

**Hoş Geldin  
Ben de Seni  
Bekliyordum**

# Hoş Geldin

## Ben de Seni Bekliyordum

**İlhan Ürkmez**

Genel Yayın Yönetmeni: Hayati Bayrak  
Yayın Koordinatörü: Erol Şahnacı  
Editör: Recep Fatih Şafak  
Mizanpaj: Altamira Ajans  
Kapak Tasarımı: Altamira Ajans

Hayat Yayınları: 827  
Başarı Dizisi: 169

1.Baskı: İstanbul / Şubat 2026  
ISBN: 978-605-151-614-1  
Yayıncı Sertifika No: 75092

©Hayat Yayınları 2026

Tüm yayın hakları saklıdır. Tanıtım için yapılacak kısa alıntılar dışında, yayıncının yazılı izni olmaksızın hiçbir yolla çoğaltılamaz ve kullanılamaz.

Baskı: Erkam Basım  
Matbaa Sertifika No: 51796

**HAYAT YAYIN GRUBU**  
Hayat GENC Hayat Çocuk

Molla Gürani Mahallesi Oğuzhan Caddesi No: 15  
Yuvam Apartmanı Kat: 3 Daire: 5 34093 Fatih / İstanbul  
0 (212) 613 11 00 | [www.hayatyayinlari.com](http://www.hayatyayinlari.com)

# Hoş Geldin Ben de Seni Bekliyordum

İLHAN ÜRKMEZ

Yaşlanmadan yaş alarak mutlu bir hayat yaşamak için  
yeni seni gelecekte çağır ve onunla tanış.

Yeni sen, sana çok iyi gelecek.



# İlhan ÜRKMEZ

İlhan Ürkmez altı yıllık yurt dışında beş farklı ülkeden sorumlu yönetici olmak üzere yirmi beş yıldan fazla bir süredir ulusal ve uluslararası ölçekte faaliyet gösteren Türkiye'nin ve dünyanın önde gelen yerli ve yabancı şirketlerinde yöneticilik görevlerinde bulundu. Birçok şirketin yönetim danışmanlığını ve yüzden fazla yöneticinin ise yönetici koçluğunu yaptı. Mersin Üniversitesinde "İnsan Kaynakları Yönetimi" dersi verdi.

Bugüne kadar yurt içi ve yurt dışı olmak üzere birçok şirketten binlerce katılımcıya Stratejik Satış ve Pazarlama Yönetimi, Finansal Zekâ ve Finansal Okuryazarlık, Para Kazanma ve Para Yönetimi, Yönetim ve Liderlik, Ekip Çalışması ve Yönetimi, Kişisel Gelişim ve İnsan Kaynakları Yönetimi, Kurumsal Gelişim ve Değişim Yönetimi konularında eğitim veren İlhan Ürkmez'in değişik gazete ve dergilerde yayınlanmış makaleleri ve çoğunluğu satış ve satış yönetimi konularında olmak üzere yayımlanmış 27 kitabı mevcuttur.

Türkiye'de satış ve satış yönetimi konusunda en fazla kitap yazan danışman olarak bilinen İlhan Ürkmez, satış organizasyonlarının güçlendirilmesi ve satış ekiplerinin etkin yönetilmesi, stratejik insan kaynakları yönetimi, şirketlerin kurumsallaşması ve şirket yönetiminde yönetsel verimliliğin sağlanması ve artırılması konularında çalışmalarda bulunmakta, uzmanı olduğu konularda eğitimler vermekte ve danışmanlık hizmeti sunmakta, zirvelerde ve konferanslarda profesyonel konuşmacı olarak görev almaktadır.

İlhan Ürkmez Türkiye genelinde birçok şirket sahibi ve üst düzey yöneticiye “Yönetici Koçluğu” ve “Satış Koçluğu” hizmeti, liderlik ve stratejik yönetim desteği vermiştir. Danışmanlık yaptığı yöneticilerin hem liderlik performanslarının hem de şirket performanslarının artmasına destek olmuş ve şirketlerin kurumsallaşma düzeyinin, verimliliğinin ve kârlılığının artmasını sağlamıştır. İlhan Ürkmez bugüne kadar yurt içi ve yurt dışında 150.000’den fazla insanın katılımıyla toplamda 2000 günü ve 20.000 saatti aşan eğitim ve danışmanlık hizmeti vermiştir.

Lisans ve yüksek lisans eğitimlerini ODTÜ’de tamamlayan ve Londra’da yaşayan İlhan Ürkmez, İngiltere’de London Sales Training Center’ın ve Türkiye’de SPERO Eğitim, Yönetim ve Danışmanlık Şirketinin kurucusu ve yöneticisidir. Avrupa, İngiltere ve Türkiye’deki şirketlere ve yöneticilere online eğitimler, yönetici koçluğu ve danışmanlık hizmeti vermektedir.

2022 yılında “Altın Kalem Ödülü” ve 2023 yılında ise “Altın Yazar Ödülü” alan İlhan Ürkmez evli ve üç çocuk babasıdır. İlhan Ürkmez ile iletişim için [ilhanurkmez@yahoo.com](mailto:ilhanurkmez@yahoo.com) adresine yazabilir ve [Youtube/İlhan Ürkmez](https://www.youtube.com/Ilhan_Urkmez) sayfasını ziyaret edebilirsiniz.

## **İlhan Ürkmez'in Yayımlanmış Eserleri:**

- Hoş Geldin. Ben de Seni Bekliyordum (2026)
- Kazandıran Para Yasaları (2025)
- Demokrasiden Vazgeçmeye Hazır mısınız? (2022)
- Postmodern Siyaset (2021)
- Kaplumbağalar Şirket Yönetemez (2021)
- Satışın Mozart'ı (2021)
- Kriz Dönemlerinde Satışta Başarıyı Yakalamak (2020)
- Hayatı Üfleyen Adam (2020)
- Satış 4.0: Dijital Çağın Yeni Nesil Satış Modeli (2019)
- Babamın Anlattıkları Kızımın Anladıkları (2019)
- Başarının VİSA'sı (2017)
- Başarının Anahtarı Yürekten Adanmaktır (2017)
- Başarının Sırları (2016)
- Büyük Aşkların Sırları (2016)
- Satışta Başarıyı Yakalamak (2010)
- Satıcılar İçin Pazarlama ve Pazarlamacılar İçin Satış (2009)
- Liderin Başarı Anahtarları (2008)
- Büyük Satışların Küçük El Kitabı (2008)
- 12 Saat Sonra: Büyük Düşünerek Değişim Yaratanların El Kitabı (2008)
- Satışları Artırmanın Sihirli Yöntemi (2008)
- Satışta Başarının 55 Anahtarı (2007)
- Satışta İletişim ve Bedenin Dili (2007)
- Satışta Başarı İçin Stratejik Satış Yönetimi (2007)
- Satış Ekibinin Performans Yönetimi (2007)
- Düşünmeyi Öğrenmek ve Öğrenmeyi Düşünmek (2006)
- Ben Bir Mucizeyim (2005)

*Her gün sabah güne başlarken yeni beni "Hoş geldin!" diyerek karşılayan; gün içinde yeni bene uygun öğrenerek, düşünerek, hissederek ve davranarak yaşayan; enerjisiyle, titreşimiyle, frekansıyla sabah "hoş geldin" diyerek karşıladığı yeni beni günün sonunda eski ben yapmayı başaran ve yıllardır bu yöndeki çabasıyla oluş hlimi geliştiren ve yapış hlimi değiştiren, değerimin değerini artırarak hayatıma sağlık, mutluluk, başarı ve bolluk getiren İlhan rkmez'e...*

# İÇİNDEKİLER

- 11 • Sunuş
- 17 • Giriş
- 31 • Uyanışa Davet:  
Ben Uyandım, Siz de Uyanın
- 38 • Uyandığın Her Sabah Hayatının Sıfır Noktasıdır:  
Bunu Bilerek Güne Başla!
- 49 • Olumlu Düşünmenin Sağlığa Etkisi: Yaşlanmadan  
Yaş Alarak Mutlu Yaşamak Mümkün!
- 61 • Zihinsel Kaliteniz Biyolojik Yaşınızı Belirler
- 70 • Mutluluğun Algoritması Nedir? Nasıl Çalışır? Nasıl  
Sonuç Verir?  
74 / Mutluluğun Algoritması Nedir?  
84 / Mutluluk ve Huzur Aynı Şey Değildir!  
86 / Oluş Hâlin Kadar Olursun, Yapış Hâlin Kadar Yaparsın  
ve Varoluş Hâlin Kadar Yaşarsın
- 91 • En Uzağa Giden Enerji Frekansınız, En Yüksek  
Bilinçten Çıkar
- 99 • Düşünce, Duygu ve Davranış: Mutluluğun  
Algoritmasının İşletim Sistemi

**116 • Niyetin Gücünü Anlamak**

132 / Niyetin Gücü, Düşünce (Beyin) ile Duygunun (Kalp)  
Uyumuna Bağlıdır

137 / Kuantum Dolanıklığı ve Kuantum Çökertme Nedir?

**140 • Tepkilerinize Dikkat Edin:**

**Tepkiler, Geçmişe Açılan Kapıların Anahtarlarıdır**

**145 • Niyetin Talep Frekansını Talebin Yankı Frekansına  
Hizaladığınız Zaman Niyetiniz Gerçek Olur!**

**164 • Hayatta Aldığınız Sonuçlar, Hayatı Nasıl Ektiğinize  
Bağlıdır**

**173 • Yaşam Enerjiniz, Hayata Anlam Katarak Yaşamınızı  
Sağlayan Güce Sahiptir!**

**191 • Bilinç Enerji Cetveli ile Duygu Enerji Cetvelindeki  
Yeriniz, Sizden Gideni ve Size Geleni Belirler**

**198 • Mümkün ve İmkânsız Arasındaki Farkı Enerji  
Frekansınız Belirler**

**203 • Vulnura Omnez Ultima Nekat'ın Farkında Olun ve  
Kronosu Kairosa Eşitleyerek Yaşayın!**

**219 • Son Söz**



# Sunuş

“Hoş Geldin Ben de Seni Bekliyordum” yaşlanmadan yaş olarak mutlu ve sağlıklı bir hayat yaşamak için gelecekte yeni seni bugüne çağırarak ilgili bir kitap. Yaşamaya alıştığın hayatın içindeki eski sen için, keşfedilmemiş hayatın içindeki yeni seni harcamaman için yazıldı. Yeni seni, “Hoş geldin!” diyerek karşılamak için kaleme alındı.

Değerli insan sana sesleniyorum: Bu kitabı okumaya başladığın bugün senin hayatının sıfır noktası olabilir. Siz, bugün eski sizi geride bırakıp yeni sizi yaratacağınız bir yolculuğa çıkacaksınız. Bugün, yeniden doğacağınız yeni sizin yeni hikâyesini yazacaksınız. “Hoş geldin! Ben de seni bekliyordum.” cümlesi hikâyenizin ilk cümlesi olacak ve bu cümleyle yeni sizi bugüne çağıracaksınız.

Geçmişini ev olarak kullanan insanlar yeni seni hiçbir zaman gelecekte çağırılmazlar ve yeni sen yaratamazlar. Çünkü insanın ne olduğu, ne olmak istediğinin önündeki en büyük engeldir. İşte tam da bu sebepten dolayı insan, olması

gereken insanı şimdi şu an olduğu gibi kalarak gerçekleştiremez. İnsanın kendisini keşfetmesi ve yeni seni yaratması ne olduğunu terk etmesiyle mümkündür.

Değerli insan, sen, eski senden çok güçlü bir insansın. Lütfen bunu bil ve anla. Yeni seni gelecekte çağır ve onunla tanış. Yeni sen sana çok iyi gelecek. Bilmelisin ki her insan mucizesini kendi içinde taşır ve hayat, insana içindeki mucizesini buldurmaya çalışır. Her insanın mucizesi durumlara, şartlara ve olaylara nasıl cevap verdiği saklıdır. Bu sebeple hayat, her zaman mucizesiyle gelir ve insana hak ettiği hediyesini verir. Sen yeter ki ne istediğini bil ve ona hazır ol. Unutma ki sen neye hazırsan o da sana hazırdır. Hayat, sahip olduğu her şeyi sahip olduğunda ona iyi bakan insana verir.

Bu kitabın okuyucuya vermek istediği ana düşünceyi kitabın yazarı olarak bir paragrafta şöyle özetleyebilirim. Hayatın varış noktası, başlangıç noktasından daha zevkli, daha heyecan verici, daha gurur verici ve daha onurlu olmalıdır. Bu sebeple insan, hayatın varış noktasının başlangıç noktasından daha iyi olmasını sağlamak için yaşamalıdır. Bunun için de hem bilmeli hem de bildiğini yapabilecek güç, cesaret ve bilinçte olmalıdır. İşte kitabımı yazarken yapmak istediğim tam da bu oldu.

Hiç kuşkusuz bunu yapmak ve başarmak cesaret ister. Eski senden daha iyi olması için yeni sen her zaman insandan bilgili, istekli ve mücadeleci olmasını bekler. Bu sebeple insan, alışılmış mutsuzluğunu yaşayan eski sen için keşfedilmemiş mutluluğunu yaşayacak yeni seni harcamamalıdır. Öğrenerek, gelişerek ve değişerek yeni seni gelecekte çağırmalı ve “Hoş geldin!” diyerek karşılamalıdır. Yeni sen her zaman eski senden daha iyi olmalıdır.

İnsanın bilmesi ile bildiğini yapabilmesi farklıdır. Yapmak zahmetlidir ve maliyetlidir. Bu durum yolu bilmek ile yolda yürümek arasındaki farka benzer. Yolu bilene irfan, o yolda yürüyene ise arif denir. İrfan olan insan yolu bilendir. Arif olan insan ise o yolda yürüyendir. Bu sebeple irfan sahibine arif denir. Bugünün dünyasında sağlıklı, huzurlu ve mutlu yaşayan insan irfan sahibi arif olan bilinçli insan olmalıdır.

Hoş Geldin Ben de Seni Bekliyordum kitabını okudukça öğreneceksiniz, değişeceksiniz, gelişeceksiniz, özgürleşeceksiniz ve irfan sahibi olacaksınız. İrfan sahibi oldukça size özel bir niyete sahip olacaksınız. O niyet ile bağlantıda kalacak ve hayat yolunu o niyetle yürüyerek arif olacaksınız.

Kitabımı okuyan değerli insan okursan irfan, okuduklarını hayatında uygulayacak yolda olursan arif olacağın bir yolculuğa çıkacaksın. Önce irfan sonra da arif olma yolculuğunuzda size başarılar dilerim. Söz, bu yolculukta ben hep sizin yanınızda olacağım.

Unutmayalım ki muhteşem sonuçlar akıllı başlangıçların meyvesidir ve yola çıkan insan kendisini yarına taşır. Yarının olduğu sürece hep ikinci şansın olacaktır. Sen yeter ki şimdi elinde tuttuğun kitabı okuyarak yola çık. Yol sana görünecektir. Yol seni bugünden alıp yarına götürecektir. Yol seni olmak istediğin arif insana dönüştürecektir.

Bu hayatta her insan kendinden kendine bir yolculuk yapıyor ve kendinden kendine bir şeyler taşıyor. İnsanların çoğu yolculuğa kendinden başlıyor ama içindeki kendisini keşfedemediği için kendine gidemiyor. Çoğu insan ne irfan ne de arif olmadan yaşıyor. Bazıları irfan oluyor fakat arif olamıyor. Çok az insan ise irfan olmayı ve arif olarak yaşamayı başarıyor.

Değerli insan sana sesleniyorum; yol, yol bilenle gidilir ve yol doğruysa bilmediklerini sana öğretir. Bu yolculukta yol değişmez ama yolcu değişir. İnsan bir derdi dert edinirse o dert, o insana dert olur ve derdi olan insan demlenir. Demlenen insan demlendikçe yolda olur ve yolda kalır. Demlenen insan kendisi gibi demlenen insanları arar bulur. Önce irfan olmak için yürüdüğü bu yolun sonunda arif olmayı başarır. Değerli insan sana söz veriyorum, bu yolda ben hep senin yanında olacağım. Birlikte bu yolu yürüyeceğiz, birlikte dertleşeceğiz ve birlikte demleneceğiz. Sizi, hayatın tılsımını kaybettiğiniz ve hayatın neşesini aradığınız şu an olduğunuz yerden, oradan alacağım, buraya huzurun, mutluluğun, başarının ve sağlığın olduğu yere getireceğim.

Bu yolun sonunda sizde ne olacağını ben çok iyi biliyorum. Sizde çok şey olacak, sizde çok şey değişecek, sizde çok şey daha güzel olacak. Uyanacaksınız ve önce irfan sonra da arif olacaksınız. Siz yeter ki yolda olun ve benimle kalın. Yaşlanmadan yaş alarak mutlu bir hayat yaşamaya odaklanın. Kitabın sonunda sizi bekleyen “gelecek siz”e doğru akın. Yeni sizi “Hoş geldin!” diyerek karşılayın.

Hayatın lütuf anları vardır ve insan bu lütuf anlarında değişir, dönüşür, tazelenir, güçlenir ve özgürleşir. İnsan bu değişim ve dönüşüm sürecinde içindeki kendisini keşfederek içindeki kendisine dokunur. İşte bu lütuftur. Lütf, insanın kendisinden fazlası olduğunu bildiğin andır.

Her insan lütuf anlarını kararlarıyla ve seçimleriyle kendisi yaratır. İnsan, hayatındaki lütuf anlarının farkında olmalıdır ve bu lütuf anlarını çoğaltmalıdır. Lütf anı, Yaradan'ın insana hak ettiğini verdiği andır. Lütf, karşılık beklemeden insana

verilendir; minnettarlık yaratır, sağlığın, huzurun ve mutluluğun anahtarıdır.

Bu kitabı okuyan değerli insan, yaşlanmadan yaş alarak ve gelecekteki yeni seni yaratarak sağlık dolu mutlu bir hayatın içinde huzurlu yaşayabilirsin. Bunu başardığında anlarsın ki yaş sadece bir sayıdır. Önemli olan, ne düşündüğün ve ne hissettiğindir. Ne düşündüğünü ve ne hissettiğini her zaman önemseyerek yaşa ve lütuf anlarını çoğaltmak için farkındalığını artır. Çünkü kim olduğun düşündüklerinde ve hissettiklerinde gizlidir. Olumlu düşünce ve duygu içinde olduğun zaman hayatın ödülü sana bir lütuf ile gelecektir.

Şimdi şu an elinde tuttuğun ve okuduğun kitabın sana bir lütuf olduğunu düşünebilirsin. Bu kitabı okuyarak lütuf anı yaşayabilirsin. Değişebilirsin, dönüşebilirsin, güçlenebilirsin ve özgürleşebilirsin. Eski senin yerine yeni bir sen inşa etmek için tazelenabilirsin. İşte tam da bu sebeple, bu kitabı satın alma kararınla kendine bir lütuf anı hediye edebilirsin. Sağlığın, huzurun ve mutluluğun sana gelmesini sağlayarak enerji seviyesi en yüksek olan minnettarlık duygusunu yaşayabilirsin.

Hoş Geldin Ben de Seni Bekliyordum kitabını yazmak benim için bir lütuftu. Siz değerli okuyucuma bu lütfun bende yarattığı minnettarlık duygusuyla sesleniyorum, bu kitabı okuyun ve lütfen kendinize iyi bakın. Çünkü hayatının kalan kısmını kendinle yaşayacaksın ve yaşlanmadan yaş alarak mutlu ve sağlıklı yaşamayı “Hoş geldin! Ben de seni bekliyordum.” dediğin “yeni sen” ile başaracaksın.

# Giriş

Kitabımı okuyan değerli insan, merhaba! Yaşl anmadan yaş alarak mutlu ve sağlıklı bir hayat yaşamaya çalıştığım dünyama hoş geldiniz. Biraz sonra okuyacaklarınızdan çok etkileneceksiniz, farkındalığınız artacak ve değişeceksiniz. Müthiş bir enerji patlaması yaşayacaksınız. Sağlık, huzur, mutluluk ve bolluk içinde yaşlanmadan yaş alarak mutlu yaşamının mümkün olduğunu anlayacaksınız.

Ben size, niyetinizle, değerlerinizle, enerjinizle, titreşiminizle, frekansınızla, düşüncelerinizle, duygularınızla, davranışlarınızla, oluş ve yapış hâlinizle, hayallerinizle nasıl daha sağlık dolu, mutlu ve huzurlu yaşayacağınızı anlatacağım.

Kitap okumanın birçok insanın farkında olmadığı gizemli bir tarafı vardır. O da bir kitap okurken kitabın da insanı okuduğu gerçeğidir. Bu durum, doğru kitaplara yakın duran ve doğru kaynaklardan beslenen okuyucuların bildiği bir gerçekliktir. Okumak çok güzeldir. Bir kitabı okurken o kitap tarafından okunmak çok daha güzeldir. Kitaptan faydalanmanın en üst seviyesi okuduğunuz kitaba sizi okumasına izin vermektir.