

FARUK ACARSOY

1980 yılından itibaren, kişisel gelişim ve dönüşüm süreçleriyle ilgili farklı eğitimler aldı. 1986 yılında öğrendiği Neuro Linguistic Programming (NLP) ile birlikte Tao çalışmalarını sürdürdü. NLP'yi kurum içi eğitimlerde kullanıyor. Özel olarak geliştirdiği “Duygular ve Neuro Linguistic ile Duygu Yönetim Sistemi”, “Micro Yüz İfadeleri Okuma”, “Ego Gelişimi” gibi konularda bireysel ve kurumsal olarak eğitmenliğe halen devam etmektedir. NLP'nin yanı sıra Tao çalışmalarını da danışanlarıyla paylaşıyor. Acarsoy, “Taocu Şifa-Nefes” ve “Qi Gong” alanlarında hizmet vermektedir.

www.facebook.com/FarukAcarsoy

E posta: farukacarsoy@gmail.com

Cinsel Kimya

© 2016, ALFA Basım Yayım Dağıtım San. ve Tic. Ltd. Şti.

Kitabın tüm yayın hakları Alfa Basım Yayım Dağıtım Ltd. Şti.'ne aittir. Tanıtım amacıyla, kaynak göstermek şartıyla yapılacak kısa alıntılar dışında, yayıncının yazılı izni olmaksızın hiçbir elektronik veya mekanik araçla çoğaltılamaz. Eser sahiplerinin manevi ve mali hakları saklıdır.

Yayıncı ve Genel Yayın Yönetmeni: M. Faruk Bayrak

Genel Müdür: Vedat Bayrak

Yayın Yönetmeni: Arzu Çağlan

Yayına Hazırlayan: Özgür Batur

Kapak Tasarımı: Alfa Tasarım

Sayfa Tasarımı: Ayşe Ersoy Yılmaz

ISBN 978-605-9709-39-2

1. Baskı: Eylül 2016

tamadres.com

Mona Kitap, Alfa Yayın Grubu'nun tescilli markasıdır.

Baskı ve Cilt

Melisa Matbaacılık

Çiftelavuzlar Yolu, Acar Sanayi Sitesi, No. 8, Bayrampaşa-İstanbul

Tel.: (0) 212 674 9723 Faks: (0) 212 674 9729

Sertifika No. 12088

Genel Dağıtım

Alfa Basım Yayım Dağıtım San. ve Tic. Ltd. Şti.

Alemdar Mahallesi, Ticarethane Sokak No. 15 34110 Çağaloğlu-İstanbul

Tel.: (0) 212 511 5303 Faks: (0) 212 519 3300

www.alfakitap.com - info@alfakitap.com

Sertifika No. 10905

FARUK ACARSOY



CİNSEL
KİMYA

İÇİNDEKİLER

CİNSEL KİMYAYA GİRİŞ	7
GÜNLÜK YAŞAMDA CİNSELLİK	23
CİNSEL KİMYANIN ÖNEMLİ YAPI	
TAŞLARINDAN BİRİ: EGO!	45
BEDENSEL İLETİŞİM ŞİFRELERİMİZ	61
CİNSELLİĞİMİZİ ETKİLEYEN	
DUYGU-DÜŞÜNCE-DAVRANIŞ SİSTEMİ	85
CİNSEL KİMYAMIZIN HEDİYESİ: ORGAZM	145
UYGULAMALAR	199
ÖĞRENCİLERİN DÜŞÜNCELERİ	221

CİNSEL KİMYAYA GİRİŞ



ORGAZMI ARAŞTIRMAYA NASIL KARAR VERDİM?

Sizi yavaşlatan ya da ilerleten duygularınızdır. Peki onları yönetebilmek size ne kazandırır?

Sosyal yaşamınızda, çevrenizde, aile ve iş ortamınızda özgüvenli, kendisini ifade edebilen, duygularını en değerli hazinesi olarak bilen ve onları yöneten biri olarak yaşamınızda neleri başarabilirsiniz?

Yıllar önce duyguları yönetmekten söz ettiğimde, başta uzmanlar olmak üzere pek çok kişi benzer tepkileri verdi. “Ama bu bastırmak!” dediler. Ben sadece tebessüm ettim. Dinlemeye bile hazır olmayan kişilere bunu öğretmek için henüz erkendi. Bir süre sonra egolarına saldırdım. “Siz duyguları bastırmak olarak niteliyorsunuz, bence bu tartışılır. Peki olumsuz bir duygunun dibine doğru çekildiğinizde ne oluyorsunuz? Duygularınız mı sizi bastırıyor? Gerçekte bu doğru, duygularınızı tetikleyen kişi ya da şeyler sizi bastırıyor ve yönetiyor. Bense size bundan kurtuluşun yolunu işaret ediyorum, hatırlatıyorum ve nasıl yapacağınızı öğretiyorum.”

Uzmanlara ayrıca şunu söylüyordum: “Bütün mesele algılarımızın anlamlarımıza etki etmesi değilse, duyguları tetikleyen anlamların gelişigüzel ve kendiliğinden bir şey yapmaları söz konusu değilse, siz neyin uzmanısınız? Algı, anlam, duygu-düşünce ve davranış sisteminin işleyişine müdahale etmenin doğal olmadığını iddia ediyorsanız, siz kime nasıl bir eğitim veya hizmet vermeyi düşünüyorsunuz?”

Uzman NLP’ciler benim “duygu yönetimi” konusundaki yaklaşımımı “çok radikal ve müdahaleci” buluyordu. Peki o zaman insan beynini neden araştırıyorduk? Zihinsel işlevleri neden anlamaya ve bu işleyişlerdeki modelleri çözümlemeye çalışıyorduk?

Elde ettiğimiz verileri bir model olarak kullanıma sunmayacaksak, bunun kime ne faydası olacaktı? Zihnin çalışması, çalışma sürelerindeki işlemler ve farklı durumlarda farklı bir sürecin yapılması... İnsan zihninin kendisini ve kendisini taşıyan bedeni programlayabilmesini sağlayan müthiş zekâyâ hayran olmamak mümkün değildi. “Ama o müdahale, kendinde tanrıçılık yapmak... Tanrı sendromu...” Bunun gibi pek çok eleştiriye kulaklarımı tıkamam gerektiğini ve olaya benim gibi bakmalarında ısrar etmemin zaman kaybı ve gereksiz bir enerji sarfiyatı olduğunu biliyordum. Alt modaliteler, algısal pozisyonlar, çapalar, dil kalıpları, değerler, inançlar, kimlik yapıları, metaforlar ve bütün bu parçaların birlikte oluşturduğu büyük resimle ortaya çıkan sonuçlardı.

Sistemde bir parçayı değiştirmek “sistemi bozar” ilkesini ben faydaya dönüştürmenin bir yolunu bulmuştum. Benim algı ve anlayışıma göre “sistemi bozmak” olarak tanımlanan şey gerçekte insandaki “düzgün çalışmayan ya-