



KİTAP YORUMLARI

Genç psikolojik danışman adaylarının psikoloji içerikli kitap yorumları

Psikolojik
Danışma
ve
Rehberlik
Uygulama
ve
Araştırma
Merkezi

Yayın tarihi 17.01.2023

HAYAT

Neslihan AVCU

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık lisans öğrencisi



Engin Geçtan 'Hayat' adlı bu kitabında büyük kent insanının birçok şeyi önceden planladığı zamanda değil de eşref saati diyebileceğimiz uygun zaman geldiğinde gerçekleştirdiğini söylüyor.

İnsanın 'Yaşamın Amacı Ölümdür' düşüncesi doğrultusunda, her anı aslında ne zaman geleceği bilinmeyen bir sona bir an önce ulaşmak istercesine yaşamayı tercih ettiğini ileri sürüyor.

Zamana ve benliğimize mal ettiğimiz beklentilerimizin hemen gerçekleşmesini istediğimizi ve bunun için çaba sarf ettiğimizi vurguluyor. Örneğin; asansörü beklemeden merdivenle çıkmamızın bizim sabırsızlığımızın bir yansıması olduğunu ifade ediyor.

Geçtan geçip giden saniyelerin bizden daha değerli olduğunu ve çoğu kez bunun farkına varamadığımız gerçeğini vurguluyor. Yapmayı düşündüğümüz şeyleri telaş etmeden aşağı yukarı yine başta planladığımız sürede yapacağımızı hatırlatıyor. Bu sabırsız yapının hayat içerisinde çoğu zaman panik atağa ve depresyona neden

olduğunu vurgulayan Geçtan, panik atağın dünyaya yönelik bir imdat çağrısı, depresyonun ise dünyaya yönelik bir öfke olduğunu okuyucularına anlatıyor.

Geçtan 'Hayat' bu kitabında atom altı parçacıktan ve kuantum benlik kavramından yararlanmış. Aynı zamanda günlük hayattan verdiği örnekler ile de olay ve olgular üzerinde mantık kurmaya yardımcı olmuştur. Rehberlik ve psikolojik danışmanlık ile psikoloji öğrencilerinin okumasında yarar bulunan bu kitap yalnızca uzmanlara değil, psikolojiye ilgi duyan herkese katkı sunabilecek bir eserdir.