliğe yaklaşırken veya ergenliğin daha ileri yaşlarında birkaç çizgiye rastlayabilirsiniz. Örneğin bu yaşlarda bir alın kırıksıklığının oluştuğunu görmek o kadar da olağandışı değildir; bu, onun güncel düşünce ya da duygu kalıplarında -dünyayı algılama biçiminde- strese ya da yirmili yaşlarında (alında izi olan on yıl) bir yaşam dersine zemin yaratan bir şeyler olduğu anlamına gelir. Çocuğunuzu kırıksıklığın üzerine birkaç saatliğine bir bant yapıştırmaya ikna edebildiğiniz takdirde, ona bazı ilginç esinler gelebilir! Daha önce de sözünü ettiğim gibi, bandın çekildiğini her hissettiğinde durup

kendini o anda hissettiklerine ve düşündüklerine kulak vermelidir. Bu çizgiyi oluşturan benzer ve önündeki yirmili yaşlarda bazı yaşam zorluklarına katkıda bulunacak bir düşünce ve duygular örüntüsü keşfedebilir.



Şekil 124

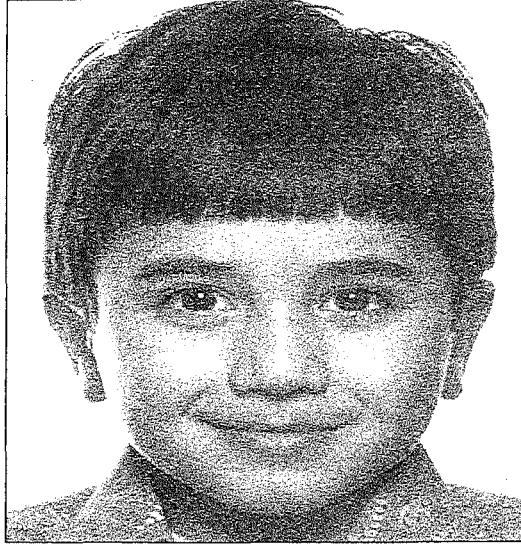


Şekil 125

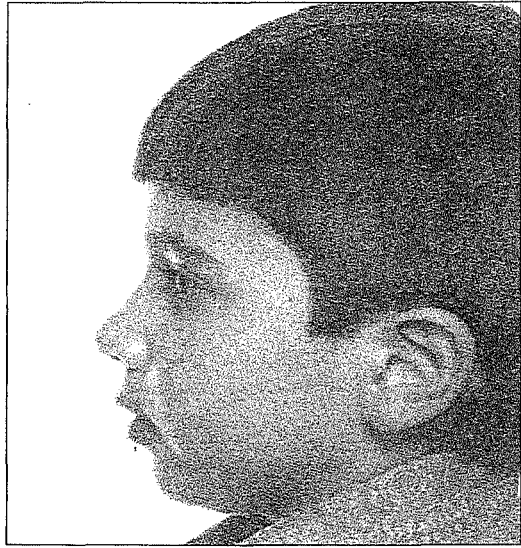
Bu güzel genç kızın yüzünde (Şekil 124 ve 125) en kolay ağzının sivri uçlarında, çenesindeki hafif yarıktaki (profilden daha iyi görünen) ve gözlerindeki ışıktaki görülen çok hoş bir Ateş var. Onun için, o kolayca heyecanlanan, daima hareket halinde, kıkırdamalarla ve keyifle dolu, canlı ve neşeli bir çocuk olacaktır. Bir miktar Ateş Ögesi endişesi yaşayabilir, hatta Ateş'in dikkati kısa süre koruyabilme özelliği nedeniyle, okulda odaklanma sıkıntısı çekebilir.

Ama yanakları, onun başkalarına ne istediğini söyleme ihtiyacını hisseden çok hassas bir kız olduğunu gösteren, dikkate değer miktarda Metal stokuna da işaret ediyor! Metal-Ateş birleşimi zor olabilir, zira bu onun sadece başka insanların ve çevresinin güç alılan enerjisinden etkilenmesi olasılığını artırır. Öte yandan, başkalarının ihtiyaçlarının ve duygularının büyük ölçüde farkında olabilir. Gözlerinin yuvarlanmış iç kantusu da onun iletişimdeki fazladan zarafet ve nezaket stokunu gösterir. Dolgun dudakları ona daha fazla Toprak niteliği katar ki bu da arkadaşlara ve ilişkilere değer vereceği anlamına gelir.

Köşeli çenesi ona iyi bir sağduyu stoku sağlarken, kuvveti de irade gücünü ortaya koyar. Kaşları onun başkalarını memnun etmekle kendini hiçe sayacak kadar ilgili olmadığını gösterir. Belirgin çene kemikleri Ağacın güçlü inanç sisteminin bir simgesidir; bu kesinlikle başkalarının fikriyle kolayca aklı çelinmeyecek bir kızdır. Mükemmel filtrumu ve hafifçe yuvarlanmış alını ona güçlü bir dozda Su ilave eder -çok yaratıcı bir ruh!



Şekil 126



Şekil 127



Şekil 128



Şekil 129

Bu muhteşem Doğu Asyalı çocuklar kardeşlerdir. Yüzlerindeki benzerlikleri görebilirsiniz ama kim olduklarını anlamak açısından önemli olan farklılıklar da vardır. Bu küçük erkek çocuğun başlangıcı Ateş'tir. Parlak ruhunun gözlerden ışık saçtığını görebilirsiniz! Çenesi de bir Ateş yarığının izini taşımaktadır. Kaşları güçlüdür, yüklü miktarda Ağaç dürtüsü ve güveni sağlamaktadır; alt göz kapakları fazlaca yuvarlanmış değildir ve bir insanı veya sorunu, duygular tarafından fazlaca etkilenmek yerine, mantıkla değerlendirme yeteneği olduğunu göstermektedir.

Üst dudağı alt dudağından daha incedir ki bu erkekler için olağandışı değildir. Şımartılmayı sever: bu aşamada annesi, daha sonraları da eşi tarafından. Alt yanaklarında Toprak para kesele-ri vardır ve burnunun geniş kemeriyle birlikte ona enerji rezerv-leri ve ihtimamlı Toprak sevecenliğinin ilave bir stokunu verir.

Kulakları kafasının oldukça aşağısında yer almaktadır ki bu da onun hayatta gerçek başarıyı erken değil, biraz geç bulabileceğini gösterir. Uzun vadeli planlamaya odaklanmayı ve fazladan Su bilgeliğini gösteren dolgun ve etli kulakmemelerine sahiptir. Kulak memeleri kafasının kenarından ayrılabilirdi için yuvadan ayrılabilir ve aileye pek bağlı kalması gerekmecektir. Bur-nunun nihai şekli hâlâ oluşmaktadır ve bu ergenlikten çıkana ka-dar devam edecektir, ancak bir parça sivri olması olasılığı vardır. Bu da birçok yönden dünyanın işleyişini öğrenmek isteyen merak-lı bir yapıya işaret eder.

Öte yandan, kız kardeşinin yüzünde kendisine kıyasla daha fazla Su vardır. Kız çocuk daha fazla Su duygusallığı taşımakta-dır bu da varlığına derinlik ekler. Kaşları erkek kardeşininkilerden daha uzundur. Bu dostlukların onun için daha önemli olduğunu gösterir -birçok ilişkiye sahip olma yeteneğine ve onların çeşitli kişilikleriyle başa çıkmak için Su Ki'sine sahiptir. Alt göz kapak-ları daha fazla yuvarlanmış olması başkalarının duygularına olan ilgisini ortaya koyar. Dudakları daha dolgundur. Bu da gene ge-nelde kendini duygusal olarak daha iyi ifade eden ve ilişkilerin kendisi için daima önemli olduğu bir kişiye işaret eder.

Kulakmemelerinin büyük bölümü saçı tarafından saklanmış olsa da, bir başka özelliği görmemize izin vermektedir. Kulakme-

meleri erkek kardeşine kıyasla kafasının kenarına daha fazla bağlıdır. Bu da aileye bağlılığın onun için daima daha önemli olacağı anlamına gelir. Burnunun hafifçe yukarı dönük olması bir duygusallık potansiyeli gösterir; ancak burun hayatının daha ilerideki bir evresinde tam olarak şekillenene kadar duygusallığının derecesini bilemeyeceğiz. Çenesi erkek kardeşine kıyasla daha köşelidir ki bu da anlayışlı bir mizacı, yüzünün geri kalan kısmında görülen yumuşak duyarlılığa karşı iyi bir kontrolü ortaya koymaktadır.



Tüm bu bilgileri okumak çok heyecan verici olabilir ama nasıl stres bizim olayları yorumlama biçimimizden geliyorsa, yüz okumanın etkinliği de onu uygulayış şeklinizde yatar. Bir sonraki bölüm, yolculuğunuzu -ve diğerlerinininkileri- kolaylaştırmak için yeni becerilerinizi nasıl kullanacağınızı araştırıyor.



İnsan kurallara sığmaz!

SEVGİ GÖZÜ



İlişkilerinde sorunlar yaşayan iki komşum vardı. Kadınlardan biri çok duyarlı, çok Metal biriydi. Oldukça fazla Toprak kişiliği olan yeni komşu hemen yandaki eve taşındı; henüz boşanmıştı. Öfke ve kayıp duygularıyla baş etmeye çalışıyordu. Duyarlı kadının kısa sürede duyumsadığı bu yeni komşudan yayılan güçlü enerji dalgaları, kaldırabileceğinden fazlaydı. Bu kadının sadece varlığı bile onun endişe ve üzüntü hissetmesine yetti. Komşusu onun bahçe çitinin çok yakınına çiçek ektiğinde veya çöp tenekelerini onun arazi çizgisine yakın koyduğunda kasıldığını hissedirdi.

Toprak olan da kendi adına bu gergin kadından rahatsızdı. Önceleri aralarının düzelmesi için Metal kadının bahçesindeki ayrık otlarını yolmak veya gazetesini kapısına getirmek gibi iyilikler yapmayı denedi fakat mahallenin eski sakini bunu sınır ihlali olarak görüp daha da sinirlendi. Evlerinden aynı anda dışarı çıkma noktasına kadar geldi iş. Ancak bu bile Metal kadının kendini daha iyi hissetmesine yetmedi. Bana, her ikisi de evlerindeyken bile duvarlardan geçen güçlü duygu enerjisini duyumsadığını söylüyordu.

Yeni komşu da bana içini dökerek, “Neden bu kadar sinirli olduğumu bilmiyorum. Sadece evimden ona sevgimi gönderip duruyorum” dedi. Dürtülerinin tümüyle samimi olduğundan eminsem de, iyi niyetlerle başlayan bu şey yan kapıya ulaşmadan önce kadının güçlü, Topraksı kişiliğinin tüm katmanlarından geçmek zorundaydı. Sonunda komşu alana ulaşan şeye kadının enerjisinden bir tutam eklenip bir de Metal kadının kendi katmanlarının yorumundan geçtiğinde, hiç de sevgiye benzemiyordu!

Hepimizin yüreğinde gerçek bir arzunun yattığına inanırım: tümüyle sevdiğimiz ve tümüyle seveceğimiz bir hayat yaşamak. Hayatı sevgi vermeye çalışarak ve sevgi alma isteğiyle yaşarız ama yaşamda sıklıkla hedefi ıskalarız. Gönderdiğimiz şeyler karşımızdakinin başının üzerinden geçer gider, ya da sola kaçar veya kısa düşer. Hedefine ulaşsa bile, işin içindeki iki karakter nedeniyle öylesine aldattıcıdır ki konuşacak dili olmaz. Aynı şekilde, birinin bize gönderdiği sevgi de aynı şeyi yapar, böylece her ikimiz de gönderdiklerimizin alınmadığını hissederiz. Karşılığında biz de bir şey almıyoruzdur. Hayatımızdakilerin bize sevgi vermeye çalıştıkları bütün o yollardan bihaber olabiliriz ve sonunda hepimiz yoksunluk hissederiz.

Bunun birçok şekilde olduğunu görürüm. Hepimiz etrafta kendi kişiliklerimize gömülmüş bir şekilde yürürüz. Bu da başkalarıyla kuracağımız ilişkiyi etkiler. Kişiliklerimiz aslında doğal Öğelerimizden yola çıkan inanç sistemleridir, ama sonra deneyimlerimizden, diğerlerinin tepkilerinden ve tümüyle başa çıkmaya çalışma yöntemlerimizden etkilenirler. Birçoğumuz için bu inanç katmanları zaman içinde olduğumuzu düşündüğümüz kişiyi ve dünyanın nasıl işlediğini anlatan uzun bir “öykü” oluştururlar. Bu algı geçerli veya geçersiz olabilir ve uzun vadede bize bir faydası olmayabilir! Kendi kişisel oyunumuz içinde kaybolduğumuzda, dengeden çıkar, içsel bilgeliğimizden kopar ve tüm diğerlerinden kendimizi çok ayrı hissederiz. Her şeyi fazlasıyla kişisel ve ciddiye alıyorsak, yaşam her anlamda zordur. (Bu kitabın başlangıç bölümünde sözünü ettiğim) Michelangelo’nun heykeli gibi, melek bir mermer bloğunun içine hapsedilmiştir.

Ancak, kişilik katmanlarını içindeki özü ortaya çıkartacak şekilde temizlemenin bir yolunu bulabilirsek, kendimizi ve diğerlerini yepyeni bir ışık altında görebiliriz. Kendi küçük ve kısıtlı algımızda saplanıp kalmışlığın ötesine, daha engin bir farkındalığa geçebiliriz. Beş Öğeyi ve yüz okumayı kavrayarak, kendimiz ve karşılaştığımız herkes için, “sevgi gözü” dediğim şeyi geliştirebiliriz. Ani tepki göstermek veya hükümler vermek yerine, yaşamımızdaki tüm insanları oldukları gibi kabul edebilir ve bunun nedenini daha kolay görebiliriz.

Günümüzde giderek daha çok insan ilerlemesini engelleyen kişisel öyküsünün katmanları olduğu gerçeğine daha çok uyanıyor ve yepyeni bir yoldan ileriye gidebilmek için onları temizlemeye çabalıyor. Ara sıra, yüz okumayı öğrenmenin onu kendi kişiliğine daha da hapsedeceğinden endişe duyduğunu söyleyen birileri çıkar. İlk bakışta, kendi doğal enerjilerinizi keşfetmenin sizi kim olduğunuzun dar tanımları içinde kısıtlayabilecekmış gibi görünebildiği doğrudur ama ben bunun tamamıyla tersinin olduğunu keşfettim.

Kendinizi evrensel gelgitlerin, tüm doğanın *yin* ve *yang*’larının ışığında görebildiğinizde, yaşadığınız o küçük yerden kurtulursunuz. Kapılar hızla savrulur ve açılır, dam uçar gider ve siz öykünüzü öyle kişisel ve o kadar ciddiye almamaya başlarsınız. Kimselerin sizin duygularınızı paylaşmadığını düşünmek yerine, onları doğal ve evrensel enerji akışının bir parçası olarak kabul edersiniz. Kocanız akşam yemeğine geciktiğinde aklınıza üşüşen endişe Toprak özeninizin bir kısmıdır, bir terfi için duyumsadığınız rekabet hissi birazcık Ağaç dürtüsüdür ve bir rapor hazırlarken nefesinizi daraltan huzursuzluk ortaya çıkan Metal mükemmeliyetçiliğidir. Bu artık bir şeyi “yanlış” yapıyorsunuz anlamına gelmediği gibi vücudunuzda tutulan genel enerji düzeyine de eklemeler yapmıyorsunuzdur. Duygularınızı yeni bir yolla kabul edebilir ve ilerlemelerine izin verirsiniz.

On yedinci kez “Bana bakar mısın!” diye bağırان kızınızın sadece Ateşidir o; siz aceleyle akşam yemeğini hazırlarken kasten sizi delirtmeye çalışıyor anlamına gelmez. Eşinizin sabah dokuz, akşam beş çalışma saatlerini reddetmesi olgun olmaması anlamı-

na gelmeyebilir; özgürlüğe olan Su içeren gereksinimi ve olağan-
dışı bir yaşama olan Ögesel çekimi olabilir bu... ve bu nitelikler
yıllar içerisinde kendini göstermeyi sürdürecektir.

Her insanın doğasında yatan enerjiyi anlayabildiğinizde, he-
men tepki vermek veya suçlamak yoluna gitmeniz daha az olası-
dır. Sevgi gözünüzle, ilişkilerinizi inceleyeceğiniz geniş yeni bir
bakış açınız ve oradan nereye gideceğinizin farklı seçenekleri ola-
caktır. Yüzünüzün açığa çıkardığı aklı okumayı öğrendiğinizde,
sevgiyi başarıyla nasıl verip nasıl alacağınızı da anlayabilirsiniz.

Bu bilgi yaşamınızdaki herkesle karşılıklı iletişiminizi dönüş-
türebilirken, elbette en çok kendinizle olan ilişkinizde değerlidir.
Kendi yüzümün yaradılışındaki güçlerime ve zorluklarıma dair
söylediklerini sonunda kavramak hayatımı değiştiren bir keşif oldu.
Soluk benim, büyük burnum ve ince kemiklerimle doğamda çok
fazla Metal var. Gözlerim gibi kızıl saçlarım da Ateşin ikinci güç-
lü Öge olduğunu ortaya koyuyor. Çocukken üzgün olan birini gör-
düğümde, bunun dışı vuran hiçbir işaretini göstermeseler bile,
üzüntüye gark olacak kadar empati duyardım. Boş bir odaya girer,
uzun zaman önce yapılmış olan bir tartışmanın orada kalmış ener-
jik duygu kalıntıları yüzünden kendimi fiziksel olarak hasta hisse-
derdim. Sık sık hastalanırdım zira sistemim etrafımdaki insanlardan
ve yerlerden emdiğim tüm bu bilgilerle aşırı strese girerdi; benden
yana süzülen çoğu mikroba karşı direnecek kadar güçlü değildim.
Çocukluktaki deneyimlerimiz genellikle yaşamımızın geri kalanın-
da olacağımıza inandığımız kişiyi tanımlar, fakat yüz okumanın
sağladığı içgörüler kendimi yepyeni bir ışıpta görmeme izin verdi.
Kırılgan ve aşırı hassas olduğum ve her zaman dikkatli olmam ge-
rektiği görüşünü kabul etmek yerine, önceki bu zorlanmalarımın
bir erişkin olarak en büyük gücüm haline dönüştüğünü görebildim.
Beni çevremdeki bilginin bir kurbanı haline getiren duyarlılık far-
kındalığa ve güçlenmeye dönüştü.

Metalin nüanslarını takdir etmeyi öğrenmek, hayata yaklaş-
manın ve enerjimi olumlu bir biçimde yönetebilmenin gerekli yol-
larını kabul etmeme ve onlara saygı duymama yardımcı oldu. Bu,
aynı zamanda, işimin aşırı duyarlı olan başkalarını, sonunda ha-
yatlarında denge ve güçle nasıl yürüyeceklerini öğrenmelerine

destek olarak, eğitmeyi kapsayacak şekilde genişleme nedenini de açıkladı.

Ateşle birlikte mizacımdaki bir başka güçlü Öge de Topraktır. Metal duyarlılığıma rağmen başkalarıyla olmayı sevmemin nedeni budur. İnsanlarla buluştuğumda ilk dürtüm onlara yardım etmek isteğidir, gerçi bu enerji tümüyle Topraksı olan bazı kişiliklerde olduğu gibi onları beslemek arzusu olarak kendini göstermez! Onun yerine benim Metalim ve Ateşimle birleşik olarak hareket eder. Onlara, zihinsel ve duygusal netlik sağlayarak, ince enerjileriyle çalışarak veya diğerlerini onların şaşırtıcı yetenekleriyle heyecanlandırarak yardımcı olmak isterim.

Bende, bana öğrenme dürtüsünü ve sevgisini veren iyi bir doz da Ağaç Ögesi vardır. Aslında yapımdaki tek zayıf alan Sudur. Bunun beni zorlayan Ögem olduğunu bilmek sağlıklı seçimler yapmakta bana yardımcı olur. Stresli zamanlardan çıkmak için kendimi yoksun bırakma eğilimi gösteren doğal Metalimi tanımayı öğrendim, fakat şimdi kudretli Su rezervlerime uzanabileceğimi biliyorum. Her akşam uzun uzun banyo yapmaktan zevk almayacak kadar Ateşli olabilirim, fakat bu enerjinin sakladığı güçlü bilgeliğe ulaşmak için kendime sakın zamanlar ve yoğun dinlenme anları ayırmanın kendimce yollarını yarattım.

Aynaya baktığınızda, kendi öykünüzü ve o seçimleri neden yaptığınızı görmek için bu bilgiyi kullanın. Örneğin, Suyunuz size nasıl cesaret getirdi veya Ağacınızın bazı yönleri ilerlemenizi ne zaman engelledi veya buna yardımcı oldu? Ateşiniz sizi hiç yoldan çıkardı mı ve yeniden dengeye oturmak için ne yapabilirsiniz? Toprağınız kariyer yolunuzu nasıl etkiliyor? Metaliniz ilişkilerinizi ne zaman etkiler? Benim gibi siz de yolculuğunuzun devrimsel bir kavrayışını keşfedebilir ve buradan öteye nasıl gideceğinize dair içgörüler kazanabilirsiniz.

Son olarak, umarım bu bilgi görünüş, güzellik ve kültürel inançlarımızın her birimizin dış görünüşü konusunda bize hissettirdikleri üzerine yaptığımız sohbetimize yeni bir şeyler katar.

Kırıksıklıklarınızın ne anlama geldiğini ve yüz hatlarınızın içsel doğrunuzu yansıttığını gerçekten anladığınızda, neden tek bir şeyi bile silmek veya değiştirmek isteyesiniz ki? Amaç çizgileri-

nizi yok etmeyi, güçlü burnunuzun ebadını küçültmeyi ve hatta bir boşanmadan veya zor bir kariyer seçiminden öğrendiğiniz derisi gösteren izleri gidermeyi neden seçersiniz? Bu bana aile albümünüzü -hayat hikâyenizin kaydını- kaldırıp atmakla eş gibi geliyor! Bunlar cesaret madalyaları, onur izleri ve içsel gelişmenizin ve derinleşen bilgeliğinizin işaretleridir. Yüzünüzü, yüzey-sel güzelliğin ne olması gerektiği üzerine en son mutabakata uydurmak zorunda olduğunuzu düşünmek yerine, belki bu bilgiyi gerçek iç güzelliğinizi keşfetmek, besleyip büyütmek, çoğaltmak ve ifade etmekte kullanabilirsiniz. Ve aynaya baktığınızda, nihayet gördüğünüz kişiye âşık olabilirsiniz.



SONSÖZ

Kurtar, Kurtar, Kurtar



Hepimizde hak ettiği yere gelme dürtüsü vardır. Her canlıda bulunan ilahi ışığın en eksiksiz ifadesi olmak için ömür boyu süren bir çağrı hissederiz ve ondan ışıyan özgün ruhla doğmuşuzdur. Fakat güzel varlığımızın saf doğaçlaması kısa süre içinde dünyadaki deneyimlerimizden etkilenir. Ayak uydurmak için değişmeye, direnmeye, inkâr etmeye veya gerçekten olduğumuz kişiyi kısıtlamaya çalışırız. Bir süre sonra kendi gerçek algımızın çoğunu kaybederiz. Sahiciliğimizin kurtulup çıkmaya çalıştığını duyumsarız, ama bunun yanlış olduğu hükmüne varır ve duygularımız için kendimizi suçlarız.

Benim için danışanları daha iyi anlamanın bir yolu olarak başlayan şey sonunda bir kişisel dönüşüm aracı olarak daha da değer buldu. Atölyelerde ve özel danışmalarda yüz okumanın, kendinden şüpheli, kendini suçlamayı ve neden sizin siz olduğu ve buradan nereye gidileceği konusundaki kafa karışıklığını çözdüğünü görürüm. Yüz okuma sınıfında geçirilen birkaç günün bütün o sağaltım yıllarından daha değerli olduğunu birçok kereler duydum!

Bu çalışmanın amacı, size kendi orijinal doğanızı yeniden keşfetmenin ve geri almanın, aslında olması tasarımılanan o kişi olmanızın bir yolunu sunmaktır. İç benliğinizle hizalanmış olarak yaşadığınızda sevgi dolu bir varlığın ışığını saçarsınız. Ve bu şefkati kendinize verebildiğinizde aynı alanı başkaları için de muhafaza edersiniz.



TEŞEKKÜR



Bu başkalarına teşekkür etme fırsatını bulduğum bölüm. Oturup düşündüğüm zaman, bu bölüm asıl kitaptan daha da uzun olabirdi. Birçok insan bana öğretmenlik yaptı, beni doğru yöne sevk etti, yol boyunca bana sabır gösterdi ve göstermeye de devam ediyor. Ve sonra, “normal” yaşam ihmal edilmiş bir şekilde dururken bu çalışmaya karşı olan samimi büyülenişime katlanan dostlar ve aile fertleri var. Dünyanın en şanslı kadınıyım.

Babam Wendall’a teşekkürler, başkalarının bilgiyi kolayca kavramaları için iletilere ince ayar yapmanın önemini bana gösterdiği için; ve annem Phyllis’e teşekkürler, atikliği, canlı ruhu ve dünyayı bana bir sanatçının gözüyle gösterdiği için.

Yol boyunca bana bu kadar hayret verici ve mükemmel gerçeğin armağanlarını veren birçok Taocu ve Budist eğitime en derin şükranlarımı sunarım. Çin kültürüyle ilgili on beş yıllık yoğun pratiğimi sağlayan ailenize beni içtenlikle kabul ettiğiniz için teşekkürler Charles, May ve Bokmon Dong. Teşekkürler Louise Hay, William Spear, Lorie Dechar, Lillian Bridges, Shan-Tung Hsu ve Ursula LeGuin, özellikle yolculuğumda bana önemli yönderler olduğunuz için. Sonsuz açık yürekli dostluğunuz için teşekkürler Roselle Kovitz ve Terah Collins. Bu kitapta resmi olan herkese teşekkürler; hepimizin öğrenmesi için yüzlerinizi bize ödünç vererek büyük nezaket gösterdiniz. Birçoğunuz için bunun kolay olmadığını biliyorum ve size çok minnettarım.

Zaman zaman spiritüel düzeyde bir ilişkinin parıltısının yüreklerimizin cesaret ve gücünü ortaya çıkardığı kısa, söylenmemiş anları benimle paylaşan kişilere teşekkürler. Yıllar boyu yüzlerinizin kutsal güzelliğini inceleme onurunu bana veren sizler ve ileride de gelecek olanlar, en önemlisi, sizlersiniz.



KAYNAKÇA



- Allinson, Robert, ed. *Understanding the Chinese Mind: The Philosophical Roots*. Oxford: Oxford University Press, 1991.
- Beinfeld, Harriet ve Efreim Korngold. *Between Heaven and Earth: A Guide to Chinese Medicine*. New York, NY: Ballantine Books, 1991.
- Bridges, Lillian. *Face Reading in Chinese Medicine*. St. Louis, MO: Churchill Livingstone, 2004.
- Cleary, Thomas. *Practical Taoism*. Boston, MA: Shambhala Publications, 1996.
- . *The Taoist Classics*. Boston, MA: Shambhala Publications, 1990.
- Connelly, Dianne. *Traditional Acupuncture: The Law of the Five Elements*. Laurel, MD: Geleneksel Akupunktur Enstitüsü, 1994.
- Dechar, Lorie. *Five Spirits: Alchemical Acupuncture for Psychological and Spiritual Healing*. New York: Lantern Books, 2006.
- Dolowich, Gary. *Archetypal Acupuncture: Healing with the Five Elements*. Aptos, CA: Jade Mountain Publishing, 2003.
- Elias, Jason ve Katherine Ketcham. *The Five Elements of Self-Healing*. New York, NY: Harmony Books, 1998.
- Kaptchuk, Ted. *The Web That Has No Weaver: Understanding Chinese Medicine*. Chicago, IL: Congdon & Weed, 1983.
- Maciocia, Giovanni. *The Practice of Chinese Medicine*. Edinburgh: Churchill Livingstone, 1994.
- Reichstein, Gail. *Wood Becomes Water*. New York, NY: Kodansha America, Inc., 1998.
- Veith, Ilza, çevirmen. *Huang Ti Nei Ching Su Wen: The Yellow Emperor's Classic of Internal Medicine*. Berkeley: University of California Press, 1972.



YAZAR HAKKINDA



Jean Haner insanların içsel benliklerini “okumanın” güçlü tekniklerini uluslararası platformda öğretir ve danışmanlık yapar. Kadim Çin denge ve sağlık ilkeleri üzerine yirmi beş yıllık geçmişiyle, vaadi bu bilgeliği modern yaşamlarımız için anlamlı ve pratik kılmaktır. Çalışması, insanların korkusuz ve sevgi dolu yüreklerle ve kendi gerçek doğalarıyla hizalanarak yaşamaları için olumlu yolları vurgular.

Jean, Çin yüz okuması üzerine başlangıç düzeyinden profesyonel pratisyen düzeyine ve hatta kurumsal eğitim ve özel danışmalara kadar atölye çalışmaları sunar. www.wisdomofyourface.com’dan daha fazla bilgi edinmek mümkündür.

KURALDIŞI

Yüzümüz, kim olduğumuza ve neden o kişi olduğumuza dair derin gerçekleri yansıtır.

Yüz okuma sanatı, ne sihir ne de bir tür faldır; Çin tıbbıyla akupunkturun da temeli olan kadim bilimden kaynağını alan bu yöntem üç bin yıldır uygulanmakta.

Jean Haner bu sanatı günümüz yaşantısına ustaca uyarlayarak hepimizin erişebileceği güçlü bir bilgi ve bilgelik kaynağı haline getirmiş.

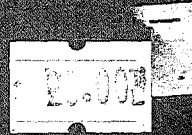
Çin yüz okuma sanatı ile karşınızdakinin yüzünden düşünce tarzını, ne hissettiğini ve davranışlarının altında yatan gerçek niyeti okumak hayal değil.

Eşinizle, çocuklarınızla, sevdiklerinizle anlaşmazlıklarınızı, yüz hatlarından öğrendiklerinize dayanarak çözeniz mümkün.

Daha da önemlisi, kendinizi tanımak için her an "göz önünde" olan yüzünüzden yararlanabilirsiniz.

Kendi doğal akışınızla uyum içinde yaşamayı, sizi besleyecek ilişkileri kendinize çekmeyi, herkese şefkat ve anlayışla yaklaşabilmeyi yüz okuma teknikleriyle gerçekleştirebilirsiniz.

Yüzünüzdeki çizgileri artık bir estetik sorunu olarak değil sürekli gelişen ruhunuzun aynası olarak görebilirsiniz.



ISBN 978-975-275-118-7



İnternette sipariş için

www.kuraldisi.com

İnsan kurallara sığmaz!