

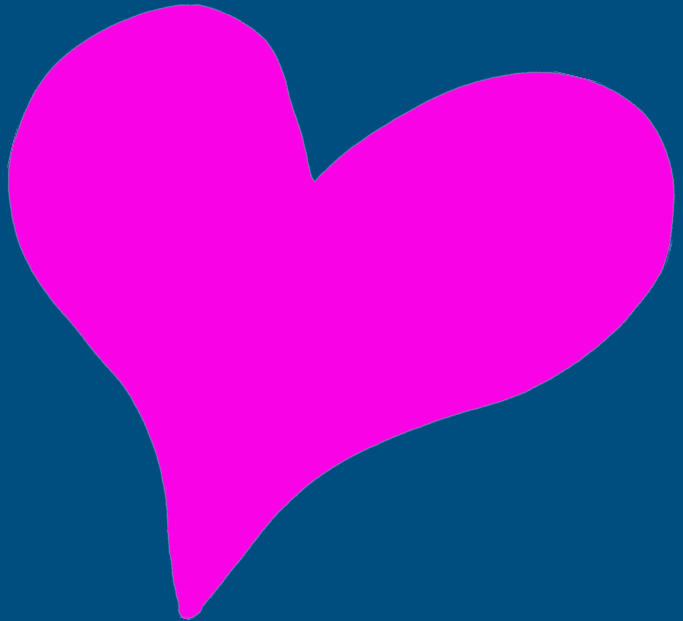
Johannes Faupel



Staying alive

İntihar Düşünceleri Yerine
Hayata Dönmek

Dünyanın En Hızlı İntihar Alternatif Kitabı



fastestbooks.com

[Perspektif değişikliğinizin ilki – Kitapta daha fazlası var]

Sizin için Notlar:

Bu eser, tüm parçaları dahil olmak üzere uluslararası telif hakkı ile korunmaktadır.

Bu Pdf'i ücretsiz şekilde paylaşabilirsiniz.

Bu belgeyi veya parçalarını **satamazsınız**, bu belgeyi herhangi bir ayrıntıda **değiştiremezsiniz**, basılı formda veya çevrimiçi yayınlarda olsun, **tek cümleleri veya sanat eserlerini herhangi bir türde çoğaltma veya sunumda kullanamazsınız**, yazarın rızasını istemedikçe ve sahip olmadıkça: info@johannesfaupel.com

Fikir, Yazı ve Görseller: Johannes Faupel,
Frankfurt am Main. Hayatın şanı ve çoğunlukla
görünmez olan Tanrı'ya johannesfaupel.com

Telif hakkı yasasının sınırları dışında, yazarın rızası olmadan herhangi bir kullanım yasaktır ve cezalandırılabilir. Bu, özellikle baskılar, çoğaltmalar, çeviriler, mikrofilmleme ile elektronik sistemlerde ve internet üzerinde depolama ve işleme için geçerlidir.

ISBN 978-3-944714-30-1

Exponere-Publishing

Hasselhorstweg 6

60599 Frankfurt am Main

Germany | exponere.de

Daha fazla kitap için: www.fastestbooks.com



Kitabımı okuyarak hayatınıza saygı
duyduğunuz için
Teşekkürler.

Türk Dilinde en içten dileklerle ve iyi niyetle, Holistic SEO & Digital
tarafından çevrilmiştir,
Koray Tuğberk GÜBUR, Özlem Uyar: <https://www.holisticseo.digital>

Bu kitap “İntiharı Önlemek” ile ilgili değil Kesinlikle yeni bir yaşam perspektifi hakkında

Çoğu kişi bilmez: İntihar düşüncesi olan insanlar iyi bir hayata büyük bir ilgi duyarlar ...

... ancak iyi bir hayatın nasıl görünebileceğini geçici olarak tarif edemezler. Birçok kişi travmatize olmuş, hayal kırıklığına uğramış, tükenmiş durumdadır.

Yani, acının neden olduğu yarı kör bir bakış açısıyla intihar düşüncesi bir "çözüm" gibi görünüyor.

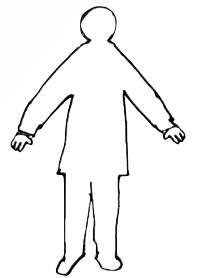
Bu küçük kitap size birkaç saniye içinde yeni yaşam perspektifleri sunmaya adanmıştır.

Hadi başlayalım.

Herhangi bir ciddi acı ve mutsuzluk durumunda bir arkadaşınızı veya kriz yardım hattını arayın. Sana yardım edecek insanlar var.

Sen- Kimsin?

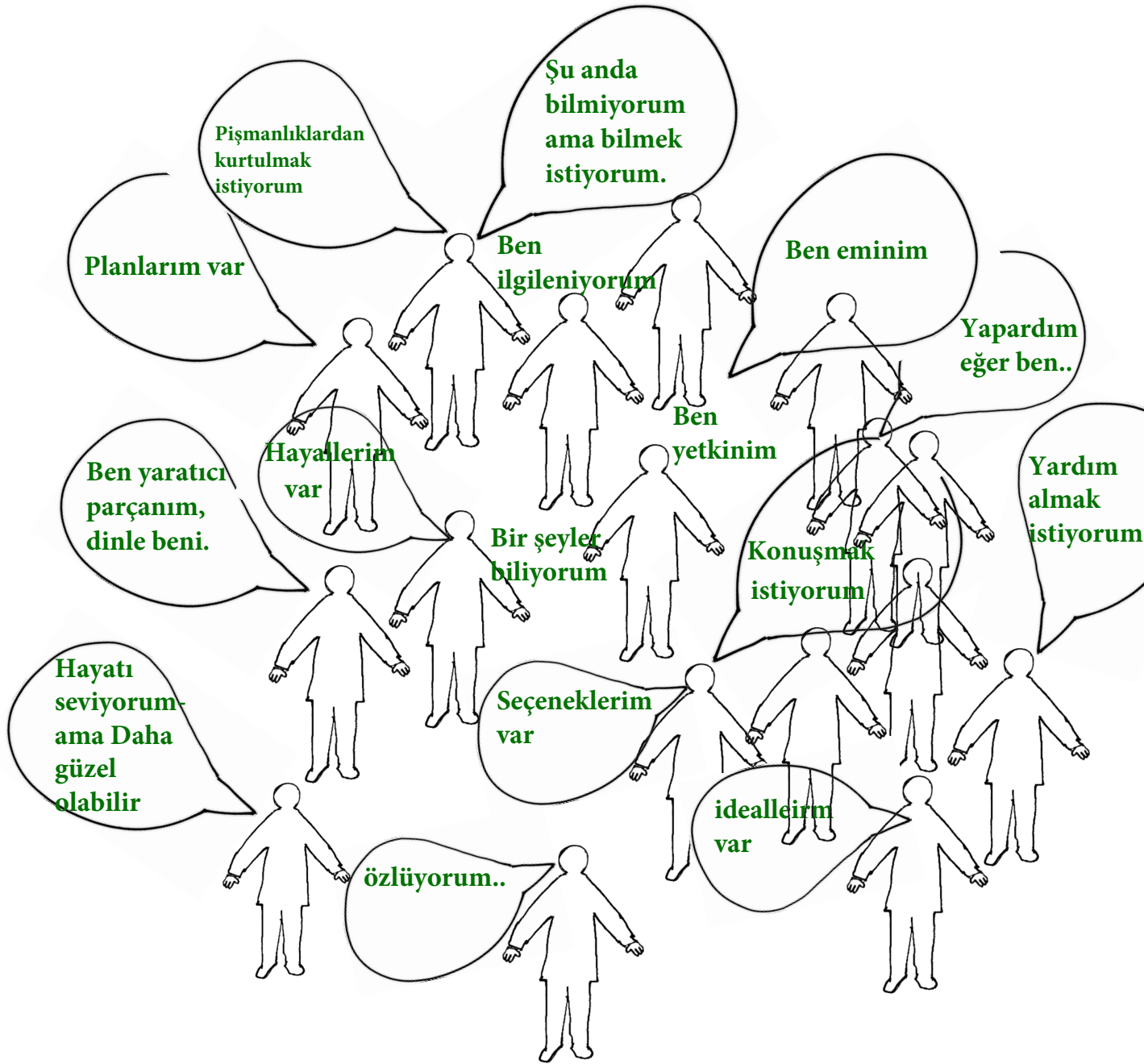
Umutsuz Hissediyorum



Sen- Başka Kimsin?

Her insanın için içinde çeşitli parçalar vardır. Bu parçalara bazen "ego durumları" da denir. Birbirlerini tanımadıkları sürece birbirleriyle kavga etmeleri de mümkündür. Tanıdıkları anda mucizeler gerçekleşir.

Mucizelere hazır olun.



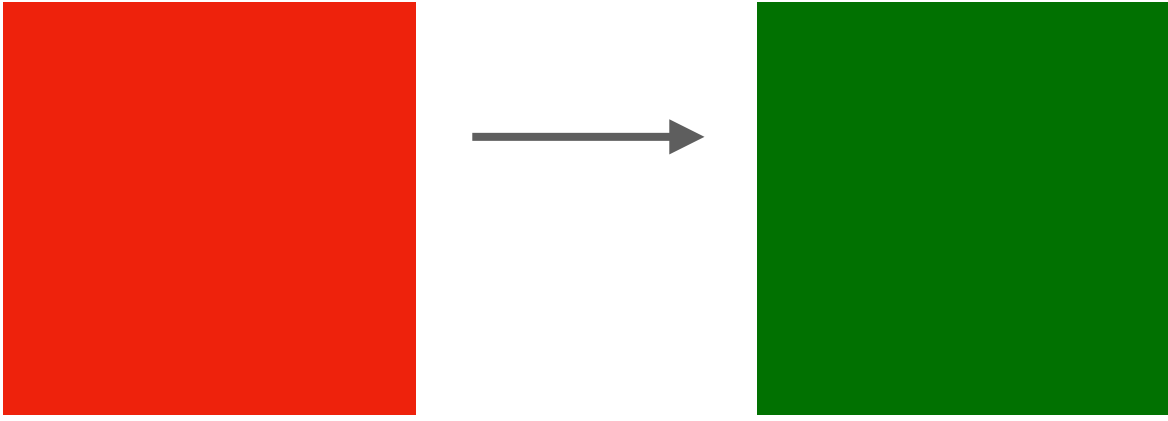
Amaç "ölmek" değil.

Bir kişisel gelişim kitabı yazarı ve sistematik danışman olarak, intihara meyilli kişiler de dahil olmak üzere pek çok insanla çalıştım.

Her ne kadar farklı olsalar da ortak bir noktaları var.

Acıdan Rahatlamaya nasıl geçileceklerine dair henüz fikirleri yok.

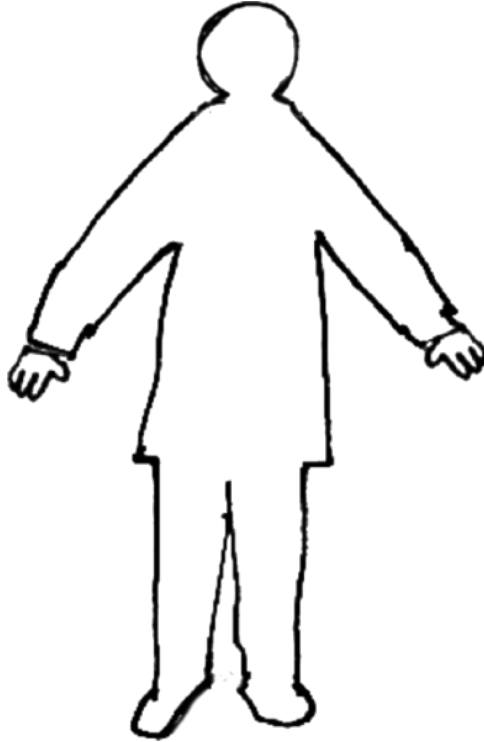
Amaç acıdan rahatlamaya geçebilmek



Hayatı seviyorum ama daha iyi olmalı.

Bunu bilmek iyidir. Daha iyi bir hayata dair bir fikri (ve: anısı)olan biri var.

Kendinizin bu parçasını dinleyin.



Özledim.. Ama neyi olduğunu henüz Bilmiyorum.

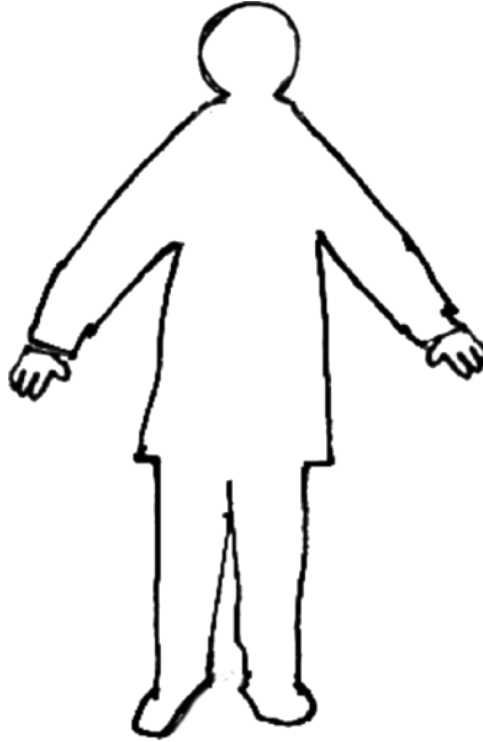
Birçok insan başkaları için oldukça aktiftir.

- yardımsever
- sevilen
- görülen

Olmak isterler.

Bu arada, kendilerini gözden geçirirler.

**Kendine bakma konusunda uzman biriyle konuşma zamanı.
Belki de hayatı seven parçanızla (sayfa 5).**

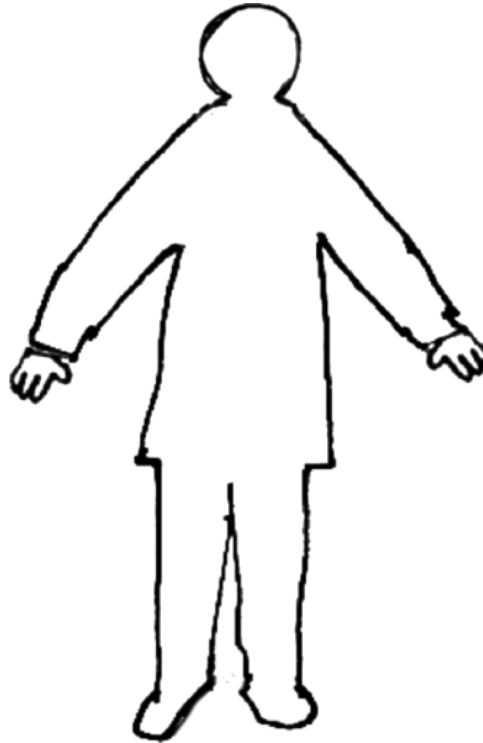


Her ne kadar şüphe etsem de, kendime güveniyorum.

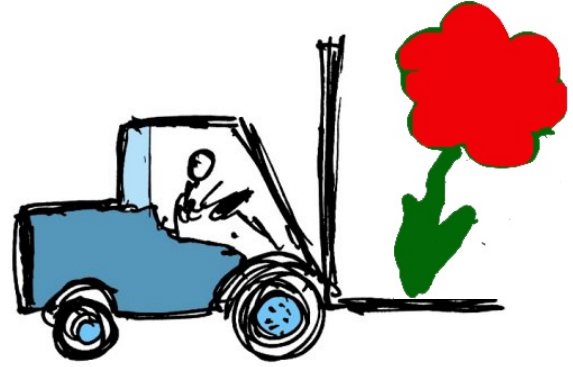
Hayal kırıklığına uğramış ve zorbalığa uğramış olmanın şüpheyeye düşmenin birçok nedeni olabilir..

Bu konudaki iyi haber şu ki: İçinizdeki bir parça bu e-kitabı okuyor- ve o da bulacağından emin olarak birşeyler arıyor gibi görünüyor.

Bu içsel parçanızdan öğrenmeniz gereken, **Şüphe ederken bile kendinizden emin olun.**



Ben üretken parçanım. Beni dinle.

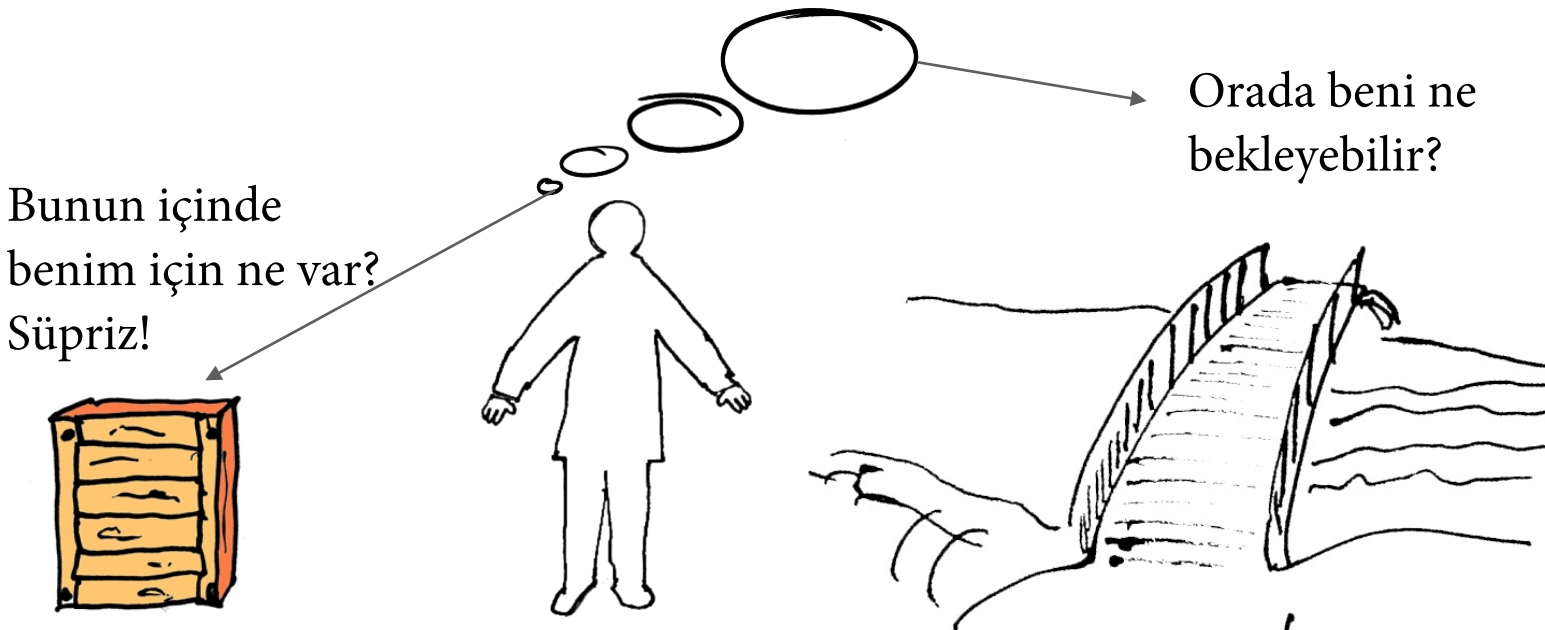


Her beyin resim yaparken, şarkı söylerken, gezi planlarken, başkalarıyla konuşurken, yeni bir şeylerin doğduğu bir ufku çizerken A, B ve X'i bir araya getirme yeteneğine sahiptir.

Beyninizde öyle, sevgili okuyucu, özellikle orta beyniniz. Resimleri sever. Her orta beyin onları sever.

Eğer sözde rasyonel beyin size başka bir şey söylüyorsa, ona öğretin ve ne kadar yaratıcı olduğunuzu gösterin.

Onu (zihni) sevgiyle yanınıza alın.



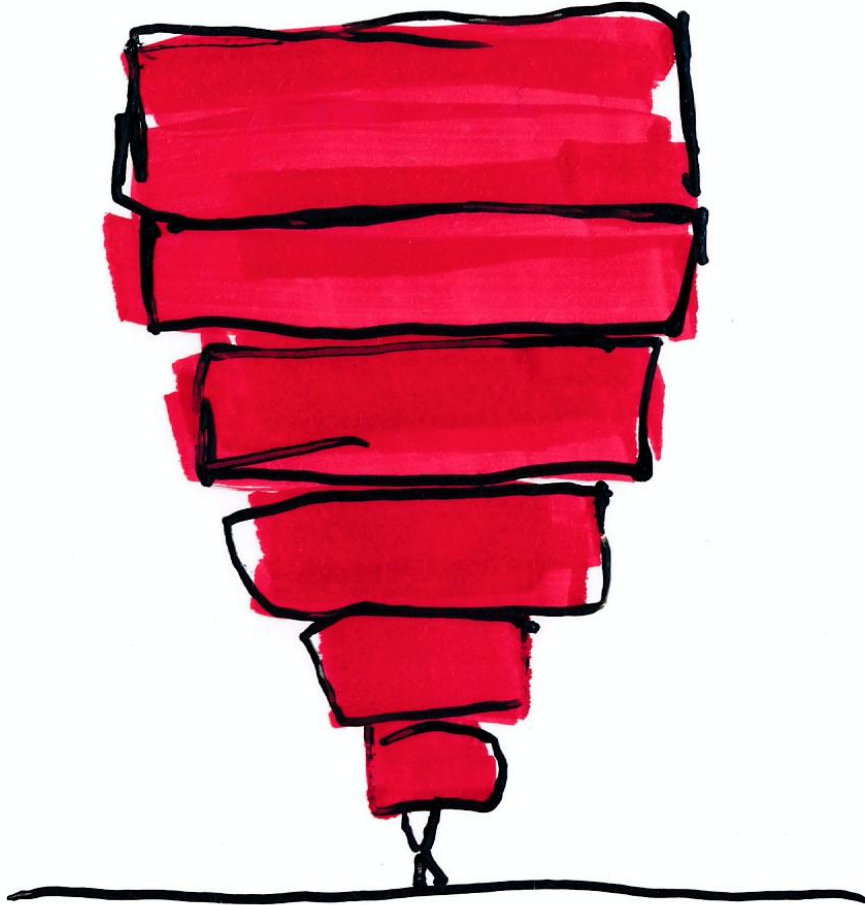
Yardım almak istiyorum.

Son saatlerin, günlerin, ayların, yıllarını belki on yılların çok fazla olduğunu biliyorum.

Bu yüzde rahatlamak istiyorum.

Ama nasıl olacağını henüz bilmiyorum.

Belkide, üretken tarafıma (syf. 9) ve kendinden emin tarafıma (syf. 8) sormalıyım.

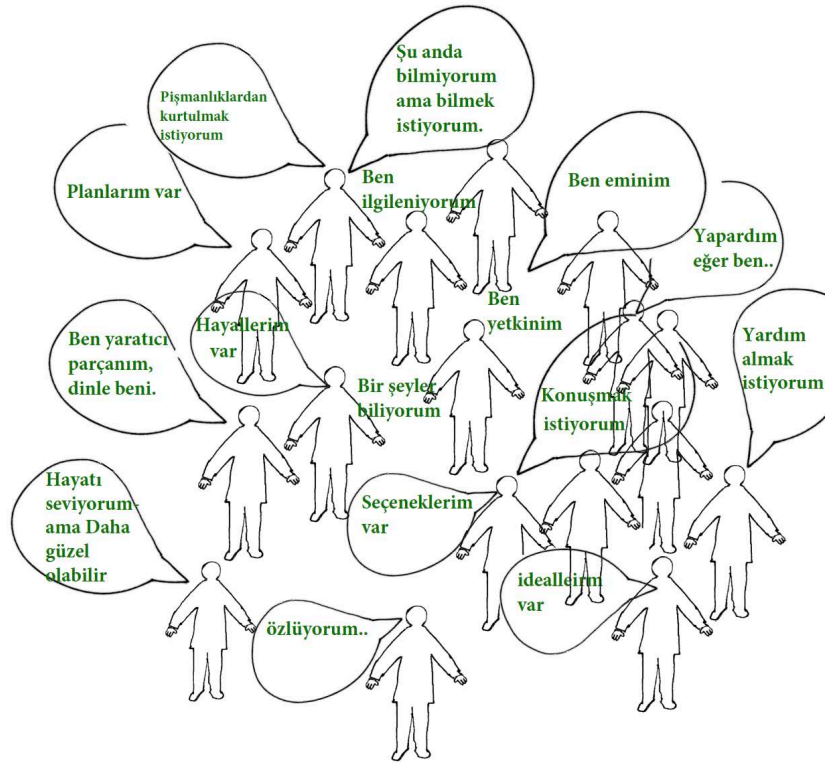
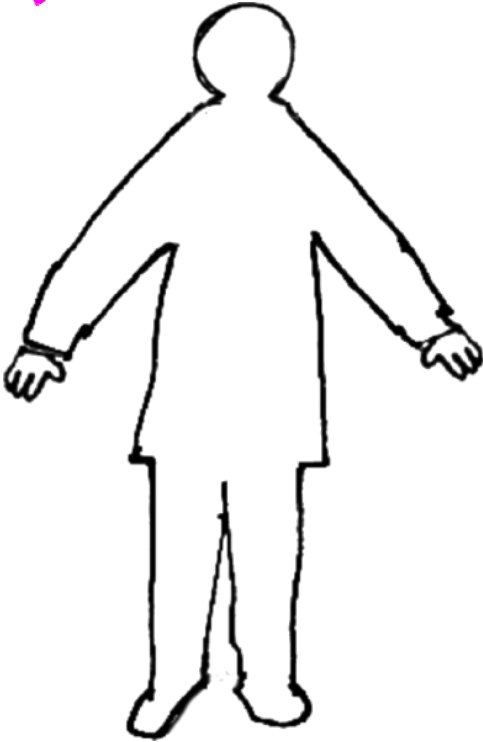


Seçeneğim var.

İlk önce hangi parçamı dinleyeceğim?

Her zaman seçeneğin var.

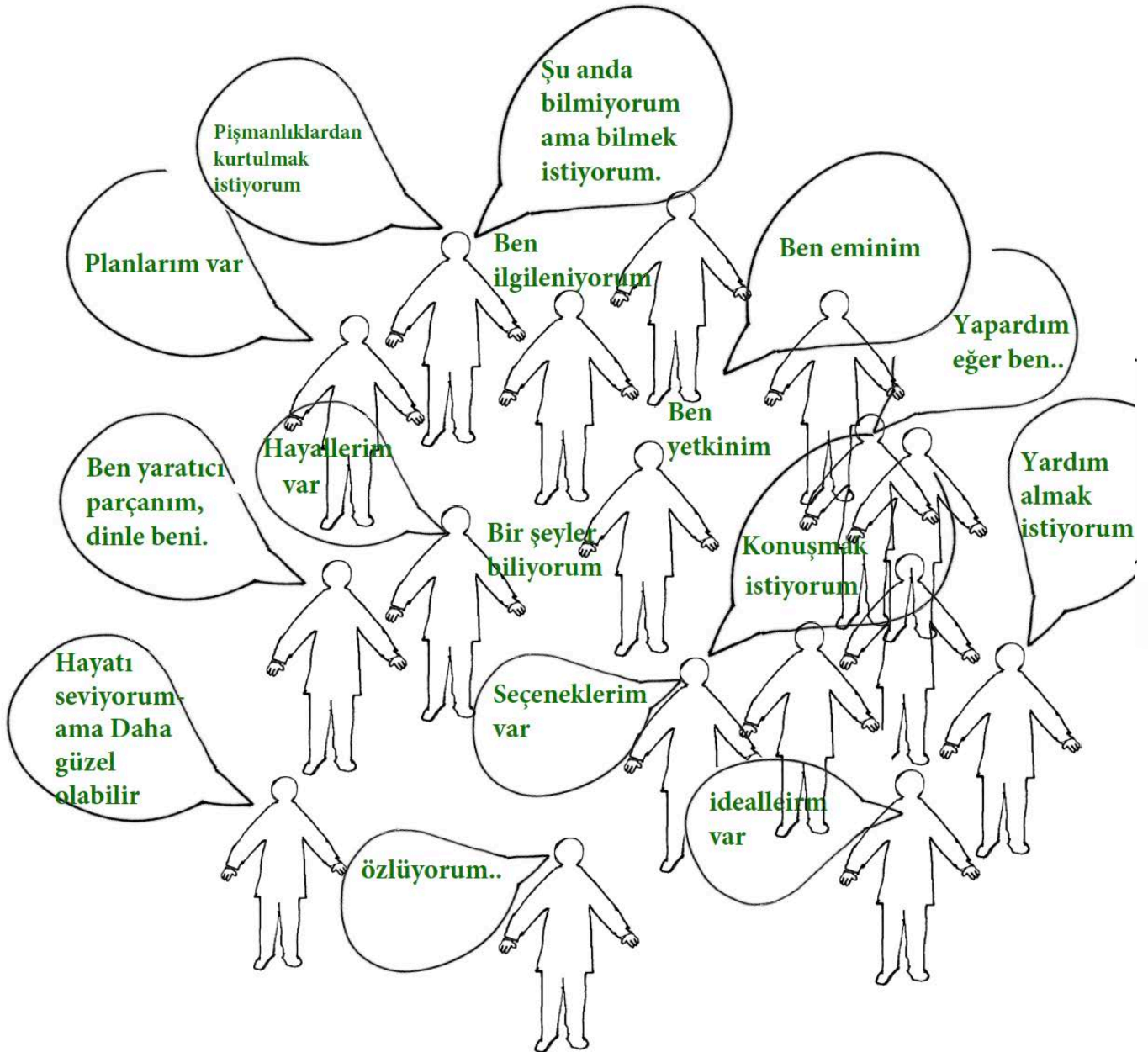
Bu e-kitabı seçimlerinizi fark etmeniz için yazdım.



Planınızı değiştirin.

Her ne planladıysanız – şimdi gördüğünüz gibi: burada içinizde yaşamak isteyen bir çok kişi var.

Yeni bir plan yapma zamanı. İçinizdeki diğer parçalarla konuşun. pü dışarıya atın. Arkadaşlarınızla konuşun. **Teřekkür etmek için birini arayın – Sebep her ne olursa olsun.**



**Her yöne bakın.
Henüz görmediğiniz
çok şey var.**



Dilek Listem



Şu andan itibaren yapacaklarım:

- içimdeki parçaların bana anlattıklarını dikkatle dinleyeceğim.
- Duygularıma önem vereceğim.
- Başarılı olamadığım her şey için kendimi affedeceğim– Her şey. Şimdi. Ve her dakika

Keşke (en azından biraz):

.....

.....

.....



Keşke (şu anda çok fazla görünse de):

-
-
-
-

... ve bu – dilekler ilaç gibi işe yarıyor.

-
-
-
-

Şimdi bu listeyle ne yapacaksınız? onu mutfağınıza (veya evinizin özel bir yerine) koyun ve ona bakın, mutlu olduğunuz her şeyi ona ekleyin.

listenizi yazmak için buradan indirin:

<https://fastestbooks.com/dilek-listem.jpg>

