



/Ey devrim değiştiren gözüm gönlüm açan

*sineme fişek çakan
atom*

*sözler
melokülü sevgiye*

kalp yörüngesine

başak filize çoşar

yavru anasına

kelebekler ışığa koşar /

...: Bir yerin güzelliği bazen neden sonra fark edilir

daha doğrusu bu güzelliği

herkez keşfetmeye başladığı zaman

neden şimdiye kadar keşfedilmemiş diye hayıflanılır

hanisuyun üzerinde

özgürce sereserpe kendini yeşiline salmış nilüferler

hani...arasında boy gösteren sarı beyaz mor nilüferler

hani ...beyin gücün yeşil gelinliği nilüferler

düşünen beyin ziyaretçilerine unutulmaz görsel şölen sunmaktadır

beyin toksitleri şimdiye denk hiç bu kadar yakın olmuşmu dur ?

hani ...bazan doktorların ve ilaçların yetersiz kaldığı durumlar olabilir

aslısında bu umutsuz olduğun zamanlarda beklenen bir mucize gibi

sondan öncenin bir başlangıcıdır hayata

bilmeliyiz ki ,beyin ile bedenin izdivac gücü

zamanı kıskandıracak kadar büyüdü ve armonilidir

***/ insan topraktan yaratılmış ve bu inanca akşamdan
da varmamıştır /***

..:beyin toprağının derinliklerine kök salmış

dişbudak ve söğütlerin

kızılağaç kara ağaçların yerinde

hangi sarmaşık ağacı olmak istemezdi ! ?

hani... beyin gücüyle iyileşmenin

kendine özgü bitki örtüsü vardır

yapısı bilhassa üzerinde durulmaya değer

kendi suyunun kendi mayası kendi oksijeni

kendi vitamini ile yaşıyor oluşu bir mucize eseri

su kesecikleri sanki parçacıklar halinde hasır üzerinde yüzen

güller içinde kafeste yaşıyormuş gibi dans ederler

sanırım ebru sanatını içat eden her kimse

bu eşsiz güçten esinlenmiş olabilir

beyinle oyun olmaz

sevene doyum olmaz

her ikisine de beyaz mendil sallayıp

beyne çiçek yollamak lazım

***/ kadife ellerim
gül kokulu kalemim nereye ?
akıt beni ;
okyanus ötesi birikmişliğin
beyne dolduğu yere /***

***...:yaşadıklarımız zamanla tedavi yöntemleriyle
hafızadan silinsede***

bedenimize olumsuz etkileri olabiliyor

düşünün beyin yaşadıklarını unutuyor

beden bu yaşananları unutmuyor

oysa birbirlerine ne kadar önemli

yaşadığımız bir çok olay

sosyal hafızamıza kayıt altına alınıyor

beyin hafızası tepkilerini

bedenimize ileri ki dönemlerde yaşıyor

yaşananlar sadece beyinde toplanmıyor

ve ... ilginçtir ki ,bedenimizde nasıl tepki verdiğini hatırlıyor

düşünün ki mutlu anlarınızda bile

harekete geçiyor kişiye aynı tepkisel olayları yaşatabiliyor

bilmeliyiz ki çoğu kez

bedenimizin abartıya kaçtığını

ve zamanla kişiye ölüm korkusu dahi yaşattığını

anlamalıyız

düşünmeliyiz

kavramalıyız

beyin ve beden ortak çalışıyor

beyine gönderir bedende yaşatır

***/ yağmur yağıyor
yıldırımlar çarpıyor
elektrik fişekleri
hilte zonklamaları
sisli kasvetli
patlama zarı
su torbası***

zorluyor yokuş yukarı yağışları /

...: örneğin ; önemli bir randevu öncesi ,

veya bir sınav öncesi mide bağırsak fonksiyonları hızlı çalışabilir

iniş çıkışlar olabilir buna engel olamadığımız anlarda olabilir

bu gibi durumlar organlarımızın çalışma şeklini etkileyebilir

ancak sosyal hafıza beden dili

beyin gücü burda kendisini göstermektedir

...: örneğin ; hızlı çalışan elektrik akımı

kireçleme yapmış beyin tellerini zorlaya bilir

başınızı yastığınıza koyduğunuz zaman

beynimizde fırtınalar kopabilir

buna mani olmayız

***şöyleki ; bir bebeğin
anne karnında hareket
etmesini engelleyemeyiz***

***bu çok doğal bir
olaydır***

***ama bunun zararsız
olduğunu bilmek
fayda sağlayacaktır***

***kendinizi
vücudunuzu
dinlemeyin***

***ağrıların ne şekilde
nereye kadar
indiğinin hesabını
yapmayın***

***normal olması
gerekenler dışında
yok saymak***

***sizi daha sağlıklı
yaşama götürecektir .***

***güneş aklım
soruyor nereye ?
götür beni ;
kimona destekli
akımın
yeşil yağışlı
gözlerin rengine .***

***sen hep yanımda
olan nereye ?***

sus

sus

su gibi vakilerine

yağ

yağ

***yağdır benide;
ıslanmışlığın anası
vakilerime
git gittiğin vakiler
demine .***

hey martılar nereye ?

uç

UÇ

***uçur benide; u
mmanı gören başlara***

26.09.2011 / 12 : 12

Gülay GÖKTÜRK

Beyin Gücüyle İyileşmek /2

Gülay Göktürk tarafından yazıldı.

Pazartesi, 26 Eylül 2011 12:31 - Son Güncelleme Perşembe, 29 Eylül 2011 11:14
