

**BİL-BUL-OL BİLİNÇALTI
NEFS TERBİYESİ
PROGRAMI**



Seyr-i Ebabil
Kalbe Giden Yolculuk



”Bu eğitim, modern bilinçaltı dönüşüm tekniklerini tasavvufun kadim bilgeliğiyle harmanlayan özel bir sistemdir.”



GİRİŞ

Seyr-i Ebabil;

Tasavvufun insanı kendine döndüren kök dilini, bugünün insanına anlaşılır bir şekilde sunan ama özünü kaybetmeyen bir sistemdir.

Bu sistem:

- Kadimdir ama çağla konuşur
- Derindir ama anlaşılırdır
- Tasavvufîdir ama hayattan kopuk değildir



AMAÇ

Programın Amacı Nedir?

Bu programın amacı, insanın kendisiyle olan bağınyı yeniden kurmasını sağlamaktır.

Seyr-i Ebabil sistemi; kişiyi yüzeyde yaşanan duygulardan, otomatik tepkilerden ve bilinçsiz yaşam döngülerinden çıkararak kendi hakikatine doğru bir yolculuğa davet eder.



NEDEN BU EĞİTİMİ ALMALISIN ?

- Hayatında neden aynı döngüleri yaşadığını anlamayı,
- Zihinsel ve duygusal blokajlarını fark edip çözmeni,
- Korku, suçluluk, değersizlik gibi kalıplardan özgürleşmeni,
- Kalbinle, özünle yeniden bağ kurmanı sağlar.

Tasavvuf ve Bilinçaltı Arasındaki Köprü-Tasavvufun özü, insanın kendi içini görmesidir.



BU EĞİTİMLE KAZANACAKLARINIZ

- Bilinçaltının nasıl çalıştığını ve seni nasıl yönlendirdiğini öğrenirsin
- Hayatında tekrar eden duygu ve olayların kök nedenini fark edersin
- “Bil-Bul-Ol” sistemi ile kök sahneye inmeyi öğrenirsin
- Nefes çalışmalarıyla içsel sıkışmaları çözmeyi deneyimlersin
- Esmaların gücüyle dönüşüm sürecini desteklersin
- Nefsin hangi durumlarda seni aşağı çektiğini, hangi durumda yükselttiğini ayırt edersin
- Tepkilerini yönetmeyi ve daha dengede kalmayı öğrenirsin



BU PROGRAMA KİMLER KATILMALI

- ✓ Kendini tanımak isteyenler
- ✓ Hayatındaki tekrar eden döngülerin, ilişkilerdeki ve duygulardaki kalıpların farkına varmak isteyen herkes için.
- ✓ İçsel huzuru arayanlar
- ✓ Zihinsel yorgunluk, duygusal karmaşa ve iç sıkışıklık yaşayan; sükûneti kalpte bulmak isteyenler için.
- ✓ Ruhsal derinliğini keşfetmek isteyenler
- ✓ Tasavvufun rehberliğiyle bilinçaltı düzeyinde dönüşüm yaşamak, nefsi anlamak ve denge kurmak isteyenler için.
- ✓ Hayatında ilerleyemediğini hissedenler
- ✓ Sürekli aynı döngülere düşen, kendini sabote eden veya içsel direnci yüksek kişiler için.
- ✓ Farkındalığını derinleştirmek isteyenler
- ✓ Kendini bilmenin, sadece düşünsel değil ruhsal bir tecrübe olduğunu anlamak isteyenler için.



EĞİTİM İÇERİĞİ

1. Tasavvuf ve Modern (Batı) Yaklaşımlar Arasındaki Fark

- Modern sistemler neye odaklanır? (zihin, duygu, rahatlama)
- Tasavvuf neye odaklanır? (nefs, kalp, hakikat)
- Semptom odaklı yaklaşım vs kök odaklı yaklaşım
- Geçici iyi hissetme vs kalıcı dönüşüm
- Zihin merkezli sistem vs kalp merkezli sistem

2. Tasavvufi Yaklaşımın Temeli

- İnsan yapısı: nefis – kalp – ruh
- Nefsin hayattaki rolü
- Kalbin önemi
- Niyet ve yön kavramı

3. Tasavvufi Çalışmaların Tarihsel Arka Planı

- Tasavvufta nefis terbiyesi geleneği
- Kadim öğretilerde nefes
- Geçmişten günümüze dönüşüm anlayışı
- Modern sistemlerle karışan yapıların ayrımı



4. Bilinçaltı ve Nefs Sistemine Giriş

- Bilinçaltı nedir, nasıl çalışır?
- Bilinçaltı – nefis ilişkisi
- Kişiyi yöneten içsel sistem
- Otomatik düşünce ve davranışlar

5. Benlik ve İçsel Yapının Keşfi

- Benlik (ego) nedir?
- İçsel kalıplar nasıl oluşur?
- Tekrarlayan duygu ve olay döngüleri
- Kişisel farkındalık çalışmaları

6. Kök Sahneye İnme (Bil-Bul-Ol Sistemi)

- Bil-Bul-Ol yöntemi
- Kök sahne nedir, nasıl bulunur?
- Geçmiş kayıtların bugüne etkisi
- Uygulamalı analiz çalışmaları

7. Esmalarla Dönüşüm Çalışmaları

- Esmadır?
- Duyguların Esmadır karşılıkları
- Nefes ile Esmadır kullanımı
- Uygulamalı dönüşüm

8. Duygu, Tepki ve Davranış Yönetimi

- Duyguların kökeni
- Otomatik tepkiler
- Farkındalık geliştirme
- Günlük hayatta uygulama

9. Nefs Terbiyesi ve İçsel Denge

- Nefsin halleri
- Nefsi tanıma ve yönlendirme
- İçsel denge kurma
- Kalp merkezli yaşama geçiş

10. Günlük Hayata Entegrasyon

- Öğrenilenleri hayata aktarma
- Kendi kendine çalışma sistemi
- Süreklilik ve disiplin
- Kalıcı dönüşüm oluşturma



BİL-BUL-OL BİLİNÇALTI NEFS TERBİYESİ PROGRAMI



EĞİTİM İÇERİĞİ

Eğitim Türü: Online - Google Meet

Süre: 4 hafta - haftada 2 saat toplamda 8 saat

Eğitmen: Melek ÖZEN

Sertifika: Uluslararası Onaylı BİL-BUL-OL BİLİNÇALTI NEFS TERBİYESİ PROGRAMI

Programı Ücreti: 15.000 TL



Sıkça Sorulan Sorular

Ödeme nasıl yapılır?

EFT, Havale veya Kredi Kartı'na taksit ya da tek çekim ile kolayca kayıt olabilirsiniz.

Kredi kartı ile ödemeler için geçerli "Ödemenizi güvenle tamamlayabilmeniz için kurumsal ödeme linkimizi telefonunuza iletiyoruz; size ulaşacak SMS üzerindeki bağlantıdan işleminizi hızlıca ve kolayca gerçekleştirebilirsiniz."



ÖDEME BİLGİLERİ

Banka Adı	QNB Enpara Bank A.Ş.
Hesap Sahibi	SEYRİ EBABİL YÖNETİM DANIŞMANLIK LTD. ŞTİ.
IBAN	TR96 0015 7000 0000 0152 6070 35
Eğitim Ücreti	15.000
Açıklama	(İsteğe bağlı) "Eğitim Bedeli" yazabilirsiniz.

Ödeme Sonrası: Dekont whatsapp hattımıza göndermenizi rica ederiz.

Kayıt işleminizin ardından sizi eğitim grubumuza dahil ediyoruz.

Eğitim günü geldiğinde, bağlantı linki ve eğitim kitapçığımızı sizinle paylaşıyoruz.

NOT: Özel pakette Ebabil nefesi -Tasavvufi Nefes Terbiyesi Programı ve Bil Bul Ol Bilinçaltı Nefs Terbiyesi Programı birlikte alındığında 25.000 tl özel paketten yararlanıyor olacaksınız.



Seyr-i Ebabil

Kalbe Giden Yolculuk

Melek ÖZEN

Seyr-i Ebabil | Kalbe Giden Yolculuk

☎ 0216 807 20 77 ✉ seyriebabil@gmail.com

www.seyriebabil.com