

**T.C.**  
**DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**  
**FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI**  
**FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ PROGRAMI**  
**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**AFFETME KAPASİTESİ NESNE İLİŞKİLERİ**  
**PERSPEKTİFİNDEN BİR BAKIŞ AÇISI**

**Fazıl AYSU**

**Danışman**  
**Dr. Öğr. Üye. Cihad KISA**

**İZMİR – 2019**

**T.C.**  
**DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**  
**FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI**  
**FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ PROGRAMI**  
**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**AFFETME KAPASİTESİ NESNE İLİŞKİLERİ**  
**PERSPEKTİFİNDEN BİR BAKIŞ AÇISI**

**Fazıl AYSU**

**Danışman**  
**Dr. Öğr. Üye. Cihad KISA**

**İZMİR – 2019**

## TEZ ONAY SAYFASI



## YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Affetme Kapasitesi Nesne İlişkileri Perspektifinden Bir Bakış Açısı” adlı çalışmanın, tarafımdan, akademik kurallara ve etik değerlere uygun olarak yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

Tarih  
....../....../2019  
Fazıl AYSU

## **ÖZET**

**Yüksek Lisans Tezi**

**Affetme Kapasitesi Nesne İlişkileri Perspektifinden Bir Bakış Açısı**

**Fazıl AYSU**

**Dokuz Eylül Üniversitesi**

**Sosyal Bilimler Enstitüsü**

**Felsefe ve Din Bilimleri Ana Bilim Dalı**

**Felsefe ve Din Bilimleri Programı**

Affetme, affetme kapasitesi ve affetme süreçleri üzerine odaklanan çalışmada ilk olarak kişilikte bu yapı ve süreçlerin ortaya çıkmasına neden olan yaşamsal deneyimler nesne ilişkileri kuramı bağlamında ele alınarak yorumlanmıştır.

Affetme ve bu kavramla ilişkili terimler etimolojik açıdan değerlendirildikten sonra özellikle günümüzde gündelik yaşamda bu kavramın çok sık olarak kullanıldığı alanlar ayrıntılı olarak incelenmiştir. Akabinde farklı dinlerin “af” kavramına ilişkin bakış açıları irdelenmiştir. Bu bağlamda “tolerans” ve “hoşgörü” kavramlarının “affetme” ve “kapasite” kavramları ile ilişkisi üzerinde durulmuştur. Bilimsel kariyerlerinin büyük bir bölümünü bu konuya tahsis etmiş olan ve bu çalışmalarıyla da ön plana çıkmış olan bazı bilim insanlarının affetme ve affetmenin çeşitleri üzerine ileri sürdükleri düşünce ve görüşler değerlendirilerek kadim sorunların çözümüne yönelik olarak bazı yeni önerilerde bulunulmuştur. Bu bağlamda ülkemizde de kabul edilmiş hasta hakları kapsamında yeri olan Manevi Danışmanlık uygulamasına değinilmiştir.

Affetmeyle ilgili olarak birinci bölümde kavramsal çerçeveye, ikinci bölümde psikolojik yaklaşım ve süreçler, son bölümde ise Gartner’ın konuya ilişkin çığır açıcı düşüncelerine yer verilmiştir.

**Anahtar Kelimeler: Affetme, Kapasite, Tolerans, Hoşgörü, Psikoloji**

**ABSTRACT**  
**Master's Thesis**  
**The Capacity to Forgive: An Object Relations Perspective**  
**Fazıl AYSU**

**Dokuz Eylül University**  
**Graduate School of Social Sciences**  
**Department of Philosophy and Religious Sciences**  
**Philosophy and Religious Sciences Program**

In the study which focuses on forgiveness, forgiveness capacity and forgiveness processes, first of all, the experiences that lead to the emergence of these structures and processes in personality are interpreted in the context of object relations theory.

After the forgiveness and the terms related to this concept have been evaluated in terms of etymology, the areas where this concept is frequently used in daily life are examined in detail. Then, the perspectives of different religions regarding the concept of “amnesty” are examined. In this context, the relationship between the concepts of “tolerance” and “lenience” with “forgiveness” and “capability ” are emphasized. Some of the ideas and opinions put forward by some scientists who have devoted a large part of their scientific careers to this subject that came to the forefront with these studies have been evaluated and some new suggestions are made for the solution of these ancient problems. In this context, the practice of Moral/Spiritual Counseling, which has a place in the scope of the rights of patients accepted in our country is mentioned.

In the first part the conceptual framework, in the second part psychological approaches and processes and in the last part Gartner's groundbreaking ideas are given related with forgiveness.

**Keywords: Forgiveness, Capacity, Tolerance, Leniency, Psychology.**

**AFFETME KAPASİTESİ NESNE İLİŞKİLERİ PERSPEKTİFİNDEN BİR  
BAKIŞ AÇISI**

**İÇİNDEKİLER**

|                         |     |
|-------------------------|-----|
| <b>TEZ ONAY SAYFASI</b> | ii  |
| <b>YEMİN METNİ</b>      | iii |
| <b>ÖZET</b>             | iv  |
| <b>ABSTRACT</b>         | v   |
| <b>İÇİNDEKİLER</b>      | vi  |
| <b>GİRİŞ</b>            | 1   |

**BİRİNCİ BÖLÜM  
KAVRAMSAL ÇERÇEVE**

|                                                                                                         |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>1.1. AFFETME</b>                                                                                     | 4  |
| <b>1.1.1. Etimolojik Açıdan Affetme</b>                                                                 | 4  |
| <b>1.1.2. Teolojik Açıdan Affetme</b>                                                                   | 5  |
| <b>1.1.2.1. İslam İnancına Göre Af Kavramı ve Anlam Açısından Bu Kavrama Yakın Olan Diğer Kavramlar</b> | 7  |
| <b>1.1.2.1.1. Mağfiret</b>                                                                              | 7  |
| <b>1.1.2.1.2. Safh</b>                                                                                  | 8  |
| <b>1.1.2.1.3. Hz. Peygamber'in Ümmetini Affa Teşviki</b>                                                | 10 |
| <b>1.1.3. Tövbe</b>                                                                                     | 12 |
| <b>1.1.4. Rıza</b>                                                                                      | 14 |
| <b>1.1.5. Diğer Dinler Bağlamında Affetme</b>                                                           | 16 |
| <b>1.1.5.1. Endüljans ve Af Kavramı</b>                                                                 | 22 |
| <b>1.1.5.2. Âdem ve İlk Günah</b>                                                                       | 24 |
| <b>1.1.6. Hoşgörü</b>                                                                                   | 26 |
| <b>1.1.6.1. Hoşgörü Kelimesinin Türkçe'de Kullanımı</b>                                                 | 27 |
| <b>1.2. KAPASİTE VE TOLERANS</b>                                                                        | 28 |
| <b>1.2.1. Etimolojik Açıdan Kapasite</b>                                                                | 28 |
| <b>1.2.2. Tolerans</b>                                                                                  | 29 |

|                                           |    |
|-------------------------------------------|----|
| 1.2.2.1. Tolerans Kelimesinin Etimolojisi | 30 |
| 1.3. MANEVİ DANIŞMANLIK                   | 32 |
| 1.3.1. Maneviyat                          | 32 |
| 1.3.2. Manevi Danışmanlık ve Rehberlik    | 33 |

## İKİNCİ BÖLÜM

### KURAMSAL AÇIDAN AFFETME VE PSİKOLOJİ

|                                                                    |    |
|--------------------------------------------------------------------|----|
| 2.1. PSİKOLOJİK AÇIDAN AFFETME                                     | 37 |
| 2.1.1. Affetmenin İlişkilere Olan Katkısı                          | 46 |
| 2.1.1.1. Kendini Affetme                                           | 46 |
| 2.1.1.2. Başkalarını Affetme                                       | 49 |
| 2.1.1.3. Durumu Affetme                                            | 53 |
| 2.2. AFFETMENİN FAYDALARI                                          | 54 |
| 2.2.1. Affetmenin Fiziksel Sağlık Üzerindeki Etkileri              | 55 |
| 2.2.2. Affetmenin Ruhsal Sağlığa Etkileri                          | 56 |
| 2.3. PSİKOLOJİ KURAMCILARINA GÖRE AFFETME KAPASİTESİ               | 56 |
| 2.3.1. Affedicilikte Yaş ve Cinsiyetin Rolü                        | 58 |
| 2.3.1.1. Yaş                                                       | 59 |
| 2.3.1.2. Cinsiyet                                                  | 60 |
| 2.4. FELSEFECİLERİN AFFEDİCİLİĞE YAKLAŞIMI                         | 61 |
| 2.5. AFFETMEDE DURUMSAL FAKTÖRLER                                  | 61 |
| 2.5.1. Kabahatli Kişinin Tutumu                                    | 62 |
| 2.5.2. Duygusal Yakınlığa Bağlı Nedenler                           | 63 |
| 2.5.3. Affetmenin Anlaşılmasını Etkileyen Bazı Kişilik Özellikleri | 63 |
| 2.5.4 Affetmede Kültürel Etki                                      | 66 |
| 2.6. AFFETMENİN TERAPİDEKİ ROLÜ                                    | 67 |
| 2.7. AFFETME İLE İLGİLİ TÜRKİYE’DE YAPILAN ÇALIŞMALAR              | 68 |
| 2.8. AFFEDİCİLİK KONUSUNA GETİRİLEN ELEŞTİRİLER                    | 70 |

## **ÜÇÜNCÜ BÖLÜM**

### **AFFETME VE NESNELLİK**

|                                                            |     |
|------------------------------------------------------------|-----|
| <b>3.1. NESNEL BİR BAKIŞ İLE AFFETME KAPASİTESİ</b>        | 71  |
| <b>3.2. PSİKOLOJİ BİLİMİNİN TIBBİ BOYUTUNDAN BİR ÖRNEK</b> | 74  |
| <b>3.3. PSİKOLOJİK HASTALIKLARIN BAZI İPUÇLARI</b>         | 75  |
| <b>3.4. GARTNER'A GÖRE AFFETMENİN TANIMLANMASI SÜRECİ</b>  | 78  |
| <b>3.5. GARTNER'IN VAKA ÖRNEĞİ ÖZETİ</b>                   | 90  |
| <b>SONUÇ VE ÖNERİLER</b>                                   | 97  |
| <b>KAYNAKÇA</b>                                            | 100 |

## GİRİŞ

İnsanın sosyal bir varlık olması, yaratılışı kaynaklı hata yapma, suç işleme, özür dileme veya dilememe özellikleri bulunması sebebiyle affetme ve affedicilik, bireysel bir iyi oluş haline dönüşmüş, toplumsal iyi oluş halinin de temelini oluşturmuştur. Dolayısıyla affetme, geçmişten günümüze kadar felsefenin ve teolojinin araştırma konusu olmasının yanında 20. yüzyılın sonlarından itibaren psikoloji biliminin de ilgi alanına girmiştir. Affetme ve affedicilikle ilgili psikolojik araştırmalar, 1980’lerde hız kazanmış, 2000’li yıllarda ise üzerinde çok yoğunlaşılan bir konu olmuş (McCullough, Bono ve Root, 2005), “danışmanlık psikolojisi,” “sosyal psikoloji,” “din psikolojisi,” “aile danışmanlığı” gibi alanlarda çok sayıda çalışma yapılmıştır. Suçluluk duygusu yaşayan kişinin, Tanrı’dan ya da suçu işlediği kişiden af dilemesi, dini bir öğreti olmasının yanında, bir takım psikolojik süreçler içerdiğinden dolayı da günümüz psikolojinin inceleme konusu olmuştur (Kara, 2009).

Kullanım alanlarına baktığımızda affetmenin, yeryüzündeki dinlerin hemen hemen hepsinde çok önemli bir yere sahip olduğunu söyleyebiliriz. Bu bağlamda en son teşekkül eden İslam dininde çok sayıda ayet, hadis ve menkıbeyle karşılaşmaktayız. Yine benzer şekilde bir önceki din olan Hristiyanlıkta farklı şekillerde karşımıza çıkan affetmenin, vaftiz ve günah çıkartma (Akalın, 2014) gibi daha somut örneklerini bulmamız mümkündür. Yahudilik açısından da affetme örneklerine rastlamaktayız.

Bu üç dinde de insanın yaratılış hikayeleri birebir olmamakla birlikte benzer özellikler sergilemektedir. Örneğin Yahudilik ve İslam açısından Âdem’in yaratılışı aynı iken Hristiyanlıkta “asli günah (Peccatum Originis)” kavramı söz konusudur. Bu nedenle Tanrı’nın İsa’yı insanlığın suçlarına bedel olarak gönderdiğine ve bu şekilde affettiğine inanılır. Gerek İslam’daki tövbe (özür dileme) gerekse Hristiyanlık ve Musevilikte bedel karşılığı affedilme, bize affın tanrısal kökenli olduğunu göstermektedir. Uzak doğu kökenli dinlerde ise affetme, bir arada yaşama kültürünü destekleyen erdeme dayalı ahlaki bir davranış biçimi olarak karşımıza çıkmaktadır.

Seküler veya kolektif toplumlarda, yerleşik kültürlerde ve bahsini ettiğimiz dinlerde önemli bir konumda olan affetmeyle birlikte affetmeyi anlamlandırırken karşımıza hoşgörü, kapasite ve tolerans kavramları da çıkmaktadır.

Çeşitli süreçlerden geçerek Hint Avrupa Anadilinden günümüze kadar gelmiş kapasite kavramı, affetme ile ilişkilendirildiğinde, bireyde hoşgörü ve tolerans kavramlarının ölçüsü oranında affetme kapasitesinin oluşumundan bahsedebiliriz. Şu durumda affetme kapasitesinin belirleyicisi olan toleranstan, toleransın belirleyicisi olan hoşgöründen, hoşgörünün belirleyicisi olan müsamahadan(tesamuh) da söz etmek yanlış olmayacaktır.

Günümüz dünyasında yalnızlaşan ve maneviyatı tamamen göz ardı edilen bireylerin bir takım fiziki ihtiyaçlarının yanında manevi ihtiyaçlarının da olması sonucu, gelişmiş tıbbi çözümlerin insan vücuduna verdiği zararları minimize etmek amacıyla yeniden maneviyat alanında çözümler aranmaya başlanmıştır. İnanç odaklı yaşantının insan hayatına pozitif etkileri çeşitli araştırmaların konusu haline gelmiştir. Bu uygulamalardan elde edilen veriler ışığında yapılan çalışmalar kişinin hastalığı atlatma evresinde maneviyat desteğinin kişiye sağladığı olumlu etkileri olduğu sonucuna varılmıştır. Bu çalışmalar Batılı ülkelerde kiliseler aracılığıyla başlamıştır. Akabinde Dünya Sağlık Örgütü(WHO) tarafından hasta hakları kapsamına alınmıştır.

Ülkemizde ise kadim geleneğimizin ve uygulanmakta olan dini vecibelerin bir tezahürü olarak manevi destek/danışmanlığa gerek duyulmamıştır. Son dönemde ise teknolojinin gelişmesiyle toplumumuzda popüler kültür etkisi altında bireyciliğe yönelim başlamış, manevi alanda ihtiyaçlar ortaya çıkmıştır. Başta cezaevleri olmak üzere çocuk esirgeme kurumlarında uygulamaya girmiş, alınan olumlu sonuçlar nedeniyle ve 663 sayılı KHK esas alınarak 2015 yılında hastanelerde de manevi destek/danışmanlık pilot uygulaması başlatılmıştır.

Psikolojide affetme değişik şekillerde incelenmektedir. Birincisi, Tanrı tarafından affedildiğine inanan bireyin düşüncelerinin incelenmesidir. İkincisi ise bireyin kendini, kendisi dışındakileri veya durumu affetmesidir. Diğer bir ifadeyle kişi, kendisine karşı suç işleyen veya kendini affedememesi gibi, olumsuzluklarda tahammül gösterip gösterememesi durumudur. Yaşamımızın bazı anlarında “ben bu duruma nasıl dayanırım, bana bu yapılır mı, seni asla affetmeyeceğim, kendimi asla

affetmeyeceğim” gibi sızlanmaları ya da içinde bulunduğu kötü durumu ifade etmek için “batsın bu dünya, kötü kader” gibi serzenişleri duymak mümkündür. Kısacası affetme konusu çok boyutlu bir olduğundan farklı yönleriyle incelenmesi mümkündür.

Affetme ve Affedicilik; eşler, arkadaşlar, toplumlar ile olan etkileşimi kalıcı hale getirmede güçlü bir içeriğe? sahiptir. Toplumsal ilişkilerdeki güçlüklerin tamamında adaleti yerine getirme gayreti ya da affedememenin uzantısı olarak düşünülen “kin tutma, intikam alma” duygusu ön planda olsaydı; yaşam tahammül edilebilir olmaktan çıkardı. Affetme davranışı alışkanlık haline getirilmekle insan ilişkilerinin sürdürülebilirliğini ve geleceğini dizayn ettiği gibi kişinin iç dünyasını da önemli ölçüde rahatlatmaktadır. Bu nedenle affetmenin, bireysel bir boyutu da söz konusudur. Bireyin kendini ve başkalarını affetmesi için sağlıklı bir bakış açısına sahip olması gerekmektedir. Sağlıklı bakış açısı ise güçlü bir kişilikle, evrensel değerlerin içselleştirilmesiyle ve içinde bulunduğu olumsuz durumlarla başa çıkma yeteneğini kazanmış olmakla kazanılabilmektedir.

Psikolojik rahatsızlıkları olan kişilerin, genetik yollarla, ebeveyn etkisiyle ya da istismar kaynaklı yaşadıkları travmalarla başa çıkamamaları, kişilerin kendi durum tespitlerindeki yetersizlik sebebi olduğu görülmektedir. Bu konuda yapılan çalışmalarda pozitif bilimler kendi yöntemlerini kullanmış, psikolojiyle uğraşanlar ise tedavi sürecinin hızlanması anlamında evrensel değerlerden olan affetmeyi de ele almış ve travma sonrası stres bozukluğuyla başa çıkmada affedici olmanın ruh sağlığına katkısı olabileceği düşünülmüştür. Bu durum, psikolojinin kullandığı araçları zenginleştirecek ve çeşitlilik katacaktır.

Bu bağlamda, hasta haklarına bağlı kalınarak ve bir takım vaka analizleri üzerinden tartışılarak daha sağlıklı sonuçlar alınabileceğini iddia etmek yanlış olmayacaktır. Bu durum, ortak değerler üzerinde buluşmamıza katkı sağlayacak ve tedavi süreçlerini? hızlandıracaktır.

## **BİRİNCİ BÖLÜM**

### **KAVRAMSAL ÇERÇEVE**

#### **1.1. AFFETME**

İlk insan Âdem peygamberin kişiliğinde ve tüm insanlığın tekâmül sürecinde genetik bir kodlama olarak bakabileceğimiz, tanrısal bir kavram olarak karşımıza çıkan af kavramının günlük dilde en fazla hukuki anlamda kullanıldığına tanıklık etmekteyiz. Yine affetme, zaman zaman dargın ailelerin barıştırılmasında, ayrılmak üzere olan çiftlerin yeniden birleştirilmelerinde, değişik sebeplerle anlaşmazlığa düşen insanların yine aracılar vasıtasıyla veya kendiliklerinden harekete geçmeleriyle ortaya çıkan durumun iyiye evrilmesi sürecinde kullanılagelen bir kavram olarak çok sık karşılaşılan bir terimdir. Affetmeyi, son yıllarda bilimsel çalışmaların konusu olmaya başlamış ve çok geç fark edilmiş bir katalizör kavram (Şener ve Çetinkaya, 2015) olarak tanımlamak mümkündür.

##### **1.1.1. Etimolojik Açıdan Affetme**

Sözlükte “af” kelimesi Arapça “afv” kökünden türemiş bir isimdir. “Silmek, yok etmek, imha etmek, mahvetmek, kazımak, iptal etmek, hükmünü kaldırmak, bir şeyin en iyisi ve en kalitelisi, bir şeyin izlerini ve varlığını bütünüyle ortadan kaldırmak; bir şeyi bırakıp diğer şeyi istemek, bir şeyi almak, ona ulaşmayı istemek” anlamlarına gelir (Çağrı, 1988).

Af kelimesi Arap dilinde çeşitleri ve kendisiyle birlikte kullanılan harfi cer ve edatlarla değişik anlamlara da gelmektedir. Müteaddi ve lazım olarak kullanımı aynıdır. Bu kelimenin bağışlamak, hak edene cezasını vermekten vaz geçmek, hak edilen cezayı düşürmek, lütuf ve ihsanda bulunmak, sorumluluktan kurtarmak (Ağırakça, 1990), işlenmiş olan günahı dolaylı hesaba çekmemek, ıskat adı verilen yükümlülüğü düşürmek, nafakadan artan fazlalık, ihtiyacın karşılanmasından sonra arta kalan fazlalık gibi anlamlara gelmektedir (Müjdecı, 2007).

Afv kavramının hoşgörü (safh) anlamı içerdiğine de vurgu yapan Çağrı (1988), affetmek, bağışlamak, çekilmek, vazgeçmek, cezalandırılmanın kaldırılması ve görülmeyecek hale getirilmesi olarak tanımlamıştır.

Affetme kavramını Hargrave ve Sells (1997), işlediği kusurlar nedeniyle öfkelenilen birine karşı öfkesinden karşılıksız vaz geçme eylemi olarak tanımlarken, Proctor ve Di Blasio (1993), gönül kırıklığı olarak da tarif edebileceğimiz duygusal yaralanmaların tedavisi, Smedes (1984), zarar veren kişinin cezalandırılmaması, Piderman (2010) ise acının ve kinin berteraf edilmesi, intikam alma düşüncesinden vaz geçerek kızgınlık durumunda sakinleşmeye karar vermek olarak tanımlamışlardır.

Eski ingilizcede affetme (forgive), “şikayetlerinden vaz geçme ve kızgınlığını durdurma” (Droll, 1984) olarak tanımlanmıştır. Affetmenin farklı süreçler içermesi ve karmaşık yapısı nedeniyle uzlaşılabilir bir tanımlı yoktur (Williamson ve Gonzales 2007). Affetme, zamanın getirisi ile intikam düşüncesinin kendiliğinden azalması orta noktada buluşma diyebileceğimiz uzlaşının meydana gelmesi olayıdır (McCullough, Fincham ve Tsang, 2003). Diğer taraftan affetme konusu incelenirken Snyder bilişsel sürece vurgu yapmış (Thompson ve Snyder, 2003), Worthington duygusal sürece (Wade ve Worthington, 1999), Enright ise bilişsel, duygusal ve davranışsal etkileşim sürecine değinmiştir (Enright ve Fitzgibbons, 2000). Buraya kadar yapılan tanımlara baktığımızda, affetme tanımının üzerinde uzlaşma zor görünmektedir.

### **1.1.2. Teolojik Açıdan Affetme**

Affetme, her ne kadar bütün toplumlar da var olan bir gerçeklik olsa da kökeninin dinsel bir boyutunun da olduğunu düşünmemiz için birçok veriyle karşılaşmaktayız. Yeryüzünde rastladığımız herhangi bir dini incelediğimizde içerisinde affetme kavramını barındıran ifadeler rastlarız. Dinlerin gönderilme gayelerinden biri toplumsal ilişkileri ya da bireyler arası ilişkileri düzenlemek, diğer bir ifadeyle toplumsal huzurun sağlanması olarak düşünülebilir.

Felsefe temelli diğer bilimlerde de affetme kavramına çok sık rastlamaktayız (Kara, 2009). Bu bağlamda dinler, siyasal oluşumlar, ahlak bilimi ve nihayetinde psikoloji bilimi açısından affetme, merkezi bir kavram olarak ele

alınmıştır (Park, 2005). Amaçları doğrultusunda toplumsal barışı temel alan dinler, toplumu oluşturan bireyden başlayarak affetme kavramına büyük değer vermiş, bu amaçla da öncelikle bireyin içsel huzurunu dolayısıyla da toplumsal huzurun tesisini temin etmeyi gaye edinmiştir (Kara, 2009).

Affetmeyi insanların acı çekmeleri realitesinin sönümlemesi olarak ele alan dindarlar, hayatın olumsuz yönlerini anlamlandırmaları ve içselleştirebilmeleri için zorunluluk olarak değerlendirmiştir (Park, 2005). Kendilerini dindar olarak affetmeyenlerde bile insanların çatışmalarını çözmede affetme son derece etkilidir (Khirizad, 2016).

Dinleri anlamlandırmada dogmatik kurallarla belirlenen affetme nedenleri sebep sonuç ilişkisi bakımından ayrıca ele alınmıştır. Dini öğretiler genellikle affetmeyi erdemli bir davranış olarak teşvik eder ve kişilerin inanç bağlarını güçlendirerek kişilerarası olumsuz durumları affetmeyi kolaylaştırıcı yöntemler önerirler (McCullough, Root ve Bono , 2005).

Tek tanrılı dinler bağlamında değerlendirdiğimizde, Tanrı'nın kullarını affedeceği ve Tanrı'nın affının sınırsız olduğu bilgisi ve bunun bir sonucu olarak da hataların affedilmesi gerektiği düşüncesi, dini özümsemiş ve hayatını dinin kurallarına göre yaşayanlar açısından bir zorunluluk olarak öne sürülmektedir (McCullough ve Worthington, 1999).

Uzak doğu dinlerine baktığımızda affetmeyi Hinduizm, büyük bir erdem olarak görmüş ve 10 erdeme dayanan doğruluk kavramı içerisinde affediciliği bu erdemlerden biri olarak kabul etmiştir (Rye ve diğerleri, 2000).

Hindistan politik ve ruhani lideri Mahatma Gandhi gibi insanlar da affetme eylemini büyük bir fazilet olarak ifade etmiş ve affediciliği güçlü insanların bir niteliği olduğunu belirtmiştir (Khirizad, 2016). Budizm'de, affetme bir tür ihtiyaçtır. Çünkü affetmeyen kişinin üzerinde oluşacak olan öfke, kin gibi yıkıcı duyguların insana vereceği zararlar bertaraf edilmek zorundadır (Hui ve Ho, 2004).

Şu ana kadarki bilgileri değerlendirdiğimizde af kavramının dinsel içerikli olup olmamasına bakılmaksızın tamamen insani bir unsur olduğunu söylebiliriz.

### **1.1.2.1. İslam İnancına Göre Af Kavramı ve Anlam Açısından Bu Kavrama Yakın Olan Diğer Kavramlar**

İslami gelenek açısından af kavramı: “Müstahak olunan cezayı düşürmek (erRâzî, 606/1210)”, “Suçun karşılığı olan cezayı terk etmek (Buhari, 433)”, “Kötülük ve haksızlık edeni, suç ve günah işleyeni bağışlama; cezalandırmaktan vazgeçmek (Müjdecî, 2007)” olarak tanımlayabiliriz.

Esas affetme karşısındaki kişiyi cezalandırma gücü olduğu halde cezalandırmayıp bundan kendi rızasıyla ve hiç bir baskı hissetmeden vaz geçmedir (Müjdecî, 2007).

Af kavramını Kur’ani bağlamda ele alacak olursak; Allah’ın affedici oluşu ve affin ilahi bir sıfat ve yüksek bir ahlaki değer olduğu çeşitli Kur’an ayetleri kıssalar ve misallerle ifade edilmiştir.

İslam inancına göre “Bir kötülüğün karşılığı ona denk bir cezadır ve bu adaletin gereğidir (Şûrâ, 42/40)”. Ancak Allah Teâlâ insanlar arası ceza yolunu açık tutmakla birlikte af yolunu tavsiye etmiş, affedenlerin de Allah’ın affına mazhar olacaklarını haber vermiştir (Nisâ, 4/149). Bu nedenle İslam toplumlarında affa ayrı bir ehemmiyet verilmiş, af kavramı zengin bir içerik kazanmış ve birden fazla sayıda kelime ile ifade edilmiştir.

#### **1.1.2.1.1. Mağfiret**

Sözlükte, “ğafır (ğufuran)” kökünden türeyen mağfiret, örtmek, gizlemek, birinin kusurunu açığa çıkarmayıp bilerek ve isteyerek yokmuş gibi davranmak anlamında kullanılmıştır (Buhari, Edeb 60, Müslim, Zühd 52).

Râgıb el İsfahânî mağfireti Allah’a izafe etmiş; “kuluna azap etmekten imtina etmesi” olarak değerlendirmiştir. Aynı kökten gelen istiğfar ise, “kişinin günahının Allah’tan bağışlamasını talep etmesidir.” İsfahânî’ye göre bu talep hem sözlü olmalı hem de davranışla desteklenmesi gerekir; yani kişi özür dilemekle (ki bu bir daha günah işlemeyeceğim anlamındadır) Allah’a söz vermiş konumunda olacağı için bu sözünden cayması nedeniyle yalancı durumuna düşecektir. Kur’ânı Kerîm’de yer alan mağfiret kelimesi kökenli toplam 234 kelimeden 229’u Allah’a nisbet edilmiştir

“(ğâfir, ğafur, ğaffar, ğufrân, mağfiret, istiğfar vb...)”. Bunların kırk ikisi özür dileme anlamına gelen istiğfar kavramı çerçevesinde şekillenmiştir. Sonuç itibarıyla değerlendirecek olursak Mağfiret kavramı Allah’ın bağışlayıcı vasfının bir aracı konumundadır. Özel anlamda mağfiret, Kur’an’da yirmi yedi ayette Allah’a nispet edilmiş, sadece bir yerde başkasının kusurunu görmeme anlamında insana atfedilmiştir. Bahsi geçen yirmi yedi ayette Mağfiret kavramı “Allah’ın engin merhamet ve bağışlayıcılığını ifade etmektedir (Necm, 53/32)”. Ayrıca, mağfiret kavramının geçtiği ayetlerin içeriğinde büyük ödüller, çok değerli nimetlerle âhiret’e yönelik mükafatlar verileceği haber verilmektedir (Bebek, 2003). Örneğin Kur’an-ı Kerim’de “Büyük günahlardan ve çirkin fiillerden kaçınanlara gelince, onlar arada bir hataya düşseler de (bilsinler ki) Rabbin bağışlamada cömerttir. O, sizi toz topraktan var ederken de, annelerinizin rahminde saklı bulunduğunuzda da sizinle ilgili her bilgiye sahiptir. O halde kendinizi saf ve temiz görmeyin; (çünkü) O, kimin Kendisine karşı sorumluluk bilinci taşıdığını en iyi bilendir. (Necm, 53/32)” denilmektedir. “Ğafur” kelimesi Kur’an’da Allah Teâlâ’nın affedicilik vasfını ifade eden bir sıfatı olarak 91 yerde; Aynı anlama gelen “Ğâfir” kelimesi bir yerde; “Ğaffâr” kelimesi de beş yerde geçmektedir (Khirizad, 2016). Bir kaç örnek vermek gerekirse.....

“O, gökleri ve yeri (deruni bir) hakikate göre yaratmıştır. O gecenin gündüze sızıp onu örtmesini ve gündüzün de geceye sızıp örtmesini sağlar; O, güneşi ve ayı (kendi kanunlarına) tabi tutmuştur, her biri (O’nun tarafından) belirlenen bir süre içinde akıp gitmektedir. O, güçlü ve bağışlayıcı değil midir (Zümer, 39/5)?”

“Allah, iman edip, salih amellerde bulunanlara mağfiret ve büyük ecir vadetmiştir. (Mâide, 5/9).”

#### **1.1.2.1.2. Safh**

Safh kelimesi, “biriyle tokalaşmak, elini sıkmak, biri ile selamlaşmak, bir şeye nazıkçe, hafif bir şekilde dokunmak” gibi anlamlara sahiptir (Aslan, 2008). Safh aynı zamanda “bir şeyin genişliği ve yanı, kenarı” anlamlarındadır. Ayrıca safh, hoşgörü anlamında da kullanılmaktadır. Af sözcüğünden daha derin bir anlama

sahiptir. Çünkü af, “yapılan bir hatayı bağışlamak” iken, safh, “kusurun işlenmesine kızmamak, onu hoşgörü ile karşılamak”tır. “Essafûh”, kerim, cömert kimsenin sıfatı durumundadır. Safeha fiili, “afeve” fiilinden daha zengin bir mana içermektedir, insan bazen bağışlayıcı (afuvv) olabilir, ama bu arada “safûh” olmayabilir (Aslan, 2008). Ne şekilde ve ne vakit olursa olsun, birisinin su ihtiyacını karşılayan ile ilgili “safha’rraculu” ifadesi kullanılır. “tesaffaha” fiili, bir şey veyahut bir topluluğun vaziyeti ile ilgili düşünmek manasındadır (Hargrave, 1997).

Kur’an-ı Kerim’de, Allah affetmeyi ve bağışlamayı farklı kıssalarda ifade ederek affın ilahi bir önad ve ahlaki üstünlük olduğunu ortaya koymuştur:

“Ceza yolu ancak insanlara zulmedenler ve yeryüzünde haksız yere taşkınlık edenler içindir. İşte onlar için elem dolu bir azap vardır (Şura, 42/42).”

“(Resulüm) Sen affetme yolunu tut, iyiliği emret ve cahillerden yüz çevir (Araf, 7/199).”

“Onlar, büyük günahlardan ve hayâsızlıktan kaçınırlar; kızdıkları zaman da kusurları bağışlarlar (Şura, 42/37).”

“Ama (unutma ki,) kötülüğü cezalandırma (teşebbüsü) de, bizatihi bir kötülük olabilir; o halde, kim (düşmanını) affeder ve barış yaparsa mükâfatı Allah katındadır, çünkü O, zalimleri sevmez (Şura, 42/40).”

“Bununla birlikte her kim güçlülere göğüs gerecek ve (kendine yapılanları da) bağışlayacak olursa (bilsin ki), bu, yapılmaya değer işlerdendir (Şura, 42/43).”

“Ey inananlar eşlerinizden ve çocuklarınızdan size düşman olanlar da vardır; onlardan sakının. Bununla birlikte yine de onları affedecek, kusurlarını görmezden gelecek ve böylece onları bağışlayacak olursanız, (bilin ki) Allah çok bağışlayan, çok müşfik olandır (Teğabün, 64/14).”

Allah’ın günahkâr kullarını bağışladığı gibi, müminlerin de birbirlerini bağışlamayı öğrenmeleri gerekir. İnsanların birbirlerine kin ve nefret beslemeleri inanmış kulların özümseyeceği bir tavır değildir (Tarhan, 2012). Allah’ın sıfatlarından biri olan affetmek, eyleme dönüştüğünde Allah’ın kendisine ortak koşulması (şirk) dışındaki tüm suç ve günahları hesap gününde affedebileceğinden bahsedilir. Çeşitli yönleriyle affetmenin faziletine değinen bazı ayetler şunlardır:

“Şüphesiz Allah, dilediği kimselerin daha hafif günahlarını bağışladığı halde, Kendisine ortak koşulmasını asla bağışlamaz: zira Allaha ortak koşanlar, gerçekten korkunç bir günah işlemiş olurlar (Nisa, 4/48).”

“Ama (unutma ki,) kötülüğü cezalandırma (teşebbüsü) de, bizatihi bir kötülük olabilir; o halde, kim (düşmanını) affeder ve barış yaparsa mükâfatı Allah katındadır, çünkü O, zalimleri sevmez (Şura, 42/40).”

“Ey iman edenler, içten gelerek yapılan bir tövbe ile Allah’a tövbe ediniz. Umulur ki, Rabbiniz günah ve kötülüklerinizi örter... (Tahrîm, 66/8)” Allah bu ayette günah işledikten sonra tövbe eden kulunu affedebileceğini belirtmektedir.

“Onlar ki hem bolluk hem de darlık zamanında (Allah yolunda) harcarlar, öfkelerini kontrol altında tutarlar ve insanları affederler, çünkü Allah iyilik yapanları sever (Ali İmran, 3/134).”

Allah, “Güzel bir söz ve bağışlama, peşinden gönül kırma gelen bir sadakadan daha hayırlıdır. Allah, her bakımdan sınırsız zengindir, halîmdir (hemen cezalandırmaz, mühlet verir) (Bakara, 2/263)” diye buyurup, affetmenin faziletinden bahsetmektedir.

“(Ey resulüm) sen af yolunu tut, iyiliği emret ve cahillere aldırış etme (A’raf, 7/199).”

“Bir hayrı açıklar ya da gizli tutarsanız veya bir kötülüğü bağışlarsanız, şüphesiz Allah, affedicidir, güç yetirendir (Nisa, 4/149).”

“Kullarından tövbeyi kabul eden, kötülükleri affeden ve işlediklerinizi bilen O’dur (Şura, 42/25).”

Allah’ın inananları affedeceğinden bahseden yukarıdaki ayetler bize ahiret hayatına yönelik ipuçları da vermektedir.

#### **1.1.2.1.3. Hz. Peygamber’in Ümmetini Affa Teşviki**

Peygamberler kendilerine gönderilen vahiyleri uygular ve müphem (kapalı) olan kısımlarını da ya sözle açıklar veyahutta uygulayarak kendine inanlara yol gösterirler. İslam inancına göre hüküm koyma yetkisi Allah’a ve Peygamberine aittir

(Nisa, 105). Şu durumda ayetleri açıklayan peygamber olduğuna göre hadisleri de dikkate almamız zorunlu hale gelmektedir. Hadisler ise mana yönüyle Allah’a ait lafız yönüyle peygambere ait olan “Kutsi hadis” ve hem mana hem de lafız yönüyle peygambere ait olan (merfu hadis) şeklinde bir ayrıma tabi tutulmuştur (Yıldırım, 2009). Hz Peygamber Allah’ın, kullarından tövbe edip bağışlanma dileyenleri affedeceğini bildirmiştir. “Bana kim dua ederse duasını kabul edeyim. Benden kim dilekte bulunursa dileğini yerine getireyim. Benden kim af dilerse, onu bağışlayayım (Buhârî, Teheccüd 14).”

“Allah, gündüz günah işleyenin tövbesini kabul etmek için geceleyin elini açar. Geceleyin günah işleyenin tövbesini kabul etmek için de gündüzün elini açar. Güneş battığı yerden doğuncaya kadar bu böyle devam edip gider (Müslim, Tevbe 32).” Bu hadis Allah’ın kulunu affetmek için teşvikine bir örnektir. “Haydi bana tövbeni sun da, kabul edeyim.” demesidir. “Kim bir hayır işlerse, ona onun on misli vardır veya daha da artırırım. Kim bir kötülük işlerse, ona da onun misli vardır. Ya da tamamen affederim. Kim bana bir karış yaklaşırsa, ben ona bir arşın yaklaşıyorum; kim bana bir arşın yaklaşırsa, ben ona bir kulaç yaklaşıyorum. Kim bana yürüyerek gelirse, ben ona koşarak varırım. Kim bana hiçbir şeyi ortak koşturmasın; şartıyla dünya dolusu günahla gelirse, ben kendisini o kadar mağfiretle karşılarım (Müslim, Zikir 22).” “Affedin ki, Allah da sizi affetsin ve şerefınızı yükseltsin! (Sahihi Buhari, c. II)” “Kim merhamet etmezse merhamet olunmaz (Müslim, Fedâil, 66).” Allah’ın halife olarak yarattığı kullarından adete affetmek için sebepler göstermesi ve rahmetini vurgulayarak belirtmesine bir örnektir.

“Ey insanlar! Allah’a tövbe edip ondan af dileyiniz. Zira ben O’na günde yüz defa tövbe ederim (Müslim, Zikir 42).”

“Musa aleyhisselam, Ya Rabbi, senin indinde en aziz kimdir, diye sordu. Allah da, İntikam almaya gücü yeterken affedendir, buyurdu. (Müslim, İman 312).”

Hedeflenen amaç doğrultusunda hoşgörü ve af kavramlarının aynı doğrultuda olduklarını belirtirebiliriz. Af, suçu işleyeni cezalandırmamak ise safh (hoşgörü), affin biraz daha genişletilerek kınamayı ve hakir görmeyi de terk etmektir. Safh ifadesini affettikten sonraki aşamasının devreye girmesi şeklinde tanımlayabiliriz (Aslan, 2008). “Allah emrini getirinceye kadar affedin, hoş görün. şüphesiz Allah, her şeye gücü yetendir (Bakara, 2/109).”

“Namazı kılın, zekâtı verin, kendi hesabınıza önceden gönderdiğiniz her iyiliği Allah katında bulursunuz. Hiç şüphesiz Allah yaptıklarınızı görmektedir. (Bakara, 2/110).”

“Namazınızda dikkatli ve devamlı olun, arındırıcı (mali) yükümlülüğünüzü yerine getirin, çünkü kendiniz için önceden yaptığınız her iyiliği Allah katında mutlaka bulacaksınız: Unutmayın, Allah bütün yaptıklarınızı görür.” (Bakara, 2/110). Bu konuyla bağlantılı olarak Enes (r.a.):

“Ben Peygamber’e on yıl hizmet ettim. Ne beni dövdü, ne yaptığım bir dünya işi için, Neden böyle yaptın, Veya yapmadığım (ihmal ettiğim) bir dünya işi için, Neden yapmadın, dedi. Dul kadınları şefkatli bir koca, yetimleri de merhametli bir baba gibi korurdu (Buhari, Edeb 39).”

“Bunun içindir ki, (haksız iftiralara uğramış olsalar bile,) içinizden (Allah’ın) bolluk ve genişlik bahşetmiş olduğu kimseler yakınlarına, düşkünlere ve kötülük diyarından Allah için göç eden kimselere yardımdan el çekmesinler; onları affedip geçsinler. (Öyle ya,) Allah’ın da sizi bağışlamasını istemez misiniz; (hem de) Allah’ın çok merhamet edip esirgeyen gerçek bağışlayıcı olduğunu (gördüğünüz halde)? (Nur, 24/22).”

### 1.1.3. Tövbe

Tövbe kavramı affetme sürecinde affedici açısından olgun affetmeye giden bir yol olması hasebiyle önem arz etmektedir. Bu nedenledir ki affedilmeyi bekleyen kişinin durum tespiti ve farkındılığı için gerekli olduğunu düşünerek çalışmamıza yer verdik. Tanrısal affetmede tövbe, özür dileme anlamı içerdiğinden, affedici açısından gerekli bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır.

Asıl anlamı dönmek olan tövbe kelimesi “tvb” kökünden türetilmiş bir kavram olup af dilemek anlamına gelir. Kur’an-ı Kerim’de geçen “tevvâb” kelimesi ise mübalağa sığasıyla çok af dileyen anlamında kullanılır. Yüce Allah’ın bir vasfı olarak “etTevvâb” ise gönülden, Allah’a tövbe eden kişinin, tövbesini kabul eden ve affeden anlamındadır (Müjdecî, 2007).

Tövbe, işlediği hatadan dolayı pişman olmak, mahcubiyet duygusuyla hüznlenmek, yapılan yanlıştan dönerek pişman olmak, bir daha aynı hatayı yapmamaya azmetmektir (Özarslan, 2002). Pişman olmak; yaptığı bir eylemin ya da inandığı bir düşüncenin yanlış olduğunu anlamak ve karar vermektir. Tövbe ise bu kararı pratiğe dökmek, yürürlüğe koymak, bu karara göre hatalı davranış ya da düşüncesini terk ederek, onun alternatifi olan doğru davranış ya da düşüncüyü benimsemektir (Topaloğlu, 2012).

Tahrim suresinin 8. ayetinde Allah, kendisine samimiyetle tövbe eden kullarının günahlarını affedeceğini müjdelemektedir.

“Ey inananlar! Yürekten tövbe ederek Allah’a dönün ki, Rabbiniz kötülüklerinizi örtsün, sizi, içlerinden ırmaklar akan cennetlere koysun. Allah’ın Peygamberini ve onunla beraber olan müminleri utandırmayacağı o gün, ışıkları önlerinde ve defterleri sağlarından verilmiş olarak yürürler ve Rabbimiz! Nurumuzu tamamla, bizi bağışla, doğrusu sen her şeye kadirsin, derler. (Tahrim, 66/8).”

Yukarıdaki ayetin tefsiri ise şu şekildedir:

*“Ayette yapılması istenen tövbenin nasıllığıyla ilgili olarak kullanılan nasûh kelimesi, ‘hâlis, katışıksız’ manası taşıdığı gibi ‘düzeltici, onarıcı’ anlamına da gelir. Nush kelimesi de bu manalarla bağlantılı olarak öğüt vermek, nasihat etmek demektir. Ayetteki ifade, tövbenin tam manasıyla pişman olma ve bir daha pişman olduğu o işe dönmeme azmini içermesi gerektiğini göstermektedir. Kelimenin bu sözlük anlamları ve tövbede aranan şartlar dikkate alınarak mealde bu kelime içtenlikle ve kararlılık içinde şeklinde çevrilmiştir. Böyle bir içtenlik ve kararlılıkla yapılan tövbeye de İslâmî kaynaklarda ‘tövbe-i nasûh’ denilmiştir” (Karaman, 2012).*

Aşağıdaki ayet ve hadis örnekleri konunun anlaşılması için yeterli görünmektedir.

“Ancak kim işlediği zulümden sonra tövbe eder ve (davranışlarını) düzeltirse, şüphesiz Allah onun tövbesini kabul eder. Muhakkak Allah, bağışlayandır, esirgeyendir (Maide, 5/39).”

“Kötülük işleyip bunun ardından tövbe edenler ve iman edenler; hiç şüphesiz Rabbin, bundan (tövbeden) sonra elbette bağışlayandır, esirgeyendir (Araf, 7/153).”

“Günahtan ve hatadan tövbe etmek, işlenen suçtan pişmanlık duymakla başlar; salih amel ve ibadet ile sonuçlanır. İşte o zaman bu samimi tövbe kalbi temizler, günahlarından arındırır. Bundan sonra da kalbi salih amel işlemeye teşvik eder. İşte samimi ve içten gelen kalbi uyaran, günaha dönmemesi için öğüt işlevini gören samimi tövbedir. Böyle bir tövbe gerçekleşirse Tanrı’nın onunla günahları örtmesi ve bu şekilde tövbe edenleri, biraz önce ayette gözler önüne serildiği gibi kâfirlerin rezil olacakları bir günde, onları cennetlere sokması umulur. O gün Yüce Allah, peygamberini ve onunla birlikte olan müminleri utandırmayacaktır (Kutub, Fî Zilâl, VI, 3618).”

#### **1.1.4. Rıza**

Rıza, insanın imkanlarının haricinde başına gelen bir hadiseye uyum sağlayarak içinde bulunduğu durumla barışmasıdır. Allah’ın rızası ise kulundan memnuniyetini ve ahiret hayatı için bir müjdeyi haber verir (Düzgün, 2016).

“Yine insanlardan kimi de vardır ki, Allah’ın rızasına ermek için kendini feda eder. Allah ise kullarına çok merhametlidir (Bakara, 2/207).”

“Allah’ın rızasını aramak, kendilerini veya kendilerinden bir kısmını Allah yolunda sabit kılmak için mallarını Allah yolunda harcayanların hâli ise, bir tepedeki güzel bir bahçenin hâline benzer ki, ona kuvvetli bir sağanak düşmüş de yemişlerini iki kat vermiştir. Böyle bir bahçeye yağmur düşmese bile mutlaka bir çisenti vardır. Allah, yaptıklarınızı görür (Bakara, 2/265).”

“Allah’ın lütfu ve nimeti ile (savaşta) bir zarara uğramadan döndüler: Çünkü onlar, Allah’ın rızası için çabalıyorlardı ve Allah, yüceliğinde ve lütfunda sınırsızdır (Âli İmrân, 3/174)”

“Onlar ki, "Ey Rabbimiz! Biz inandık, iman getirdik, artık bizim suçlarımızı bağışla ve bizi ateş azabından koru!" derler (Âli İmrân, 3/16).”

“O sabredenleri, o doğruluktan şaşmayanları, o elpençe divan duranları, o nafaka verenleri ve seher vakitlerinde o istiğfar edip yalvaranları (görür) (Âli İmrân, 3/17).”

“De ki, siz gerçekten Allah’ı seviyorsanız bana uyun ki, Allah da sizi sevsin ve suçlarınızı bağışlasın. Çünkü Allah çok esirgeyici ve bağışlayıcıdır (Âli İmrân, 3/31)”

“Ancak bundan sonra tövbe edip kendini düzeltenler başka. Şüphesiz ki Allah, çok bağışlayan ve çok esirgeyendir (Âli İmrân, 3/89).”

“Göklerde ve yerde olanların hepsi Allah’ındır. Dilediğini bağışlar, dilediğine azab eder. Allah, çok bağışlayan, çok esirgeyendir (Âli İmrân, 3/129).”

“O (Allah’tan hakkıyla korka)nlar, bollukta ve darlıkta Allah için harcarlar, öfkelerini yutarlar, insanları affederler. Allah iyilik edenleri sever (Âli İmrân, 3/134).”

“Ve onlar çirkin bir günah işledikleri yahut nefislerine zulmettikleri zaman Allah’ı hatırlayarak hemen günahlarının bağışlanmasını dilerler. Allah’tan başka günahları kim bağışlayabilir? Bir de onlar, bile bile, işledikleri (günah) üzerinde ısrar etmezler (Âli İmrân, 3/135).”

“İşte onların mükâfatı (ödülleri) Rableri tarafından bağışlanma ve altından ırmaklar akan, ebedî kalacakları cennetlerdir. Çalışanların mükâfatı ne güzeldir! (Âli İmrân, 3/136)”

“Onların sözleri ancak: Rabbimiz! Bizim günahlarımızı ve işlerimizdeki taşkınlıklarımızı bağışla ve (yolunda) ayaklarımızı diret, Kâfirler güruhuna karşı da bize yardım et, demekten ibaretti (Âli İmrân, 3/147).”

“Siz Allah’ın izni ile düşmanlarınızı öldürürken, Allah, size olan vaadini yerine getirmiştir. Allah size sevdiğiniz (galibiyeti) gösterdikten sonra zaafa düştinüz. (Peygamber’in verdiği) emir hakkında tartışmaya kalkıştınız ve isyan ettiniz. Kiminiz dünyayı istiyordu, kiminiz ahireti istiyordu. Sonra Allah sizi, denemek için onlardan geri çevirdi ve sizi bağışladı. Allah müminlere karşı çok lütufkârdır (Âli İmrân, 3/152).”

“İki toplumun karşılaştığı gün, içinizden yüz çevirip gidenler var ya, şeytan onların kazandıkları bazı şeylerden dolayı ayaklarını kaydırmak istedi. Ama yine de Allah onları affetti. Kuşkusuz Allah çok bağışlayandır, halimdir(çok yumuşak) (Âli İmrân, 3/155)”

“Eğer Allah yolunda öldürülür veya ölürseniz, Allah’ın bağışlaması ve rahmeti, (sizin için) onların topladıklarından (dünyalıkları) daha hayırlıdır (Âli İmrân, 3/157)”

“(O zaman), sırf Allah’ın rahmetiyle onlara karşı yumuşak davrandın. Eğer kaba, katı yürekli olsaydın, onlar senin etrafından dağılıp giderlerdi. Artık onları sen bağışla, onlar için Allah’tan mağfiret dile. (Yapacağın) işlerde onlara da danış, bir kere de azmettin mi, artık Allah’a dayan. Muhakkak ki Allah kendine dayanıp güvenenleri sever (Âli İmrân, 3/159).”

“Rabbimiz! Biz, ‘Rabbimize iman edin’ diye imana çağıran bir davetçi işittik, hemen iman ettik. Rabbimiz! Günahlarımızı bağışla, kötülüklerimizi ört, bizleri sana ermiş kullarınla beraber yanına al (Âli İmrân, 3/193).”

Tüm bu ayetlerin yanı sıra İslam tarihi kaynaklarında yer alan, Hz. Ömer, katil bir genç, iki maktul yakını ve Ebû Zerr-i Ğıfarî arasında yaşanmış bir örnek olay bize, İslami gelenekte affetme kavramının uygulanışının tamamen samimiyet, ahde vefa ve Allah’ın rızasını arama odaklı gelişim gösterdiğini ifade etmektedir (Zariç, 2014).

Bu ayetlerde ve Ebû Zerr-i Ğıfarî örneğinde de görüleceği üzere İslam inancı toplumsal barış ve huzuru esas aldığı için affetmeye büyük önem vermiştir: Bunun dışında diğer dinler bağlamında da affetme kavramı birbirine göre küçük değişiklikler gösterse de önem verilen bir konu olmuştur.

#### **1.1.5. Diğer Dinler Bağlamında Affetme**

Yeryüzünde temsilcisi bulunan hemen hemen her dinde affetmenin varlığından bahsedebiliriz. Bu dinlerdeki affetmeye bakışı çeşitli çalışmalarda ele alındığını görmekteyiz. Semavi dinler Tanrıyı ve peygamberlerini, Hinduizm Brahmaları, Budizm Kurucuları olan Buda’ları affeden tanrılarını insanlara merhametli ve affedici olmaları örnekliğinde inanalarına bir model olarak tanıtılmıştır.

Tarih boyunca Hint yarımadasında doğmuş ve gelişmiş Budizm, Hinduizm, Yogaizm, Caynizm ve bunlara bağlı mezhep ve akımlara “Hint Dinleri”

denmektedir. Ve bu dinlerden biri Budizm’de affetme, kişinin zihinsel iyi olma hali için gerekli görülmektedir (Sarıkçıoğlu, 2002). Budizm işlenen günahların affi noktasında oldukça katı olan dinlerdendir. Bu dine göre işlenen günahın telafisi ancak sonucuna katlanmakla mümkündür. Fakat önemli olan günahların telafi edilmesi değil günah işlememeye çalışmaktır (Harman, 1996). İnsanı günaha sürükleyen yaşama hisleri ve daha başka heveslerin öldürülmesi Buda’nın genel ilkeleri arasında yer alır (Aydın, 2008). Çünkü ızdırabın kaynağı, canlıları doğumdan doğuma sürükleyen zevk ve ızdırapların refakat ettiği yaşama arzusudur, yani zevkleri tatmin etme arzusudur. Budizm’de işlenen günahların hayırlı işlerle affedilebileceği inancı oldukça geç dönemlerde ortaya çıkmıştır. Sonraki dönem Budizm’inde günahların öldükten sonra ve yeniden doğmadan önce gidecekleri “sekiz cehennem” inancı vardır. Affetme oluşacak olan öfke gibi yıkıcı düşüncelerin vereceği zarardan kişiyi korumak için bir tür ihtiyaçtır (Sarıkçıoğlu, 2002).

“Affedicilikten çok sabır ve şefkate önem verilen Budizm de affetmek aydınlanma için olduğu kadar bireyin kendi ve başkalarının ızdırabını ortadan kaldırması ve sosyal uyumun sağlanması için gerekli olan bir erdemdir” (Ji ve diğerleri, 2016).

Hinduizm, Hint yarımadasında yaşamakta olan halkın büyük çoğunluğunun milli dinidir. “Hindu” kelimesi “indus nehrinin etrafında oturan” anlamına gelen Farsça bir kelimedenden faydalanılarak Batılılarca bu bölge insanının dinini ifade etmek üzere kullanılmıştır. Hinduizm’in tahminen M.Ö. 1500’lü yıllarda Doğu Avrupa’dan Hindistan’a göç eden Ariler’le yerlilerin inanışlarının sentezi olduğu kabul edilmektedir (Aydın, 2008). Belli bir inanç sistemi ve ibadet esasları yoktur. Politeist yapıya sahiptir. Bazı kaynaklar Hinduizm’de otuz üç milyon tanrının varlığından bahseder. Tanrı sayısının bu kadar çok olması tanrıların tecellilerinin de tanrı kabul edilmesinden kaynaklanmaktadır. Hinduların dinsel yazılarının başında Sanskritçe yazılmış “Vedalar” gelir. Vada kelime olarak “bilgi, ebedi hikmet” anlamına gelir (Sarıkçıoğlu, 2002).

Hinduizm’de de Budizm’e yakın bir düşünce vardır. Bu dinde affetmek kişinin içsel huzuru için önemli görülmektedir. Karma yasasında kötülük yapan bir kişinin iyi bir insan haline gelene kadar yeniden ve yeniden dünyaya gelmesi gerekmektedir. Ancak son zamanlarda yeniden dünyaya gelmek bir çeşit intikam

değil, affedilme pratiğı olarak görölmektedir. Affetme kırgınlık, acı ve öfkenin serbest bırakılmasıdır. Karma felsefesine göre eğer affetmezsek benliğimiz acı ile dolar. Yeniden doğmak da acı içinde bir benlik olarak kalmama, geçmiş hataları düzeltme seansıdır (Müjdecı, 2007). Son olarak Hinduizm’de affetmek iyi bir insan olmayı tercih eden bireylerin uyması gereken ahlaki değerklerden biri olarak görölmektedir (Rye vd., 2000).

Dini mensubiyetleri birbirlerin farklı olan Müslüman, Budist ve Protestan deneklerle yapılan bir araştırmaya göre Protestanların diğerk dini guruplardan daha kolay kendini affettiğini ortaya belirlemiş, ancak daha sonraki yapılan yine aynı denek grubuyla başka bir çalışmada bu veriye tekrar elde edilememiştir (Tangney ve diğerkleri, 2015). Hangi dinin mensubu daha çok affeder diye sorulan bir sorunun cevabı için Lübnan’da çeşitli dini guruplar arasında bir çalışma yapılmış ve affetme düzeyleri arasında farklılık tespit edilememiştir. Aynı dini topluluğun mensubu olmanın affetmeyi kolaylaştırmadığı görölmüştür (Azar ve Mullet, 2001; Azar vd., 1999).

Yahudilik ise yaşayan ilahi kaynaklı dinlerin en eskisidir. Yahudiliğı tebliğ etmekle Hz. Musa görevlendirilmiştir. Kutsal kitabı Tevrat’tır. Yahudiliğın başlangıçta evrensel bir din olmasına rağmen Bâbil sürgününden sonra milli bir din haline geldiğı kanaati yaygındır (Aydın, 2008). Ancak bu din, tektanrı inancına ve vahye dayanması, kutsal kitaba ve Peygamber’e yer vermesiyle milli dinlerden; millileştirilip bir ırka tahsis edilmesiyle de ilahi dinlerden ayrılır. Yahudilik ismi Hz. Yakup’un büyük oğıu Yehuda’dan türetilmiş, daha sonra onun izinden yürüdüğü söylenen bir millete ad olarak verilmiştir (Müjdecı, 2007). Bugün Yahudiliğı din olarak benimseyenlerin sayısı 18-20 milyon civarındadır. Bunların 4.4 milyonu İsrail’de, 6 milyonu Amerika Birleşik Devletleri’nde, 3 milyonu Rusya’da, geri kalanı da Avrupa ülkelerinde ve dünyanın diğerk ülkelerinde yaşamaktadır (Sarıkçıoğılu, 2002).

Yahudi inancında hata yapan kişinin affedilmesi Tanrı’nın affına erişmek için zorunlu değildir. Yahudi inancına göre affedilme (teshuvah) birinin kendi suçunu kabul etmesi için kendi günahını günah olarak tanıması, yaptığı yanlışsı kendisinin fark etmiş olması gerekmektedir (Müjdecı, 2007). Bir kişinin pişman olduğunu

göstermesi için, günahı terk etmesi ve eğer başkasına zarar verdiyse telafi etmesi affetme düşüncesi içinde gerekli görünen bir diğer husustur (Kara, 2009).

Yahudilikte hata yapan kişiyi affetmemek ya da özür dilediğinde affetmeyi düşünmek, affedilmeyi talep eden kişinin bu konudaki tutumuna bağlıdır. Bir kişi Tanrı'ya karşı yanlış yapmışsa Tanrı'dan, kişiye karşı hata yapmışsa kişiden özür dilemelidir (Kara, 2009). Tanrı'ya karşı yapılan günahlar için Yom Kippur\* gününde Yahudiler Tanrı'dan bağışlanma dilerler.

Yahudiler “Şema” duasına ekledikleri bir bölümde: “*Evrenin Hâkimi! İşte ben, beni sinirlendirmiş ya da bana karşı gelmiş; ya da bana karşı gerek vücudumla, gerek onurumla, gerekse bana ait olan her şeyle olsun; kazara ya da isteyerek, dikkatsizlikle ya da bilinçle, sözle ya da hareketle, bu yaşamımda ya da diğer yaşamlarımda hata işlemiş olan her kim varsa; her İsrailoğlu'nu affediyorum. Ve lütfen, hiçbir insan benim yüzümden cezalandırılmasın*” diye dua ederler (Vali, 2013).

Yaşayan ilahi kaynaklı dinlerden olan Hristiyanlığın kutsal kitabı ncil'dir. Bu dini tebliğ etmekle görevlendirilen peygamber de Hz. İsa'dır. Hristiyanlık Filistin bölgesinde doğmuştur. Özde tektanrılı olmakla beraber sonradan üçleme (teslis) inancına yer vermiş ve tevhid inancından sapmıştır. Buna göre Tanrı kavramı Baba-Oğul ve Kutsal Ruh olmak üzere üç unsurdan meydana gelir (Sarıkçıoğlu, 2002). Bugünkü Hristiyan inancının oluşmasında Pavlus'un yorumlarının önemli bir tesiri söz konusudur. Hristiyan, “Mesih'e bağlı” demektir. Yunanca “Hıristos” kelimesinden türemiştir. Bu gün büyük bir çoğunluğu Avrupa ülkelerinde olmak üzere 1.400.000 civarında mensubu bulunmaktadır (Aydın, 2008).

Hristiyanlıkta Affetme/Affedilme (Forgiveness) Tanrı-kışı ve kişiler arası ilişkilerde olmak üzere iki şekilde değerlendirilmiştir. Bunlardan ilki kişinin yaptığı hatalardan dolayı Tanrı'dan af dilemesi, ikincisi ise kişinin başkaları yüzünden maruz kaldığı kötülükleri affetmesidir (Müjdecı, 2007).

Hristiyanlıkta mağdur kışı kendisinden özür dilendiğı takdirde affetmeye hazır olmalıdır. Bir Hristiyan'ın, din kardeşine karşı affedici olması konusunda sınır

---

\* Bkz: [https://yenisehir.fandom.com/tr/wiki/MUSEVİLİK%27TE\\_ORUÇ](https://yenisehir.fandom.com/tr/wiki/MUSEVİLİK%27TE_ORUÇ) Yom Kippur: “Musevilikte Musevi Takvimi'nin ilk ayı olan Tişri ayının 10. Günü yaklaşık 26 saat boyunca tutulan büyük oruç. Museviliğe göre bir insanın kaderi bir yıl önceki hâl ve hareketlerine göre yazılır. Bir yıl boyunca iyi ve hayırlı işler işleyen kişilerin kaderi bir yıl sonra için iyi yazılır.”

yoktur. Suçlu aynı suçu aynı kişiye karşı defalarca tekrarlamış olsa bile hatasından dolayı özür dilediğinde affedilmelidir. Buradan da anlaşılacağı üzere Hristiyan'ın suçluyu affetmesi kişisel bir davranıştan ziyade dinî bir görevdir (Kara, 2009).

Hristiyan inancı açısından bakıldığında Hz. İsa'nın Matta incilinde yer alan "Ve senin sağ yanağına kim vurursa, ona ötekini de çevir (Matta, 5; 38-41)" ifadesi dururken kendi aralarındaki yüz yıl savaşlarını veya Ardı arkası gelmeyen haclı seferlerini açıklamak pek mümkün gözükmemekle birlikte Hz. İsa (as) sayılarının azlığı ve gelen baskılardan dolayı o zamanda kendine inananlara bir kurtuluş yolu olarak geçici bir öneride bulunmuş, Hristiyanlığın ve Hristiyanların bu şartlar altındaki hayatı tam üç asır devam etmiştir. Yani Roma imparatoru Kostantin'in bu dine ve taraftarlarına hayat hakkı tanıdığı zamana kadar geçen 300 seneyi böyle bir zillet altında geçirmişlerdir (Koçyiğit, 1969).

İşte bu devre ait olmak üzere Hz. İsa'ya atfedilen şu söz, sonradan İncil'e de ithal edilmiş ve Hristiyanlığın hayatını idamesinde başlıca amil olmuştur (Koçyiğit, 1969). "Göz yerine göz, diş yerine diş denildiğini işittiniz. Fakat ben size derim ki: Kötüye karşı koma; ve senin sağ yanağına kim vurursa, ona ötekini de çevir. Ve eğer biri seninle mahkemeye gidip senin gömleğini almak isterse, ona abanı da bırak. Ve kim seni bir mil gitmeye zorlarsa, onunla iki mil git (Matta, 5:38-41)."

Hristiyanlar, kuvvet ve kudretten mahrum, her yerde tahkir ve tehdit altında yaşarken elbette ki "hak"tan bahsedemezlerdi; çünkü "hak", kuvvetliye ve zorbaya ait olduğu zaman, aciz ve zayıf olanın hakkı zilletten başka bir şey değildir (Koçyiğit, 1969). Bu itibarla Hristiyanlık, Roma'nın resmi dini olup kuvvet ve kudret kazanıncaya kadar zilleti kendisi için yegâne kurtuluş çaresi olarak seçmiş; bazen sağ yanağına yediği tokata mukabele edememiş, fakat ikinci tokat için sol yanağını çevirmiştir. Bazen mahkemede gömleğini isteyen gömlekle beraber çıkarıp abasını da vermiştir. Bazen da bir mil yürümesini isteyen kimse için iki mil yürümüştür. Ve böylece hayatını 300 sene idame ettirebilmiştir (Koçyiğit, 1969).

300 sene sonra, · Roma'yı kazanıp kuvvet ve kudret sahibi olunca, artık sağdan sonra sol yanağın tokada hazırlanması gereksizdir; hatta sağ yanağında tokat yemesine müsaade etmemiştir; çünkü kuvvet ve kudret sahibidir. Yapacağı şey tokat atmaktır... Yalnız tokat atmalıdır... Üç asır boyunca yediği tokatların intikamını almalıdır. Nitekim İncil'de Hz. İsa'ya şöyle söylettirilmiştir (Koçyiğit, 1969):

“Yeryüzüne selamet getirmeye geldim sanmayın; ben selamet değil fakat kılıç getirmeye geldim. Çünkü ben adamla babasının ve kızla anasının ve gelinle kaynanasının arasına ayrılık koymaya geldim ve adamın düşmanları kendi ev halkı olacaktır. Babayı veya anayı benden ziyade seven bana layık değildir. Oğlu veya kızı benden ziyade seven bana layık değildir. Ve haçını alıp ardımca gelmeyen bana layık değildir (Matta, 10:34-39).”

Bunlar, Hz. İsa’nın Matta İncilindeki sözleridir. Luka incilinde de şu sözler yer almıştır. “Eğer bir kimse bana gelir ve kendi babasına, anasına, karısına, çocuklarına, kardeşlerine, kız kardeşlerine, evet hatta kendi canına buğzetmezse benim şakirdim olamaz. Her kim haçını taşıyıp arkamdan gelmezse benim şakirdim olamaz (Luka, 14:25-27).”

Hristiyanlığa göre Hz. İsa, ana, baba, oğul, kız, gelin, kaynana, hâsılı bir ev halkı içinde kimler varsa, hepsinin arasını açmak için gelmiştir. Haçını boynuna takıp onun peşinden gidenler ona layıktır; ondan ve ona layık olmayanlar ise onun düşmanlarıdır. O halde bu düşmanların akıbeti ne olabilir? Kılıç... Çünkü Hz. İsa yeryüzüne selamet değil kılıç getirmek için gelmiştir (Koçyiğit, 1969). Nitekim Luka incili, Hz. İsa’ya atfen bunu da açıklamış ve şöyle demiştir: “Lakin üzerlerine kral olmamı istemeyen o düşmanlarımı buraya getirin ve önümde öldürün (Luka, 19:27).”

İşte, kilise, Miladi dördüncü asrın başlarından itibaren Romalıların yardımıyla dini sultayı ele geçirince, İncil’in bu hükümlerine istinaden "intikam ve ölüm" parolası altında bütün Avrupa’ya korku sarmış, aynı parola ile İslam ülkelerine saldırmış, boynuna taktığı haçla, İsa’nın peşinden gitmek ve ona layık olmak uğruna kılıç sallayıp kan akıtmıştır (Koçyiğit, 1969). Çünkü İsa, yeryüzüne selamet değil, kılıç getirmiştir ve elbette bu kılıcın hakkını vermek lazımdır düşüncesi Hristiyan düşüncesinin ana doktrini halini almıştır (Koçyiğit, 1969).

Yukarıdaki paragraflarda çeşitli İncillerin affetme konusundaki görüşlerine dair açıklamaları getirirken bu affetmenin yalnızca zayıflık halindeyken yapılan bir affetme eylemi olduğunu anlamaktayız. Yine Hristiyanların kendileri arasında veya diğer inanç sistemleri üzerinde gerçekleştirdikleri saldırı ve sömürülerin anlaşılması açısından bu tarihsel sürece değinmeden geçemeyecektik.

Nitekim Kur’an’da kesinlikle yasak olmasına rağmen yalan söylemenin mubah olduğu durumlar diye basit bir arama yaptığımızda dargınları barıştırmak,

eşler arasını düzeltmek ve can tehlikesinin olduğu durumlarda yalan söylenebileceğini ifade eden hadislerle rastlamaktayız. Ancak burada bir toplumsal iyi olma halinin temini söz konusudur.

İslamiyet'te Allah'ın rızasını kazanmak ve sosyal ilişkileri sürdürmek ön plana çıkmaktadır (Sarıçam ve Biçer, 2015). Buradan hareketle son din İslam açısından da ayet olarak geçmemekle birlikte hadislerde mevzu bahis olabildiği ve zamanla İslâm'ın da uydurma hadisler bağlamında tahrifata uğradığını söyleyebiliriz. (Ürkmez, 2012)

Suçluyu affetmek manevî sorumluluk olarak gereklidir, bu şekilde davranmak Tanrı'nın bağışlamasına erişmek için zorunludur. Hristiyanlıkta Tanrı'ya karşı işlenen suçtan dolayı pişmanlık duyulması, günah çıkarılması gerekmektedir.

Birçok Hristiyan ilâhiyatçısına göre, Tanrı, dine küfür etmenin dışında tüm günahları affedeceğini taahhüt etmektedir. Tanrı'nın af vaat etmediği tek günah, “kutsal ruh”a küfretmektir.

#### **1.1.5.1. Endüljans ve Af Kavramı**

Günah çıkartmaktan bahsettikten sonra Endüljans kavramına da değinmek yerinde olacaktır. Endüljans kelimesinin sözlük anlamı: Latince indulgens / indulgenti / indulgeo kelimelerinden batı dillerine geçmiştir. Indulgens; hoşgörölü, göz yuman, müşfik, nahif, yumuşak, saf; indulgenti; hoşgörü, incelik, ruhsal yumuşaklık, şefkat, muhabbet, sevecenlik; indulgeo ise nazık davranmak, hoş görmek, müptela olmak, düşkün olmak, kendini (bir şeye) vermek, vermek, bırakmak, ihsan etmek, bahsetmek (Glare, 1968) anlamlarına gelmektedir.

İngilizce etimoloji sözlüğünde “indulge” sözcüğünün 14. yüzyıl Roma Katolik kilisesinde kullanıldığı, 16. yüzyılda ilk kez İskoççada indult şekliyle özel bir ehliyet veya ayrıcalık anlamında, 17. yüzyılda hak edilmeyen bir iyilikle davranmak, itaatle ödüllendirmek, 18. yüzyılda bir şeyle ilgilenmek (Glare, 1968) anlamlarında kullanıldığı belirtiliyor. Aynı kullanım örneklerine başka bir etimoloji sözlüğünde de rastlıyoruz.

Indulge kelimesi Roma Katolik kilisesinde günahlarından pişman olanları bağışlama anlamında kullanılıyor. Hatta bu bağışlamanın kısmi, geçici, kişisel,

bölgesel gibi çeşitlerinin bulunduğundan bahsediliyor. Indult kelimesi bu sözlükte de Papa'nın normalde kilise kanunlarının izin vermediği bir şeye izin vermek için kullandığı bir izin belgesi olarak açıklanıyor (Davidson, 1908).

Endüljans kelimesinin ilgi çekici bir anlamı da 'şımartmak'tır. Endüljans kelimesine eş anlamlı olarak verilen kelimeler arasında tolerans, bağışlama, sabır, nezaket ve anlayış kelimelerini görüyoruz (Flexner, 1977).

Yahudilikte af sadece mağdurun kendisinden istenebilir ve sadece mağdur affedebilir. Yahudilik'teki bu inanç İslam'daki kul hakkı ile örtüşmektedir.

Hristiyanlık'ta ise merhamet ve sevgi ön plandadır (Auerbach, 2005). Bunlarla birlikte sadece dinî emir olduğu için yerine getirilen affetme davranışında, mağdur durumdaki kişinin içsel kırgınlıkları çözülmemiş olabilir (Rye, 2005).

İslâm'da ise affetmek/affedilmek için tövbe gerekmektedir. Kuran'da Allah tövbe edenlerin tövbesini kabul edeceğini buyurmuştur. Kişinin günahları Allah'a karşı ve insanlara karşı işlediklerinden dolayı iki şekilde tövbe gerektirir. Allah'a karşı işlenen suçlarda Allah'tan, kişiye karşı yapılan hatalarda ise hem Allah'tan hem kendisine karşı hata yapılan kişiden bağışlanma dilenmesi zorunludur. Allah hakkı ile ilgili günahlardan tövbe etmenin üç şartı vardır: 1- Kişinin işlediği günahtan dolayı pişmanlık duyması, 2- Tövbe edilen günahı kesinlikle terk etme gerekliliği, 3- Tövbe edilen günaha kesinlikle dönmeme kararı samimi tövbe eden bir müminin geçmiş günahları affolunmaktadır. Ancak kul hakkı bu affa dâhil edilmemektedir. Eğer suç bir kişiye karşı işlenmişse, dördüncü bir şart olarak suçlunun mağdur durumda bıraktığı kişiden af dilemesi zorunludur. İslâm dini kişinin maddî manevî haklarına büyük önem vermektedir. İslâm dinine göre maddî olarak hasar gören kişinin malları geri verilmelidir. Gasp eden kişinin cennete girebilmesi mağdur kişiden helallik almasına bağlıdır. Suçlunun mağdurdan helallik istemesi Allah katında da affedilmesi için gereklidir.

Pişman olma şartından anlaşılacağı üzere, tövbe etmeyi düşünen insanın yaptığı davranışın yanlış olduğunu fark etmesi tövbenin kabulü için önemli bir psikolojik unsurdur. İslâm tövbe anlayışına göre, tövbe etmek isteyen kişinin davranışının yanlış olduğunu kabul etmesi, bu davranışın kendisi ile Allah arasındaki ilişkiyi zedelediğini anlaması ve vicdani yönden huzursuz olması gerekmektedir. Sözü edilen huzursuzluk, pişmanlığı doğuran ve neticesinde kişiyi tövbe etmeye iten

bir etkidir. Pişmanlık tövbenin ilk şartıdır. Hz. Peygamber ‘Tövbe pişmanlıktır’ ifadesiyle pişmanlığın önemini vurgulamıştır.

Kısaca bir değerlendirme yapacak olursak, dinlerin hemen hepsinde yer alan “affetme” anlayışları birbirine göre bazı farklılıklar içerse de önem verilen bir husus olmuştur. Yahudilikte af sadece mağdurun kendisinden istenebilir ve sadece mağdur affedebilir. Yahudilikteki bu inanç İslam’daki kul hakkı ile örtüşmektedir. Yahudilik ve İslam’da pişmanlık, affedilmek için çok önemli yer tutarken Hristiyanlıkta ise gerekli güce kavuşuncaya kadar merhamet ve sevgi ön plandadır.

Affetmek, ilk defa Hz. Âdem’in yaratılışında, cennetten çıkarılmasına sebep teşkil eden yasak ağaca yaklaşmak ve akabinde Tanrı tarafından Hz. Âdem’in cennet nimetlerinden yoksun bırakılmasının ve pişmanlığının karşılığında Tanrısal bir kavram olarak karşımıza çıkmıştır.

Gerek kutsal kitaplarda gerekse semavi dinlerin dışındaki dinler bağlamında incelediğimizde kısaca değindiğimiz affetme, mağdur olan kişinin kabahatli kişiye yönelik olan olumsuz duygu ve davranışlarının azalması olarak tanımlanır. İnkâr etme, yapılan yanlış haklı çıkarma ya da intikam alma yollarıyla değil, olumlu sosyal süreçler yoluyla hem mağdur hem de hatalı kişi için birçok olumlu sonuç sağlar. Sosyal bilimciler affetmenin fiziksel sağlık, ruh sağlığı ve ilişkiler üzerindeki faydalarını keşfettikçe, affetme üzerine yapılan çalışmaların sayısı da artmıştır.

#### **1.1.5.2. Âdem ve İlk Günah**

Yahudilik açısından ilk günah kavramından bahsedilmiş ancak nasıl affedildiğinden ziyade cezalandırma dile getirilmiştir. Hz Yusuf kıssasına kadar “af” kelimesi veya bu anlama gelen bir kelime geçmemekle beraber sadece cezalandırmalardan bahsedilmektedir. Yusuf kıssasında (Yaratılış, 45; 6, 14) Yusuf’un kardeşlerini affettiğinden ve bunun gerçekte soyunun devamı için olduğundan bahsedilmektedir. Bu durum onların aynı zamanda suçluluk duygularından arınmaları içindir.

Hristiyanlık açısından bakıldığında ise durum benzerlik göstermekte ancak Asli günah kavramı üzerinde durulmuştur. Aslî günah (Peccatum Originis) terimini

ilk defa Saint Augustin kullanmış ve doktrinleştirmişse de (EUn., XII, 664-665) bu konuda ilk yorum yapan Pavlus olmuştur. Önceleri Hristiyanlığa karşı iken daha sonra ilk havâriilerin arasına katılan, Hz. İsa ile ilgili kurtarıcılık doktrinini ortaya koyabilmek için değişik bir izah getiren Pavlus'a göre günah dünyaya Âdem vasıtasıyla girmiştir. Her insan Âdem'in suçundan bir miktar taşımakta ve bu suç nesilden nesile geçmektedir. İnsanlığı bu suçtan kurtaran ise Hz. İsa'dır. Her doğan çocuk vaftiz olmadığı müddetçe suçludur (Romalıların'a Mektup, 5/12-21). Gerçekte Pavlus'un bu yorumu Tevrat'tan kaynaklanmaktadır. Tevrat'a göre topraktan yaratılan ve Mezopotamya bölgesinde bulunduğu tahmin edilen Aden (NDB, s. 208-209) mevkiindeki bahçede (cennet) oturan Âdem'in iyilik ve kötülüğü bilme ağacından yemesi yasaklanmış, yediği takdirde ölümlü bir varlık olacağı ve kötülüklere dalacağı kendisine bildirilmiştir. Fakat yılan Havvâ'yı, onun vasıtasıyla da Âdem'i kandırarak yasak meyveden yemelerine sebep olmuş, böylece ilk günah işlenmiştir (Tekvîn, 2/7-25; 3/1-24). Hristiyanlığa göre Âdem ile Havvâ'nın soyundan gelen bütün insanların irsiyetten dolayı bu suça iştirak ettikleri kabul edilmiş ve cezalandırılacaklarına inanılmıştır. Meryem'in rahminde İsa'ya hulûl eden Tanrı günahsız olan kendi oğlunu göndermiş, o da bu günaha kefarete olmak üzere çarmıhta can vermiştir. İnsanlar ise vaftiz olmak suretiyle aslî günahattan kurtulmuş olacaktırlar.

Hristiyanlık propagandasında, *“Kutsal Kitap bize bu ilk günah yüzünden ölümün insanlığa girdiğinden bahseder. “İyi ve kötü bilme ağacından kesinlikle yeme. Çünkü ondan yediğin gün kesinlikle ölersün (Yaratılış 2:17).”*

*Yani, Tanrı'nın huzurunda, Aden bahçesinde yaratılan Âdem ve Havva, iyi ve kötü bilmede Tanrı gibi olmak umuduyla, Tanrı'nın yasakladığı ağacın meyvesinden yediler ve ceza olarak bu bahçeden kovuldular. Ve, “ölüm” insanlığa girdi.*

*İslam da ise, “ilk günah” konusu bu şekilde ele alınmaz. İslam'a göre Âdem ve Havva cennette (Yerde değil göklerde bir yer) yaratılmışlardır ve günahlarından dolayı ceza olarak cennetten kovulup dünyaya indirilmişlerdir.*

*İslami geleneğe göre Âdem ve Havva tövbe etmişlerdir ve tövbeleri kabul edilmiştir. Burada tabi ki akla şu soru gelmektedir, “Eğer Âdem ve Havva affedildiyse, neden tekrar cennete koyulmadılar?”*

*Hristiyanlıktaki bu inanişın řu şekilde yanlış anlaşılmaması gerekmektedir: Hristiyanlar bebeklerin ya da çocukların şeytani olduğuna ya da günahkâr olduklarına inanmazlar. Ama günaha meyilli bir fıtratta olduklarına inanırlar. Zaten dediğimiz gibi hiçbir yetişkin, ‘günahsız’ olduğunu iddia edemez. Rab İsa defalarca küçük çocukları kucaklamış ve, “Size doğrusunu söyleyeyim, yolunuzdan dönüp küçük çocuklar gibi olmazsanız, Göklerin Egemenliđine asla giremezsiniz” (Matta 18:2) gibi ayetlerle yetişkinleri çocuk masumiyetine dönmeye davet etmiştir.” ifadeleri ve daha fazlası yer almaktadır (Kutsal Kitap, 2018).*

Burada Hristiyanlık propagandası yapılırken tüm psikolojik unsurlar kullanılmıştır. Maksat dinlerini süslü sözlerle güzel gösterip, İslam inancı kötülenerek dinlerini yaymaya çalışmakta oldukları açıktır.

İslam inancına göre “Hani, Rabbin meleklerle, Ben yeryüzünde bir halife yaratacağım, demişti. Onlar, Orada bozgunculuk yapacak, kan dökecek birini mi yaratacaksın, Oysa biz sana hamedederek daima seni tesbih ve takdis ediyoruz ,demişler. Allah da, Ben sizin bilmediğinizi bilirim, demişti (Bakara, 30).” Ayetten de anlaşılacağı Âdem (as) üzere cennette ya da göklerde değil yeryüzünde yaratılmıştır.

Yukarıda Talat Koçyiğit’in makalesinde de belirtildiği gibi ellerine imkân ve güç geçinceye kadarki süreçte varlıklarını idame ettirmek için masum rolüne bürünüp güce kavuştuklarında gerçek yüzlerini dışa vurumu ile Hristiyanların din anlayışında affetme konusundan bahsedilemeyeceğini belirtmekte fayda vardır.

### **1.1.6. Hoşgörü**

“Hoşgörü sözcüğü, Farsça bir sıfat olan iyi, tatlı, duygu okşayan, zevk veren, ilgi uyandıran, beğenilen ve latif anlamındaki hoş / huş sözcüğü ile Türkçe bir fiil olan görmekten görü sözcüğünün bir araya getirilmesiyle oluşan bileşik bir kelimedir” (Eyübođlu, 1995).

Günümüz Türkçesi’nde fazlasıyla kendine yer edinmiş olan Hoşgörü kelimesi bu günkü kullandığımız şekli ve türevleriyle Kaşgarlı Mahmud’un yazmış olduğu “Divânü Lugâti’t Türk’ün” h maddesinde yer almakta olmasından dolayı

geçmişte de bu günkü anlamada kullanıldığını ifade edebiliriz (Erdi ve Yurtsever, 2005).

Türklerin henüz Anadolu'ya yerleşmesinden önce İslam ile tanışmış olmaları ve Arapça'nın İslam geleneğinin kadim dili olması, 12. yüzyıl sonlarında da komşuluk ilişkileri ve kültürel etkileşim sonucu Farsça'nın etkisini göstermeye başlamasıyla, Türk devlet geleneğinde bir süre Arapça bir süre Farsça resmi dil ve bilim-sanat dili olarak karşımıza çıkmaktadır. Karamanoğlu Mehmet Bey'in 1278 yılında yayınladığı fermanla Türkçe resmi dil ilan edilmiş, 13. - 15. yüzyıl arasında kullanılan yazım diline klasik Anadolu Türkçesi denilmiştir (Aksan, 2000). Bu dönemde yaşamış ve halk diliyle eserler veren şairlerin hoş görmek kelimesini bileşik bir kelimeden ziyade iki ayrı kelimeden oluşan bir fiil olarak kullandıklarına rastlanmaktadır. Bu dönem şairlerinden Yunus Emre Tasavvuf geleneğinin bir mensubu olması hasebiyle olsa gerek "hoş görmek" fiilini daha ziyade tasavvufi düşünceyi ifade etmek maksadıyla kullanmış ve hoşgörüyü henüz bugünkü anlamda bir kavram olarak kalıplaşmış halde ele almamıştır (Erdi ve Yurtsever, 2005).

Püsküllüoğlu'nun 1966 yılı basımlı "Öz Türkçe Sözcükler ve Terimler Sözlüğü"nde "h harfi ile başlayan öz Türkçe sözcük yoktur" ifadesi yer almakta iken 1975 yılı genişletilmiş 4. basımında ise "hoşgörü, hoşgörülü, hoşgörüsüz, hoş görmek" kelimeleri sözlükte yerini almıştır (Püsküllüoğlu, 1966). Anlaşıldığı üzere kesin bir zamanı tayin edemeyeceğimiz hoşgörü sözcüğünün evrimi, 13. yüzyıl tasavvufu ile gelişmeye başlamış, bugünkü haline son yüzyıllarda, özellikle 20. yüzyılın son çeyreğinde ulaşmıştır (Aslan, 2008).

#### **1.1.6.1. Hoşgörü Kelimesinin Türkçe'de Kullanımı**

Her dil kendine özgü kavramlar ve kelimelerle şekillenmektedir. Hoşgörü kelimesi ise Türkçemizde bugünkü kullanıldığı anlamla affetme kavramının dilimize geçmesinden daha önce yerini almış ve affetmeden farklı anlamda kullanılmış bir kelimedir. Ancak affetme ile ilgili çalışmalarla, batı literatüründe yerini alması ve ülkemizde de bu çalışmaların tercüme faaliyetleri başlamasıyla Batı'da "tolerance", Arapça'da ise "tesamuh" kelimeleriyle karşılanmıştır. Yabancı dillerden Türkçe'ye bazen aynı şekilde bazen de hoşgörü olarak çevrilen bu kavramlar bize, "hoşgörü,

tolerans ve tesamüh” kelimelerinin Türkçe’de anlam birliği sağlanamamış olduğunu göstermektedir.

Son dönemlerde siyasi veya sosyal gelişmeler ile “tolerance” kelimesinin Türkçe karşılığı olarak kullanılan hoşgörü kelimesi, içeriğindeki hoş kelimesinin pozitif manasının etkisiyle daima pozitif duygular uyandırmıştır. Tolerans ve hoşgörü kelimelerinin tarihsel arka planının farklı olmasından kaynaklanan bu durum anlam birlikteliğinin oluşmama sebebi olarak değerlendirilebilir (Ayverdi,2005).

Hoşgörü sözcüğünün Türkçe’deki anlamı “farklı dil, cins, din, inanç ve anlayış bakımından başkalarının varlıklarından rahatsızlık duymama hali”dir. Türkçe’de daha bireysel bir yaklaşım içeren hoşgörü kelimesinin kökeninden bahsederken daha önce belirttiğimiz üzere bir kelime olarak kullanılması çok yenidir. Hoşgörünün kavramlaşması daha çok tasavvufi bir terim olarak yerini bulmuştur.

Hoş görmek eylemi Misalli Büyük Türkçe Sözlük’te “müsamaha ile karşılamak, kızılacak bir şeyi hoşgörü ile karşılayıp affetmek” denilmektedir. Hoşgörü kelimesinin içeriğinde “genel olarak anlayış, saygı, mazur görme, medeni olma, kabul etme, rahatsız olmama, farklılıklara ve farklı görüşlere sınır koymama, onlara olumsuz bir tepki göstermeme ve fikirlerin karşılıklı anlayış içerisinde tartışılması” gibi anlamların ortaya çıktığı ifade edilebilir (Aslan, 2008).

## **1.2. KAPASİTE VE TOLERANS**

Kapasite kavramını tolerans kavramı içerisinde ele almak kelimelerin anlam bütünlüğüne katkı sağlaması açısından birlikte değerlendirilmesini gerektirdiği için aynı başlık altında ele aldık.

### **1.2.1. Etimolojik Açıdan Kapasite**

Hintavrupa Anadilinin yazılı örneği bulunmayan “kh<sub>2</sub>pyéti” sözcüğünden, alt dalı olan Proto-İtalik diline “kapiō” şeklinde evrilmiştir. Kök kelimenin İngilizce karşılığına bakılacak olursa karşımıza “fiil; kavramak, anlamak, yakalamak, kapmak, tutmak. İsim; kavrama, idrak, kabza, tutma, sımsıkı tutma, anlama” şeklinde tanımlar çıkmaktadır (Linas, 2011).

Daha sonraları “kapiō” kelimesinin Latince’ye “capio” haliyle geçmesi; aynı dilde “capax”(Wikipedia, 2019) kelimesinin türemesi ve “duyarlı, hassas, elverişli, müsait, alıngan, duygusal, yetenekli, kabiliyetli, becerikli, ehliyetli, duyarlı, etki altında kalabilen uygun, yerinde, eğilimli, zeki, çok fazla içerebilir veya tutabilir geniş, büyük, yaygın, kapsamlı, engin, bol, enli, ferah, ardına kadar açık, tamamen, ardına kadar, iyice alabildiğine, adamakıllı, iri,” anlamlarıyla sıfat haline bürünmesi olarak süregelmiştir (Google Çeviri, 2019).

Kapasite (capacity), isim olarak Fransızca capacité: Bir şeyi içine alma, sığdırma sınırı, kapsama gücü, sığa, belli bir alana sığabilecek kişi veya nesne sayısı, ekonomi Bir işletmenin üretim miktarı, fizik Bir kondansatörün elektrik yığma sınırı, sığa, anlama, kavrama yeteneği anlamlarına da gelir (TDK, 2019).

Buradaki tanımlamalardan anlaşılaçağı üzere, konumuz olan affetmenin kapasitesine giriş yapmadan önce, kapasite kelimesinin içerdığı anlamlar üzerinde durduk. Ancak somutlaştırılmış bir kavram olarak kapasite, ekonomik anlamda bir işletmenin yıllık bazda üretim miktarının sayısal verileri olabileceğı gibi likiditesini de ifade ederken diğler taraftan elektrik - elektronik terimi olarak yine kapasite anlamına gelen sığa kavramının ölçümlemesinde kullanılan değlerlerin de benzer şekilde somut veriler içerdığı görülecektir.

Söz konusu insan olunca bu defa durum değışmekte ve somut verilerden soyuta doğru bir geçiş olmaktadır. Ve her birey de farklı kapasitelere sahiptir. Bu noktadan hareketle bireyin affetme kapasitesinin gelişimini bilim insanları, bireyin doğumuyla birlikte başlatmaktadır.

### **1.2.2. Tolerans**

Tolerans kelimesinin tam bir analizini yapabilmek için etimolojisini, batı dillerindeki anlamlarını, kapasite kelimesiyle bağlantısını ve son olarak Türkçe’deki anlamlarını inceleyeceğiz.

### 1.2.2.1. Tolerans Kelimesinin Etimolojisi

“Tolerans” kelimesi Latince (sıfat) sabırlı, (zarf) sabırlı bir şekilde anlamına gelen “tolerans” kelimesinden batı dillerine aktarılmıştır. “Tolere etmek” fiili yine Latince dayanmak, kaldırmak, tahammül etmek, desteklemek, üstlenmek anlamlarına gelen “tolerare” fiilinden gelmektedir (Gove, 1986).

Tolerans kelimesinin “kaldırmak, yükseltmek; ortadan kaldırmak, alıp götürmek; tahrip etmek, ilga etmek; (çapa) demir almak; (çocuk yetiştirmek); (akıl) moralini yükseltmek, sevindirmek; (yolcu) gemiye çıkmak (Kabağağaç ve Alova,1995)” şeklinde birbirinden farklı pek çok anlamı olan “toll” kelimesinden türediği düşünülmektedir. “toll” kelimesi “tolero / tolero” kelimesinin kısaltılmış şeklidir (Lewis, 1993). “tolero” kelimesi (nadiren ve genellikle üst sınıfta) katlanmak, desteklemek, güçlendirmek, katlanmak, dayanmak, tolere etmek, güçlendirmek, desteklemek, bir kişiyi veya şeyi desteklemek, beslemek, ilgilenmek, güçlendirmek, yiyecek- zenginlik vb ile korumak, korumak, gözetmek (Lewis, 1993) anlamlarına gelmektedir.

Başka bir sözlükte tolero kelimesi, “bir ağırlığa katlanmak, desteklemek, destekleyebilmek ve taşıyabilmek, yüklenmek, taşımak (bir yük), yiyecek veya kaynak sağlamak, desteklemek (hayatı), devam ettirmek, kendini adamak, katlanmak, tahammül etmek, katlanmaya, dayanmaya, tolere etmeye hazırlıklı olmak, başarılı biçimde katlanmak veya direnmek, zorluklara göğüs germek” anlamlarına gelirken “tolero + biliş” yapısından oluşan tolerobiliş kelimesi ise “kaçınma, katlanabilme, dayanıklı, güçlü, katlanabilen, tolere edebilen, tahammül edebilen, göğüs gerebilen, az bir derecede kabullenmeyi başarabilme, tolere edebilme veya tahammül edebilme” (Glare, 1968) anlamlarına gelmektedir.

Latincenin, batı dillerinin bazı sözcükleri içinde çoğunlukla biçim ve anlam değiştirerek erimiş olan, iki bin küsur yıl öncesine ait bir dil olduğu ve bugün artık hepten yok olmuş bulunan bir uygarlığı yansıttığını göz önünde (Kabağağaç ve Alova, 1995) bulundurursak kelimenin içinde bulunduğu zaman ve mekâna göre anlam kaybına uğraması veya yeni anlamlar kazanması kaçınılmazdır. Dolayısıyla tolerans kelimesinin içinde bulunduğumuz zaman dilimindeki kullanımı ve anlamının ortaya

çıkış şartları ile artık çok gerilerde kalmış bir zaman dilimindeki kullanımı arasında büyük farklar olacaktır.

Buradan hareketle “tolerans” kelimesinin İngilizce, Fransızca ve Almanca sözlüklerde verilen karşılıklarını incelediğimizde birbirine çok yakın yazılışlar ve telaffuzlarla kullanıldığını görmekteyiz (Atalay, 2008). Tolerans kelimesi İngilizcede tolerance, Fransızcada tolérance ve Almancada toleranz olarak kullanılmaktadır. Kullanılan kaynaklarda farklı dillerde tolerans kelimesinin karşılığı kimi yerde hoşgörü, müsamaha kimi yerde yine tolerans olarak verilmiştir.

Tolerans kelimesinin başka bir sözlükte verilen anlamları şunlardır: “Ağrıya veya zorluğa dayanma kapasitesi, tek bir seferde veya sürekli alışlarda veya tecrübelerde bir ilacın, bir yiyeceğin veya psikolojik hakaretlerin etkilerine istenmeyen etkiler göstermeden katlanabilme yeteneği, bir veya daha fazla istenmeyen çevre koşulunda bir organizmanın büyüme ve hayatta kalma kapasitesi, kanunen bir yiyeceğin içeriğinde bulunmasına izin verilebilecek en yüksek kimyasal miktarı, bir kişinin kendisinininkinden farklı olan veya kendisinininkiyle çatışan düşüncelere veya uygulamalara karşı gösterdiği izin verici veya liberal tutum: düşünce ve uygulamalardaki farklılıklara karşı sempati, yumuşaklık, bir şeye izin verme hali, bir standarttan sapma payı, madeni paraların yasal olarak belirlenen ağırlık standardından sapma payı, belli bir makinenin parçalarının üretiminde meydana gelebilecek sapmalar, ağırlık ölçü ve birimlerinde meydana gelebilecek sapma payı” (Gove, 1986).

Tolerans kelimesinin dikkat çeken bir anlamının da “oldukça iyi veya kabul edilebilir, zararı olmayan, mükemmel veya memnun edici olmayan ama katlanılabilen veya iğrenme, pişmanlık veya karşıtlık olmadan kabul edilebilen” (Webster,1940) şeklinde ve daha çok dinsel içerikli olduğuna tanıklık etmekteyiz.

Önceleri yalnızca Katolikler ile Protestanlar arasındaki ilişkiye konu olan tolerans, sonraları tüm inançlara karşı kullanılmaya başlanmış ve 19. yüzyılda da düşünce özgürlüğü alanına kadar yayılmıştır (Lalende, 1980).

Buraya kadarki incelememizden de görüleceği üzere Affetme ile hoşgörü kavramı arasında anlamsal yakınlık, affetmenin sınırlarını belirlemektedir. Diğer taraftan tolerans ile kapasite kavramının da yakın ilişki içinde olduğu anlaşılmaktadır. Her ne kadar birbirlerinin yerine ikame olarak kullanılsalar da

affetmek ve hoşgörü bir birinden anlam olarak farklılıklar içermekte yine tolerans ve kapasite kavramları da anlamsal farklılıklar içermektedir. Ancak bu kelimelerin anlamlarının ve tarihsel süreçlerinin bilinmesi bazı soyut kavramların daha anlaşılır olmasına katkıda bulunmaktadır.

### **1.3. MANEVİ DANIŞMANLIK**

Çalışmamızın bu bölümünde otoriteler tarafından anlamı üzerinde henüz mutabakat sağlanamamış olan maneviyat kavramını inceleyip manevi danışmanlık uygulamaları hakkında kısaca bilgi vereceğiz.

#### **1.3.1. Maneviyat**

Mana ile maddenin iç içe olması, insanların zihnini karıştırmaktadır. Bunun için bu kavramı farklı dillerdeki karşılıklarıyla incelemek gerekmektedir. İngilizce Spiritual kelimesi, Türkçe’de karşılığı olmadığı için Arapça bir kelime olan maneviyat kelimesiyle kullanılmaktadır.

Maneviyat, Platoncu ve Yeni-Platoncu felsefenin etkisini hisseden İslam felsefesinin varlık alanında benimsediği ikinci görüşün sonucu olan ayrımın bir ucunu meydana getiren ve maddiyat kapsamı içinde olup, zamanla mekân içinde bulunan varlık türlerinin karşısında yer alan varlık türlerinin meydana getirdiği varlık alanı (Cevizci, 1999) olarak tanımlanmıştır.

Buna göre, mana kavramı ile dile getirilen ve zamanla mekân türünden sınırlayıcı yapıların ötesinde olan ruh, can, zekâ, zihin, yaşam, bilgi, anlam, kavram ve ideal nesne türünden tüm varlıklar maneviyat kapsamı içine girer (Cevizci, 1999).

İleride de değineceğimiz üzere tanımlaması yapılmış olan maneviyat kavramını, dinden ayrı düşünmenin yerine maneviyatın bir parçası olarak dini bizatihi kendisinin maneviyata kaynaklık etmesini göz ardı etmemek isabetli bir yorum olacaktır.

Sağlıkçılar açısından ele alındığında ise tamamen dinin dışında tanımlama yoluna gidilmiş dinin dışında insanın Maneviyat/tinsellik, bireyin kendisinin ve varoluşunun ötesindeki güç güçtür (Peters, 2008), bireyin, kendisi ve diğer insanlarla

ilişkilerini, evrendeki yerini, yaşamın anlamını anlama ve kabul etme çabası (Boztilki ve Ardıç 2017) şeklinde tanımlanmaya çalışılmıştır.

### **1.3.2. Manevi Danışmanlık ve Rehberlik**

Manevi danışma ve rehberliğin karşılığı Batı’da “pastoral care and counseling” olarak birleşik veya “pastoral care”, “pastoral counseling” olarak ayrı ayrı bulunmaktadır. Çoğu lugatta teknik manada kesin karşılıkları olmayan bu kelimelerden “pastoral”, “papaza ait, çobana ait” manasına gelirken “care” kelimesi “bir kişiyi sevmekten dolayı onunla ilgilenme, ihtimam, alaka, gözetim, bakım, kollama” gibi manalar içermektedir. “Counseling” kelimesiyse çoğunlukla “danışma ya da danışmanlık” şeklinde Türkçe’de karşılanmaktadır. Birleşik şekildeki pastoral care, “dinsel cemaat sorumlusu tarafından cemaate ve kilise üyelerine yapılan manevî destek, manevî yardım, özel tavsiye ve öğütler, bir rahip, haham ya da başka bir dinî liderin kendi dinî grubunun üyelerinin dinî ihtiyaçlarından ziyade kişisel problemlerini çözmeye yönelik sorumlulukları” şeklinde anlamlandırılmaktadır (Doğan, 2017). Türkiye’de henüz ismi üzerinde uzlaşma sağlanamamış ancak son zamanlarda sıklıkla “Manevi danışmanlık ve rehberlik” olarak rastlanılan bu hizmet, teoloji ve bilimi birleştiren bir disiplin olması münasebetiyle aynı zamanda din psikolojisi ile teolojik yaklaşımları da birbirine bağlamaktadır (Kaymakcan ve Şirin, 2013).

Patton’a göre Manevi danışmanlık ve rehberliğin karşılığı olarak kullanılan kavramlardan “care”, “kaygı (anxiete) ve özen, ihtimam (solicitude)” şeklinde iki anlam içermektedir. Kavram, “endişeli, sıkıntılı, yaslı” gibi manalara gelmekle birlikte “bir şeyle ilgili olmak, saygı, sevgi, kendisinden ziyade başkalarının bakımıyla ilgilenmek” gibi anlamlar da içermektedir. Heidegger ise konuyla ilgili olarak “Bakım insanı insan yapar, bakım yapmazsak insanlığımızı kaybederiz!” sözleriyle manevi anlamdaki bakımı temel bir insani görev olarak belirlemekte ve insani gelişim yolundaki katkılarını belirterek “olmak için bakım (care for being)” sloganını kullanmaktadır (Patton, 2005).

Clinebell’e göre “pastoral counseling”, insanların problemleri ve sıkıntılarını ele alan terapötik iyileştirme metotlarının bir çeşididir. Bu tür danışma, kriz

sebebiyle kilitlenen ya da aniden tehlikeye düşen bireyin ihtiyaç duyduğu onarma fonksiyonunu icra etmektedir (Clinebell,2014). “Pastoral care and counseling” bir danışanla psikoterapistin birebir oturumlarını akla getirmekte ve fiziksel, zihinsel, ilişkisel, oyun, iş, toplum, manevî/etik alan dâhil yedi yaşam boyutunda bütünlük kazanmayı içeren holistik bakım vermeyi anlatmaktadır. O, bu kavramla kısa dönem krizlerde danışmanlık dâhil olmak üzere hayatın güçlükleri, uzun dönem hastalıkları, kronik durumlar, yas ve manevî parçalanmışlıkla (brokenness) ilgili özel alanlardan söz etmektedir. Clinebell, ihtiyaç duyulduğunda profesyonel danışmanlara bireylerin başvurusuyla gerçekleşecek manevî danışmanlıkta din görevlilerinin aynı zamanda antrenör, danışman, öğretmen gibi işlev göreceklerini belirtmektedir (Clinebell, 2011).

Profesyonel anlamda dinî/manevi danışmanlık eğitim programları düzenleyerek dinî danışmanlık yeterliği olanlara sertifika düzenleyen bir kurum olan Amerikan Pastoral Danışmanlar Derneği, pastoral danışmayı maneviyat, din ve teoloji bilgeliğiyle davranış bilimleri ve psikoloji bilgisini bütünleştiren klinik ruh sağlığı biliminin bir biçimi olarak tanımlamaktadır. AAPC’ye göre pastoral danışmanın odak noktası semptomları hafifletme, başa çıkma davranışında artışı teşvik, pozitif davranış değişikliklerine yardımcı olmak, ruhsal, duygusal, zihinsel ve fiziksel iyi oluşu desteklemek, kendisi ve diğerleriyle ilişkileri, teistik dini geleneklere bağlılığı ve bireyin Tanrıyla ilişkilerini geliştirmektir. Diğer yandan aynı kuruma göre manevi danışman, krizde veya bireysel gelişim arayışında olan birine manevî gelişim ve bütünlüğünü artırmak ve psikolojik destek sağlamak için rehberlik edebilmekte, danışanın yeteneğini geliştirebilmekte, ihtiyaç duyduğu ilgiyi ve bilgiyi sağlayabilmektedir (Doğan, 2017) .

Psikolojik danışma ve rehberliğin ne olduğunu bilmek, manevî danışma ve rehberliğin anlaşılması açısından önem taşımaktadır. Psikolojik danışma, bozulan veya aksayan, eksiklikleri birey tarafından hissedilen benlik-gerçek (durum) ilişkileri etkileşimi boyutunda bireyin değişimine, gelişimine yardımı ve danışanın kendisini keşfetmesini amaçlayan yüz yüze, sistemli, profesyonel ve psikolojik ortamda danışan ile danışmanın işbirliği ile sürdürülen bir ilişki sürecidir. Her ne kadar psikolojik danışmanlığın mutlaka profesyonel bir ilişki olmasının gerekmediğini ve “danışma”nın her zaman mutlaka profesyonel psikolojik danışman tarafından

yürütülmesinin söz konusu olmadığını ileri süren psikologlar bulunsalar da genel kabul (Özoğlu, 2007), yardımın danışmanlık eğitimi almış uzmanlar tarafından yapılması gerektiği hususundadır. Rehberlik ise kendi özelliklerini, gizli güçlerini (potansiyelini) daha iyi anlamasını, toplumsal ve ahlâkî değerleri içselleştirebilmesini sağlamak için eğitimsel ve yorumlayıcı işlemlerle bireye yapılan sistematik ve profesyonel yardım sürecidir (Özoğlu, 2007).

Diğer psikolojik danışma süreçleriyle benzer özelliklere sahip olması nedeniyle manevî danışmanlık ve rehberliğin, psikolojik danışma ve rehberlik yaklaşımları, yöntem ve teknikleri kullanılarak, din ve maneviyat kaynaklarından yararlanılarak gerçekleştirilen profesyonelce yapılan psikolojik yardım ilişkisi olduğu söylenebilir. Danışmanlık mesleği, büyük ölçüde modern psikolojiden beslenir (Doğan, 2017). Manevî danışma ve rehberlik ise buna ilaveten bireylerin tek başına üstesinden gelemeyecekleri problemlerle karşılaşması halinde dinin kaynak ve verileri doğrultusunda gerçekleştirilen yardım ve hizmetleri kapsamaktadır. Manevi danışmanlığın, sorun yaşayan insanlara yönelik iyileştirme, yönlendirme, uzlaştırma, destekleme, geliştirme gibi çeşitli fonksiyonları bulunmaktadır (Cebeci, 2007). Bireyin karakterinin olgunlaşması sürecinde kendisine yardımcı olmak, alanın amaçlarından biridir (Mollaoğlu, 2013).

Manevî danışmanlığın tarihine bakıldığında profesyonel olarak öncelikle Hristiyan teolojisine dayalı bir dinî gelenek içerisinde oluştuğu görülmektedir. Hristiyanlıkta insanların gerek bedensel gerekse ruhsal iyileşmelerine yardımcı olmak geleneği, dinî literatüre dayanmaktadır. Hristiyan kutsal kitabı Yeni Ahitte, İsa'nın acı çekenleri, cinlileri, felçlileri, körleri, dilsizleri, cüzzamlıları iyileştirdiğini anlatan hikâyeler yer almaktadır (Matta 4: 23-25). Hz. İsa'nın iyileştirme mucizeleri hikâyelerinde hastalık, kötü ruhların bir alameti olarak görülmekte ve İsa'nın iyileştirme gücü, Tanrı'nın krallığının O'nun kişiliğinde yer bulmuş olduğunun bir delili kabul edilmektedir (Korkmaz, 2010). Anton Boisen'in öncülük ettiği kabul edilen bu alanla ilgili ilk profesyonel çalışmaların 1900'lü yıllarda başlamış olduğu anlaşılmaktadır. Boisen "The Task and Methods of Theology" adlı eserinde dinin doğal olarak sevgi vurgusu başta olmak üzere bireysel bütünlüğe ulaşma ve psikolojik sorunların giderilmesinde güçlü ve olumlu bir etkiye sahip olduğunu belirtmiştir (Boisen, 1926).

İslam geleneğinde manevî danışmanlığa bakıldığında ise öncelikle Hz. Muhammed'in irşat ve tebliğ görevini yerine getirirken toplu, gruplar halinde veya bireysel olarak dinî/manevî danışmanlık yaptığı görülmektedir. Bu anlamda "İslam Peygamberinin dinî veya dünyevî problemlerine rehberlik etmesi için kendisine müracaat eden bireylerin kişisel özelliklerini göz önünde bulundurarak bireye göre çözümler sunması, profesyonel bir danışman yaklaşımı olarak değerlendirilebilir. Daha sonra O'nu izleyerek irşat ve tebliğ yapan Müslümanlar, bir nevi dinî/manevî danışmanlık ve rehberlik faaliyetlerini sürdürmüşlerdir. Manevî destek faaliyetlerinin İslam geleneğinde kurumsallaşma olmaksızın bir iyilik hareketi olarak da gerçekleştirildiği söylenebilir. Zira İslam dininde hasta ziyareti, yakınına kaybedene taziyede bulunmak gibi ilişkiler tavsiye edilmekte ve bunlar manevî destek anlamı taşımaktadır. Diğer taraftan tasavvuftaki mürşid-mürid ilişkisi özü itibarıyla manevî (gelişimsel) rehberlik fonksiyonuna sahip bir yardım ilişkisi olarak değerlendirilebilir" (Konur, 2005). Müslüman gelenekte manevî danışmanlık, hem dinî hem de insanî bir görev olarak görülmüş profesyonel bir yardım olarak değerlendirilmediğinden hiç bir zaman da meslek olarak görülmemiştir. Bu nedenle manevî danışmanlık, İslami gelenekte bir bilim olarak yer almadığı için metodolojisi de oluşmamıştır (Doğan, 2017).

Burada şu realiteye de değinmek yerinde olacaktır. Hristiyanlıkta var olup da İslam da olmayan "Misyonerlik" faaliyetleri de bu kapsamda düşünmek gerekecektir. Nasıl ki İslam'da manevi danışmanlık her inanan birey açısından icra edilmesi gereken bir unsur olarak verilmişse ve metodolojisinin gelişmemesi buna bağlanmışsa benzer şekilde Misyonerlik faaliyetlerinin de zaman içerisinde gelmesi kaçınılmazdır. Çünkü sekülerizm bunu gerektirmektedir. Sebep sonuç ilişkisi bağlamında gelişen misyonerliğin İslam da olmayışının nedeni olarak her inanan Müslüman bireyin kendini dini tebliğcisi olarak algılamasına bağlanır. Benzer şekilde burada manevi destek/danışmanlık da aynı sebebe bağlanmış görünmektedir.

## **İKİNCİ BÖLÜM**

### **KURAMSAL AÇIDAN AFFETME VE PSİKOLOJİ**

#### **2.1. PSİKOLOJİK AÇIDAN AFFETME**

İnsanın beden sağlığının iyi olması tek başına yeterli olmamaktadır. Fiziki sağlığın yanında ruh sağlığının da iyi olması gerekmektedir. Bu iyi oluş halini etkileyen sebepler arasında affetmenin büyük etkisi olduğu görülmüş ve bu alanda yapılan çalışmalar hızla artmıştır. Tabi bu gelişmelerin nasıl ve ne şekilde olması gerektiği üzerine yoğunlaşınca affetmekle ilgili bir takım anlam arayışlarına gidilmiştir. Bu konuda çeşitli tanımlamalar yapılmaya çalışılmış ve nihai olarak zarar gören kişilerin, zarar verenlere karşı tutum ve davranışları incelenmiş; affeden kişinin zararı veren kişiye karşı bir takım olumsuz duygularında azalma meydana gelirken bu durumun intikam alma, inkâr girişimi veya yapılmış olan yanlış davranışları doğru gösterme şeklinde değil bir takım sosyal süreçler ışığında gelişmesiyle mümkün olabileceği sonucuna varılmıştır (Ergin, 2012).

Meydana gelen kusurlu davranışı affetme geçmişe dayanan bir kavramdır (Droll, 1984). Affetmenin zıttı olan İntikam zarara uğramış bir kişinin durumunu dengelemek için etkiye verdiği içsel tepkidir (Taysi, 2007). Haksızlığa uğrayan bireyler kendilerine yapılan yanlışa misliyle ile karşılık verdiklerinde bireyler ve toplum açısından üç olumsuz sonuç söz konusudur. Birincisi intikam amacıyla olan birey savunma sorumluluğunu eline alır. Bu nedenle toplumsal kurallar zedelenir. ikincisi intikam duygusu bireyselleştiğinde (kan davaları vb.) toplumsal kaos ortaya çıkar ve toplum anarşik bir yapıya bürünür. Bu durum toplumu dışarıdan gelebilecek güdülemelere açık hale getirecektir. Sonuncusu da kişiler kendilerine yapılan yanlışı daha büyük, daha farklı anlayabilir. Bunun sonucunda yanlışa verilen tepki suçun karşılığından çok daha fazla olabilir. Yani bir orantısızlık söz konusu olur (Droll, 1984). Toplumsal kaosun önüne geçebilmek, için çeşitli çözüm yollarına başvurmuşlar ve hukukun temelleri oluşmaya başlamıştır (fry ve björkqvist, 1997).

Yapılan hatayı affetmenin karşılığı olarak kabul edilen cezalandırma ilkel şekilde etkiye tepki göstermenin zamanla toplumsal külfete sebep olması nedeniyle, toplum ve toplumu oluşturan bireyler affetmenin önemini ve gerekliliğini anlamaya

başlamış, hatta edebiyat dünyası yeni bir değer olan affetmeyi yücelterek tavsiye etmiş, bunun karşılığı olarak cezalandırmanın olumsuz sonuçlarını açıklamaya çalışmışlardır. Dostoyevski, Twain, O'Neil Elliot, Dickens, Franklin gibi birçok yazar eserlerinde bu konuyu esas almıştır (Droll, 1984). İntikam almaktan vaz geçip suçluya karşı negatif tepkilerinin bastıraran kişiler, pozitif tepkilerini gerçekleştirerek kendini suç ve ceza sarmalından kurtararak olumlu huzurlu mutlu bir hayata hazırlar (McCullough ve Witvliet, 2000).

Toplumsal ilişkilerde birey kaynaklı ol(may)an kusurlar kaçınılmazdır. Ancak affetme davranışı ilişkileri düzenleyip yaraları iyileştirirken kusurlu kişiye karşı olumlu duyguları artırarak olumsuzlukları ortadan kaldırmasına sebep olmaktadır (McCullough, 2000). Affetme eylemi ailenin ve aileyi oluşturan bireyler arası ilişkilerin işlevsel olması açısından önemlidir (McCullough, 2008). Diğer bir ifadeyle affetme toplumsal uyumun başarısının devamına katkı sağlar. Affetme, bireyin kendisine ve çevresine (öfke, intikam alma, kin duyma vb.) yansıtma yoluyla vereceği zararlardan kaçınarak, yaralanan ilişkileri düzeltmek amacıyla istemli olarak vaz geçmesidir. Bu durum empatik yaklaşım sergileyen birede tolere edebilme davranışını geliştirir (McCullough, Pargament ve Thorensen, 2000). Affetme bu tanımlamaya göre bireyin duygularında, düşüncelerinde, güdüleme yoluyla içsel bir değişim meydana getirir. Bu değişim ise iki özelliği beraberinde ortaya çıkarmaktadır (Alpay, 2009). Affetme, affedilen kişiyi suçluluk kompleksinden kurtarmaz. Buradaki affetme beklentisiz olarak vaz geçmedir (Dawary, 2006). Burada suç yine suçtur, affeden de kendine verilen zararı unutmamış ya da hiç olmamış gibi davranma söz konusu değildir. Sadece intikam alma duygusundan vaz geçmedir (Dowrick, 2000).

Daha önce de değindiğimiz gibi affetme kişilerarası ve içsel olarak iki şekilde gerçekleşir. İçsel olarak gerçekleşen affetme bireyin kendisini, kişiler arası affetme ise hata yapan ve hataya maruz kalan tarafları ilgilendirir. Hatayı maruz kalan kişinin hatalı kişiyi affetmesi aralarındaki ilişkinin devamlılığını sağlamaktadır (Alpay 2009). Affetmenin insan ruhuna ve psikolojisine olumlu ve yapıcı etkileri olduğu bilinmektedir. Bu yapıcı etkiler bireyin psikolojisini iyileştirdiği gibi bireyler arası ilişkiyi olumlu yönde katkı sağlar (Baumeister, Exline ve Sommer, 1998).

Hakiki ve tam manası ile affetmenin gerçekleşmesi için kızgınlık intikam öfke nefret kırgınlık gibi duygulardan arınılmalıdır. Aksi takdirde affettiğini söyleyen birey, gerçek affetmeyi özümseyememiş, içselleştirememiştir. Bu çeşit bir affetme bireyin psikolojisinde yapıcı ve iyileştirici etkiler sağlayamamaktadır. Ancak içselleşmiş bir affetme bireyin psikolojisinde yaraları iyileştirip olumlu ve pozitif bir hayat yaşama imkânı sağlayabilmektedir (Auerbach, 2005). Buradan yola çıkarak affetme, bireylerin ve dolayısı ile toplumların toplumsal düzen oluşturmaya fayda sağlayan sosyal bir fenomen olarak kabul edilmektedir (Baumeister, Exline ve Sommer, 1998). Gelişmiş toplumlarda affetmenin tanımlanmasına ilişkin çeşitli çalışmalar yapılmıştır.

Örneğin Amerika Birleşik Devletleri'nde (ABD) affetmenin tanımlanmasına yönelik sosyal hizmet uzmanları arasında yapılan bir araştırmada: "Affetme, genellikle olumsuz duygulardan vazgeçmedir; affetmek, göz yummak değildir; affetme için iki kişi gereklidir; affetme, unutma veya uzlaşının garanti olmadığı yavaş bir süreçtir (Khirizad, 2016)." Benzer bir çalışmada ABD üniversitelerinden öğrencilere affetme kavramı hakkında sorular sorulmuş, katılımcılar, kişi farkında olmadan da affetmenin mümkün olabileceği fikrinde anlaşılmışlardır (Khirizad, 2016). Kanz'ın affetme konusunda soru yönelttiği öğrencilere göre "affetme bir tür zayıflık ya da suçlunun zarar verici davranışını mazur veya haklı görmek değildir." Öğrencilerin affetme ile ilgili diğer düşüncelerini de şu şekilde özetlemek mümkündür: Affetme, doğru ya da yanlış otomatik geri getiren bir davranış değildir, gerçekleştiğinde öfkede azalma meydana gelir, affedenlerin vicdani sorumluluğu ve af bekleyenlerin hayatındaki olumlu değişiklikler gerçekleştiğinde affeden açısından durum daha pozitif bir hale gelir.

Şu ana kadarki değerlendirmelere göre Freud'un psikanalizinde, affetme eğilimi bebeklik dönemlerindeki anne-çocuk ilişkisine bağlanmış, burada fayda ve sevgi temelli bir bağlanma süreci gerçekleşmiş, bu bağlanma sürecinde sevgiyle affetmenin daha kolay olduğu yaklaşımı üzerinden incinen durumdaki anne ya da babada dürtüsel affetme gerçekleşirken incinen bebek olduğunda bebekteki affetme eylemi ise sevgi ve bağlılık duygusuyla gerçekleşmiştir.

Diğer taraftan ABD'de yine öğrencilerle gerçekleştirilen farklı bir araştırma, öğrencilerin affetme tanımlarından dört ana temaya ulaşıldığını göstermiştir. Bunlar;

olumsuz hislerin uzaklaşmasına müsaade etmek, özümsemek ve sorumluluk almak, olayın yaşandığı ana dönmek ve olayı unutmak ya da unutmamaktır (Khirizad, 2016). Kearns ve Fincham'ın (2004) affetme kavramını açıklamak amacıyla prototip bir yaklaşımla yaptığı üniversite öğrencileri üzerindeki araştırmada “dürüst, samimi, açık fikirli ve yardımsever olma, birisine ikinci şans verme, hatalardan öğrenme, doğru olanı yapma, probleme çözüm bulma, sevgiyi gösterme, kişinin özrünü kabul etme, herkesin hata yapabileceğini anlama ve sonrasında kişiyi iyi hissettirme” gibi değişik sonuçlar elde edilmiştir. Şu ana kadarki tanımlamalardan elde ettiğimiz veriler ışığında affetme eylemi, kişilerarası ilişkiler için olumlu neticeler veren kişilik özelliği olarak değerlendirilebilir (Bery ve diğerleri, 2005).

Affetmenin tanımlamaları incelendiğinde duygusal, bilişsel, davranışsal veya güdüleme ile ilgili unsurları ön plana çıkmaktadır. Worthington'ın (2015) tanımlamasına göre affetme, “hem bir sanat hem de bir bilim dalı”dır. North'un (1987) içten affetme tanımlamasına göre ise “birey affederek haklı durumda olduğu negatif duygu ve yargılardan şefkat, yardımseverlik ve sevgi ile kurtulabilir”. McCullough ve arkadaşlarının (2000) ortaya koyduğu psikososyal ve bireyler arası affedicilik tanımına baktığımızda affedenin “kişiler arası motivasyonu sosyal olarak olumlu yönde değişerek daha yardımsever, daha az kindar ve çekingen” olduğu görülmektedir. Bireyler arası ilişkilerde güdüleme farklılığının araştırılması üzerine yapılan affetme tanımında ise kişinin kabahatli kişiye yönelik “misilleme yapma ve yabancılaşıma motivasyonu azalırken, uzlaşma motivasyonu artar (McCullough, Worthington ve Rachal, 1997).” Farklı affetme tanımlamalarının ortak noktası affedcinin affedilen kişiye karşı daha az kin, öfke ve nefret duygusu taşıması ve daha empatik, şefkatli, merhametli yaklaşmasıdır (McCullough vd., 2000).

Gizli affetme eylemi bireyin sözlü olarak dile getirmediği halde davranışlarında meydana gelen bilişsel ve duygusal bir süreç olarak kabul edilebilir (Khirizad, 2016).

Bireysel dindarlıkla affetme arasında da pozitif bir bağlantı tespit edilmiştir (Poloma ve Gallup, 1991). Bono ve McCullough (2004) tarafından yapılan literatür taramasında ön plana çıkan sonuçlar şunlardır; “bireysel dindarlıkları yüksek olan bireyler, affediciliğe daha çok önem verdiklerini, affetmeleri gerektiğine inandıklarını ve daha fazla affedici olduklarını” beyan etmişlerdir. Ayrıca affetme

konusunda inançla gelen dindarlıkla toplumsal kabul ile gerçekleşen dindarlık arasındaki ayrıma dikkat çekilmiştir. Allport ve Ross (1967) iç güdümlü dindarlığı, “dışsal çıkarları gözetmeden dini içselleştirmek, dış güdümlü dindarlığı ise dışa yönelik pekiştirenler nedeniyle (sosyal ilişkiler, kişisel rahatlık vb.) dine yönelmek” olarak tanımlamaktadır. İnancı kuvvetli dindarların sağaltımda affedicilik müdahalelerine inancı az dindarlardan daha ön kabullü oldukları görülmüştür (Seedall, Butler ve Elledge, 2014).

Affetme boyutları incelendikçe süreç daha tikel düzeye indirgenip artık ilişkinin dinamikleri de incelenmeye başlanmış, bireysel haksızlıklardan gelişen durum toplumsal boyutuyla da değerlendirilmiş ve gruplar arası ortak affedicilikten söz edilmeye başlanmıştır. Bu durum tüm etnik, dini veya sosyal grubu affetmeyi de açıklamaya yönelmiştir. İrlanda’da, Güney Afrika’da vb. ülkelerde yapılan barış girişimleri çerçevesinde toplumsal affedicilik ön plana çıkmaya başlamıştır (Khirizad, 2016).

Affedicilik sıklıkla benzer kavramlarla karıştırılmaktadır. Örneğin Horsbrugh’a (1974) göre kanunlar tarafından yapılan afla kişiler arası af birbirinden farklıdır. Karıştırılan diğer bir kavram kendini toparlamadır. Yine Horsbrugh (1974) tarafından, zamanla kişinin kızgınlığının geçmesi psikolojik toparlanma olarak değerlendirilirken bilinçli olarak gerçekleşen af ise olması gereken af şeklinde değerlendirilmiştir.

Öncelikle affetme kavramının uzlaşmak eyleminden farklı olduğu bilinmelidir. Worthington ve Drinkard (2000) uzlaşmayı “karşılıklı güven artırıcı davranışlarda bulunarak kişiler arası ilişkilerde güvenin tekrar bina edilmesi” olarak tanımlamıştır. Uzlaşmak normal şartlarda mümkün olabileceği gibi toplumsal baskı ya da zarar verenden korku nedeniyle çekinmeden dolayı sahte affediciliğe de dönüşebilmektedir.

Enright ve arkadaşları (1998) affediciliği bilişsel, duygusal ve davranışsal boyutlarıyla değerlendirmişlerdir. Bilişsel affetme ise “pseudoforgiveness” yani “sahte/eksik/riyakar affedicilik(takiye)” olarak değerlendirilmektedir. Affetme eylemini gerçekte özümsememiş birey, affettiğini belirttiği halde çokça geçmiş hatırlatma, suçlama ve ceza uygulama yollarını kullanarak gerçekte affetmediğini ifade etmektedir (Cunningham, 1985). Böyle bir affetmeyi güdüleyen diğer nedenler

ise affetme ile yüzleşmekten kaçınma veya sosyal role uygun davranma isteği olabilmektedir (Coyle ve Worthington, 1998; McCullough ve Worthington, 1994).

Affetme, son yıllarda araştırmalarda öne çıkan bir kavramdır. Literatürde affetme tanımı ile ilgili farklı görüşlere rastlanmaktadır. Aşağıda bu görüşler ışığında yapılan affetmenin, affetmenin alt boyutlarının (kendini affetme, başkalarını affetme ve durumu affetme) tanımına ve affetme ile ilgili kuramsal açıklamalara yer verilmiştir.

Affetme son yıllarda üzerine sıklıkla çalışılan bir kavram olmasına rağmen, affetmenin tanımına ilişkin bir fikir birliği bulunmamaktadır. Affetme kavramı üzerine önde gelen araştırmacılardan biri olan Enright (1996) en bilindik tanımı yapmıştır. Enright'a (1996) göre affetme; bireyin öfkesine, olumsuz kararlarına ve kişiyi haksız bir şekilde incitmiş kişilere karşı olan haktan, bireyin gönüllü bir şekilde vazgeçmesi, bunu yaparken aynı zamanda o kişiye karşı şefkat, cömertlik ve hatta sevgi gibi olumlu duyguları beslemesidir. Bu nedenle, "affetme" bizi üzen kişiye karşı bilinçli ve isteyerek öfke, kızgınlık ve intikam yerine merhamet, empati, cömertlik gibi olumlu duygular ve tepkiler geliştirebilmek için çaba sarf etmektir. Webster Sözlüğü'ne (Webster's Ninth New Collegiate Dictionary) göre affetme, başkalarına karşı duyulan kin duygusunun kesilmesi ve başkalarını affetmektir (Fitzgibbon, 1986).

Macaskill (2005) ise Enright'ın (1996) tanımına benzer şekilde, affetmeyi bireyin kendisini kıran kişiye karşı zarar verme duygusundan uzaklaşarak, o kişinin yararına davranma isteğinin oluşması olarak tanımlamıştır. Başka bir ifadeyle, hata yapan ya da inciten kişiye karşı olumsuz duygulardan uzaklaşarak olumlu duyguların beslenmeye çalışılmasıdır. Hargrave ve Sells (1997), affetmenin ilişkisel boyutuna odaklanarak bozulan ilişkide güvenin yeniden oluşması olarak affetmeyi tanımlamıştır.

Enright ve Fitzgibbons (2000) affetmeye, kişinin sınırlarının ihlal edilmesi sonucunda gerek duyulduğunu ve affetmenin içsel bir süreç olmakla birlikte, bu içsel sürecin kaynağında kişilerarası ilişkilerin olduğunu ileri sürmektedirler. Ayrıca affetmenin insanlar, haksızlığa uğradıklarını düşündüklerinde, isteyerek öfke duymaktan ve (hakkı olduğu) olumsuz tepkilerden vazgeçtiklerinde ve hata yapan kişiye karşı merhameti, koşulsuz değeri, cömertliği ve şefkati içeren yardımseverlik

gibi olumlu tepkiler vermek için çaba sarf ettiklerinde başladığını belirtmişlerdir. Bu açıklamaya benzer olarak İnsan Gelişimi Çalışma Grubu da (1996), affetmeyi içsel bir süreç olarak görmekte ve bu içsel sürecin kaynaklandığı bir kişilerarası ilişki durumu olduğunu belirtmektedir. Buna karşın North (1998), affetmenin dışa dönük ve dış güdümlü olduğuna ve kişinin affettiği zaman hatayı yapan kişiye kalbinde yer açmış olacağına dikkat çekmiştir. Enright ve North'a (1998) göre affetme kavramını biraz daha derinleştirmek için şu üç kavram göz önünde bulundurulmalı. Birincisi; affetme, temel anlamda haksızlığı kabul etme ya da hoşgöründen fazlasıdır.

Çağdaş kültürde insanlar, “ileriye bakma” ya da “geçmişi geride bırakma” gibi kavramlardan bahsederler. Bunlar tek başına affetmeyi ifade eden kavramlar değildir. İkincisi; affetmek unutmak değildir. Şiddetli haksızlık nadir olarak hafızadan silinir. Affetme oluşmadan önce birey farklı şekillerde olayı hatırlayabilir. Üçüncüsü; affetme, haksızlığı yapan kişiye karşı öfkeyi sonlandırmaktan daha fazlasıdır. Affetme durumu hem öfkeyi de içeren, olumsuz duyguların son bulması; hem de olumlu niteliklerin de işin içine katılmasını içerir. Bu yüzden affetme, haksızlığı ya da hatayı yapana karşı objektif duruş değildir.

Benzer bir tanım da Wade, Bailey ve Shaffer (2005) tarafından yapılmıştır. Araştırmacılar affetmeyi, incinmeden kaynaklanan nefret, öfke ve intikam duygularını fiziksel ve duygusal sınırları koruyarak olumlu duygularla değiştirme olarak tanımlamaktadırlar (Wade, Post ve Cornish, 2011).

McCullough, Pargament ve Thoresen (2000), affetmeyi davranışa vurgu yaparak tanımlarlar ve kişilerarası ilişkilerde hatalı davranmış kişiye karşı içsel, olumlu bir değişim olarak görmektedirler. Buna göre, kişi hatalı kişiyi affettiğinde, affeden kişi duygu, düşünce ve davranış olarak değişim göstermektedir. Benzer şekilde Rye ve Pergament'a (2002) göre, affetme, bir haksızlık ve incinme durumunda olumsuz duygunun, olumsuz düşüncenin ve olumsuz davranışın terk edilmesi anlamına gelerek aynı zamanda hatayı yapan kişiye karşı olumlu davranışta bulunmayı da içermektedir (Çoklar ve Dönmez, 2014).

McCullough'a (2001) göre, affetme; bir incinme sonucunda bireylerde yaşanan, bir takım içsel değişikliklerdir. Affetmenin ilk olarak, küslüğe son verilerek ya da cezalandırma isteğinin bitirilerek, kızgınlığın sona ermesi ile mümkün olduğu

vurgulanmıştır. Affetme, bireyin onu incitene karşı zarar verme duygusundan sıyrılarak, onun yararına davranma isteği taşımasıdır.

Enright ve North (1998) affetme anlayışını derinleştirmek için, affetmenin “ne olmadığını” ifade eden üç noktaya dikkat çekmektedir. Birincisi; affetme göz yumma ya da yapılan hataya bahane bulma değildir. İkincisi, affetme yasal af veya yasal özür değildir. Affetme, tam olarak yasal düzenle bağlantılı değildir. Affetme, birisinin kendi mağduriyetine verdiği bireysel cevaptır. Burada önemli olan şudur; affetme olabilir ancak suçlunun davranışının sonuçlarına katlanması için adalet de sağlanabilir. Üçüncüsü; affetme ve barışma farklı kavramlardır. Barışma ve affetme arasındaki temel ayrım şudur: Affetme, bir bireyin kendi mağduriyetine verdiği yanıttır. Barışma, iki insanın tekrar bir araya gelmesidir. Hatalı kişi hatasını fark etmeli ve hatasını telafi etmek için gerekli girişimlerde bulunmalıdır. Eğer iki taraf da birbirine karşı hatalı ise, her ikisi de affetmeye, kendi hatasını fark etmeye ve kendini düzeltmeye ihtiyaç duyabilir.

Enright ve İnsan Gelişimi Çalışma Grubu (1991) affetmenin dört evrede gerçekleştiğini vurgulamıştır. Keşfetme evresinde, kişi üzüntü içindedir ve adaletsizlik duygusu yaşar, kişi bu üzüntünün kendisini nasıl etkilediğini kavrar. Karar evresinde kişi kararını davranışa dökmeden önce affetme fikrini ve affetmenin içinde neleri barındırdığını düşünmeye başlar. Eylem evresinde kişi hata yapan kişiyi yeni bir bakış açısıyla algılamaya başlar; hatayı ve hata yapan kişiyi yeniden değerlendirir. Yeni bir bakış açısı oluşturur ve bu yeni bakış açısı hata yapan kişiye karşı olumlu duyguların ortaya çıkmasına sebep olur. Derinleştirme evresinde ise birey iyileşme duygusunu ve affetmeyi yaşar.

Gordon ve Baucom’a (2003) göre de affetme dört evrede gerçekleşir. İlk evre etki evresidir. Kişinin yaşadığı üzüntü ve acı duygularını fark ettiği bu evre bireyin duygusal, bilişsel ve davranışsal yıkılma yaşamasıyla belirlenir. İkinci evre kişinin neden acı çektiğini ve hatayı yapan kişiyi anlamaya çalıştığı anlama evresidir. Üçüncü evre bireyin “neden” sorusuyla mücadele ettiği ve çektiği acıyı anlamlandırmaya çalıştığı iyileşme, harekete geçme evresidir. Bu evrede birey yaşanan olayın hayatını olumsuz etkilemesini sonlandırır. Dördüncü evre olan affetme evresinde ilişkide güven gibi diğer olumlu duygular yeniden tazelenir; acı, üzüntü ve öfke gibi olumsuz duygular azalır.

Worthington'ın (2001) affetme modeli ise, bireylerin hatalı kişiyi affedebilmesine yardım eden beş kapsamlı adımı içerir. Bu beş adım şu aşamalardan oluşur: Kişilerarası incinmeyle ilişkili acı verici duyguların hatırlanması; empati kurmak amacıyla hatalı kişinin o andaki bakış açısının ve hareketinin sebeplerinin keşfedilmesi; mağdur kişinin başkaları tarafından affedildiği zamanlar olduğunu kabul etmesi ve affetmeyi özgecil bir davranış görmeye çalışması; affetme ve süreç içinde affetmeyi sürdürme çabası. Bu modelde, bireylerde öfke ve acı gibi duygularla baş etme ve tam affetme durumunun oluşmasına yardım etmek için psiko-eğitimsel ve bilişsel-davranışçı tekniklerden yararlanılır (Wade, Post ve Cornish, 2011).

Hepp-Daxx'a (1996) göre affetme çok boyutlu bir psikolojik yapıdır. Hepp-Daxx (1996) affetmenin; kişisel affetme (kendini affetme), kişilerarası affetme (başkalarını affetme), toplumsal affetme, ulusal affetme (bir ülkedeki farklı topluluklar ya da taraflar arasında) ve uluslararası affetme (farklı uluslararası) gibi boyutlardan oluştuğunu belirtmiştir. Thompson ve diğerleri (2005) de affetmenin çok boyutluluğunu vurgulamış ve affetmeyi kendini, başkalarını ve durumu affetme olmak üzere üç ayrı boyutta ele almışlardır.

Tanım ve açıklamalara bakıldığında, bazı tanımlarda affetme bireyin kendisini inciten kişiye karşı olumsuz duygularının yerini olumlu duyguların alması; bazı tanımlarda ise olumlu duygu ile birlikte olumlu davranış değişiminin de gerçekleşmesi olarak ifade edilmektedir. Ayrıca affetmenin çok boyutlu yapısı vurgulanarak affetmenin; kendini affetme, başkalarını affetme, durumu affetme, toplumsal affetme, ulusal affetme ve uluslararası affetme boyutlarından oluştuğu belirtilmektedir.

Rye ve diğerleri (2000) dini anlamdaki affetmenin affetme sürecine katkı sağladığını belirtmiştir. “Dinin affetme motivasyonunu artırması, Tanrı'dan affetme konusunda yardım isteme, dini toplulukların üyelerinin sosyal destek sağlaması ve dini gelenekte var olan şahısları rol model olarak alma.” bunlardan bazılarıdır.

### **2.1.1. Affetmenin İlişkilere Olan Katkısı**

Sosyal iyi olma halinin başlangıcı bireysel affetme eyleminden geçer. Bu durumda bireysel bir affetme toplumsal açıdan pozitif bir ilişkidir. Kişi uzlaşmaya olumlu katkıda bulunarak toplumsal dinamikleri oluşturmada da bir katkı sağlamış olur. Zira herkes kendi evinin önünü temizlemiş olsa çöplük mesleği başka şekilde değerlendirilecektir (Karremans ve Van Lange, 2004). Şu durumda suçu bağışlanan kişi edindiği bireysel tecrübeleriyle olgunlaşacak, affeden kişi ile ilişkisini daha olumlu yönde ele alacaktır (Hall ve Fincham, 2005).

Battle ve Miller'a (2015) göre aile konusunu ele almak yerine bireysel affetme ön plana çıkarılmıştır. Burchard ve diğerlerine (2003) göre affetme çiftlerde hayat kalitesini artırmıştır. 20 yılını tamamlayan çiftlerde affetmeyi araştıran Fenell (1993) sağlıklı ve uzun ömürlü beraberliği sağlayan özelliklerin affetmek ve affedilmek olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Kusurlu davranışın sonrasında oluşacak olan affetme birlikteliği pozitif katkılar sağlayabilir. Çiftler birbirlerini tanınmaları, hatalar ve sonrasındaki affetme eylemleriyle birlikte daha iyi gerçekleşecektir. Biz şunu da bilmekteyiz ki, hatalı davranışın sonunda tepkisini ortaya koyan kişi karşısındakine değer verdiği için tepkisini koymaktadır. Bunu bilen hatalı kişi de hatasını kabul etmeye daha meyilli olduğu için pozitif bir iletişim ortaya çıkmaktadır (Karremans vd., 2003).

#### **2.1.1.1. Kendini Affetme**

Affetme söz konusu olduğunda akla gelen ilk düşünce bireysel affetmedir ancak Enright (1996) 3 farklı affetme çeşidinden bahsetmektedir, “kişiler arası affedicilik, kendini affetmek, affedildiğini hissetmek.” Burada en çok konu edinilen bireyler arası affetmeyken, kendini affetme, bu bireyler arası affetmenin yan dalı gibi görülmüştür. Son olarak hatalı kişinin özrünün kabul olduğunun bilinmesi ve kişinin bu duyguyu taşıması psikolojide neredeyse unutulmuştur.

Kendini affetme tanımları da yine farklı şekiller de ortaya konmaya çalışılmış, motivasyonla ilgili duygusal, bilişsel yönlere vurgu yapılmıştır. Kendini

affetme Enright'a (1996) göre "kişinin kabul ettiği objektif bir hatası karşısında kendisine dönük öfkesinin yerini merhamet, cömertlik ve sevginin almasıdır". Gidüsel kendini affetme tanımıyla Hall ve Fincham (2005) ise kendini affeden bireyin "giderek suç ile alakalı uyarılardan kaçınma, kendine zarar verme ve intihar gibi davranışlarda bulunma motivasyonları azalırken, kendisine daha müşfik davranma motivasyonunda artış görülür".

Suçluluk psikolojisi içerisinde olan insanlar başkalarına yaptıkları kötülükler için değil, kendilerini affetmede güçlüklerle karşılaşmaktadırlar (Hall ve Fincham, 2005; Horsbrugh, 1974).

Kendini affetme süreci diğer affetme çeşitleriyle benzer özellikler taşısa da farklı yönlerini şöyle sıralayabiliriz; kendini affetmeyi düşünen kişi hatayı bir daha tekrarlamamak üzere şartlandırırken başkalarını affetmede beklentisiz bir affetme söz konusu olmaktadır (Enright, 1996). Enright (1996), kişinin kendisi ile uzlaşması ve kendisini affetmesinin aynı anlama geldiği düşüncesindedir. İnsanların aralarındaki affetme eylemi uzlaşmadan bağımsız olabilir.

Kendisiyle uzlaşan ve barışan insan, kendisiyle barıştığında hayatı olumlu yönde değişecek ve dolayısıyla aidiyet hissettiği topluma da dolaylı olarak katkı sağlayacaktır. Kişinin pozitif duygularla toplumdaki tutumu ilişki içerisinde olduğu inanlara da yansıyacaktır. Peygamberimizin "Aranızda selamı yayınız (Müslim, İman 93)." şeklindeki sözü sosyal toplum olma isteğinin bir tezahürüdür. Benzer şekilde "Mü'min mü'minin elinden ve dilinden her türlü güvende olduğu kişidir (Tirmizi, İman, 12)." ifadesi de olası hataların önlenmesine yönelik bir ifade şeklidir. Suçluluk duygusuyla baş etmede kişi zorluklarla karşılaşabilir, gerçekleri görmezden gelebilir.

Pişman olmakla utanç duymak arasındaki farkı Tangney (1995) "Pişmanlık kişinin yapmış olduğu haksızlığa yönelmesiyken, utanç bireyin kendisine başkaları tarafından yönelen yargılarla ilgili bir duygudur." şeklinde açıklamıştır. Mahkumların topluma kazandırılma aşamasında da kendilerini suçlamayı arka plana alarak zarar verdikleri kişilere odaklanmaları sağlanmış, sorumluluk ve empati duyguları ön plana çıkarılmaya çalışılmıştır.

Pişmanlık ve utancın kişiye negatif bir takım etkileri olmakla birlikte bazı kazanımlar da sağlaması söz konusudur. Dolayısıyla kişinin toplumda kabul

görebilmesi ve kendine yer bulabilmesi için etik davranma rolüne yönelmesi gerekmektedir. Utanma duygusu, pişmanlığın bir sonucudur. Aksi takdirde pişman olmayan kişinin durumu “Anti-sosyal kişilik bozukluğu” olarak değerlendirilmekte, kişi için ise yaşam kalitesi olumsuz yönde etkilenmektedir (Tangney, Boone ve Dearing, 2015).

Enright (1996) genel affetme tanımına benzer bir tanımlamayı da kendini affetme için yapmıştır. Enright ve İnsan Gelişimi Çalışma Grubu (1996) kendini affetmeyi, kişinin yaptığı hatayı kabul etmesi ve kendisine karşı sevgi, şefkat gibi olumlu duyguların beslenmesi olarak ifade etmiştir. Hall ve Fincham (2005) da benzer bir şekilde kendini affetmeyi kişinin; kendine karşı kızgınlık, kendini cezalandırma ve kendini yıkan davranışları azaltarak kendine karşı olumlu davranışları arttırması ile ilgili değişimler olarak tanımlamışlardır.

Kendini affetme, kişinin kendinden özür dilemesi veya kendi yanlış davranışını görmezden gelmesi ile aynı değildir. Kendini affeden kişi bazı davranışların değişmesi gerektiğini bilebilir, ancak buna rağmen kendini değerli görebilir. Kişi kendi hatalarını fark eder ve kendine objektif yaklaşabilirse; kendini affetme pozitif değişiklik için bir kapı aralayıcı olabilir (Enright, 1996).

Jacinto ve Edwards’a (2011) göre kendini affetme dört terapötik evreden oluşmaktadır. Bu evrelerden birincisi bireyin kendisine karşı duyduğu kızgınlık, öfke ve kendisine yaptığı olumsuz yargılamadan sonra kendini affetmesini gerektiren durumu fark ettiği “kabul etme” evresidir. Kendini affetmenin ikinci evresi “sorumluluk”tur. Kişi bu evrede hatalı olduğunu fark ederek hatasının sorumluluğunu almıştır. Üçüncü evre hatasını dile getirdiği “ifade etme” evresidir. Son evre olan “yeniden yaratma” evresinde ise birey benlik imajını yeniden oluşturmaktadır.

Enright’ın (1996) geliştirdiği kendini affetme süreç modeline göre kendini affetmek dört evrede gerçekleşmektedir. İlk evre olan “keşfetme evresi”nde kişi yapılan hatanın kendisi ve başkaları için ne ifade ettiğini anlar. İkinci evre “karar evresi”dir. Bu evrede kişi kendini affetme kavramın ne olduğunu ve yararını anlamaya çalışır. “Eylem evresi” ise üçüncü evredir. Kişi yaptığı hatayı anlayıp bu hatanın sorumluluğunu alır ve kendisine yeni bir bakış kazandırır. Son evre olan “derinleştirme evresi”nde ise kişi kazanmış olduğu yeni bakış açısıyla öfke ve

kızgınlık gibi olumsuz duygulardan vazgeçerek yaşanan olumsuz yaşantı ve duygulardan anlamlı, olumlu sonuçlar çıkarmaktadır.

Buraya kadarki kendini affetme sürecini değerlendirmemiz gerekirse durumun hiç de öyle olmadığını aksine yapılan bir yanlışın kılıfına uydurulması hadisesinin tam olarak kendisidir. Buna psikolojide kılıfa büründürme denildiğini biliyoruz. Bir örnek üzerinden yola çıkalım. Kişi başkasına karşı bir iyilikte bulunmuş olsun ve iyilik yapılan kişi de bu iyiliği hak etmiyor ancak zaman içerisinde bu iyilik yapılan kişi dolaylı ya da dolaysız bu iyilik yapan kişiye zarar vermiş olsun. İyilik yapan açısından durum hak ettiğinden fazla değer verdiğim için bana bunu yapma cüreti gösterdi mantığıyla hareket etmesine sebep olacak ve bir daha hiç kimseye hiçbir iyilik yapmama yemini etmesine sebep olacaktır.

Diğer taraftan affedilen kişi bağlamında durumu değerlendirdiğimizde ise zarar veren konumunda olması ve affedilmiş olması eğer farkındalık oluşmamışsa aynı zararı tekrar verebileceğinde yine affedileceği beklentisine sebep olacaktır. Şu halde kişinin kendini affetmesi öyle bir affetme olmalı ki aynı hata ya da zarara sebep olmayacak fakat taraflar bu başa gelen hadiseden kendilerine pozitif sonuçlar çıkaracaklardır.

Böyle bir affetme, aradaki danışmanın, danışan kişiye doğruyu buldurması şeklinde ortaya çıkabileceği gibi tasavvufi anlamda deruni düşünce şeklinde yapılacak nefis muhasebesi denilen şekliyle kişinin kendini bulması yahut ta günlük tutma yoluyla kendi hakkında o güne dair yazdıklarını daha sonraki zamanlarda tekrar okumalarıyla bulabileceği bir sebep sonuç ilişkisine bağlamak yerinde olacaktır. Bu şekilde süreci zamana yayarak içselleştirmesi şeklinde ortaya çıkacaktır. Kişinin kontrolü tamamen kendine bırakılmasının ise referans noktası olmadığı için evrensel değerler yerine kendi doğrularına hapsetme durumu ortaya çıkacaktır.

#### **2.1.1.2. Başkalarını Affetme**

McCullough, Worthington ve Rachal (1997); başkalarını affetmeyi güdüsel bir değişim olarak ele almışlardır. Araştırmacılara göre; affetme sürecinde bir takım

değişimler meydana gelmektedir. Bunlar, hatayı yapan bireyden intikam alma isteğinde azalma, hatayı yapan bireyden uzak kalma isteğinde azalma hatayı yapan kişinin acı veren eylemlerine rağmen, onunla uzlaşma için istekli olmadır.

Enright ve diğerleri (1996) ise başkalarını affetmeyi; merhamet, cömertlik, hatta sevgi gibi duyguların teşvik edilmesiyle, bireyin onu haksız yere inciten kişiye karşı kızma, olumsuz değerlendirme ve ilgisiz davranma gibi durumlardan isteyerek vazgeçmesi olarak tanımlamaktadırlar.

Exline, Worthington, Hill ve McCullough (2003), başkalarını affetmenin; birbirinden farklı ama birbiriyle ilintili iki boyuttan meydana geldiğini belirtmişlerdir. Bu iki boyuttan biri kararsal affetme, diğeri ise duygusal affetmedir. Kararsal affetme, bireyin kendisini inciten kişiye yönelik olumsuz duygularını azaltmayı ve olumlu davranışlarda bulunmasıyla ilgili bir affetme türüdür. Bu durumda birey olumlu davranmayı tercih etse bile olumlu duyguları kendisini inciten kişiye karşı hissedemeyebilir. Diğer bir ifadeyle, öfke kızgınlık, küskünlük gibi olumsuz duygular kendisini inciten kişiye karşı devam edebilir. Duygusal affetmede ise inciten kişiye yönelik olumsuz duygular; empati, sevgi, merhamet gibi olumlu duygularla yer değiştirerek içsel bir affetme gerçekleşir.

Worthington (1998) bireylerin başkalarının hatalarını affetmesi kişilerarası ilişkilere yansımaya dikkat çekmiş; olumsuz duygular ve düşüncelerle baş etmede ve bireylerin iyilik halinin sağlanması ve sosyal ilişkilerini iyileştirmelerinde başkalarını affetmenin önemli olduğu vurgulamıştır (akt. Halisdemir, 2013).

Hook, Worthington ve Utsey'in (2008) affetme modeli "toplulukçu affetme modeli" olarak adlandırılır. Bu modele göre, toplulukçu ve bireyci toplumlarda kişilerin başkalarını affetmesini sağlayan faktörler birbirinden farklılaşmaktadır. Bireyci toplumlar affetmede adaletin sağlanmasını ön plana alırken, toplulukçu özelliğe sahip toplumlar sosyal uyumu ve kişilerarası ilişkileri ön plana almaktadır.

Enright ve İnsan Gelişimi Çalışma Grubu (1991) affetmeyi "Süreç Modeli" ile açıklamıştır. Süreç modeli; affetmenin bilişsel, duyuşsal ve davranışsal özelliklerini kapsayan bir affetme modelidir. Süreç modeline göre başkalarını affetme dört evrede gerçekleşmektedir. Bu evreler sırasıyla; keşfetme, karar, eylem ve derinleştirmedir (Enright ve Fitzgibbons, 2000). Başkalarını affetme için belirtilen

süreç modelinin kendini affetme sürecinde gerçekleşen evreler ile büyük benzerlik taşıdığı dikkat çekmektedir.

**Keşfetme Evresi:** Bu aşamada öfkenin doğası, öfkeyle baş etme yolları ve öfkenin yaşamdaki farklı şekilleri ele alınır. Yaşanan sorunla ilgili farkındalık kazanımı başlar. Bu evrede öncelikli hedef; incinen bireyin yaşadığı duygusal acı ve duygusal acının psikolojik sağlığını nasıl etkilediği ile ilgili farkındalık kazanmasıdır. Burada söz konusu oluşan farkındalık tek taraflı gibi bir algıya sebep olmuş, oysa farkındalığın oluşabilmesi için affedecek olan ve affedilecek olan olarak iki kişi ya da taraftan bahsetmek gerekir. Taraflardan biri affetmeye dair farkındalığının oluşabilmesi için affedilen tarafından da bir farkındalık olmalıdır. Affedilen tarafın hatasını anlayıp olumluya çevirmeye dair bir pişmanlık içinde olması gerekmektedir ki affedici açısından affa uğrayabilsin.

**Karar Evresi:** Birey affetmenin ne olduğu ve olmadığı üzerine düşünür. Bu noktada birey kendisini inciten kişiyi affetmeye karar verebilmektedir.

**Eylem Evresi:** Bu aşamada birey kendisini inciten kişiye karşı merhamet duygusu hissetmeye başlar. Duygusal değişim gerçekleşir ve kendisini incitene karşı birey olumlu duygular hissetmeye başlar.

**Derinleştirme Evresi:** “Affetme Süreç Modeli”nin son evresi derinleştirmedir. Bu evrede birey kendisini inciten bireye karşı yaklaşımı kendi düşünce sistemini sorgulamasını sağlar. Birey bu evrede kendisine bazı sorular yöneltir. Sorulan sorulara örnek olarak; “Daha önce birinin beni affetmesine ihtiyaç duydum mu?” ya da “Daha önce birisi beni affetti mi?” sorusu verilebilir. Bu sorular affetmenin gerçekleşmesine yardımcı olur.

Kur ‘ani bağlamda bu tür bir affetme örneği olarak ele alınabilecek Tevbe suresi 102, 103, 104, 105 ve 106. Ayetlerde konu edilen vaka burada dikkatimizi çekmektedir. Çünkü Mevdûdî, Tefhimül Kur’an’da Tevbe suresi 119 numaralı açıklamasında, meydana gelen hadiseyi geride kalan üç sahabeden bahsederken 50 gün boyunca küs durulduğundan hatta Hz Peygamberin o sahabelerin hanımlarına da haber gönderip onlarla konuşmamaları gerektiğinden bahseder. Sebep sonuç ilişkisi açısından Kur’an’da anlatılan her olay içinde bulunulan zamana ışık tutacak boyuttadır. Bu hadisede çok büyük pişmanlıklar yaşayan üç samimi insanın hem

affediliş süreci ve sonraki aşamada kendilerini iyi hissetmelerini sağlayacak tedavi yolu gösterilmiştir.

Özellikle 103. Ayette bahsi geçen mallarından bir kısmını temizlenmeleri için alınması yönündeki emrin Hristiyanlıktaki günah çıkarma olayından hiçbir farkının bulunmadığını bize düşündürmektedir. Her konuda kıyas yapma yoluna başvuran fakihlerimizin bu konuda kıyas yapmadıkları da dikkate değer bir konudur. Burada önemsenmesi gereken konu insan somut bir varlıktır. İnsanın iyi olma haline giden süreçte üzerinden ruhi sıkıntılarını hafifletecek argümanların kullanılması sürecinin işletilmesidir.

Tevbe 103. ayetin tefsiri: “Ayetin ‘arındırmak ve temize çıkarmak üzere’ şeklinde tercüme ettiğimiz kısımda geçen arındırma ve temize çıkarma fiillerinin öznesinin Hz. Peygamber olduğu kanaati hâkimdir. Birinci fiilin sadakanın sıfatı olduğu görüşü esas alındığında ise âyete, ‘Onların mallarından, kendilerini temize çıkarmak üzere onları arındıracak sadaka al!’ şeklinde mâna vermek gerekir. Bu fiillerden ilkinin masdarı olan tathîr, ‘günahların onların üzerinde bıraktığı kötü etkileri gidermek’, ikincisinin masdarı olan tezkiye ise ‘iyice temizlemek, bereketini arttırmak’ mânasına gelir. Öte yandan ‘senin duan’ diye tercüme edilen ‘salâteke’ tamlaması, (Hz. Peygamber’e hitaben) ‘senin onlar için duada bulunman, günahlarının bağışlanmasını istemen’ anlamıyla, ‘onlara huzur verir’ diye tercüme edilen ‘sekenün lehüm’ ifadesi de ‘Onlar için rahmettir, tövbelerinin kabul edildiği inancını sağlar ve gönüllerini huzura kavuşturur, onları şerefendirir’ şeklinde açıklanmıştır (İbn Atıyye, III, 78; Zemahşerî, II, 170-171; Şevkânî, II, 454-455).” şeklindedir (Karaman, 2012).

Kaldı ki İslam’da üç günde fazla küs durmak haramdır ibaresi hadislerle sabittir. Örneklendirecek olursak: "Birbirinizle ilginizi kesmeyiniz, sırt dönmeyiniz, kin tutmayınız ve haset etmeyiniz. Ey Allah'ın kulları, kardeş olunuz. Bir Müslümanın, din kardeşini üç günden fazla terk edip küs durması helâl değildir." (Buhârî, Edeb 57, 58, 62; Müslim, Birr 23, 24, 28, 30-32)

"Bir Müslümanın, din kardeşini üç gün üç geceden fazla terk edip küs durması helâl değildir: İki Müslüman karşılaşırlar, biri bir tarafa öteki öbür tarafa döner. Hâlbuki o ikisinin en iyisi önce selâm verendir." (Buhârî, Edeb 62, İsti'zân 9; Müslim, Birr 23, 25, 26)

Burada dile getirmek istediğimiz elbette ki İslami çelişkiler ya da farklı dini benzerlikleri bulmak veya ortaya çıkarmak değildir. Amacımız kişisel affetme sürecinde farklı olayların farklı sonuçlarının olması gerektiğini ifade etmektir.

### **2.1.1.3. Durumu Affetme**

Thompson ve diğerleri (2005) durumu affetme üzerine bazı tanımlamalar yapmışlardır. Bu açıklamalara göre, istenmeyen durumlar kişinin olumlu tavırlarını bozar ve bu durumlara olumsuz tepkilerine neden olur. Örneğin, çok kötü bir hastalık, bir insanın sağlamlık algısını sarsabilir. Bireyde hastalıkla ilgili olumsuz düşüncelere, duygulara veya davranışlara ve ilişkili işlev bozukluklarına (örneğin, öfke veya hüznü duygulara ve “Bu durum hayatımı mahvetti.” düşüncelerine) sebep olabilmektedir. Bu bağlamda, bireylerin durumlara ilişkin olumsuz tepkilerinin, olumsuzdan olumluya veya nötre dönüştürmesi durumu affetme olarak tanımlanmaktadır.

Literatürdeki birçok araştırmacı durumu affetmeden bahsetmemiştir. Enright ve Zell (1989) insanların sadece diğer insanları affettiğini, doğal afet veya hastalıkları affetmediğini belirtmişlerdir. Tersine, fiziksel hastalıklar örneği gibi durumu affetme kavramı , “durumu” affetme çeşidi olarak adlandırılmadan anlatılmıştır (Thompson ve diğerleri, 2005: 313). Örneğin; herhangi bir hastalık durumunda kişi hastalığa sebep olarak genetik faktörleri görürse bu durumda ailesindeki başkalarını suçlayabilir, bu nedenle de durumu affetmeden çok başkalarını affetme ön plana çıkacaktır. Kişi hastalığın gerekçesi olarak kendisinin yaptığı hatalı davranışları görürse bu durumda da kendini affetme ön plana çıkacaktır. Böylece, durumu affetme kendini ve başkalarını affetmeyle ilişkilidir ancak bunlardan farklıdır (Thompson ve diğerleri, 2005: 313). Özetle, durumu affetmenin kendini ve başkalarını affetme ile ilintili olması farkını ortaya çıkarmayı zorlaştırmıştır. Literatürde de görüldüğü gibi durumu affetme, kendini ve başkalarını affetme ile açıklanma eğiliminde olduğu için ortaya koymak zor görünüyör.

Burada durumu affetmeyi, her türlü tedbir alındığı halde tamamen bağımsız etkenlerden dolayı ortaya çıkan hadiselerin kabulü ve özümsemesi olarak

düşünmemiz gerekmektedir. Örneğin bir Tsunami sonucu yüzbinlerce insan Endonezya Açe depreminde hayatını kaybetmiştir. “Bu durum öngörülebilir bir tehlike midir?” sorusuna “Evet!” cevabı alınacaktır. Ancak bu boyutta olmasını tahmin etmek elbette ki imkânsızdır. Diyelim ki öngörüldü, o zaman bu kaygıyla o bölgede yaşamak paranoyaya sebep olacak, hayatı imkânsız hale getirecektir. Özümsemesi ve kabulü elbette ki kolay bir olay değildir.

Benzer şekilde ileride olası İstanbul depremi için uzmanlar hemen hemen her gün yıkımla ilgili benzer uyarılar yaparken ne İstanbul’un kentsel dönüşümünde ne de ülke genelinde benzer olayların meydana geldiğinde tedbirler kapsamında bilinen sistematik bir gelişmeden ve bilinçlenmeden bahsetmek pek mümkün değildir.

## **2.2. AFFETMENİN FAYDALARI**

Affetmenin sağlık üzerindeki müspet etkilerinin farkedilmeye başlandığı yıllardan itibaren psikoloji alanında çalışanların bu konuya ilgisi artmaya başlamıştır. 80’li yılların başından itibaren affetme konusu psikoterapi, sinirbilim, psikofizyoloji, gelişim psikolojisi, kişilik psikolojisi ve sosyal psikolojisi alanlarında popüler hale gelmiştir. Fenomonolojik ve antropolojik çalışmaların yanında psikoeğitim ve psikoterapi şablonları oluşturularak etkinlikleri ölçülmeye çalışılmıştır. Dünyanın farklı noktalarında meydana gelen çatışmalar da affetme konusuna olan ilginin artmasına sebep olmuştur (Worthington, 1998). Son zamanlarda fazlaca rağbet görmeye başlayan pozitif psikoloji akımı aynı zamanda insanın pozitif yönlerinin de değerlendirilmesinin gerekli olduğuna vurgu yapmaktadır. Böylece araştırmalardaki intikam, öfke gibi hususlar yerini af kavramına bırakmış, bu konu pozitif psikolojideki çalışmaların önemli bir parçası olmuştur (Bono ve McCullough, 2004; Seligman, 2002).

Birçok araştırmada affediciliğin fiziksel, ruhsal ve sosyal ilişkiler üzerindeki pozitif tesirleri ortaya konulmuştur. Affediciliğin faydalarının görülmesi “affetme odaklı terapilerin ve psikoeğitim programlarının geliştirilerek uygulanmasında etkili olmuştur (Aydın, 2017).”

### 2.2.1. Affetmenin Fiziksel Sağlık Üzerindeki Etkileri

Literatür incelendiğinde bireyin fizyolojisine, duygu dünyasında meydana gelen değişikliklerin de etkili olduğu hususu büyük oranda desteklendiği görülmektedir. Bireyin affetmesi ve affedilmesiyle ruhsal ve fiziksel sağlığı arasındaki pozitif ilişki birçok araştırma ile ortaya konulmuştur (Toussaint, Worthington ve Williams, 2015). Bedenin psikolojik etkileşimlerle ortaya çıkan fiziksel değişikliklerini ölçümlemek için; affetmeyi özümseyen kişilerde “yüz ifadeleri, tansiyon, nabız, işlevsel manyetik rözananas, deri iletkenliği frontal elektromiyografi kandaki kimyasal değişimler (kortizol ve oksitosin seviyesi)” gibi bir takım objektif veriler ölçümlenmeye çalışılmıştır (Lawler vd., 2003). Bununla ilgili yapılan deneylerde deneklerden affettikleri veya affedildikleri durumları anımsayarak anlatması (Lawler vd., 2003; Zechmeister ve Romero, 2002) veya önceden yazılmış bir senaryoyu okuyarak düşünceleri istenir (Witvliet, Ludwig ve Bauer, 2002).

Affetmenin insan fizyolojisini inceleyen nöropsikiyatristler tam anlamıyla affeden deneklerin kanlarında daha az hematokrit ve akyuvar seviyelerine rastlamışlardır (Seybold, Hill, Neumann ve Chi, 2001). Bunu bir iyi olma hali olarak düşünmüşlerdir. Halk arasında damar sertliği olarak da bilinen kronik arter hastalığı olan kişilerde affetme sonucu daha düşük kötü kolesterol seviyelerine rastlanmıştır (Friedberg, Suchday ve Srinivas, 2009).

Affedemeyen bireyler, fazla zihinsel aktivitelerinden dolayı strese maruz kalmaktadırlar. Stres ise insanda bağışıklık sistemini zayıflatığından dolayı bir çok hastalığın başlıca sebebinin oluşturmakta veya genetik yollarla gelen fiziksel rahatsızlıkları tetiklemektedir (Oyen-Witvliet, Ludwig ve Laan, 2001). Yine affedemeyen bireyler, kendilerine yapılan haksızlığı hatırladıkça affedenlere oranla stres kaynaklı daha fazla kalp aktiviteleri göstermişlerdir (Lawler vd., 2003). Affetmeyen bireylerle ilgili yapılan çalışmalar bize, kin ve intikam duygusunun yüksek kişilik özelliklerine sahip bireylerde ortaya çıktığını göstermektedir (Mullet, Neto ve Rivière, 2015). İnsandaki bu olumsuz duygu ve düşüncelerin fiziksel sağlığa etkisi olabildiği gibi ruh sağlığını da olumsuz etkilediğini düşündürmektedir (Harris ve Thoresen, 2015).

### 2.2.2. Affetmenin Ruhsal Sağlığa Etkileri

Ruh sağlığının olumsuz etkileri söz konusu olunca “depresyon, anksiyete ve madde kullanımı, zararlı alışkanlıklar” gibi bir takım psikolojik rahatsızlıklar da beraberinde değerlendirilmiş, bireyin başkalarını affetmesi ile olumlu ve olumsuz sonuçları ortaya konmaya çalışılmıştır (Karremans, Van Lange, Ouwerkerk ve Kluwer, 2003). Bu durumda affedememenin depresyon, anksiyete ve travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur (Witvliet, Phipps, Feldman ve Beckham, 2004). Yine benzer şekilde kişinin kendini affetmesi veya affedememesi durumlarında da benzer durumlar söz konusudur. Affedilme deneyimine sahip kişilerin kendini affetme süreçlerinin de kolaylaştığı görülmüştür (Krause ve Ellison, 2003).

Kişisel tecrübleimize dayanarak ifade etmek gerekirse Toplumda “Tanrıyla kavgalı” durumda olan kişilerin varlığı realitesini de göz ardı etmemek gerekir. Bu durumdaki insanlar daima bir stres içerisinde olup kızgınlıklarını her an dışa vurma eğilimindedirler. Bu durumdaki insanlar için her ne kadar Tanrı’yı affetmekten bahsedilirse de Exline ve Martin (2015) Tanrı’yı inkar yerine Tanrı’ya karşı öfkenin ortadan kalkması olarak ifade etmişleridir. Tanrı’nın sonsuz affedici olduğunu öğrenip de affa uğradıklarına inanan bireyler hem ölüm korkularını yenmede hem de TSSB ile başetmede daha kolay bir iyileşme göstermektedirler (Bass ve Davis, 1994).

### 2.3. PSİKOLOJİ KURAMCILARINA GÖRE AFFETME KAPASİTESİ

Medeni toplumlar olarak değerlendirilen ülkelerin savaş durumlarında affetmeyi tamamen göz ardı ettiklerine tanıklık etmekteyiz. Oysa bu ülkeler, İnsan Hakları Evrensel Beyannamesi’nde ilk başta imzası olan devletler olarak karşımıza çıkmaktadırlar. Burada ortaya çıkan durum psikolojik süreçlere affetmenin dahil olmasının gecikmesinin sebebi olarak değerlendirilmiştir (McCullough, Pargament ve Thoresen, 2000). Affetmenin bir çok sürecinin ortaya konmasıyla beraber affetme kapasitesinin de literatüre girmesi gecikmemiş ve “hümanist Rogers’a göre

her canlı belirli yetenek kapasite ve potansiyel de” bir anlamda yaşam ilerledikçe eklemeler yapabilecek genetik bir taslak ile doğar (Onur, 2018).

Piaget ve Bruner’e göre kişinin davranımında bulunma kapasitesinin gelişmesi öğrenmedir (Çetin, 2015).

Banduraya göre:

**Sembolleştirme Kapasitesi:** Sembolleştirme yaşantıların bilişsel kodlara dönüştürülmesini sağlar bu kodlamalar gelecekteki etkinliklere rehberlik eder.

**Öz Düzenleme Kapasitesi:** Kişinin kendi davranışlarını kontrol edebilmesi onları yön vermesi Öz düzenleme kapasitesi ile yakından ilgilidir insanlar ne kadar çalışacaklarını ne kadar uyuyacaklarına sosyal bir ortamda nasıl davranacaklarını kendileri karar verir.

**Öz Yargılama Kapasitesi:** İnsanların kendileri hakkında düşünme yargıda bulunma ve Davranışlarını Değerlendirme becerileri Öz düzenleme kapasitesi ile ilgilidir.

**Öz Yeterlik - Yetkinlik kapasitesi:** Bir davranışı gerçekleştirmeden önce kendisinin o davranışı yapıp yapamayacağına dair bir inanç geliştirir bu inanca Öz yeterlik inancı denir bir kişinin öz yeterlik inancı düşükse bir davranışı yapması ya da model alması zor görünmektedir (Akıncı, 2014).

Gestalt’ın basitlik ilkesine göre ise bireyin algılama kapasitesi, karmaşık düzensiz objeler yerine düzenli ve organize edilmiş objeleri algılamaya daha yakındır (Zeren, 2008). Welford ve Broadbent’e göre sabit bir kapasiteye sahip olduğunuzu, aynı anda çok sayıda bilgiyi işleme koyma olanağı bulunmadığını anlatmaktadır (Vural, 2016). Bu durumda organizma uyarılar ya da bilgiler arasından bazılarını işleme koymak için seçerken, diğerlerini reddeder. Buna seçici dikkat denir. Kokteyl parti olgusu buna en iyi örnektir. Bu kuramda alınan uyarının birey için anlamlı olması gerekmektedir. Ayrıca beklenmeyen uyarılar da dikkatimizi çekmektedir. Arabadan aniden bir ses gelmesi buna örnektir (Kahneman, 1973).

Kısaca bu kuramda, anlamlı ve beklenmeyen uyarılar bilgi işlem sürecine hemen sokulmaktadır ama uyarın miktarı sınırlıdır.

Kahneman (1973) tarafından öne sürülen esnek kapasite kuramında dikkat kapasitesinin geniş yada dar oluşu bireye ve bireyin içinde bulunduğu koşullara

bağlıdır. Eğer bireyin uyarılmışlık düzeyi düşük ve uyaranlar birey için yeni değilse birey birden fazla uyarıyı işleme koyabilmektedir. Ama uyarılmışlık düzeyi yüksekse ve uyaranlar birey için yeni ise birden fazla uyarıyı işleme koyması mümkün değildir.

### **2.3.1. Affedicilikte Yaş ve Cinsiyetin Rolü**

Kişilerin affetme eğilimlerinde yaşları, cinsiyetleri, dindarlık dereceleri, yaşanan olayın derinlik algısı, demografik yapısı, ilişki derinlikleri, sosyal ve kültürel özellikleri gibi bir çok etken söz konusudur. Kabahat işlendikten sonra geçen zaman da keza affetme eğilimine katkı sağlamaktadır (Mullet vd., 2015). Buraya kadar durum tespiti diyebileceğimiz olgular psikologların ilgisini çekmiş ve yaş düzeyiyle affetmenin ilişkisi üzerine yoğunlaşmışlardır.

Enright'ın tohumlarını ektiği ve Kohlberg'in "ahlak gelişimi kuramı" esas alınarak adalet anlayışı ve bilişsel boyutlara vurgu yapan affetmenin gelişim süreci modellenerek değişik yaş gruplarına uygulanmıştır (Enright ve Fitzgibbons, 2000). Affetmenin niceliğiyle ilgili altı aşamalı bir model şu özellikleri içermektedir: Kişi adaletin yerini bulduğuna ve hakkının alındığına inanırsa affeder; Hatayı işleyen kişi hatasını kabul eder ve verdiği zararı telafi ederse affedilir; toplumsal ve kültürel baskı affetmeye katkı sağlar; Dinin emirleri doğrultusunda hareket etme isteği affetmeyi kolaylaştırır; esas olan toplumda birliğin sağlanması ve korunmasıdır ; ve nihai olarak hatalı kişi için herhangi bir şart koşulmadan affedilmesi gereklidir düşüncesi oluştuğunda sevgi ile affedilir (Enright ve Fitzgibbons, 2000). Enright, bu tip bir affetmeyi az sayıda kişinin başarabileceğini belirtmiştir.

Gelişim çağındaki çocukları inceleyen psikologlar, Çocukların affetmesinde, yapılan yanlışın giderilmesi, zararın kasten yapıp yapılmadığı, Kusuru işleyen ile aralarındaki yakınlık ilişkisi, özür dilenip dilenmediği, arkadaşlarının ve anne babasının yönlendirmesi (Girard ve Mullet, 2012), gibi etkenlerin rol oynadığını tespit etmişlerdir. Denham (2015) annelerin babalardan daha fazla affettiğini belirtmiştir.

### 2.3.1.1. Yaş

“Ahlak gelişim modeli” Kohlberg (1976) tarafından nihai sonuçları ortaya konmaya çalışılmış ve bu çalışmadan yola çıkılarak affemenin gelişimsel modelinde farklı affetme güdüleyicilerinin ön plana çıktığı belirtilmiştir (Enright, 1991). Bu modellemelerle yapılan çalışmalarda yaş ile affeme arasında olumlu ilişkiler bulunmuştur (Mullet, 1997). Kişiler arası ilişkilerde yapılan hataları inceleyen bir çalışmada orta yaştaki bireylerin ileri ve genç yaştakilerden daha affedici ve hata karşısında daha tedbirli davranma eğilimi gösterdikleri sonucuna varılmıştır (Ghaemmaghami, Allemand ve Martin, 2011). Aynı çalışmada yetişkin çağındaki erkek bireylerin intikam alma eğiliminde oldukları sonucuna varılmıştır. Yaşın affetme eğilimi üzerindeki etkisinde, dindarlığın da artan yaşla birlikte önemli bir etken olduğu iddia edilmiştir (Bono ve McCullough, 2004). Başka bir teoriye göre insanların yaşlandıkça yalnızlaşmaları kaynaklı iletişim açlığı sonucu seçiciliklerinin azalması ve tercihlerini iletişimden yana kullanmalarıdır (Worthington, 2004).

Orta yaştakilerin affetme eğilimlerinin daha fazla olmasını süreç açısından değerlendirmek daha isabetli olacaktır. Burada durum analizi yapmak zorunluluğu vardır. Şöyle ki genç yaş grubu için hayatın başlangıcı ve henüz tecrübi boyut söz konusu değildir. Zihin daha berrak, hayat henüz proje aşamasındadır. Gelecek kaygısı henüz başlamamış, kişisel hataların üzerinde affedilebilir ya da göz ardı edilebilir bir durum söz konusu değildir.

Diğer taraftan ileri yaş için hayati fonksiyonlar performansını yitirmeye başlamış ve geçmişten gelen birikimler ne yazık ki derin izlerle devam etmektedir. Bu durumdaki bir kişilik yapısının farklı ikna edici din gibi bir inanç sistemi söz konusu değilse elbette ki affetmesi daha zorlaşacaktır (Bono ve McCullough, 2004).

Pozitif etki olduğu düşünülen grup olan orta yaş için ise oldukça tatmin edici unsurlar söz konusudur. Bunlardan birincisi ve en önemlisi hayatın akışı içerisinde kine ve öfkeye ayıracak zamanı yoktur. Bu gibi konuları daha ileriye öteleyerek hayatına anlam katacak, örneğin para kazanmak, tatile gitmek hayatı dolu yaşamak gibi, önceliklerine zaman harcamayı yapılacaklar listesinin başına alacaktır (Worthington, 2004). Zaman içerisinde geçmişte aldığı yaraları unutursa bir sorun

olmayacaktır. Eğer Alzheimer benzeri bir rahatsızlığı yoksa, ki zihin asla unutmaz ve unutturmaz, bu durumda bu sadece ötelemekten veya görmezden gelmekle açıklanabilir bir affetme olur ki ileride bunun birikimlerinin sonucu olarak şizoid bir kişilik yapısıyla kendini yalnızlığa iterek insanlardan kaçması olasılığını ortaya çıkaracaktır.

### 2.3.1.2. Cinsiyet

Buraya kadarki çalışmamızda affetmenin çok değişik boyutlarını incelemeye çalıştık. Elde ettiğimiz veriler ışığında affetmenin cinsiyet üzerindeki farklı görüşler ileri süren çalışmalardan bazılarına bakacak olursak yukarıda zikrettiğimiz yaşlılarla ilgili iletişim ihtiyacının kadınlarda da benzerlik gösterdiğinden bahsedebiliriz. Kadınlar yaratılışları gereği kendilerini anlatma (konuşma) ihtiyacı içerisinde oldukları (Gültekin, 2014). Aksi takdirde sağaltım gerçekleşmediğinde ise anksiyete ve depresyon oranının kadınlarda daha fazla olduğu görülmektedir. Kadınlarda konuşma ihtiyacı kaynaklı iletişim isteği dışında affetme konusunda erkeklerden farklı olmadığı da öne sürülmüştür (Park ve Enright, 1997). Diğer taraftan kendilerini affetme konusunda erkekler daha mahir görülmektedirler (Tangney vd., 2015).

Kadınların yaşadıkları bir olayla başa çıkmada daha başarılı olduklarını gösteren parametreler sıralandığında olaylara farklı bakış açılarıyla yaklaşmaları, kişilik özellikleri, erkeklerden daha duygusal olmaları ve bunun dışavurumundaki farklı yaklaşımları, kadınların daha çözüm odaklı olmaları buna karşın erkeklerin ise adalet arayışları ve kadınların daha dindar olmaları bunlara örnek gösterilebilir (Ghaemmaghami vd., 2011). Diğer taraftan kadınlar affetmede başa çıkma süreçlerinde kendileriyle uzlaşmaları daha travmatik geçmektedir (Park ve Enright, 1997).

Şu durumda kadınların kişisel zafiyetleri nedeniyle “öğrenilmiş çaresizlik” teorisiyle yaşananları unutma eğilimine girmelerinden bahsetmek yerinde bir açıklama olacaktır. Tersini düşünecek olursak ki bu daha çok ekonomik özgürlük bağlamında ele aldığımızda boşanma oranlarıyla aslında durumun affedicilik yönünde pek de ileri olmadıklarını düşünmemiz gerekecektir.

## 2.4. FELSEFECİLERİN AFFEDİCİLİĞE YAKLAŞIMI

Felsefe denildiğinde aklımıza gelenler genellikle anlam arayışına dair sonsuz denilebilecek sorulardır. Ne, neden, niçin, nasıl... neden affedeyim? Affetmeyi hak etmek ne gibi bir davranışta bulundun? Affedilmeyi hak ettiğine inanıyor musun? Affedilmeyecek durumlar var mıdır? Kendi iyiliğimiz için mi yoksa karşıdakinin iyiliği için mi affetmeliyiz? Affetmekle karşımdaki kişiye bir lütufta mı bulunuyorum? Süregiden sorular...

“İyiliğe iyilik her kişinin işi, kötülüğe iyilik er kişinin işi” sözüyle de veciz ifadesini bulan felsefi düşüncede, affetmeyi konuşma yerine daha çok önlemeyi hedef alan öfke kontrolüne vurgu yapmışlardır. Çünkü “öfkeyle kalkan zararlar oturur.” Çift başlı idarelerde de görebileceğimiz kaosa dayalı öfke ve zarar, çok tanrılı hikayeleri konu alan Yunan mitolojisinde de karşımıza çıkmaktadır. Woosley, (1972) Plato’nun öfkeyi kötülüklerin başı olarak tarif ettiğini ve tehlikeli bulunduğunu belirtir. Bununla birlikte Seneca ve Nietzsche öfkeli davranışı ahlaksızlık olarak ele almışlardır (Griswold, 2007). Aristoteles itidalli olmayı öğütlemiş affetmekle öfke arasında orta bir yol izlemiştir. Sokrates ise kendisine karşı hareket edenlere öfkesini kontrol ederek olumsuz cevap vermemiştir (Sadler, 2008).

Adalet kavramı esas alındığı için Antik Yunanda affetme kavramı erdemli bir davranış olarak kabul edilmemiştir. Bu konuda Kant’ın görüşüyle halk arasında meşhur olmuş “haksızlık karşısında susan dilsiz şeytandır” anlayışı bütünleşmiştir (Sussman, 2005). Tabiatımızda var olan kızma davranışını Hume, “zalime merhameti mazluma zulüm” olarak değerlendirmiştir. Aksi durumda toplumun içerisinde çıkan bu kadar caninin varlığını açıklamamız mümkün olamayacaktır (Pettigrove, 2007).

## 2.5. AFFETMEDE DURUMSAL FAKTÖRLER

İnsanların içinde bulunduğu durumun affetmede etkili olabileceğini daha önce de belirtmiştik. Bu durumda olan bireyler işlenen kusurun niteliğiyle de ilgili olarak affetmede bir farklılık göstermektedir. Katılımcıların başlarına gelen olayları

hatırlamaları istenen oturumda farklı durumlarda nasıl ve ne şekilde tepkiler verebilecekleri araştırılmıştır. Azar ve arkadaşları (1999), eğitim durumu, yaşları, dini mensubiyetleri, cinsiyetleri farklı olan 48 kişilik bir grupla Beyrut'ta yaşayanlar arasında yapılan bir çalışma yapmışlar, kalıcı bir sakatlığın veya hatanın kasıtlı olarak yapılmadığı durumlarda affetme eğiliminin olumlu yönde etkilendiği sonucuna varmışlardır. Özellikle eğitim seviyesi düştükçe kasıt ve sonuçların etkisi ortaya çıkmaktadır. Romero ve Zechmeister (2002) “anlatıma dayalı” araştırma yöntemi kullanarak katılımcıların zarar verdikleri ve zarara uğradıkları başlarından geçen birer hatırasını yazmalarını istemişlerdir.

Çeşitli ülkelerde benzer özellikleri ve travmaları yaşamış bireyler üzerinde benzer yöntemler kullanılarak yapılan çalışmalarda birbirine benzer özellikteki affetme eğilimi sonuçlarının karakteristik özellikler sergilemesi insan beyninin fizyolojisinin ve işlerliğinin mantıksal düzlemdeki ortak çıkarımlarına dayandığını ifade edebiliriz. Fransa'da (Girard ve Mullet, 1997), Beyrut'ta (Azar ve arkadaşları, 1999), Kuzey İrlanda da (McLernon, Cairns, Hewstone ve Smith, 2004) yapılan çalışmanın benzer özellikler gösterme nedeni içinde bulundukları toplumsal yapının iç savaş nedeniyle yaşamış oldukları travmaları atlatmada insanın var olma ve hayatını idame ettirme içgüdüsünün sonuçları olarak değerlendirmek gerekecektir. Çünkü işlenen kusurun algılanan büyüklüğü, izlerinin kalıcı olup olmaması ve suç işlendikten sonra geçen süre ortak karakteristik özellikler olarak belirlenmiştir (McCullough, Fincham ve Tsang, 2003).

### **2.5.1. Kabahatli Kişinin Tutumu**

Suç işleyen kişilerin hal tutum ve davranışları affedilmelerini zorlaştırır ya da kolaylaştırır. Mağdurların bazıları zararlarının telafi edilmesi veya suçluların cezalarını çekmeleri karşılığında affedebileceklerini ileri sürebilirler (Enright vd., 1989). Bu bir affetme değildir. Affetmenin gelişimsel sürecinin birinci basamağı diyebileceğimiz bir affetmeden söz edilebilir. Burada olması gereken hatalı kişinin suçunu kabul ettikten sonra özür dileme “lütfunda(!)” bulunmasıdır. Böyle bir durumda karşıdaki çok büyük bir ihtimalle hemen yada belli bir zaman sonra

kendiliğinden affedecektir (Azar ve Mullet, 2001; Girard ve Mullet, 1997; Gobodo-Madikizela, 2002).

### **2.5.2. Duygusal Yakınlığa Bağlı Nedenler**

Yetişkinlik çağındaki bir gence sevgilisini affetme ile Anne – babasını affetmesi arasında tercihi sorulsa hiç düşünmeden sevgilisi durumda olan partnerini seçecektir (Finkel vd., 2002). Burada zamanın getirdiği sonuçlarla birlikte değerlendirildiğinde kızlar bu konuda daha affetmeyi kabul edici durumda olacaklardır. Yaş ilerleyip belli merhaleler kat edildiğinde ise aynı sorunun cevabı muhtemelen “eş tekrar bulunur ancak anne – baba bir daha bulunmaz” şeklinde tercih değişimi olacaktır. Şu durumda yakınlık elbetteki önemli ancak zamana ve zemine göre değişiklikler göstermekle birlikte aidiyet duygusunun getirdiği bir ön kabulle affetmenin gerekliliği üzerine daha kolay bir affetmeden söz edilebilir (Waal ve Pokorny, 2015). Affetme önceliğini normal bir sıralamaya tabi tutulacak olsaydı, ebeveyn, eşler ve çocuklar, iş arkadaşları , komşular şeklinde olabilirdi (Girard ve Mullet, 1997).

Enright (1989) zarara uğrayan bireylerin yakınlarının vereceği tepkinin ölçüsünün de affetmede etkisi olduğunu belirtmiştir. Dinin ve toplumun beklentilerini yeren getirme isteğindeki güçlü duruş insanın affetme eylemine katkı sağlayacaktır (Enright, 1989). Tüm bunların dışında kişinin affetme terapisi alması da elbetteki bu yöndeki motivasyonunu artıracaktır (Gartner, 1988).

### **2.5.3. Affetmenin Anlaşılmasını Etkileyen Bazı Kişilik Özellikleri**

Affetme ile manevi anlamda rahatlama sürecine giren kişi psikolojik açıdan kendini iyi hissedince hayatın tadına varır. Affetmede bir takım kişilik özellikleri ön planda çıkmaktadır. Bazılarının affedebilmeleriyle bazılarının da affedememelerinin kaynağı sahip oldukları kişilik özellerinden gelir. Bireylerin bazısının normalin dışında affediciliğinin, bazılarının da intikam alma arzusunun sık görülmesinin

sebebi bu bireylerin kişilik özelliklerindeki farklardan kaynaklandığı tespit edilmiştir (Bugay, 2011).

Affetme konusu işlenirken kişinin kendine hayran olması anlamında “narsisizm” kavramına da dikkat çekmek yerinde olacaktır. Yapılan araştırmalarda narsisist kişilerin diğer kişilerden üstün oldukları, vaz geçilmz ve biricik oldukları ve dünyanın merkezinde kendilerini yerleştirdikleri için bu durumdaki insanların affedici olmalarını beklemek tabiatıyla yanlış olacaktır. Dünyanın merkezinde kendini gören bir birey diğer tüm insanlığı da doğal olarak hizmetçisi kölesi hatta kendi kulları gibi algılaması normal bir davranış olarak görecektir ve hemen her konuda mutlak haklı olduğunu iddia edecektir (Raskin ve Terry, 1988)..

Affetmenin kişilik özelliğini etkileyen diğer bir etken ise dindarlıktır. McCullough ve Worthington (1999), dindarlık ile affetme çalışılmış bir araştırmayı incelediklerinde dindar bireylerin daha affedici oldukları ve affetmeye daha fazla değer verdikleri yönünde bulgulara rastlamışlardır. Diğer taraftan McCullough, Bellah, Kilpatrick ve Johnson (2001) yaptığı başka bir çalışmada bazı bireylerin intikam duyguların daha yüksek olduğundan bahsetmişler intikam duygusu yüksek olan kişilerin karşısındaki bireyi affetmek yerine; ona zarar verme eğilimde olduğunu belirtmişlerdir. Bu bulgulara ilave olarak kin ve intikam duygusu taşıyan bireylerin narsisizm ile pozitif, uzlaşma ile negatif özellikler gösterdiği tespit edilmiştir (McCullough, Bellah, Kilpatrick ve Johnson 2001). Narsisizm konusunda değerlendirme yapılırken tamamen olumsuzluktan yola çıkılması çok doğru bir ifade olmayacaktır. Narsisist bireyler dendiğinde tanrılaşmış beyinler olarak algılamak gerekir, ki şu durumda Tanrıyla özdeşleşmeleri(Secde/9)\* de beklenmelidir. Yani mutlak haklılığını öne sürerken affedici özelliklerinin ise daha fazla olması beklenmelidir. Burada mutlak haklılık olsa olsa paranoid bir kişisel bozukluk olarak ele alınmalıdır.

Maltby ve Day (2005), affetme sınırlarının kişinin kendini savunma biçimiyle anlamlı bir ilişki içinde olabileceğini düşündükleri bir çalışma yapmışlar, affetme eğilimiyle nevrotik savunma biçimi arasında olumsuz bir ilişki bulmuşlardır. Adı

---

\* “Sonra ona düzgün bir şekil vermiş ve ruhundan ona üflemiş; sizi kulak, göz ve gönüllerle donatmıştır. Ne kadar da az şükrediyorsunuz! (Secde/9)”

geçen bu araştırmaya göre savunma biçimleri, yaşanan olaylar karşısında çok aşırı kendini gösteren bireylerin affetme yatkınlıklarının azaldığı tespit edilmiştir. Affetme ile nevrotik savunma biçimi arasındaki ilişkiyi esas alan başkibir çalışmada nevrotik savunma biçimi sergileyen bireyler daha az affetme eğilimi göstermişlerdir (Maltby ve Day, 2004). Chabrol, Mullet, Sastre ve Vinsonneau (2005), araştırmalarında affetme isteksizliği ve intikamcı kişilik bozukluğu ilişkisi üzerinde yoğunlaşmış ve kişilik bozukluğuna sahip olan bireylerin affetme duyguları ile ilişkileri düşük bulunmuştur.

Başka bir araştırma konusu da sosyal iletişim ve yalnızlık kavramlarının affetme kavramıyla ilişkisi araştırılmıştır. Karremans, Langeve Holand 2005 yılında yaptığı bir çalışmada bu konu üzerinde yoğunlaşmışlardır. Affetme özelliğine sahip olmayan bireylerin sosyal çevreleriyle aralarında bazı problemlerin olabileceğini düşünmüşlerdir. Bununla ilgili yaptıkları çalışmada affetme eğilimleri yüksek olmayan kişilerin yalnızlık içererisinde oldukları tespit edilmiştir. Diğer taraftan Day ve Maltby sosyal anlamda güçlü bireylerin affedicilik özelliğine sahip olduğunu düşünerek bir araştırma yapmışlar, fakat buldukları sonuç durumun düşündükleri gibi olmadığını ortaya koymuştur. Bu sonucuna göre affetme eğiliminin sosyal kişilik yapısı ile ilişkisi tespit edilmemiş fakat affetme davranışını gösteren bireylerin mutlulukları arasında anlamlı düzeyde ilişkiler tespit edilmiştir (Day ve Maltby, 2005).

Affetme özelliğini taşıyan bireyler farklı zamanda ve zeminde olayların durumuna bakmasızın affetmeyi kendiliğinden gerçekleştirirler (Berry, Worthington, O'Connor, Parrott ve Wade, 2005). Affetmeye meyilli bireyler yaşadıkları ilişki biçimleri, düşünme mantığı ve duygusal özelliklerinden dolayı affedicidirler (McCullough, 1998). Ruminasyonla affedememek arasında pozitif, sorumluluk bilinci ile affetmeme arasında negatif ilişki söz konusudur (Toussaint, Williams, Musickve Everson-Rose, 2008).

Maneviyatı yüksek olan bireylerin kendisiyle barışık “kendini affetme” ve affetme eğiliminde oldukları (Leach ve Lark, 2004), bununla beraber merhmametli oldukları, arkadaş ve dost canlısı girişken bireyler oldukları (Ryder, 2002) arasında pozitif yönlü, farklı “psikoz” durumlarıyla (Leach ve Lark, 2004), “anksiyete” (Walker ve Gorsuch, 2002), ve düşmanlık, “depresyon” (Seybold, 2001) arasında

negatif yönlü bir bağlantıya rastlanmıştır. “Başkalarını affetmekte” zorlukla karşılaşan, yaptığı köüllüklerden pişmanlık duymayan sorumsuz kişilerin kendilerini affetmek gibi bir sorunları olmayacaktır. Bu tip insnlar “egoist (benmerkezci), narsisist, duyarsız, ahlaki açıdan zayıf olan, daha az utanma, pişmanlık ve empati gösteren bireylerdir” (Tangney, 2015).

#### **2.5.4 Affetmede Kültürel Etki**

Dinsel özelliklerden gelen affeme aynı zamanda kültürel bir özellik de kazanmıştır. Affetme çoğu kültürlerde erdemli bir davranış olarak görmüş, affetme süreci ve sonuçları üzerinde etkin bir rol alabilmektedir (Hill ve Vang, 2003). Farklı kültürlerle de yapılmış karşılaştırmalı, etnografik ve niteliksel çalışmalar Affetmede külütürün etkisi konusuna ışık tutmaktadır (Aydın, 2017).

Huang ve Enright, (2000) Tayvan’da çeşitli yaşlardaki deneklerle yaptıkları bir çalışmada kültürel farklılıklara rastlamamışlardır. Dolayısıyla affetme kültürden kültüre farklılıklar gösterebilmektedir. Bazı yerlerde affetme ile uzlaş aynı anlamda kullanılmaktadır (Sandage ve arkadaşları, 2003).

Kapalı toplum yapılarında affetme toplumsal kurallarla belirlenirken bireyselliğin ön plana çıktığı toplumlarda ise bireyin kendi iyi oluş hali affetmesini motive edici unsur olarak kabul edilmiştir (Sandage ve Williamson, 2015). Örneğin Fransa’ya göre kapalı bir toplum sayılabilecek Kongoluların Fransızlara göre daha affetme eyiliminde oldukları tespit edilmiştir (Kadiangandu, Mullet ve Vinsonneau, 2001).

Bazı kapalı toplumlarda affedicilik sadece büyüklerinözelliği olup küçülerin affetmesinden hiç bahsedilemez, hatta tuhaf karşılandığı görülmüştür (Sandage, 2003). Kendini affetmenin sosyal doyumla da ilgisi olduğu için gelişmekte olan ülkelerde kendini affetme geri plana itilmiş bir kavramdır.

Sekülerizmin getirdiği bireysellik insanları yalnızlaştırmış kapalı toplumlarda olan arabulucuların artık olmaması kişiyi kendisiyle başabaşa bırakmıştır. Kapalı toplumlarda ortadaki bir hatayı büyükler bir şekilde görür yada gösterilir kendiliklerinden müdahil olunur ve affetme rıza ile gerçekleşir. Bireysel toplumlarda

ise sorunlarıyla başbaşa kalan birey eğer imkanı veya sosyal güvencesi varsa profesyonel psikoterapi olarak bireysel iyi oluş hali denilebilecek affetmeye yardımcı olabilmektedir (Sandage ve Williamson, 2015). Kapalı toplumlarda arabulucular: “şamanlar, şifacılar, ritüeller, hikayeler, ve semboller” affediciliğe katkı sağlayabilir (Kratz, 1991; Sandage, 2003; Sandage ve Williamson, 2015). Örneğin; Kratz (1991) Kenya’daki Okiek etnik topluluğunun gençlerini yetiştiklinliğe kabul törenlerinde suçlarını toplum önünde itiraf ettiklerinde yaşlılarının gülmeleri ile Hristiyanlıktaki günah çıkarma ritüelini karşılaştırmış, günah çıkararak affedilmenin farkını ortaya koymuştur. Her gün en az birlikte bir öğün yemek yemek veya ekmeği bölerek paylaşmak da affetmeyi kolaylaştıran ritüellere örnek olarak verilebilir (Griswold, 2007). Affetmenin amacı her daim bireyi olumsuz hislerden arındırmak değil, daha da öte intikam duygusundan vazgeçirmek, kabahatli kişinin ise cezasını vermeyerek rehabilite ederek toplumla barışık hale getirmektir (Aydın, 2017).

## **2.6. AFFETMENİN TERAPİDEKİ ROLÜ**

Bireylerin ruh sağlığına ve fiziksel sağlığa olumlu etkilerinin farkedilmesiyle birlikte affetme davranışı üzerine çalışmalar başlatılmıştır. Bu alanda Worthington’un “Affedicilik Odaklı Terapi Modeli” ile Enright’ın “Affetme Süreç Modeli” ön plana çıkmaktadır.

Worthington affetmeyle ilgili terapi modelinde 5 basamaklı piramit modelini kullanmıştır. Bunlar; 1) yaşanan sıkıntıları hatırlayarak onlarla yüzleşmek; 2) Suçu işleyen bireye empatik yaklaşmak; 3) Affetmeyi özümsemiş bir birey olarak affetmek; 4) ve kendini affetmeye adayarak; 5) Affetmenin devamını sağlamak (Snyder, 2015). Worthington Terapilerinde uyguladığı bu modelle, ailelere, çiftlere, farklı psikoeğitim ve terapi uygulayarak etkilerini ortaya koymuştur (Aydın, 2017).

Enright affetme Süreç Modeliyle, öncelikle affetmesi gereken bireylerin aldıkları yaralar nedeniyle üzerlerinde birikmiş olan intikam duygusunu ve kini üzerlerinden atarak ruminasyondan kurtulmalarına yardımcı olmayı hedeflemiştir.

Bu durumda zarar gören insanın var olan birikimleri tanımlaması sağlanır. Yaşanan olay karşısında kendisine getireceği zarar yada faydayı ele alarak

duygularını kontrol etmeyi öğrenir. Sonraki aşamada affetmenin doğasını anlar. Farkındalığı oluşan birey affetme tercihini seçer. Kusurlu bireyin suçunun boyutlarına bakmaksızın empatik davranarak merhamete gelir ve affetmemenin bir zaman kaybı bir blokaj olduğunu görür ve bilinçli olarak affeder. Bilinçli hale gelen birey affetme duygusunun hakim olmasından kaynaklı özümseme süreci yaşar ve hayatına yeni bir bakış açısıyla yeniden yön verir.

Enright'ın “affedicilik odaklı terapisi”nin olumlu etkileri değişik araştırmalarla da desteklenmiştir. Anne babaları alkol bağımlısı çocuklar (Osterndorf, Enright, Holter ve Klatt, 2011), duygusal istismara uğramış kadınlar (Reed ve Enright, 2006), kalp rahatsızlığı olanlar (Waltman vd., 2008), palyatif bakımda olan kanserli hastalar (Hansen, Enright, Baskin ve Klatt, 2009), çocuklukta istismara uğramış kadın fibromyalji hastaları (Lee ve Enright, 2014) ensestten ilişkiden kurtulmuş olan bireler (Freedman ve Enright, 1996), ve eşleri kürtaj yaptırmış erkekler (Coyle ve Enright, 1997). Affetmeyle ilgili bu çalışmalarla yapılan terapilerin öfkeyi, anksiyeteyi ve depresyonu azalttığı, hayata dair umudu artırdığı görülmüştür (Freedman ve Enright, 1996).

## **2.7. AFFETME İLE İLGİLİ TÜRKİYE’DE YAPILAN ÇALIŞMALAR**

Affemenin farklı kurum ve kuruluşlarda uygulanması üzerine yapılan bir literatür taramasında, iş yerinde çatışmaları azaltmak, iş yeri verimliliğini artırmak ve çalışanlar arasında daha iyi bir sinerji ortamı sağlayarak motivasyonu artırmak için için affemenin arabuluculuk işlevini de görmesi nedeniyle savunulmuştur (Şener ve Çetinkaya, 2015). Türkiye’de affetmeyle ilgili çalışmaların çoğu korelasyon, ölçek geliştirme ve adaptasyon çalışmaları şeklinde yapılmış, kuramsal ve deneysel araştırmalar eksik kalmıştır. Ele alınan çalışmaların çoğunda “forgiveness” terimi Türkçe’ye “affetme, affedicilik” (Aytan, 2009; Toprak, 2013), Bir kısmında “bağışlama” (Çoklar ve Dönmez, 2014; Kara, 2009) olarak tercüme edilmiştir. Türkiye’de affetme ile ilgili çalışmalar giderek artmaktadır (Çoklar ve Dönmez, 2014; Toprak, 2013).

Dünyanın diğer ülkelerindeki affetme ölçekleri Türk toplumu üzerine de uygulanmaya çalışılmış ve test edilmiş, Taysi (2007b), Bugay ve Demir (2010), Sarıçam ve Akın (2013), Çoklar ve Dönmez (2015) hariç diğerleri Türk toplumunun geleneklerine uygun olan farklı ölçekler geliştirmişlerdir. Ersanlı ve Batık (2015) “kendini affetmek” ile ilgili üç maddelik affetme ölçeğini ve “kişiler arası affetme” hakkında on maddelik affetme ölçeğini geliştirmiştir. Kepenekçi ve Nayir (2015) Yirmi yedi maddelik geliştirmiş oldukları “Örgütsel affetme ölçeği”ni devlet okullarındaki görev yapmakta olan 605 öğretmene uygulamışlar, çocuk sahibi olup olmamaları, medeni halleri, cinsiyetleri ve gelirleri, ile affetme arasında anlamlı bir ilişki bulamamışlardır. Affetmede mütevazılık, İyimserlik, alçakgönüllülük ve dindarlık arasında olumlu, öfke, intikam alma ve kaçma arasında olumsuz ilişki bulunmuş, yaş, cinsiyet, medeni durum ve sosyal çevre değişkenleri arasında kayda değer birbağılantı bulunmamıştır (Ayten, 2009).

Ülkemizde 80 aile ile yapılan bir çalışmada affetme ve eş uyumu arasında pozitif ilişki tespit edilmiş, bu çalışmaya göre kadınları sorumluluğun, erkekleri ise hem sorumluluğun hem de evlilik uyumunun affetmeye yönelttiği saptanmıştır (Taysi, 2007a).

Alpay (2009) 200 evli birey ile yaptığı çalışmasında, kendine değer verme, incinme boyutu, kıskançlık ve empati ile affetmeyi yorumlama sürecinde evli olan erkek bireylerde ilişki doyumlarının, evli olan kadın bireylerin ise incinme ve empati düzeylerinin daha yüksek olduğunu tespit etmiştir.

Özgün’e (2010) göre aldatıldıklarını öğrendikten sonra ilişkilerini sürdürmeye devam eden 189 kadınla yapılan bir çalışmada affetmenin düşük düzeyde olmasının travma sonrası stres bozukluğuna sebep olduğunu tespit etmiştir.

Mullet ve Bugay (2013) Fransız ve Türk üniversite öğrencilerinin affetme eğilimlerini karşılaştırmışlar, Türk öğrencilerin şartsız affetme boyutuyla daha az ancak koşullarına karşı daha hassas olduklarını tespit etmişlerdir.

Bugay ve Demir (2012) sekiz denek ve sekiz kontrol on altı katılımcıyla gerçekleştirdikleri, beş haftalık deneysel bir çalışmada Enright’ın Affetme Süreç Modelini uygulamıştır. Bir önceki Türkçe’ye uyarlayarak yaptıkları “Heartland Affetme Ölçeği” ile yaptıkları “öntest – son test” sonuçlarıyla karşılaştırdıklarında

öğrencilerin Enright'ın ölçeğiyle genel affetme eğilimlerinde anlamlı düzeyde bir artış tespit etmişlerdir. Bu başarılı durum bizi, affetmenin eğitimle elde etme ve ilerleme sağlanabileceği sonucuna götürebilir.

## 2.8. AFFEDİCİLİK KONUSUNA GETİRİLEN ELEŞTİRİLER

Affetmenin faydalarının yanında zararları da olabileceğini göz ardı etmemek gerekmektedir. Affetme gerçekleştiğinde en büyük tehlikelerden biri de bireyleri affetmeye yönlendirerek tekrar incinmelerine de sebep olunabileceğidir.

Affediciliğin yararları konusunda şüpheler dile getirilmiş, zararlarının da olabileceği ileri sürülmüştür. Affedicilikle ilgili çekincelerden en büyüğü insanları uzlaşmaya yönlendirerek tekrar incinme tehlikesine atabilecek olmasıdır (Bass ve Davis, 1994). Nitekim erkek arkadaşları tarafından kötü muameleye maruz kalan kadınlar arasında affetmeye eğilimli oluşla bu olumsuz birlikteliği devam ettirmede bağlantı tespit edilmiştir (Katz, Street ve Arias, 1997). Meydana gelen bu olumsuzlukta erken affetmeden kaynaklı bir durum tespiti yapmak yerinde olacaktır. Henüz özümsememiş ve üzerinde yeterince durulmamış bir affetmenin fayda yerine zararı söz konusu olabilir.

Haber'e (1991) göre sevdiklerimize karşı hatalı davranan birinin affedilmesi onların onurlarını zedeleyecek ve hatıralarına saygısızlık yapılmış olacaktır. Bu affetme konumuz olan affetmeden farklı bir boyutta değerlendirilmelidir. Çünkü affetme konusu incelenirken daha çok bireylerin ilişki içinde oldukları kişiler birbirleriyle ilintilidir, üçüncü kişilerin adına affetme konuyu bağlamından uzaklaştıracaktır.

Murphy (2015) affetmek kadar affetmeyerek adaletin yerine gelmesini istemek de inandığı değerleri korumasını ve insanın kendine olan saygısını güçlendirecektir.

Nihai olarak affetme odaklı terapilerin etkinliği de tartışılmıştır. Worthington (2015) olayı kadere müdahale gibi değerlendirmiş, affetme konusunda yapılan yönlendirmelerin affetmenin doğasına zarar verdiğini belirtmiştir.

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### AFFETME VE NESNELLİK

#### 3.1. NESNEL BİR BAKIŞ İLE AFFETME KAPASİTESİ

Çalışmamızda buraya kadar affetmekle ilgili bulabildiğimiz tüm araştırmaları değerlendirdikten sonra şimdi esas ilk girişte bahsini ettiğimiz John Gartner'ın “*The Capacity to Forgive: An Object Relations Perspective*” başlıklı makalesinde ele aldığı konuyu irdeleyeceğiz. Burada neden bu makale sorusu akla gelebilir. Bu soruya verilebilecek cevaplardan birincisi ve en önemlisi; ülkemiz açısından çok yeni bir kavram olan din ve maneviyat ilişkisi bağlamında düşündüğümüzde bu tür kavramların bize batı toplumlarından geçtiğini ileri sürmemiz yanlış bir düşünce olmayacaktır. Diğer taraftan batının edindiği deneyimleri bizlerin de yaşamayı kaçınılmazdır. Ancak aynı tecrübeleri deneyimlerken aynı zaman kaybını yaşamamız gerektiğini iddia etmek akli başında orta zekâlı bir bakışla değerlendirdiğimizde bunun bize sadece zaman kaybettirmenin ötesinde bir sonuncunun olmayacağını da kabul etmek zorundayız.

Diğer taraftan dünyanın diğer ülkelerinde din - maneviyat ilişkisinin barıştığı ve objektif bakış açısıyla değerlendirildiğinde dini bir takım kavramların ruh sağlığına katkılarından bahsederken, maneviyat denildiğinde ülkemiz açısından ilk akla gelenin dindarlık olarak algılandığı bir toplumda kalkıp da başka bir sonucunun olmasını beklemek de pek akla uygun gözükmemektedir.

Başka bir noktadan değerlendirdiğimizde ise ülkemizde de psikologların dine karşı olan negatif tutumları ne yazık ki batı toplumlarından pek farklı durumda değildir. Bu ise makaleye ayrıca bir önem katmaktadır. Burada yeri gelmişken Gartner'ın dindar bir tutum içinde olduğu iddiasında olmadığını da itiraf etmemiz gerekir.

“Elindeki Transkültürel tanılama araçları, evrensel diye sunulan arkaik ve indirgemeci, Tanrıtanımaz ya da Tanrı'yı bu işe karıştırmayan (Ruh Bilim ama ruhun burada işi yok), seküler, maddeci ve yorumsayıcı modellerle bir Katolik Alman'ın, Protestan bir Hollandalının, Ortodoks bir Rum'un, Budist bir Tayvanlının, Şintoist bir Japon'un, Ateist bir Rus'un ve Müslüman bir Türk'ün

*kendini ve hayatı anlamlandırma çabası, değer yargıları, kabulleri, hevesleri, hırsları, doyumu, tatminsizlikleri, beklentisi, isteği, sabrı, korkuları, sevinci vb... aynısıymış gibi gören ve aynı tip sağlıtım sağlamaya çalışan psikoterapistler ve psikoterapiler (Özen ,2010)”, şeklinde bir tarifile durumu en güzel şekliyle özetlemiştir.*

Savunmacı bakış açısıyla hareket ettiğinin bilinciyle Gartner affetmenin öneminin farkında ancak sadece dindarlara ait kavram olarak algıladığı için ve bu makaleyi kaleme alıncaya kadarki süreçte dine ve dindarlığa karşı olumsuz bir bakış açısından dolayı ki aslında dindarlara ait bir kavramı ele almış olmanın öne çıkardığı suçluluk duygusu ve kompleksiyle hareket ettiği için kendini paranoyak (Gartner, 1988) olarak değerlendirilmesini istemiş ve içinde bulunduğu ikilemi açıklayamadığı için mazur görülmesini istemiştir. Kendini bu şekilden ifade etmiş olmakla birlikte gerçekte affetmeye yüklenen anlamı ispat etme girişiminden dolayı bu kavrama ne kadar önem verdiğini özellikle vurgulamamız gerekir. Çünkü makale tamamen affetmenin özel anlamı üzerine kurgulanmıştır.

Diğer taraftan affetme kavramına yüklediği psikolojik anlamın da farkında olan Gartner, dindarlar tarafından kullanılmakta olduğu için biraz şüpheyile yaklaşma ihtiyacını hissetmiştir. Oysa gerçekte bu yaklaşımla ileride kaleme alacağı ve ispatına yönelik düşünceleri nedeniyle adeta okuyucularını hazırlama çabası içerisine girmiş olduğuna tanıklık edeceğiz.

Hayatına kısaca bakacak olursak: John Gartner, Johns Hopkins Üniversitesi Tıp Fakültesinde 28 yıl boyunca yarı zamanlı psikiyatri profesörü olarak görev yaptı. Princeton Üniversitesi'nden Magna cum Laude'den mezun oldu, Massachusetts Üniversitesi'nden klinik psikoloji dalında doktora derecesini aldı ve New York Hastanesi Cornell Tıp Fakültesi'nde doktora sonrası eğitimini tamamladı. Çalışmaları Washington Post, Chicago-Sun Times, Baltimore Sun, Worth and Talk'un yanı sıra sayısız bilimsel dergide yayınlandı.

“Hypomaniac” adlı kitabı: Amerika'da “Çılgınlık ile Başarı Arasındaki Bağlantı” New York Times, Washington Post ve Newsweek'te yer aldı ve The Wall Street gibi ticari yayınlar tarafından ele alındı. (Journal, Fortune, Forbes, Inc. ve Entrepreneur). Gartner, CNN ve ABC News de dâhil olmak üzere çok sayıda radyo ve televizyon programında yer aldı. Hipomaniac Edge, Pazar New York Times'ın

yıllık "Fikirler Yılı" sayısında 2005 yılının en "özgün, heyecan verici ve yenilikçi fikirlerinden" biri olarak yer aldı.

Bill Clinton'ın Araştırması: Psikolojik Bir Biyografi adlı ikinci kitabı, Amerikan Kütüphane Birliği'nin 2008'in en iyi kitaplarından biri olarak resmi olarak yayımlanan Booklist'i seçti. Bu kitapta Dr. araştırmacı gazeteciliği psikolojik uzmanlıkla birleştiren yenilikçi yöntemi ön plana çıkarmaktadır.

Dr. Gartner, sınır durum kişilik bozukluğu, bipolar bozukluk tedavisinde uzmanlaştığı Baltimore ve Manhattan'da deneyimli bir terapisttir (Gartner, 2017).

Affetme konusuyla çok az çalışmaların olmasından dolayı temkinle yaklaşma ihtiyacını hissetmekle beraber literatür taraması yapmış, bu konuda yapılmış çalışmaların yetersizliğini ortaya koymuş ve yayınlanmış eserlerin azlığından bahsetmiştir. Daha çok dini dergilerde ve kitaplarda dile getirildiğini, Aslında psikolojinin konusu olması gereken bir konunun şimdiye kadar psikologlar tarafından da göz ardı edildiğini dile getirmiştir.

Buraya kadarki sözünü ettiği affetme konusunun ana akım psikologlar tarafından gündem yapılmamış olmasının konunun önemini azaltmadığını aksine eksik kalınmış bir tarafının olduğunu dile getirerek yine çalışmanın sonunda vermiş olduğu bir görüşmede affetmenin ne şekilde cereyan ettiğinin anlaşılmasına vurgu yapacaktır. Affetme kapasitesinin başarılı bir psikoterapistin nişanesi olarak ele alınmıştır. Bu kadar önem arz eden bir konunun ele alınmamış olmasını dikkat çekici bir çelişki olarak değerlendirmiştir.

Gartner, Hunter'ın acılarla ilgili yorumuna değinerek analizin sonuna doğru vereceği örnekten yola çıkarak "En başarılı analiz ve psikoterapilerde, hastanın daha önce acılarının sorumlusu olarak suçladığı kişilere karşı dargınlığında - kırgınlığında dikkat çekici bir azalma vardır. Analizin sonuna doğru bir hasta sıklıkla, daha önce kötücül olduğunu düşündüğü aile figürleriyle ilgili birtakım pozitif anıları tekrar hatırlamaya başladığına tanıklık ettiğini bildirmektedir (Gartner, 1988)."

Bu yüzdendir ki açığa çıkan şey şudur; affetme kapasitesi hem bir dindar için hem bir psikoterapist için gelişimsel bir amaç sunmasına rağmen, birçok nedenden dolayı din ve psikoloji arasındaki uzun süre devam eden çatışmaya tanıklık edenler için de bu belki de çok açıktır, düşüncesini dile getiren Gartner, affetmenin dindarlar

açısından önemli olmasının uygulamalı psikoterapist için de gerekli olduğuna vurgu yapmaktan çekinmemiş, bir cesaret örneği sergilemiştir.

Bu durum bize psikoloji ile dinin kavga ve çatışma yerine birbiriyle barışması gerektiğinin çok açık bir kanıtıdır. Bu realite karşısında eğer amacımız gerçekten bir sonuç elde etmek ve psikopatolojinin önüne açmak veya tedaviye yönelik bir yöntem izlemekse, dini ve etik unsurlar göz önünde bulundurulmalıdır. Bu bize dine ait olan iyi ve yararlı olabilecek bir kavramın sırf dinin dogmatik baskısının objektifliğinin önüne geçeceği endişesinden dolayı dini kavramları dışlama girişiminden başka bir davranış olmadığını düşündürmektedir. Aslında Hristiyan kültüründe dine karşı genel bir duruş sergilemeyi daha önce ortaçağ kilisesinin baskıları ve nihayetinde 1789 Fransız ihtilaline kadar uzanan süreçten dolayı anlayışla karşılayabiliriz. Fakat zamanımızda eğer bilim yapılacaksa dine karşı da objektif kriterler uygulama zorunluluğumuzun olduğu ortadır. Burada ele alınan affetme kavramından yola çıkarak ileride, ahlaki ilkeler ve sosyal psikolojinin konusu içerisinde değerlendirilebilecek dini ve etik kavramlar üzerinde de çalışmalar yapılması uygun olacaktır. Çünkü burada gözetilmesi gereken disiplinleri çatıştırmak yerine asıl amaç insanın ruh sağlığına katkıda bulunmak düşüncesi olmalıdır.

Psikoanalitik düşünceyi nesne ilişkisi olarak değerlendiren Gartner, yapılan çalışmaların artması sonucu gelişmeleri değerlendirdiğinde affetmenin çok özel bir bakış açısı sunduğunu dile getirmekte ve affetme yetisinin olmayışının Klein ve Kernberg tarafından da dile getirilen ilkel savunma işlevlerinin çalıştığının işareti olduğunu iddia etmektedir.

### **3.2. PSİKOLOJİ BİLİMİNİN TIBBİ BOYUTUNDAN BİR ÖRNEK**

Bilimlerin çıkış noktası olarak felsefe gösterilir ve tarihi sürece baktığımızda gerçekten de bunun böyle olduğu görülmektedir. Tıp bilimi açısından da durum aynı olup zamanla kendi içerisinde alt dallara ayrılmış aynı anatomik yapının farklı uzmanlık alt dalları şeklinde ilerlemiştir. Bu ilerleme sürecinde her disiplin kendi dogmalarını, kutsallarını bilimsel ifadeyle kendi terminolojisini oluşturmuştur. Burada oluşan resmin parçalarından biri konumunda olanlar bütünü görmemekte

ısrar edecekler, objektiflik adına diğer realiteleri de reddedeceklerdir. Bu durum ateist bilimcilerin içinde bulunduğu duruma açıklık getirmektedir.

Şu ana kadar çerçevesini çizmeye çalıştığımız resmi bütünüyle değerlendirecek olursak alt dallara ayrılmış uzmanlık alanlarının birbirinden bağımsız olduğunu iddia etmemiz çok da akıllıca olmayacaktır. Şu durumda psikolojide “iyi meme - kötü meme” olayını açıklarken gelişim sürecindeki fizyolojik değişimlerin de dikkate alınmasının olayların sonucunun objektifliği açısından önemlidir.

Türk Diş Hekimleri Birliği(TDB)’ne göre bebeğin diş çıkarma zamanının genellikle 6. ayından itibaren başladığı 24 ile 30 ay arasında gelişimi tamamladığı kabul edilmektedir (TDB, 2015). Buna göre çıkmakta olan dişler damağı kabartmakta, çıktıktan sonra da diplerinde şişlikler oluşmakta ve damağın yarılması aşamasında damakta kaşınmalar gerçekleşmektedir. Bilim ilerledikçe sebepleri de anlaşılmakta hatta buna dair eczanelerde kauçuktan yapılmış diş kaşıma eldivenleri satılmaktadır. Şu durumda bebeğin annesinin memesini ısırma içgüdüsünü anlamamız kolaylaşmaktadır.

Klein’in oral dönemde bebeğin paranoid-şizoid evrede karşılaştığı durumu anlamak için mantık geliştirmeye çalıştığımızda ilk etapta anlam veremediğimiz saldırganlık tutumunu bebeklik evresine gidildiğinde neden bu tutum gelişir sorusuna da aslında bir cevap arayışına girilmesini zorunlu kılmaktadır. Burada insanın aklına ilk gelen annenin acıkan bebeğe meme vermekte gecikmesi, memeden süt gelmemesi veya yeni çıkmakta olan kesici dişleri test etmesi olarak değerlendirilebileceği gibi, işin tıbbi boyutuna baktığımızda psikolojik boyuttan daha fazla öne çıkmakta olduğuna tanıklık etmekteyiz.

### **3.3. PSİKOLOJİK HASTALIKLARIN BAZI İPUÇLARI**

Klein’a göre yaklaşık dördüncü aydaki bir bebek, paranoid-şizoid dediği bir konuma doğru evrilir. Bu süreçte bebek, annesinin göğsüyle ilgili iki tane çatışma halindeki deneyimi yaşar. Bir taraftan bu onun erotik duygularını hareket geçirerek ona huzur ve yiyecek sunarken, bir taraftan hem yiyeceğe hem göğüslere ulaşımı

engellediği için de saldırgan duyguları harekete geçirir. Bu ilkel yarılma savunma mekanizmasıyla bebek, iyi ve kötü meme olarak isimlendirilen (good breast- bad breast) iki ayrı memeyi “doyuran/tatmin eden” ve “engelleyen” şeklinde deneyimler. Klein’a göre, ki o Freud’un çiftli içgüdü teorisini (Eros ve Thanatos) kabul eder, temel insani kaygı egonun saldırgan duygulara yöneltmiş olduğu tepkidir, çünkü bu duygular ölüm içgüdüsünün ifadelerini oluşturur. Bu en temel kâbus şudur; nefret, ölüm, kötülük ve yıkıcılık, sevgiye - doyuma dayalı olan benliği ve göğsün iyi taraflarını kuşatacaktır, yok edecektir. Bebek kendisine yaşam veren nesneye yönelik kalıtsal nefretiyle ilgili kaygısını azaltmak için bir yol bulmalıdır (Gartner, 1988).

Bebek bunu ayırma ve yansıtmayla yapacaktır. Ayrıca iyi ve kötüyü ayırmakla “acılarının, sıkıntılarının kaynağı şu veya bu meme değil, değeri düşürülmüş olan kötü meme olduğu” şeklindeki sahte düşüncüyü sürdürecektir. Bu durum bizi, süt vermeyen ve akabinde süt vermediği için ısırılan meme karşısında annenin bebeğe gerek yüz ifadesiyle gerek yüzünü asarak ve suratını ekşiterek ya da bu acıyı tamamen merhamete dönüştürerek belirtmesiyle karşılığında aldığı tepki sonucu bebeğin bunu bilincine tecrübe olarak kaydetmesine sebep olacaktır. Daha da ötesi, yansıtma mekanizmasıyla bebek, kendisini saldırgan dürtülerden kurtaracak, onları kötü memeye yansıtacak (Gartner, 1988), böylece kendisine ve iyi memeye yönelik olan o iyiliği koruyacaktır. Bu durum bizi psikolojik rahatsızlıkların genetik olmasının yanında benzer şekilde çocuğa yansıtma yoluyla da geçişini düşündürmektedir.

Tabi ki bu savunma mekanizmasının da iki maliyeti vardır. İlk olarak gerçekliğin tam algılanması tehlikeye girecek ve çocuk bu evrenin ilerisine geçmedikçe de gerçeklik testiyle ilgili uzun soluklu zorluklarla karşılaşacaktır. İkinci olarak çocuk, kendisine zulmeden, eziyet eden kötü nesneler dünyası yaratacak, onların intikam almasından ve saldırmasından sürekli olarak korkacaktır (Gartner, 1988). İşte bu safhanın paranoid doğası da budur. Optimal gelişim koşulları altında çocuk, kademeli olarak kendisi ve diğerleriyle ilgili daha bütüncül ve daha gerçekçi bir bakış açısının olduğu evreye geçecektir. Kademeli bir şekilde o, yansıtmış olduğu saldırganlığı ya kendine alacak ya da kendi içine çekecektir (Gartner, 1988). Bu da suçluluk duygusuna yol açacaktır. Onun anneye yönelik olan saldırganlık ve nefretiyle ilgili bu yeni farkındalığı, Klein’ın depresif konum olarak isimlendirmiş

olduğu yeni evreyi açığa çıkaracaktır. Ayrıca çocuk, artık anneye hem iyi hem de kötü yönleri bir arada tutan daha gerçekçi bir gözle bakacaktır. Bununla birlikte, eğer bu saldırganlık ve değeri düşürme deneyimleri çok yoğun ise hem kendisine hem ötekine ait olan iyi ve kötü deneyimleri bir araya getirmekten kaçınacak, kendini asla güvende hissetmeyecektir. Sonuç olarak bu ciddi bir psikopatolojiye sebep olacak ve çocuk o baştaki ilkel savunma mekanizmasına güvenmeye devam edecektir (Gartner, 1988). Çocuk daha başlangıçta ikiye bölünmüşlüğü öğreniyor.

Kernberg, Klein'ı birçok şekilde eleştirmiş olsa da, onun ilk savunma mekanizmalarıyla ilgili düşüncelerinin çoğunu, özellikle yarmayı ve saldırganlığın gelişimdeki rolünü, kabul etmektedir. Özellikle Mahler'in gelişimsel evre kuramıyla da entegre ederek (split) yarma mekanizmasını, bebeğin benlik ve nesne tasavvurlarını sağlamlaştırmış olduğu ayrılma ve bireyleşme periyoduna tekabül eden 2 yaşa yerleştirmektedir. Daha da ötesi, Kernberg, iyi benlik – kötü benlik, iyi nesne - kötü nesne tasavvurlarını da varsayarak nesne ve benlik tasavvurlarının doğasını aydınlatmaktadır ki burası benlik ve nesne tasavvurlarının Klein'da muğlak olarak görüldüğü yerdir. Daima her bir benlik ve nesne tasavvuru arasında özel bağlayıcı duygular aracılığıyla bir ilişkinin olduğunu da varsaymaktadır. Örneğin, küçümseyen anne değersiz çocuktan nefret eder. Bu kuramını ciddi kişilik bozukluklarıyla ilgili psikolojiyi açıklamak için de genişletmekte, ilkel savunma mekanizmalarını da kullanarak karakter patolojisiyle ilgili operasyonel tanımlar yapmaktadır (Gartner, 1988). Yani artık hastalıkların adını koymaya başlıyor. Belki de bu makale için en can alıcı nokta, Kernberg'e göre karakter patolojileriyle üst düzey nevrozlar arasındaki ayrımın, "iyi nesne" ve "kötü nesne" tasavvurlarının birleştirilememesinde yatmasıdır. Bir kişinin kendisini ve ötekisini, iyi ve kötü tüm özellikleriyle beraber oldukça kompleks bir insan şeklinde düşünmeye ve deneyimlemeye başladığı yer, onun sağlığa giden yolunun da başlangıcıdır. Önyargılar ve değeri oldukça düşürüp idealize eden bakış açıları hastalığın işaretidir.

### 3.4. GARTNER'A GÖRE AFFETMENİN TANIMLANMASI SÜRECİ

Bu arka planla birlikte, biz artık affetmenin operasyonel bir tanımını yapma konusunda kendimizi özgür hissedebiliriz. İddia ediyorum ki; olgun bir affetme, çoğu zaman inanıldığı üzere kesinlikle negatif bir nefret etme hissinin sevmeye hissiyle yer değiştirmesi değildir. Olgun bir affetme, ben ve ötekinin hem iyi hem kötü yönlerini içerecek şekilde oldukça entegre edilmiş gerçekçi bir bakış açısına sahip olma durumudur. Affetme bize, insanlığımızı kaybetmeden kötülük olarak isimlendirdiğimiz şeyin tüm etkisini özümseyip soğurabilmemize izin verir. Affetme her ikisidir. İnsanı insan olduğu için affetme gerekliliği ki burada insan iyi ve kötü yönleriyle bir bütündür ifadesi öne çıkmaktadır. Kurnberg'ci ifadeyle affetmenin grameri şu şekilde görülebilir:

Bir kişi bana karşı saldırgan duygularını harekete geçirerek yıkıcı bir şekilde davranabilir. Aynı zamanda ben biliyorum ki, bana kendi içindeki “kötü ben” tasavvuruna davrandığını yansıtmaktadır. Bu ifade bize “bu olayı üzerime almıyorum. Bu aslında senin içindeki kendinle olan kavgandır” sığınmasına kaçışı ifade eder ki böyle bir düşünce şeklinde aslında affedilecek bir durum da ortaya çıkmayacaktır. Diğer kişi bir şeytan değil aksine o da umutları olan, erdemleri olan, yaraları olan, mücadelesi olan bir kişidir. “O da bir insandır. Elbette ki eksiklikleri olacaktır.” Bu bakış açısı itidalli olduğu sürece akıl ve ruh sağlığı açısından çok güzel bir düşünce olarak değerlendirilebilir. Ancak Narsisizm tehlikesine karşı da dikkatli olmayı zorunlu kılacaktır. Çünkü uzun vadede affetme pozisyonunda bulunan kişi kendini insanı iyi resmeden, iyi anlayan biri olarak insanın üzerinde görmeye başlayacak ve üstten bakış denilen kendini her türlü olayın dışında görmeye başlayacaktır.

Yukarıdaki paragrafa bir diyagram olarak baktığımızda, affetme yetisine sahip olmamanın, yarılmanın bir tezahürü olduğu açığa çıkmaktadır. Çünkü yukarıdaki paragrafın sadece ilk cümlesini içermektedir: “Bir kişi bana karşı saldırgan duygularını harekete geçirerek yıkıcı bir şekilde davranabilir.” Böylece diğerinin bakışı, her şeyi kendisinde toplayan karikatürize edilmiş kötü bir kişi olmaktadır.

Nerede bir yarma varsa, yansıtma mekanizmaları onun çok uzağında değildir. Kötü benlik tasavvuru yansıtılır. Bu önerilen ifadenin grameri şudur: “Nefret ediyorum ama... O kişi bende nefret edici hisler çıkartıyor. Bu onun o kötücül etkilerinden dolayıdır. Kötülük bana o kişiden geliyor.” Buraya kadar ki tutum ve davranışlardan anladığımız bir psikoloğun daima olayın dışında kalmasını ifadesidir. Bunu sonuç kısmında ayrıca ele almak gerekecektir.

Bu noktada “borderline” hastalığıyla ilgili biraz bilgilendirme yapılması gerekmektedir. Çünkü makalede sıkça geçen bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır.

Borderline Kişilik Bozukluğu (BKB), erişkinliğin erken döneminde başlayan, kontrolsüz ve aşırı içsel tepki ve akabinde dışa vurum, duygu durumunda ve ilişkilerinde tutarsızlık, kişilik tanımlamasında yetersizlik ve terkedilmeye karşı aşırı hassasiyet ile ortaya çıkan bir hastalıktır (APA, 2013; Sargın ve Sargın, 2015).

Amerikan Psikoloji Derneği (APA)’nin “Ruhsal Bozukluklar Teşhis ve İstatistik El Kitabı” (“Diagnostic and Statistical Manuel of Mental Disorders ‘DSM 5’”) sınıflandırmasına göre BKB Belirlenen 9 kriterden beş ya da daha fazlasının kişide bulunması gereklidir (APA, 2013) bunlar: 1) Terkedilme endişesi nedeniyle çılgınca panikleme hali, 2) Ulaşılamaz ya da İmkansız gibi hislerle karşısındaki bütme ya da tamamen küçümseme eğilimiyle kişiler arası ilişkiler kurma, 3) Kendi kimliğiyle ilgili kaotik durum, 4) Kendine zarar verecek az iki kontrol dışı eylemi (para harcama, cinsellik, madde bağımlılığı, tehlikeli araç kullanma vb.), 5) Tekrarlayıcı intihar eğilimleri, girişimleri ya da buna dair ajitasyonlar, 6) Öfke patlamaları veya aşırı içe kapanma durumları, 7) Sürekli içinde birşeylerin eksikliği hissine kapılması, 8) Açıklaması olmayan aşırı sinirlilik hali, öfke denetiminde zorluk, 9) Zorlanmaya bağlı geçici şüpheli düşünceler ya da derin çözülme durumları.

BKB çeşitli kuramlarla açıklanmaya çalışılmıştır. Çocukluk çağı, cinsel istismar, ebeveyn davranışları gibi birçok faktör çalışmamızda ön plana çıkmaktadır. Konumuz açısından bağlantısı olmadığı için sebep ve sonuçlarına değinmekten veya tedavisine yönelik açıklamalardan kaçındık.

Burada şunu da dikkatlerimizden kaçırmamamız gerekmektedir ki aşağıda vereceğimiz Kur'an ayetlerinden de anlaşılacağı üzere yaratıcı insanı psikolojik anlamda zaten eksik yarattığını bildirmekle aslında bunun böyle olmasını da bir anlamda istemiştir.

“...İnsan zayıf yaratılmıştır (en-Nisâ, 28)”, “Allâh sizi önce zayıf olarak yarattı, zayıflığın ardından size kuvvet verdi, kuvvetin ardından da tekrar bir zayıflık ve ihtiyarlık verdi... (er-Rûm, 54)”, “...Nefsler kıskançlığa meyilli olarak yaratılmışlardır... (en-Nisâ, 128)”, “De ki Eğer Rabbimin rahmet hazînelerine siz sâhip olsaydınız, o zaman (dahî) harcamak(la tükenir) korkusuyla cimrilik ederdiniz. Zaten insan çok cimridir (el-İsrâ, 100)”, “...Sizi bir imtihan olarak şerle de hayırla da deneriz... (el-Enbiyâ, 35)”, “Şüphesiz ki insan Rabbine karşı pek nankördür. Elbette buna kendisi de şahittir (el-Âdiyât, 6-7)”, “İnsan, aceleci (bir tabiatta) yaratılmıştır... (el-Enbiyâ, 37)”, “İnsan, hayrı istediği kadar şerri de ister. İnsan çok acelecidir! (el-İsrâ, 11)”, “Biz emaneti, göklere, yere ve dağlara teklif ettik de onlar, bunu yüklenmekten çekindiler, (mes’ûliyetinden) korktular. Onu insan yüklendi. Doğrusu o, çok zâlim (ve) çok câhildir (el-Ahzâb, 72)”, “Hani, Rabbin meleklerle, Ben yeryüzünde bir halife yaratacağım demişti. Onlar, Orada bozgunculuk yapacak, kan dökecek birini mi yaratacaksın? Oysa biz sana hamdederek daima seni tesbih ve takdis ediyoruz demişler, Allah da, Ben sizin bilmediğinizi bilirim demişti ( Bakara, 30).”

Bu anlama gelen ayetlerde insan zaafiyetleri anlatılırken diğer taraftan da tin suresi 1., 2., 3, 4. Ayetlerde incir, zeytin, Sina dağı ve Emin belde (Mekke şehrine) yemin ifadelerinden sonra insanın en güzel şekilde yaratıldığı ancak sonraki gelen 5. Ayette ise “sonra onu aşağıların aşağısına geçirdik” ifadesi yer almaktadır. Sonraki gelen 6, 7 ve 8. Ayette ise istisnaları içeren kesimden haber verilmiş; “iman eden, iyi işler yapan, hakkı tavsiye eden ve nihayetinde sabrı tavsiye eden” kişiler hariç tutulmuştur. Bu sure, Diyanet mealleri de dâhil, bilinen tüm mealler araştırıldığında aynı anlama gelen ifadelerle tercüme edildiği görülmektedir.

“Onun şeklini tamamladığım ve ona ruhumdan üflediğim vakit siz de hemen onun için secdeye kapanın (Hicr, 29).” Ayetinden de anlaşılacağı üzere insanda tanrılık vasfının da var olduğu ortaya çıkmaktadır. Şu durumda narsisizmin rastgele bir hastalık değil bilakis tanrının insana verdiği bir özellik olduğu anlaşılmaktadır.

Bu açıklamalardan anlayabildiğimiz kadarıyla Tanrı, insanın nasıl bir varlık olmasını istiyorsa, öylece yaratmıştır. Yani insanın, içinde her türlü potansiyeli barındıran fiziksel bir varlık olduğunu kabul etmemiz gerekmektedir. Şu durumda insan psikolojini tam olarak anlayabilmek için sanırım öncelikle Tanrı'nın psikolojini anlamamız daha isabetli olacaktır. Hatta buna dair “Kutsal Kitaplar Bağlamında Tanrının Psikolojisi” başlıklı bir çalışma yapılması medeniyetlerin teşekkül süreçlerinin anlaşılması için uygundur. Çünkü: “Hırsızlık yapan erkek ve kadının ellerini kesiniz (Maide, 5/38)”, “Yûsuf, onlar için yüklerini hazırlattığı zaman (saraya ait bir) su kabının kardeşinin yükü içine konmasını sağladı! Sonra arkadan seslenen biri, "Ey kabile! Siz mutlaka hırsızsiniz!" diye bağırdı. (Yusuf, 12/70)”, “Kitaptan bir bilgisi olan ise, Ben onu sen göz açıp kapayıncaya kadar getiririm diye cevap verdi. Süleyman, tahtı yanı başına yerleşmiş olarak görünce şöyle dedi: Bu, şükür mü yoksa nankörlük mü edeceğim diye beni sınavan rabbimin bir lutfudur. Şükreden ancak kendisi için şükretmiş olur, nankörlük edene gelince, o bilsin ki rabbimin hiçbir şeye ihtiyacı yoktur, kerem sahibidir (Neml, 27/40)”, “(Bir yemini vardı.) Eline bir demet bitki sapı alıp onunla vur ve böylece yeminini yerine getirmiş ol (dedik). Gerçekten biz onu sıkıntılara dayanıklı bulduk. O ne güzel bir kuldu! Yönü hep Allah’a dönüktü. (Sad, 38/44), “Kişisel arzularına göre de konuşmamaktadır.O, kendisine indirilmiş vahiyden başka bir şey değildir(Necm, 53/3,4)”. Benzer şekilde ayetler araştırıldığında örnekleri çoğaltmak mümkündür. Örnekleri verilen ayetlerden doğrudan ya da dolaylı olarak anlaşılacağı üzere yukarıda bahsini ettiğimiz “Tanrının Psikolojisi” konulu bir çalışmanın gerekliliği üzerinde durulmalıdır.

Buraya kadarki açıklamalarımızdan sonra insanın affetme kapasitesiyle ilgili Gartner'ın makalesine dönecek olursak:

Klein'in açıklamalardan hatırlayacağımız üzere, bu bilişsel çarpıtmaya bizim ödemiş olduğumuz bedel, kendi yaratmış olduğumuz bir şeytan tarafından daima zulmedilmiş olma deneyimidir. Burada meydana gelen hadise kendi paranoyamızın bedelidir. Affetmeme konusunu ciddi şekilde ele alan tek yazar olan Hunter bu durumu şöyle açıklamaktadır; “Bir bireydeki affetme kapasitesinin gelişimi onun

paranoyak kaygı ve intikam korkusuyla yani tam zıt kutbuyla olan ilişkisiyle değerlendirilmelidir.”

Özellikle borderline hastayla çalışan psikologlar kolay bir şekilde bu kuramın o hastalara uygulanabileceğini görecektir. Borderline’lar başka kişileri sürekli hatalı şekilde, kahramanca kendileri için çalışan kişileriye kendilerine zulmeden, onların canını sıkan kişiler olarak algılamaktadırlar. Bununla birlikte başlangıçta, kendilerine yardım edenleri idealize ederler, fakat birkaç hoşnutsuzluk durumunda onları, yaşamlarındaki tüm kötü şeylerden ve negatif duygulardan sorumlu, zulmeden birer şeytan olarak deneyimler.

Peki, affedememek daima yarılma dediğimiz şeyin tezahürü müdür? Bunun en çarpıcı örneği, Holokost deneyimini yaşayıp kurtulan ama kendini affetmeyenlerdir. Bu durum karakter patolojisinde, kendilerini kurban olarak suçlayanların en kötü örneği olarak açığa çıkar. Hatta bu, öfkelenmiş olmanın ta kendisi olarak da varsayılabilir. Bununla birlikte, kurbanları damgalamaksızın bu fenomenin Klein’da hazır bir açıklamasını buluruz. Klein, paranoid-şizoid pozisyonun ötesine geçen bireylerde bile ilkel savunmaların psikolojik yapının bir parçası olarak kaldığını ve özellikle gerileme anlarında yeniden aktif olduklarını iddia eder. Bazı kişilerin özellikle bu ilkel savunma işlevlerinin olduğu düzeydeki saplantılarıyla ilgili açıklama Klein ve Kurnberg’e göre şöyledir; “Engellenme, suistimal ve yapısal faktörler, agresyonla ilgili hislerin çok daha güçlü bir şekilde duyumsanmasına neden olmaktadır. Böylece onlar pozitif duygularla bunları birleştirememekte ve yarılma daima kalmaktadır.” Böylece, “katastrofik (Çok kötü bir olay, felaket etkisi yaratan anlamındadır. Bir olayı kötü yorumlama)” bir kötü muamele deneyimi yaşayanların yaşamlarının daha sonraki evrelerinde çok güçlü saldırgan dürtüleri sürekli harekete geçirmesi ve bunların yeniden aktif olması mantıksal bir düzleme oturmaktadır. Burada şu soruyu kesinlikle es geçmemiz mümkün değildir. İntikam duygularını Almanlara göstermeleri gerekmekte iken Neden Nazi Almanya’sında işkence gören Yahudiler oradan çıkıp İsrail devletini kurduktan sonra Filistinlilere ve Lübnanlılara işkence ve zulüm etmekte zerre tereddüt göstermemişlerdir? İşte burada Gartner, saldırma dürtülerinin hedef gözetmeksizin bulabildiği her ortamda anlaşılması gerektiğini açıklamıştır. Tuhaf ve

anlaşılamaz olan ise güç dediğimiz unsur ellerine geçtiğinde sadece bulundukları bölgeyle sınırlı kalmış olmalıdır. Hepimizin elbet bir kırılma noktası vardır.

Bununla birlikte, soykırımdaki uzak akrabalarını kaybeden biri olarak (Gartner, 1988); belki de en iyisi olan” Shoa” filminin gösterdiği gibi, bu trajedinin gerçeği hakkında en korkutucu olanı, Nazi işbirlikçilerinin çoğunluğunun şeytanlar olmamasıydı. Onlar insandı, özellikle kültürel bir çıldırma esnasında kendilerini banal bir kötülük dürtüsüne teslim ettiler ve bu kötülük dürtüsü de aslında bizim içimizden gelir.

Bu nasıl bir psikolojidir ki dokunmak istemeyeceği insanı, zayıf özelliğini ön plana çıkararak suçlama eğilimi gösterilmeyecek! Yani kılıfa büründürme eğilimi sergilemek bu olsa gerektir. Olayları objektif kriterlerle, iyi bir mantık süzgecinden geçirerek değerlendirmek gerekir.

Her yıl 24 Nisan geldiğinde ülke olarak dış dünyada adı sanı duyulmamış, ülkelerin ermeni soy kırımı adı altında siyasi nedenler, İslam düşmanlığı veya korkusu, Osmanlı İmparatorluğu’nun bir devamı olmamızdan vs sebeplerden meclislerinde kararlar aldıklarına içimiz burkularak tanıklık etmekteyiz (Özalp, 2015). Ermeni vatandaşlarının Osmanlı Devleti içerisinde “Tebaa-i sadıka” olarak kabul edildiklerini ve vezirlik makamına kadar getirildiklerini biliyoruz (Yaşar, 2017). Kaldı ki bu kararları alan ülkelerin de bu olayların böyle olmadığını bildiklerinden eminiz. O zaman sosyal psikoloji olarak değerlendirmek yerine bu tür olayları lobi faaliyetleri veya güç dengeleri üzerinden değerlendirmek çok daha isabetli olacaktır. Çünkü gerçeklerin er ya da geç gün yüzüne çıkmak gibi bir huyuları vardır.

Yunan halkıyla yakın tarihte yaşadığımız gerek Kurtuluş Savaşı’nda gerekse Kıbrıs Barış Harekatı’nda meydana gelen düşmanlık, hali hazırda devam eden bir süreç olmakla beraber halklar arasında affedememe gibi bir durum söz konusu değildir (Sandıklı ve Kaya, 2012).

Bu “affedememe” problemiyle yakından ilişkili olan başka şey de, bizim “gelişmemiş affetme” dediğimiz şeydir. Hunter’ın ifade ettiği gibi, affetme kelimesi bazen, şaşırtan ve irite eden bir erdemle gözükür olmasına rağmen çok yapmacık ve küstahça olabilir. Bu affetme narsisist bir kişilik sonucu olabildiği gibi diğer taraftan “Bedevîler İman ettik dediler. De ki: İman etmediniz. (Öyle ise, iman ettik demeyin.) Fakat boyun eğdik deyin. Henüz iman kalplerinize girmedi. Eğer Allah’a ve Peygamberine itaat ederseniz, yaptıklarınızdan hiçbir şeyi eksiltmez. Allah, çok bağışlayandır, çok merhamet edendir.(Hucurat, 14)” ayette geçen İman etmediniz korkunuzdan dolayı teslim oldunuz, korkmasaydınız teslim de olmayacaktınız ifadesinde yerini bulmuş bir düşünce şeklini de ifade etmektedir. Dindar camiadan olan kişiler şüphesiz ki bu sahte duyguya aşınadır (Gartner, 1988).

Açıklama çok nettir çünkü din dili başlangıçta yatıştırdığı için yarılma dediğimiz süreci ifade etmek için kullanılır. Böylece yarılmanın özü korunmuş olmaktadır. Affeden hep iyi, affedilen hep kötüdür. Doğrusu, affedenin affetme eylemi affeden kişinin ahlaki üstünlüğünün pekiştirilmesine hizmet etmektedir.

Bu tür bir affetme genellikle tepki oluşumunun açık örneklerini ortaya koyar. İnanan kişi, tanrının kendi nefret hislerini iyileştirdiğini ve yerine yeni sevmeye hislerini koyduğunu iddia edecektir (Gartner, 1988). Yazarımız burada aslında dindarlık psikolojinin temelinde affetme kavramını açıklarken bunun tanrısal bir kavram olarak genlere kodlanmış ham bir duygu olarak yer aldığını ifade etmiş, kendini bu duygunun dışında tutarak dindarların durumuna açıklık getirmiştir. Dikkat edilmelidir ki nefret hisleri ilave sevgi hisleriyle bütünleştirilmemiş, sadece yer değiştirmiştir. Bu tam manasıyla kitaplardaki tepki oluşumunun tanımıdır.

Bununla birlikte, düşmanlık ve kin ortadan kalkmamıştır. O ifadesini verilmiş olan affediciliğin müdahil üstün duasında bulur. Sıklıkla affedilen kişi, barıştırılma, anlaşılma, kabul edilme hissinden ziyade aşağılandığını hisseder. Nitekim ilk günah meselesinde Hristiyan âlemi somut düşünceden dolayı Tanrı oğlu İsa’yı Âdemin işlediği günaha bedel olarak kurban göndermiştir. Daha da ötesi doğan her çocuğu asli günahla dünyaya geldiğini eğer vaftiz edilmezlerse ebediyen günahkâr kalacakları inancıyla yaşamakta ve tanrıya karşı mahcubiyet duygularından vaftiz yoluyla kurtulabileceklerine inanmaktadırlar. Kur’an’da Saffat Suresi 103 ve 104. ayetlerde Hz İsmail’in, Kutsal Kitap tekvin 22/1,2 de Hz. İshak’ın kurban olayından

bahseder. Şu durumda üç büyük dinin içeriğinde bir şekliyle gerçekleşmemiş olmakla birlikte Hz İsa hariç İnsan kurban edilmesi olayı geçmektedir.

Bu duygusal arınmayı İslami açıdan Hz Âdem'in cennetten çıkarılmakla cezalandırıldığı akabinde tövbe edip pişmanlık duymasıyla affedildiğini yine Kur'an'dan haber almaktayız (Bakara, 37). Bir taraftan affedilen kişi, affedenin olumsuz yansıtımalarının hedefi olarak kirletilmiştir. Diğer taraftan da affedilmiş ancak bu lanet bir affetmedir. Gerçekte bir affetmeden çok bir cezalandırmadır.

Tipik olarak bu tür affetme eylemleri, paranoyak sistem olarak nitelendirilebilecek olan çok sıkı örülmüş dini kültürler tarafından onaylanır. Dışarda kalan ve inanmayan kişiler olumsuz yansıtımaların hedefi olur ve zalim nesneler olarak deneyimlenir. Onlar, tanrının nefret edilen çocukları, çökmüş, çürümüş topluluk, şeytanın köleleri şeklinde tecrübe edilir. Böylece bir kez daha bölme, paranoya ve affetmeme el ele gider. Yahudi inancına göre üstün ırk söylemini bu tür bir affetmenin uzantısı olarak nitelendirmemiz çok da yanlış olmayacaktır.

Buraya kadar ki dinlerde paranoid affetme aslında dinlerin gerçek anlamda tezahürünü istediği bir affetme şekli olmayıp ezelde kodlanmış af yetisinin tecrübi boyutuyla elde edilecek senteziyle tekâmül süreci dediğimiz insanın gelişim evresinde evrensel değerler düzeyinde bir affetmeye doğru evrilmesi hedeflenmektedir.

Affetme yetisini aydınlatmakla birlikte bir kişi bunu nasıl başarabilir? Bu sorunu cevabını Gartner, Psikoloji ve teolojinin o geniş açısından baktığımızda bunun tek bir cevabı vardır, affedilmiş olma deneyimi aracılığına bağlamaktadır.

Elbette ki kişilerin tanrı tarafından affedilmeye olan ihtiyacı, kutsal metnin kendisi kadar Yahudi, Hristiyan ve Müslüman geleneğinin en önemli parçasıdır. Bununla birlikte, benliğin dışı tarafından affedilmeye olan ihtiyaç, teolojik dogmanın kendisinden daha önemlidir. Bu aynı zamanda psikolojik bir zorunluluktur.

Tillich, başka biri olmaksızın boşlukta kendi kendini kabul etmenin mantıksal olarak mümkün olmadığını iddia etmiştir. Bir kişi aynı anda günahların silinmesini isteyemez ve günahların silinmesini garanti eden ahlaki bir otoriteye de sahip olamaz. Bu durum kendinden özür dileyen bir suçlunun haline benzer (Gartner, 1988).

Gartner'a göre kişinin kendini affetmesi söz konusu değildir. Kişinin kendini affetmesini kendi yanlışları içinde kaybolması anlamına gelebileceğini ifade etmektedir. Asıl affetmenin sosyal ilişkiler sonucu gelişeceğine inanır.

Şuandaki tartışmamızın merkezi gelişimsel bir anlayıştır. Bu gelişimsel anlayış ise bize nesne ilişkisi kuramı sunmaktadır. Şöyle ki, tüm benlik tasavvurları ilişki deneyimi aracılığıyla şekillenir. Bu benlik, bizim kim olduğumuzu keşfettiğimiz ikili bir matriste ortaya çıkar. Bu geleneğe göre, bir boşlukta kendini affetme, dindar için teolojik olarak mümkün olmadığı kadar psikolojik anlamda da mümkün değildir.

Tartışmamızın mantığıyla tutarlı olarak kendini affetme, iyi ve kötü benlik tasavvurlarının birleşimini, benzer şekilde başkalarını affetme de iyi ve kötü nesne tasavvurlarının birleşimini içine almalıdır görüşünü savunan Gartner, Dinsel ve terapik sürecin doğasının bu birleştirmeye birlikte hızlanacağını iddia etmektedir.

John Gartner'a göre bu terapik eylemin örnekleme İsa'nın yapmış olduğundan daha iyi bir şekilde bulunamaz. İsa kendi toplumunda şok etkisi yaratan radikal iki çok önemli müdahalede bulunmuştur. O, agresif bir şekilde kendi zamanındaki dinsel hiyerarşi içinde, haklı olduklarını iddia eden Farisilerin iki yüzlülüğüne karşı koymuştur. Hemen arkasından fahişede, vergi toplayanda ve günahkârda tüm standartların onları mahrum görmesine rağmen bir değer bulmuştur. Çok iyi bir aile terapisti gibi Antik İsrail'deki bölünmeye ön cepheden saldırmıştır. Kendi yaptığı şeyin özetlenmesini istediğinde, büyük evanjelist John Wesley yalın bir şekilde şunu söylemiştir: "Mağdur olana huzur vermek ve huzur verene de dokunmak." Manevi danışman, farkındalığından kaçmış bölünmelerde de dâhil olmak üzere, kendisine danışmak için gelen kişiyi benlik tasavvuru konusunda iyi veya kötü bilinçlendirmelidir.

Bu bilinçlendirmenin danışılan ve danışan açısından değerlendirmekte fayda vardır. Hiç bir şey konuşmadan sadece dinleyip sorduğu sorulara verdiği cevaplardan yola çıkarak bilinçlendirmesi nasıl mümkün olacaktır sorusunu akla getirmektedir ki buna verilebilecek cevap, evrensel değerlerin hatırlatılması yani bir yönlendirmeden bahsetmemiz isabetli olacaktır. Bunu din ortaya koyduğu ilahi değerlerle zaten yapmaktadır.

Bir psikoterapist olarak bizim rolümüz de aynı işlevi gerçekleştirmektir. Bu durum, dramatik olarak çok canlı bir şekilde bölünmeyi sergileyen borderline hastaların tedavisinde kendisini ortaya koyar. Tedavinin başlangıç evresinde kaçınılmaz olarak hastanın yansıtmalarıyla aktif bir şekilde karşı karşıya kalma vardır. Hasta terapistini mahrum etmekle, küçük düşürmekle, zulmetmekle suçlar. Daha çok borderline hastalığı olan kadınlarda bu daha çok gözlenir ve terapistin verdiği tepki onunkinin tam tersidir. Terapist, hastanın kendisine saldırgan ve yıkıcı bir biçimde davrandığını görmesine yardımcı olur. Şöyle hayal kurabilirsiniz; İsa Farisilerle karşı karşıya kaldığında nasıl kıvılcımlar havada uçtuysa hastayla terapist karşılaşmasında da aynısı olacaktır. Bununla birlikte, terapinin ikinci evresinde, az çok yine dramatiktir, daha az önemsiz değildir çünkü hastanın kademeli olarak farkındalığı vardır. Gerçekten hasta, birinci sınıf aşağılık gibi davranmış olmasına rağmen terapist ondan asla vazgeçmemiştir. Hala seanslara gelmeye devam etmiş, iç ve dış dünyasına eşlik etmiş, daha da önemlisi ona olan sempatisini kaybetmemiştir( Gartner, 1988).

Burada Hz. Peygamber'in Taif dönüşü uğradığı taşlama hadisesi karşısındaki tutumu da buna güzel bir örnektir. Hz. Âişe daha sonra Rasulullah efendimize, "hayatında Uhud Gazvesi'nden daha zor bir gün yaşayıp yaşamadığını sorduğunda, o şöyle demişti: Tâif dönüşünde bir ara başımı yukarı kaldırdım, beni gölgelendiren bir bulutun içinde Cebrâil'i gördüm. Cebrâil istediğim takdirde Mekkeliler'i helâk edecek meleğin emrime verileceğini söyledi, melek de yanıma geldi. Bunun üzerine ben hayır dedim. Ben, Allah'ın bu müşriklerin soyundan yalnız O'na kulluk eden ve kendisine hiçbir şeyi ortak koşmayan kimseler meydana getirmesini arzu ederim (Buhârî, Bed'ü'l-halk, 7; Müslim, Cihâd, 111)". Yukarıda verilen İsa örneğinde ve bu örnekteki durum sosyal psikoloji açısından çok uzun vadeli ileriye yönelik bir yatırım gibi görünmektedir. Nitekim Hz. İsa Örneğinde yüzyıllar sonran Hz Peygamber örneğinde kısa sayılabilecek bir zaman dilimde başarı gelmiştir.

Bu bir affetmedir. Gerçekten de bu saldırgan hasta affetmeye ihtiyaç duyuyordu Terapistin bu davranışı, hastanın iyi-güzel benlik tasavvurlarına zarar vermeksizin negatif benlik tasavvurlarını yeniden içselleştirmesine yardımcı olmuştur. "Ben aşağılıktım ama Dr. Gartner ne olursa olsun beni sevdi. Bana ümit verdi." Ben bu sevgiyle ilgili ifadenin formlarını çok kez ondan işittim. Bu artık

bölme eyleminin gereksiz olduğu anlamına gelir. Artık bu güvenli bir şekilde bir kişinin gerçekte ne olduğunu kabul etmesinin nihai yoludur.

Bir anlamda bu, hasta ve terapist arasındaki samimi bakım ilişkisinin düzeltici duygusal deneyimi sağlar düşüncesine benzemektedir.( Alexander and French, 1946) Bu teori, ki büyük bir kısmını Kernberg onaylamamaktadır, yorumun gücü, yüz yüze gelme ve limit koyma yerine sıcaklık ve ilginin önemini vurgulamaktadır. Ben Kernberg'in terapistin ılımlılığının önemini ve borderline hastaların iyileşmesiyle ortaya çıkan sonucu çok ciddiye almadığını düşünüyorum. Ve ben Buie ve Adler ile borderline hastayı sevmenin tedavinin bir parçası olduğu konusunda aynı düşüncedeyim. Akabinde, Kernberg'in eleştirmiş olduğu şey şu gerçekliği kabul etme noktasında yanılığa düşmektedir; Sırası gelmişken Kernberg'in eleştirileri borderline hastanın saldırganlığına cevap vermeksizin ve kendini çekmeksizin (Kendini olayın dışına almadan) içselleştirme ve onları tölere etme düzeltici deneyim ve sevgi eyleminin önemini anlama konusunda başarısızlığa düştüğünü göstermektedir. Yani Kernberg bu durumu bir anlamda gözden kaçırmıştır. Bu durumu gözden kaçırmak olarak görmek yerine aslında kendini korumaya alma olarak bakmak daha yerinde olacaktır. Çünkü borderline hastalara yaklaşımda tek başına affetme yeterli olmamaktadır. Affetmeyle birlikte borderline hastayı bir psikolog için en tehlikelisi olan Gartner'ın sevgi anlamında bağlanma duygusu gerçekleşmeden hastaya ulaşmanın başka bir yolunun olmadığı düşüncesinden hareketle kendini korumaya almıştır. Bu tür hastalarda eğer gerçekten tedaviye yönelik bir adanmışlık söz konusu ise hasta açısından bağlanma da kaçınılmazdır. Waldinger ve Gunderson'un yazdığı gibi:

Kernberg'in tedavi anlayışı çok klasiktir ve düzeltici deneyimlerle ilgilenmemekle beraber aslında o da hastanın terapist tarafından kucaklanmasının, tutulmasının önemini yazmıştır. Yani kabul etmektedir. Tabi bu noktada terapist buna hazır mıdır? Özellikle yoğun ikircikli ifadelerini tolere edilmesi gerektiğini o da yazdı. Çünkü bu ciddi anlamda fedakârlık ve adanmışlık gerektiren bir durumdur. Hasta yıkıcı saldırıları karşısında terapistin karşılık vermemesini ve sükûnetini görünce kendi yıkıcı dürtülerinin kontrol edilmesi noktasında tam bir sükûnete ulaşmakta ve onun bütünleştirici ego fonksiyonu güçlenmektedir. Yani yıkıcı dürtülerim demek ki o kadar da etkili değilmiş diyor. Burada vicdani unsurların

devreye girdiğini söyleyebiliriz. Aslında iyileşeceğine dair kendine güveni ortaya çıkmaktadır. Veya terapistine gerçekten haksızlık yaptığına, hayatı boyunca karşılaştığı herkesin zarar verici olduğuna ve cezayı hak ettiğine olan inancının doğru bir yargılama olmadığına karar vermesine sebep olacaktır. Dünyada hala yaşanılabilir insanların olduğu inancı uysallaşma sürecini de kendiliğinden başlatacaktır.

Eğer bu bağlanma ya da iyi insanlar inancı bir kişi üzerine özdeşleştiyse bu durumda o iyi insanın hayatından ölüm yahut başka bir sebeple çıkması sonucu hasta ilk içinde bulunduğu duruma fazlasıyla geri dönme eğiliminde olacaktır.

Terapik ilişkide, saldırı ve nefrete katlanabilme yetisi bize “ya hasta ya da terapist tamamıyla kötüdür” düşüncesine canlı bir karşı çıkmayı gösterir. Bu kararsızlık gerçekliğini affedebilme yetisi haline getirmenin çok canlı bir tanıklığıdır.

Tanrının affetmesi de benzer şekilde işlemektedir. Günahımız ne kadar çok olursa olsun, o bizi sevmek, bizde iyilik bulma ve yeni ortaya çıkmış bu ruh halimize karşı yıkıcı güçlerimizin ve davranışlarımızın üstün gelemeyeceği noktada bize garanti verme yetisine sahiptir (Gartner, 1988). Tanrı insana yaşadıkları veya kendine karşı işlediği suçlar nedeniyle daima tövbe kapılarının açık olduğunu, suçluluk duygusuyla yaşamak yerine tövbe ederek yaratılış gayesi olan kulluğuna dönmesi gerektiğini ifade etmiştir. Bu durum yaratılanların emanet olan vücutlarına her ne sebepten olursa olsun zarar verilmemesi gerektiğini ifade eder ki Kur'an'da bu durum:

“Allah yolunda harcama yapın; kendi ellerinizle kendinizi tehlikeye atmayın. İyilik edin, kuşkusuz Allah iyilik edenleri sever (Bakara, 195)”. Kişi tanrısal bir olan özde iyiliği bulmak keşfetmek sebeplere sarılarak ruh halini korunmasının zorunluluğu nedeniyle Yaratıcı tarafından aslında bize emanet olarak verilmiş olan bu bedenimizin ve ruh sağlığımızın korunmasını zorunlu hale getirmektedir.

Affetmenin nihai anlamda başardığı şey bölme ve yansıtma ihtiyacını elimine ederek ve ortadan kaldırarak bize kendimizi geri vermesidir. Psikoterapinin itiraf eylemi üzerine kurulu olduğunu iddia eden Jung şunları yazmıştır: Yani Psikoterapi Kilisede günah çıkartma eylemi üzerine kurulu olduğunun farklı bir söylemi olarak düşünmüş Kişi kendini rahat huzurlu arınmış bir ruh haline gelebilmesi için itirafta

bulunarak aslında vicdani yönden de rahatlaması üzerinden günah baskısının kalkmasına sebep olmaktadır. Bizde eksik olan da ne yazık ki tam da bu durum. Dinimizi yeterince bilemediğimizden dolayı Allah’a samimi bir tövbenin her ne kadar affedileceğine inansak da ne yazık ki somut bir geriye dönüşü söz konusu olamadığından ve somut temelinden bir türlü kurtulamadığımızdan olsa gerek ruhumuzun arınması ve kendimizi bulmada sorunlar yaşanmaktadır.

Jung, kendi dünyasını tarif ederken der ki, ben her şeyimle benim. İyi yönümle de kötü yönümle de beni ben yapan değerimdir ve benimdir bana aittir. Kendimle barıştım. Gölgeğin varlığını reddederek ben nasıl bir kişiliğe sahip olabilirim? Eğer ben bir bütün olacaksam; Aynı şekilde ben karanlık bir yöne de sahip olmalıyım. Bunu kabul etmem bana başkaları gibi bir insan olduğum gerçeğini hatırlatır.

Gartner, affetmeyi deneyime bağladığı için “affedilme deneyimini yaşamış olmakla sen de başkalarını aynı ruhla ve cömertlikle affedersin. Daha da önemlisi yansıtma ve bölme ihtiyacını duymadan sana zulmeden, seninle uğraşan şeytanlara bile aldırış etmeden onu cömertçe affedersin. Hatta bırak içinde şeytan ve kötülük aramayı bir kişi tüm dünyaya karşı dostça bir ilişki kurar, yeryüzündeki tüm insanları, iyi – kötü, güzel - çirkin, karanlık - aydınlık yönleri olan bir varlık olması gerektiğine inandığın ve olması gerekenin bu olduğunu düşündüğün için hiç irdilemeden ve zerre tereddüt etmeden affedersin.” ifadesine yer vermiştir.

Gartner’ın bu açılımı İslami gelenekte “yaratılanı yaratandan ötürü hoş görme(Yunus Emre), Hz Peygamber’in, Yahudi cenazesi geçerken ayağa kalktığında etrafındakiler “Ya Rasulullah o bir Yahudi’dir!” sözüne karşı “Olsun insandır.” cevabında ifadesini bulmuştur.

### **3.5. GARTNER’IN VAKA ÖRNEĞİ ÖZETİ**

John Gartner’ın makalesinden yola çıkarak temelleri oluşturulmuş bu kuramı Yine O’nun makalesinde yer verdiği ve temel ilkeleri öğreten bir vaka örneğinin özetine yer verelim.

*Hiç düşünmeden tedavi etmiş olduğum en zor hasta 28 yaşındaki bekâr bir kadın olan L.L idi. Yaklaşık 155 cm boyunda, erkeksi pürüzlü saçlı ve aşırı kiloluydu. Ona ilişkin en dikkat çekici şey doğrudan sana bakmasıydı.*

*Onunla ilk buluştuğumda kızgın bir şekilde bana baktı ve konuşmayı reddetti. Nihayetinde ifadesiz donuk bir ses ile “Kendimi öldüreceğim. Ama tek bir soru var: Ne zaman?” dedi.*

*Hastanın kendini sakatlama, hastaneye yatma ve intihar etme konusunda çok uzun bir geçmişi var. O karın ve genital bölgelerini 20 defa sigarayla yaktıktan sonra hastanede BKB tedavisi için yaklaşık iki yılı aşkın süredir hastanede tutuluyordu. Bu eylemi de terapisti tatile çıktığı gün gerçekleştirmiş.*

*Hasta birimde her gün aynı sandalyeye oturuyordu (intihar meyilli olmasından dolayı o karantinada tutuluyordu) ve yürüme cesareti gösteren herhangi birine ters ters bakıyordu. Ben mecburen durmam gereken anlar dışında o birimden uzak duruyordum.*

*Hasta kendisini 5 yaşından itibaren yaralamaya başlamış; ellerine ve parmaklarına çekiçle vuruyor, hareket halindeki arabanın camından atlamaya çalışıyormuş. Her iki ebeveyni de sürekli yüksek sesle kavga eden ve acımasızca tartışan alkolik bireylermiş. Hasta ve ikiz erkek kardeşi kavgadan aşırı şekilde korktukları zaman dolaba saklanırlarmış. Bu tartışmalar boyunca babası annesini döver, sonra anneyi hastaneye gönderirmiş. Bununla birlikte, baba oldukça zengin bir avukat olmasından dolayı yaşanan her şey aile gizi olarak kalırmış.*

*Babası 21 yaşındayken hukuk fakültesinden birincilikle mezun olmuş. Anne hem sözel hem de fiziksel anlamda hastaya karşı istismarda bulunuyormuş, hatta bir defasında başını tuvalete sokup “Ölmeni istiyorum!” diye bağırdığı da olmuş. Hasta 8 yaşına geldiğinde babası da cinsel açıdan istismarda bulunmaya başlamış, onu oral sekse ve cinsel ilişkiye zorlamış. Bunlara rağmen, babasının ona “Prenses” dediği, pahalı hediyeler aldığı(Örneğin 1500 dolarlık oyuncak hayvanlar) onun için lüks otellerde doğum partileri düzenlediği için çocuğun benimsediği ebeveyn babaydı. Hasta 12 yaşına geldiği zaman baba hastayla tartışırken kalp krizi geçirmiş. Annesinin alkol bağımlılığı da kötüye gidiyormuş. Üstelik çocuklarını dövmeye devam ediyor evi de terk etmiyormuş. Hasta 16 yaşına geldiği zaman, fiziksel*

olarak anneden öç alma girişimlerinde bulunmuş, bir defasında annesini merdivenden aşağı itmiş.

Çocukluk ve ergenlik dönemi boyunca hasta, ciddi bir şekilde geriye çekilmiş ve depresif bir konumdaymış. Onun tek arkadaşı büyük bir çoban köpeğiymiş. 18 yaşına geldiği zaman birçok psikoterapiden geçmiş, bir tanesi ülkenin en önemli psikofarmakolojisti olmakla birlikte çeşitli doktorlarca tedavi edilmiş ancak hiçbirisine cevap vermemiş. Hasta 18 yaşına geldiğinde anne, kendi doğum gününde kızının antidepresan ilaçlarını içerek intihar etmiş.

Ölümden sonra hastanın erkek kardeşi bulabildiği en iyi malikâneye yerleşmiş. Babanın ölümünden sonra ailenin servetinin büyük kısmını meslektaşından çaldığı ortaya çıkmış. Bunun üzerine hasta ve erkek kardeşi kiraladıkları bir daireye yerleşmiş. Ve hasta, kendi apartmanını bulmaya zorlanır hale gelmiş çünkü erkek kardeşi onun ilaçlarını alkolle birlikte alıyor ve onu dövüyormuş. Bununla birlikte hasta bundan sonraki on yılını profesyonel hasta olarak geçirmiş. Çalışmamış, okula gitmemiş ve sosyalleşmemiş. Başarısız bir şekilde ayakta tedavi gören bir hasta şeklinde sürekli olarak hastaneye gelip gitmiş, bu arada da intihar girişimlerinde bulunmuş.

Terapi onun için bir savaştı. Her bir seans onun sessiz bakışlarıyla başlıyordu.

“Bu sessizliğin neye dair?” diye sordum.

Cevap yok.

“Benim izlenimim şu ki senin sessizliğin bana ve tedaviye yapmış olduğun bir saldırıdır.”

Sessizlik.

“Yapmak istediğin bir şey var mı?”

“Evet” diye cevapladı.

“Yapmak istediğin nedir?”

“Herkesten nefret ediyorum.”

“Herkesin bir ben içerdiğini varsayıyorum.”(Ben yaşam boyunca çekilen acıyı temsil ediyorum. Herkesin içinde acı çeken bir tarafı var)

“Tüm yaşamım boyunca acı çektim, niçin sen olmayasın?”

“Niye ikimizden biri acı çekmesin?”

“Senin için çok kolay, tuzu kuru çocuk! Ivy Leauge Hospital’da doktorluğa başladıktan sonra büyük bir vuruş yaptığını düşünüyorsun. 16 yaşında küçük bir domuzcuk gibi görünmen ne kadar kötü. İddiaya girerim ki hastaların sen koridorda yürürken sana güldüğünü ve hasta bakıcıların senin züppe olduğunu düşündüğünü bilmiyorsun.”

“Kullandığın sözcükler bana işiyor gibi.”

Gözlerini kısıtı ve bana baktı. “Ne hakkında fantezi kurduğunu biliyorsun. Boğazıma bıçağı sokmak ve ölünceye kadar senin üzerini kanımla bulamak. Lanet herif!”

Asla kendimi yenilmiş olarak hissetmedim. Her bir etkileşimimiz, yukarıda anlatıldığı gibiydi. Hasta sürekli şikâyet ediyordu. Hemşireler de yakınıyor ve hastamın tedavisinin imkânsız olduğunu söylüyorlardı. Bununla birlikte ben bu nefret duvarına sızmaya kararlıyım.

“Sen ne olduğunu çok iyi biliyorsun.”

Hasta gözlerini kısıtı. “Ne?”

“Sen bir şehitsin. Başlangıçta emin değildim fakat sen tam bir şehitsin.”

(Hedef saptırıp odak noktasını başka bir yöne çekme eylemi)

“Ne kahrolası şeyden bahsediyorsun?”

“Vietnam’daki cinayetleri protesto etmek için kendini yakan Budist rahipleri biliyorsun. Sen de kendi ailenin yaşatmış olduğu zulme ve dehşete tepki olarak aynı davranışı yapıyorsun.”

“Evet, sen tam bir pisliksin!”

“Bana yaptığın saldırılar kendini şehit olarak düşünmenden gerçekleşiyor. Psikoterapini yıkmak da bu eylemin bir parçası.”

“Hastaya ismiyle hitap eden senin tedavinin bir parçası mı?”

Ciddi bir tavırla ayaklarımı vurdum, kurban olacak bir varlığın ritüelindeki gibi uygun adımlarla yürüdüm. “Bir ışık yak” diyerek, kendini ateşe veren rahiplere atıfta bulundum.

Ani bir şekilde kakhaha patlattı. “Bugüne kadar karşılaştığım en garip doktorsun.”

“Onların bana niçin güldüklerini tahmin edebiliyorum.”

“Asla sana gülmüyorlar. Sadece seni kazanabilmek için söyledim bunu.”

“Hala kazanamadın mı?”

“Hayır... Bilmiyorum... Aslında. Senden hoşlanıyorum.”

Doğrusu hasta, sadece benden hoşlandığını değil aynı zamanda âşık olduğunu da kabul etme noktasına geldi. O birimde çalışan diğer tüm görevlileri de karalıyordu. Onun değerlendirmesine göre herkes ondan nefret ediyordu, pek haksız da sayılmazdı. Çalışanlara yaptığı kötü muameleden dolayı hak ediyordu da. Bu nefretler bütünü, aslında annesinin ölümünden kaynaklanıyordu. Her seansta bir hasta, “Keşke annem hayatta olsaydı da o sürtüğü ben öldürebilseydim.” diyordu.

Hasta tarafından seviliyor olmak da çok tehlikelidir. Hasta benim hastanede attığım her adımı biliyor gibi görünüyordu. Onun seansı dışında yaptığım her şeyi büyük öfkeyle kısıkanıyordu. Aylarca her seans duvar gibi bir sessizlik başlıyordu, saldırılar vardı, kendini öldüreceğini yemin ediyordu ve ben bunları göğüslüyor ardından yorumluyordum. Genel olarak seanslar özürlerle ve bana olan duyguların deklare edilmesinden kaynaklı oluşan utançla sona eriyordu.

Kademeli bir şekilde bana karşı duyduğu sevgiden dolayı kendini engellenmiş ve aşağılanmış hissediyordu ve bunu da benim tarafımdan onu çıldırtmaya yönelik yapılan bir işkenceymiş gibi deneyimliyordu. Benim karşı koymam, onun provokasyonu şeklinde ilerleyen bu agresif gelgitler onun kırılma anını tehdit eden ve onun erotize edilmiş geçmişteki sadomazoşistik ilişkisini tekrar içeren bir savunma mekanizmasıydı.

Hastanın yukarıda yapmış olduğum dinamik yorumları sindirmesiyle birlikte onunla olan ilişkimiz daha stabil bir konuma ulaştı. Rolüm onun gerçek yaşam problemleriyle birlikte çalışırken artık bir kurtarıcı veya şeytandan ziyade yaşam koçuna dönüştü. Birimdeki memurlar, eş zamanlı olarak artık ondan daha çok hoşlandıklarını söylemeye başladılar. Tatildeyken hastayla onun baştan çıkartma girişimlerini tartıştık. Aynı zamanda onun hastaların başkan vekili olarak seçildiğini duyunca çok memnun oldum.

Sonraki günlerde onun başkan vekilliğinin düşürüldüğünü duyunca şaşırdım. Hemşireler hastanın açıklanamaz bir şekilde aniden intihar girişimlerinde bulunduğunu rapor etti ve yine o sınırlandırılmış odaya konulmasını istedi. Hasta ölen annesinin ismiyle kendisine seslendiğini bildirmiş.

Bu seansta, bu olayın kalıntısı çok hızlı bir şekilde ortaya çıktı. O gün annesinin doğum günü ve intiharının yıl dönümüydü. Hasta hakikaten psikotik bir durumdaydı.

“O sürtük hala beni öldürmeye çalışıyor. Beni mezara çekmeye çalışıyor. Defol git! Defol git!”

Hasta sakinleştirici ilaçlar kullanmaya başladı, haftalar geçtikçe de halüsinasyon ve ajitasyon yoğunluğu azaldı.

Sonraki hafta, hasta üzgün görünüyordu: “Hala seslendiğini hissediyorum. Ama artık daha yumuşak şekilde. Eğer istersem de duymamazlıktan gelebilirim.”

“Ancak ne yapmak istediğinden pek emin değilsin.”

“Bilmiyorum... Çok da önemli değil zaten.”

“Merak ediyorum... Anneni hala özleyor musun?”

Yüzü donuklaştı, ben de korkmaya başladım. Ne demiştim? Bana mı saldıracaktı? Yürüyecek miydi? Saatler gibi geçen birkaç dakikadan sonra, gözyaşlarına boğuldu. Ağlayışını ilk gördüğüm an bir buçuk yıl evvelidi. Sonraki birkaç hafta boyunca, ilk defa annesiyle ilgili olumlu şeyleri hatırlamaya başladı. İlk defa annesinin deneyimiyle ilgili bir empatisini açıklamaya başladı. Ve sesli bir şekilde annesinin alkolikliğinin onun yaptıklarına neden olup olmadığını sorgulamaya başladı, eğer alkol olmasaydı bunların hiçbir olmayabilirdi, dedi. Aynı zamanda kendisinin nasıl anne olacağını merak etmeye başladı, büyük ihtimalle de saldırgan bir anne olacağından ürktü.

Bu sefer hasta çok dikkat çekici bir şey yaptı. Neredeyse bir buçuk yıl o birimdeydi, hiçbir arkadaşı yoktu ve zamanının büyük bir kısmını oturduğu sandalyeden etrafa bakarak geçiriyordu. Beklenmedik bir anda genç kadın hastalarından birini kendisine arkadaş olarak seçmiş. Seçtiği kadın çok yüksek sesli, hiddetli ancak o birimdeki en dikkat çekici, güzel hastaydı. O ikisi hızlıca “kıkırdaşan kardeşler” diye bir takma ad kullanmaya başladılar. Sürekli birimdeki toplantıları sekteye uğratiyorlar ve bu alandaki kuralları kahkahalı iniş çıkışlarla darmadağın ediyorlardı. Bir müddet sonra ayrılmaz ikili haline geldiler, oradaki görevliler de onların coşkusunu nasıl ıslah edebiliriz diye düşünmeye başladılar. Sıklıkla ben de onlarla çarpışıyordum, onlar da hafif kırılarak “Merhaba Dr. Gartner!” diyorlardı ve müthiş kahkahalarıyla devam ediyorlardı.

Birkaç ay sonra, o hastaneyi terk edeceğimi bildirene kadar, aleni bir şekilde hastada ilerleme söz konusuydu. Tam da bu zamanda o bir gerileme yaşadı. Öyle gözüküyordu ki sanki hastaneye yeni geldiği ana döndü. Her şeyi negatif tutumlara dönüştürüyor, intihar sözü vermek dışında ağzını açmıyordu. Söylemiş veya yapmış olduğum hiçbir şey etkili olmamış gibiydi. Hastanedeki diğer personellerin de cesareti kırılmıştı. Artık benim işimin bitmesi haftalara vurunca, daha endişeli hale dönüştüm. Bir klinisyen olarak hiçbir vakit kendimi bu kadar ümitsiz hissetmemiştim.

Hastanedeki son haftamın bir gününde o, ofisimin önünde hoşça kal simgeli büyük bir resim tutarak duruyordu.

“Biraz geç olduğunu düşünüyordum” dedi. “Beni terk ettiğin için senden gerçekten de nefret ediyordum. İtiraf etmeliyim ki nasıl yapabileceğinizi anlamadım. Senin için kolay olabilir çünkü sen istediğin her şeyi yapabiliyorsun. Fakat bu beni yoklukta bırakıyor, sana zarar verme ve kendimi öldürme hissi uyandırıyor. Fakat benim için yaptıklarını unutamadım. Biliyorum ki(gülerek) bana çok fazla ve zor zamanlarını ayırdın. Gerçekten zor zamanlardı. Ama diğer personeller istemiş olmasına rağmen benden asla vazgeçmedin. Bence ikimizin birlikte yürümesi çok aptalca olacaktı ama... Seni affdebileceğimi düşündüm.”

Bu olaydan sonraki birkaç seansımız psikoterapimizin bitişi ve onun programlarını tartışmakla geçti. Ve samimi bir şekilde vedalaştık. Sonrası için hastanın zorlandığını duysam da başarılı şekilde rehabilitasyon merkezinden ayrılış ve ayakta tedavi edilen bir hastaya dönüşmüş.

Affetme ve bu tedavide onun rolü bir ürün ya da nesne ilişkilerine yönelik bir miras olarak anlaşılabilir. İnaniyorum ki bu vaka her ikisi için de doğrudur. Asla affetmeden söz etmeksizin hastanın terapistine ve anneye göstermiş olduğu bu ikili tutumu tolere etmem ilk kaçınılmaz adımdı. Eğer affetmeden bahsetseydim çok saçma olurdu ve terapinin de sonu olurdu. Büyük

*ihtimalle de başka bir intihar girişimiyle sonlanabilirdi. Hastanın affetme eylemi, hastanın aynı zaman diliminde aynı kişiye hem kızması hem minnettarlık duymasına yol açtığı için, hem gelişimi ortaya çıkarıyor hem de hastanın ilerleme fırsatı sunuyor. Şüphesiz ki, bu uçucu, anlık olan affetmenin ders olabilmesi ve stabil hale gelebilmesi için bunun sıkça hatırlanması, unutulmaması gerekmektedir. Aynı nedenden dolayı, affetme yetisinin ortaya çıkması hasta için daha önce annesine ve kendisine musallat olmuş bir şeytan gibi olan ikili ilişkileri içermeyen yeni gelişim olanaklarını ilan etmektedir.*



## SONUÇ VE ÖNERİLER

Çalışmamızda bu noktaya kadar ele aldığımız “affetme ve affetme kapasitesi”nin süreçlerini nesne ilişkisi bağlamında değerlendirmeye çalıştık. Vardığımız sonucun günümüz psikolojisinin ana sorunlarından bir tanesinin de, genç bir bilim olmasına rağmen kendi terminolojisini oluştururken yine kendi tabularını ve dogmalarını oluşturması olduğunu söylememiz yanlış olmayacaktır. Bu durumu İslam’ın gelişimsel süreciyle tıpkı sadece vahyin yazılıp ezberletilmesi, özellikle hadis alımından kaçınılması sürecinde meydana gelen durumla özdeşleştirerek izah etmek gerektiğini düşündük. Sistem yerleşip oturduktan sonra nasıl ki bazı rivayetlere göre hadis ezberletilmesine Hz. Peygamber izin vermiş, psikolojik süreç itibariyle geleneğin devamı ya da gelişime açıklık ilkesi noktasında bu bilimin dünyanın her yerindeki savunucularının da benzer bir yol izlediklerini ve dinin ve dinden olanın bu bilimsel süreçlerin dışında tutulması gerektiği düşüncesine sahip olduklarını gördük. Sonuç bağlamında düşünüldüğünde bu çatışmacı tutum, ana konusu “insanın ruh sağlığı” olgusunun gözden kaçmasına sebep olmaktadır.

Derlemelerimizden yola çıkarak affetme kapasitesinin gelişiminin, ki tolerans, hoşgörü gibi insan hayatına etki eden açılımlar belirleyici unsurlarıdır, daha çok yaşam deneyimi ve tecrübi boyutuyla da doğru orantılı olduğusöylememiz mümkündür. Ancak her affetmenin bir affediş olmadığını bazılarının aslında gerçeklerden kaçış, bazı affetmelerin daha sonra intikam alınmak için öteleme, bazı affediş görüntülerinin ise çaresizlik temelli boyun eğmeler olduğu sonucuna vardık. Diğer taraftan affetme eyleminin tam olarak gerçekleşmesi için affedilenin de işlediği hata ve kabahat nedeniyle pişmanlık duymuş olması gerektiğini belirtmemiz gerekir.

Dini anlamda affediş sürecinde dindarların affetmeye daha fazla eğilimli olmalarının açıklamasını tanrının vadettiği ödül temelli affediş içerikli olduğunu düşündürecek unsurlar tespit ettik. Akrabalık bağlamındaki affetmelerin ise yerleşik kanılar nedeniyle olduğunu, bu durumu dinlerin kardeşlik ağları kurarak toplumsal huzuru hedeflediğini söylememiz yanlış bir kanaat olmayacaktır.

İnsanda var olan tanrısal affetmenin olgun affetmeye doğru ilerleyişinde, affedenin daha önce affedilmiş olma deneyimini yaşamış olmaması söz konusu ise onu farklı psikolojik rahatsızlıklara sevk edebileceğini gördük. Tedavi sürecinde ise affedilme deneyimi yaşamış birinin daha pozitif sonuçlar gösterdiği kabulü yaygındır. Anne - bebek ilişkisine değindiğimiz bölümde, ilahi affetmenin genetik kodlamayla bebeğe aktarıldığını, bunun yanında annenin yansıtma yoluyla bebeğe aktardığı bir takım kişilik özelliklerinin bebeğin yetişkinlik evresi ve sonrasında ortaya çıkarken olumlu ya da olumsuz etkilerinden söz edebiliriz.

İlerleyen süreçte psikoloji bilimiyle uğraşan bazı bilim adamlarının, dini içeriklerden faydalanma eğilimlerini ve kaynağı dini hakikatler olan evrensel ahlaki değerlerin dikkatlerden kaçtığını fark ettikten sonra “Neden olmasın?” sorusuna cevap aradıkları ve af kavramını kullanmaya başladıkları sonucuna vardık. Dolayısıyla evrensel değerlerle dini değerlerin birbirinin zıddı değil aksine birbirinin tamamlayıcısı olduklarını söyleyebiliriz.

Dinlerin de birbirlerini tamamlar içerikte bölümlerden oluştuğunun, bu konuda “asli günah”, “günah çıkarma” gibi konularda Hristiyanlık ile Müslümanlık arasındaki uygulama benzerliğinin bir örneğinin tespitini yaptık. İnsan denilen fenomenin, madde yönü ön plana çıkmakla birlikte, mana yönünü içeren tarafını anlamlandırırken somut oluşuma meyilli bir varlık olması nedeniyle affedilme ve bağışlanma sürecinde, dini algılayıp uygulama aşamasında (günah çıkarma, tövbe etme, af belgesi - endüljans), keza ibadet boyutunda yeryüzünde herhangi bir yöne değil de belli yönlere doğru (kible vb.) yöneldiğini ve dini ritüellerini yerine getirirken fiziki uygulamalarla rahatladığını tespit ettik. Zira Musevilerin Kudüs'teki ağlama duvarına yaslanarak Tevrat okumalarının, Hristiyanların kilisede ayin esnasında Kudüs istikametine yönelmelerinin, Müslümanların ibadetlerini Mekke'de bulunan Kâbe'ye doğru yönelerek yerine getirmelerinin yanında diğer dinlerin de kendi içinde mutlaka bir somuta yönelişleri söz konusudur.

Affetmenin insanın gelişimsel yönünü destekleyici boyutunu da fark etmek durumundayız. Affedemediğimiz sürecin kendimizi kısıtladığını, odak özgürlüğümüzü bloke etmekte olduğunu görmemiz gerekmektedir. Zihnimizi affetmekle özgür bırakır, meşguliyetini hafifletmiş oluruz. Ne zamanki affettiğimizi düşündüğümüz kişi hakkında olumsuz düşüncelerden tamamen arındık hatta

affettiğimizi düşündüğümüz kişinin herhangi bir zarar gördüğünde ya da başına olumsuz bir iş geldiğinde üzüldük, işte o zaman anlarız ki gerçekten kişiyi affetmişizdir. Artık affedilen kişi bizim karşımızda değil yanımızda yer alacaktır. Şu durumda böyle bir affetme, erdem dediğimiz bir davranış biçimi olarak toplumsal örneklik teşkil edecektir.

Burada yeterince anlaşılamamış olan, maddeye giydirilmiş ruhun, yani madde içerisinde insanın kendini tanımasına yönelik anlam arayışı sürecinde ortaya çıkan kaotik durumun psikolojik süreçlerle değerlendirilmesi sonucu hemen hemen her türlü olumlu ya da olumsuz davranışın mutlak bir hastalık adıyla tanımlandığına tanıklık etmekteyiz. Bireyin danışmana ihtiyacı olduğunda bir terapistle gitmesi, kendi durumundan memnun olmadığı anlamına gelmektedir. Aynı zamanda birey, terapistle gitmekle hastalığını kabul ettiği anlamı taşıdığından terapist bu durumu kendi lehine değerlendirecektir (Kendini daha güçlü konumda varsayacaktır). Bunun ölçekleri geliştirilmeye çalışılmakta ancak evrensel değerler dediğimiz kavramlar üzerinde de fikir çatışmaları yerine ortak normlarda ve kavramlarda buluşma zamanının çoktan gelmiş olduğunu görmek zorundayız. Çünkü artık kabul etmemiz gerekir ki din ve psikoloji birbirlerine kendilerini kabul ettirme ya da ispatlama durumunun çok ötesine geçmiş durumdadır.

Pastoral psikolojinin ruh sağlığı açısından gerekliliği üzerine yapılan araştırmanın içeriğinden bazı bölümleri de çalışmamıza dahil ederek, önceki paragrafta değindiğimiz psikolojik sürecin İslami boyutunun geçmiş dönemlerde mükemmel uygulama örneklerinin varlığını bilmekle birlikte, sekülerleşen dünyamızda Türk toplumunun da bireysellik çıkmazına doğru evrildiğinden hareketle manevi danışmalık uygulamasının ülkemiz içinde gerekli olduğunu düşündük. .

Diğer taraftan psikologların, danışanlarının içinde bulunduğu durumu empati yaparak üzerlerine almak yerine, kendilerini olası zarardan korumak için sistemleşen süreçlerle danışanın sorunlarını karşılaştırarak, hakemliğe yöneldiklerini düşündürecek bulgulara ulaştığımızı söyleyebiliriz.

## KAYNAKÇA

- Ağırakça, A. (1990). A-F-V md. *Şamil İslâm Ansiklopedisi* (s. 48). İstanbul: Şamil Yayınevi.
- Akalın, K. H. (2014). Hristiyanlığa Aktarılmış Ritüeller Olarak İsis Kültündeki Vaftiz Ve Günah Çıkartma Ayinleri. *Atatürk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. (42): 42-75.
- Akıncı, T. (2014). Sosyal Bilişsel Öğrenme Kuramının İlkeleri. *Eğitim Psikolojisi*. (ss. 268 – 270) Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Aksan, D. (2000). *Türkiye Türkçesinin Dünü, Bugünü, Yarını*. Ankara: Bilgi Yayınevi.
- Allport, G. W., Ross, J. M. (1967). Personal Religious Orientation and Prejudice. *Journal of Personality and Social Psychology*. 5(4): 432-443.
- Al-Mabuk, R. H., Enright, R. D., Cardis, P. A. (1995). Forgiveness education with parentally love-deprived late adolescents. *Journal of Moral Education*. 24(4): 427-444.
- Alpay, A. (2009). *Yakın İlişkilerde Bağışlama: Bağışlamanın; Bağlanma, Benlik Saygısı, Empati ve Kıskançlık Değişkenleri Yönünden İncelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ashbrook, J. (1972). Paul Tillich Converses with Psychotherapists. *Journal of Religion and Health*. 2(1): 40-72.
- Aslan, Ö. (10 Ocak 2008). *Hoşgörü ve Tolerans Kavramlarına Etimolojik Açidan Analitik bir Yaklaşım*. <http://www.cumhuriyet.edu.tr/edergi/makale/325.pdf> (11.05.2019).
- Atalay, Y.Ö. (2008). *Felsefi Açidan Tolerans vVe Hoşgörü*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Isparta: Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Augsburger, D. (1973). *The Freedom of Forgiveness*. Chicago: Moody Press.

Aydın, F. T. (2017). Pozitif Bir Karakter Gücü Olarak Affedicilik. *The Journal of Happiness Well-Being*. 5(1): 1-22

Aydın, M. (2008). *Dinler Tarihine Giriş*. Konya: Damla Ofset.

Ayten, A. (2009). Affedicilik ve Din: Affetme Eğilimi vVe Dindarlıkla İlişkisi Üzerine Ampirik Bir Araştırma. *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 37(2): 111-128.

Barber, L., Maltby, J. ve Macaskill, A. (2005). Angry memories and thoughts of revenge: The relationship between forgiveness and anger rumination. *Personality and Individual Differences*. 39(2): 253–262.

Bass, E., Davis, L. (1994). *The Courage to Heal: A Guide for Women Survivors of Child Sexual Abuse*. New York, NY: Harper Collins.

Baumeister, R. F., Exline, J. J., Sommer K. L. (1998). The Victim Role, Grudge Theory, and Two Dimensions of Forgiveness. *Dimensions of Forgiveness*. (ss.79-104) Philedelphia: Templeton.

Bebek, A. (2003). Mağfiret. *Diyanet İslam Ansiklopedisi* (ss. 313-314). İstanbul: TDV Yayınları.

Berry, J. W., Worthington, E. L., O'Connor, L. E., Parrott, L., Wade, N. G. (2005). Forgivingness, vengeful rumination, and affective traits. *Journal of Personality*. 73(1): 183-225.

Berry, J. W., Worthington, E. L., Parrott, L., O'Connor, L. E., Wade, N. G. (2001). Dispositional forgivingness: Development and construct validity of the Transgression Narrative Test of Forgivingness (TNTF). *Personality and Social Psychology Bulletin*. 27(10): 1277-1290.

Boisen, A. T. (1926). *The Task and Methods of Theology*. New York: Boisen Files, Chicago Theological Seminary.

Bono, G., McCullough, M. E. (2004). Religion, Forgiveness, and Adjustment in Older Adulthood. *Religious Influences On Health and Well-Being in The Elderly* (ss. 163-187). New York, NY: Springer Publishing.

- Brandsma, J. (1982). Forgiveness: A Dynamic, Theological and Therapeutic Analysis. *Pastoral Psychology*. 31(1): 40-50.
- Brink, T. L. (1985). The Role of Religion in Later Life: A Case of Consolation and Forgiveness. *Journal of Psychology and Christianity*. 4: 22-25.
- Bugay, A. ve Demir, A. (2012). Affetme Arttırılabilir mi?: Affetmeyi Geliştirme Grubu. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. 4(37): 96-106.
- Bugay, A., Demir, A. (2010). A Turkish version of Heartland Forgiveness Scale. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. 5: 1927-1931.
- Bugay, A., Mullet, E. (2013). Conceptualizing forgiveness, granting forgiveness, and seeking forgiveness: A Turkish-French comparison. *Canadian Center of Science and Education*. 5(5): 187-196.
- Burchard, G. A. Yarhouse, M. A., Kilian, M. K., Worthington, E. L., Berry, J. W., Canter, D. E. (2003). A study of two marital enrichment programs and couples' quality of life. *Journal of Psychology and Theology*. 31(3): 240-252.
- Çağrı, M. (1988). Af md. *Diyanet İslam Ansiklopedisi* (s. 394). İstanbul: TDV Yayınları.
- Clinebell, H. (2011). *Basic Types of Pastoral Care and Counseling: Resources for The Ministry of Healing and Growth*. Nashville: Abingdon Press.
- Close, H. (1970). Forgiveness and Responsibility: A Case Study. *Pastoral Psychology*. 21(6): 19-25.
- Çoklar, I., Dönmez, A. (2014). Kişiler arası ilişkilerde bağışlama üzerine bir gözden geçirme. *Nesne*. 2(4): 33-54.
- Çoklar, I., Dönmez, A. (2015). Bağışlama İstekliliği Ölçeği'nin uyarlama, geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. 6(1): 60-73.
- Coyle, C. T., Enright, R. D. (1997). Forgiveness intervention with postabortion men. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 65(6): 1042-1046.

Coyle, C. T., Worthington, E. L. (1998). Researching The Process Model of Forgiveness Within Psychological Interventions. *Dimensions of forgiveness* (ss. 139-161). Philadelphia, PA: Templeton Foundation Press.

Cunningham, C. (1985). Training and Education Approaches for Parents of Children with Special Needs. *British Journal of Medical Psychology*. 58(3): 285-305.

Davidson, T. (1908). *Chamber's English Dictionary, Indulge*.  
<https://ia802805.us.archive.org/4/items/chambersstwentie38538gut/38538.txt>  
(11.05.2019).

De Blasio, F. A., Proctor, J. H. (1993). Therapists and clinical use of forgiveness. *American Journal of Family Therapy*. 21(2): 175–184.

Deffenbacher, J.L., Oetting, E.R., Thwaites, G.A., Lynch, R.S., Baker, D.A., Stark, R.S., Eiswerth-Cox, L. (1996). State–trait anger theory and the utility of the trait anger scale. *Journal of Counseling Psychology*. 43(2): 131-148.

Doğan, M. (2017). Hastane Örneği Üzerinden Manevî Danışmanlık ve Rehberlik Hizmetlerine Genel Bir Bakış. *Cumhuriyet İlahiyat Dergisi*. 21(2): 1267-1304.

Droll, D. M. (1984). *Forgiveness: Theory and Research*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Reno: Nevada Üniversitesi.

Düzgün, Ş. A. (2016). Takva ve Rızayı Çökerten Kuşku. *Kagem Bülten*. (2): 30-32.

Eculum. (16 Aralık 2012). *Yom Kippur*.  
[https://yenisehir.fandom.com/tr/wiki/MUSEVİLİK%27TE\\_ORUÇ](https://yenisehir.fandom.com/tr/wiki/MUSEVİLİK%27TE_ORUÇ) (11.05.2019)

Enright, R. D. (1991). The Moral Development of Forgiveness. *Handbook of Moral Behavior and Development* (ss. 123-152). Hillsdale NJ: Erlbaum.

Enright, R. D. (1996). Counseling Within the Forgiveness Triad: On Forgiving, Receiving Forgiveness, and Self-Forgiveness. *Counseling and Values*. 40(2): 107-126.

Enright, R. D., Freedman, S., Rique, J. (1998). The Psychology of interpersonal forgiveness. *Exploring forgiveness* (ss. 46-62). Madison, WI: The University of Wisconsin Press.

Enright, R. D., Santos, M. J., Al-Mabuk, R. (1989). The adolescent as forgiver. *Journal of Adolescence*. 12(1): 95-110.

Ergin, E. (03.12.2012). *Affetmenin Dayanılmaz Hafifliği*. <https://kortopsikoloji.com/dergi/affetmenin-dayanilmaz-hafifligi> (11.05.2019).

Ersanlı, K., Batık, M. V. (2015). Development of the forgiveness scale: A study of reliability and validity. *International Periodical for The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*. 10(7): 19-32.

Exline, J.J., Worthington, E. L., Hill, P., McCullough, M. E. (2003). Forgiveness and justice: A research agenda for social and personality psychology. *Personality and Social Psychology Review*. 7(4): 337-348.

Fenell, D. (1993). Characteristics of long-term first marriages. *Journal of Mental Health Counseling*. 15(4): 446–460.

Fitzgibbons, R. P. (1986). The Cognitive and Emotive Uses of Forgiveness in the Treatment of Anger. *Psychotherapy*. 23(4): 629-633.

Flexner, A., Stuart, B. (1977). *Family Word Finder*. New York: The Reader's Digest Association, Far East Ltd.

Fry, D. P., Björkqvist, K. (1997). *Cultural variation in conflict resolution: Alternatives to violence*. Hillsdale, NJ, US: Lawrence Erlbaum Associates Inc.

Gartner, J. (2017). *John D Gartner Bio*. <http://www.johngartner.com/about.php> (11.05.2019)

Girard, M., Mullet, E. (1997). Forgiveness in Adolescents, Young, Middle-aged, and Older Adults. *Journal of Adult Development*. 4(4): 209–220.

Girard, M., Mullet, E. (2012). Development of the Forgiveness Schema in Adolescence. *Universitas Psychologica*. 11(4): 1235-1244.

Glare, P.G.W. (1968). Indulgeo, Tolerabilis. *Oxford Latin Dictionary Fascicle I*. (s. 880, 1946). London: Clarendon Press.

- Gordon, K. C., Baucom, D. H., & Snyder, D. K. (2015). Forgiveness in couples: Divorce, infidelity, and couples therapy. *Handbook of forgiveness* (ss. 407-421). New York: Routledge.
- Gordon, K.C., Baucom, D.H. (2003). Forgiveness and marriage: Preliminary support for a measure based on a model of recovery from a marital betrayal. *The American Journal of Family Therapy*. 31(3): 179-199.
- Görmez, M., Özafşar, M. E., Ünal, İ. H., Ünal, Y., Erul, B. (2013). *Hadislerle İslam*. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı.
- Gove, P. B. (1986). *Webster's Third New International Dictionary of the English Language*. Springfield, Massachusetts, U.S.A: Merriam-Webster Inc. Publishers.
- Haber, J. G. (1991). *Forgiveness*. Savage, Maryland: Rowman & Littlefield.
- Hall, J. H., Fincham, F. D. (2005). Self-Forgiveness: The Stepchild of Forgiveness Research. *Journal of Social and Clinical Psychology*. 24(5): 621-637.
- Hansen, M. J., Enright, R. D., Baskin, T. W., Klatt, J. (2009). A palliative care intervention in forgiveness therapy for elderly terminally ill cancer patients. *Journal of Palliative Care*. 25(1): 51-60.
- Hargrave, T. D., Sells, J. N, (1997). The development of a forgiveness scale. *Journal of Marital and Family Therapy*. 23(1): 41-62.
- Harman, Ö. F. (1996). Günah md. *Diyanet İslam Ansiklopedisi* (s. 280). İstanbul: TDV Yayınları.
- Horsbrugh, H. J. N. (1974). Forgiveness. *Canadian Journal of Philosophy*. 4(2): 269-282.
- Huang, S. T., Enright, R. D. (2000). Forgiveness and anger-related emotions in Taiwan. Implications for therapy. *Psychotherapy*. 37(1): 71-79.
- Hui, K. P., Ho, D. (2004). Forgiveness in The Context of Developmental Guidance: Implementation and Evaluation. *British Journal of Guidance and Counselling*. 32(4): 477-492.

- Hunter R. (1978). Forgiveness, Retaliation and Paranoid Reactions. *Journal of the Canadian Psychiatric Association*. 23(3): 73-167.
- Ji, M., Hui, E., Fu, H., Watkins, D., Tao, L., Lo, S. K. (2016). Effects of A Culture-Adaptive Forgiveness Intervention for Chinese College Students. *British Journal of Guidance and Counselling*. 44(3): 335-346.
- Kabaagaç S., Alovera E. (1995). *Latince Türkçe Sözlük*. İstanbul: Sosyal Yayınlar.
- Kadiangandu, J. K., Mullet, E., Vinsonneau, G. (2001). Forgiveness: A Congo-France comparison. *Journal of Cross-Cultural Psychology*. 32(4): 504–511.
- Kahneman, D. (1973). *Attention and Effort*. New Jersey: Prentice-Hall Inc. Englewood Cliffs.
- Kara, E. (2009). Dini ve Psikolojik Açıdan Bağışlayıcılığın Terapötik Değeri. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*. 2(8): 221-229.
- Karaman, H. (2012). Tahrim Suresi, Tevbe Suresi. *Kur'an Yolu Türkçe Meal Ve Tefsiri* (s. 410). İstanbul: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları.
- Karremans, J. C., Van Lange, P. A. M. (2004). Back to caring after being hurt: The role of forgiveness. *European Journal of Social Psychology*. 34(2): 207-227.
- Karremans, J. C., Van Lange, P. A. M., Ouwerkerk, J. W., Kluwer, E. S. (2003). When forgiving enhances psychological well-being: The role of interpersonal commitment. *Journal of Personality and Social Psychology*. 84(5): 1011-1026.
- Kaufman, M. (1948). The Courage to Forgive. *Israel Journal of Psychiatry and Related Sciences*. 21(3): 87-177.
- Kearns, J. N., Fincham, F. D. (2004). A Prototype Analysis of Forgiveness. *Pers Soc Psychol Bull*. 30(7): 838-55.
- Kernberg, O. (1975). *Borderline Conditions and Pathological Narcissism*. New York: Aronson.
- Kernberg, O. (1976). *Object Relations Theory and Clinical Psychoanalysis*. New York: Aronson

Khirizad, B. (2016). *Transpersonel Psikolojide Affetmek*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Koçyiğit, T. (1969). Memleketimizde Hristiyanlık Propagandası. *Diyanet İşleri Başkanlığı Dergisi*. 8(90): 362-366.

Konur, H. (2005). Mesnevî’de Mürid-Mürşid İlişkisi. *Tasavvuf İlmî ve Akademik Araştırma Dergisi*. (14): 149-157.

Korkmaz, A. (2010). Hastanede Dinî Hayat: Teorik Çerçeve. *Selçuk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 29: 283-311.

Kratz, C. A. (1991). Amusement and absolution: Transforming narratives during confession of social debt. *American Anthropologist*. 93(4): 826–851.

Kutsal Kitap, (24 Ocak 2018), *Âdem ve İlk Günah*. <https://www.kutsalkitap.org/adem-ilk-gunah> (11.05.2019)

Leach, M. M., Lark, R. (2004). Does spirituality add to personality in the study of trait forgiveness?. *Personality and Individual Differences*. 37(1): 147-156.

Lee, Y. R., Enright, R. D. (2014). A forgiveness intervention for women with fibromyalgia who were abused in childhood: A pilot study. *Spirituality in Clinical Practice*. 1(3): 203–217.

Linas, A. (2011). *Capacity etymology history*. <https://etymologeeek.com/eng/capacity> (11.05.2019).

McCullough, M. E., Fincham, F. D., Tsang, J. A. (2003). Forgiveness, forbearance, and time: The temporal unfolding of transgression-related interpersonal motivations. *Journal of Personality and Social Psychology*. 84(3): 540–557.

McCullough, M. E., Pargament, K. I., Thoresen, C. E. (2000). The psychology of forgiveness: History, conceptual issues, and overview. *Forgiveness: Theory, research, and practice* (ss. 1–14). New York, NY: Guilford Press.

McCullough, M. E., Worthington, E. L., Rachal, K. C. (1997). Interpersonal forgiving in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*. 73(2): 321-336.

Mevdudi, E.A. (2005). *Tefhîmu'l Kuran, Kur'an'ın Anlamı ve Tefsiri*. Çev. Muhammed Han Kayani, Ali Ünal, Hamdi Aktaş, Nazife Şişman, Yusuf Karaca, İsmail Bosnalı. İstanbul: İnsan Yayınları.

Mollaoğlu, H. (2013). *Hastane Hizmetleri Bağlamında Manevi Bakım ve New York Healthcare Chaplaincy Örneği*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Müjdecı, A. (2007). *Kelami Açidan Allah'ın Affı*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Mullet, E., Neto, F., Rivi re, S. (2015). Personality and its effects on resentment, revenge, forgiveness, and self-forgiveness. *Handbook of forgiveness* (ss. 159-181). New York, NY: Routledge.

Onur, D. (2018). Psikoloji Kuramları Ve ve Yaratıcılık İlişkisi. *Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi (KÜSBD)*. 8(1): 145-156.

Oyen Witvliet, C., Ludwig, T. E., Laan K. L. (2001). Granting Forgiveness Or Harboring Grudges: Implications for Emotion, Physiology, and Health. *Psychological Science*. 12(2): 117-23.

 zalp, G. (16 Nisan 2015). *Avrupa Parlamentosu'nda 'Ermeni Soykırımı' tasarısı kabul edildi*. <http://www.hurriyet.com.tr/dunya/avrupa-parlamentosunda-ermeni-soykirimi-tasarisi-kabul-edildi-28746695> (11.05.2019).

Özarlan, S. (2002). Kur'an'da Tevbe Kavramına Kel m Açıısından Bir Yaklaşım. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. 12(1): 353-382.

 zen, Y. (2010). Tanrı - Sen Ve Ben    m z n Yolu - Pastoral Psikoloji ve Danışmanlığın Gerekliliği  zerine. *Din bilimleri Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*. 10(2): 41-57.

 zoğlu, S.  . (2007). *Eğitimde Rehberlik ve Psikolojik Danışma*. Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Basımevi.

Park, C. L. (2005). Religion as A Meaning-making Framework in Coping with Life Stress. *Journal of Social Issues*. 61(4): 707 – 729.

Park, Y. O., Enright, R. D. (1997). The development of forgiveness in the context of adolescent friendship conflict in Korea. *Journal of Adolescence*. 20(4): 393–402.

Pattison, E. M. (1965). On the Failure to Forgive or Be Forgiven. *American Journal of Psychotherapy*. 19(1): 106-115.

Patton, J. (2005). *Pastoral Care in Context: An Introduction to Pastoral Care*. Kentucky: Westminster John Knox Press.

Pettigrove, G. (2007). Hume on forgiveness and the unforgivable. *Utilitas Cambridge University*. 19(4): 447-465.

Poloma, M. M., Gallup, G. H. (1991). *Varieties of Prayer: A Survey Report*. Philadelphia, PA: Trinity Press International.

Sandage, S. J. Hill, P. C., Vang, H. C. (2003). Toward a multicultural positive psychology: Indigenous forgiveness and Hmong culture. *The Counseling Psychologist*. 31(5): 564-592.

Sandage, S. J., Williamson, I. (2015). Forgiveness in cultural context. *Handbook of forgiveness* (ss. 41-55). New York: Routledge.

Sandıklı, A., Kaya, E. (2012). Teoriler Işığında Türk-Yunan İlişkilerinde Ege Sorunu. *Teoriler Işığında Güvenlik, Savaş, Barış vVe Çatışma Çözümleri* (ss. 211 – 249) İstanbul: Bilgesam Yayınları.

Sarıçam, H., Akın, A. (2013). Affedicilik Ölçeğinin Türkçe Uyarlaması: Geçerlilik ve Güvenirlilik Çalışması. *Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi Dergisi*. 1(19): 37-46.

Sarıçam, H., Biçer, B. (2015). Affedicilik Üzerinde Ahlaki Değer ve Öz-Anlayışın Açıklayıcı Rolü. *GEFAD*. 35(1): 109-122.

Sarıçioğlu, E. (2002). *Başlangıçtan Günümüze Dinler Tarihi*. Isparta: Fakülte Kitabevi.

Sastre, M. T., Vinsonneau, G. Chabrol, H., Mullet, E. (2005). Forgivingness and The Paranoid Personality Style. *Personality and Individual Differences*. 38(4): 765-772.

Seedal, R. B., Butler, M. H., Elledge, J. Z. (2014). Does Religious Motivation Influence the Conceptualization and Acceptability of Forgiveness as Therapeutic Intervention. *The American Journal of Family Therapy*. 42(2): 127-140.

Şener, E., Çetinkaya, F. (2015). Bir Liderlik Özelliği Olarak Affetme Ve Örgütsel Düzeyde Etkileri Üzerine Bir İnceleme. *İşletme Araştırmaları Dergisi*. 7(4): 24-42.

Sexton R. and Maddock, R. (1978). The Adam and Eve Syndrome. *Journal of Religion and Health*. 17(3): 68-163.

Seybold, K. S., Hill, P. C., Neumann, J. K., Chi, D. S. (2001). Physiological and Psychological Correlates of Forgiveness. *Journal of Psychology and Christianity*. 20(3): 250-259.

Spidell S., Liberman, D. (1981). Moral Development and the Forgiveness of Sin. *Journal of Psychology and Theology*. 9(2): 123-151.

Tangney, J. P. (1995). Recent advances in the empirical study of shame and guilt. *American Behavioral Scientist*. 38(8): 1132-1145.

Tangney, J. P., Boone, A. L., Dearing, R. (2015). Forgiving the self: Conceptual issues and empirical findings. *Handbook of forgiveness* (ss. 143-158). New York: Routledge.

Tarhan, N. (2012). *Gönül Kapılarını Kine Kapattım*. <https://www.nevzattarhan.com/gonul-kapilarimi-kin-e-kapattim.html> (11.05.2019).

Taysi, E. (2007a). *İkili İlişkilerde Bağışlama: İlişki Kalitesi Ve ve Yüklemelerin Rolü*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Taysi, E. (2007b). Suça İlişkin Kişilerarası Motivasyonlar Ölçeğini Türk Kültürüne Uyarlama Çalışması. *Türk Psikoloji Yazıları*. 10(20): 63-74.

TDK. (2019). *Kapasite*. <https://tdk.gov.tr/> (11.05.2019).

Thompson, L. Y., Snyder, C. R., Hoffman, L., Michael, S. T., Rasmussen, H. N., Billings, L. S. (2005). Dispositional Forgiveness of Self, Others, and Situations. *Journal of Personality*. (73): 313 – 359.

Thompson, L. Y., Synder, C. R. (2003). Measuring forgiveness. *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures* (ss. 301-312). Washington, DC: American Psychological Association.

Todd, E. (1985). The Value of Confession and Forgiveness According to Jung. *Journal of Religion and Health*. 24(1): 39-48.

Topaloğlu, B. (2012). Tövbe. *Diyanet İslam Ansiklopedisi* (ss. 279-283). İstanbul: TDV Yayınları.

Toprak, H. (2013). Psikolojik Danışma Sürecinde Affetmeye Genel Bir Bakış. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 26: 115-131.

Tsang, J., McCullough, M. E., Fincham, F. D. (2006). The longitudinal association between forgiveness and relationship closeness and commitment. *Journal of Social and Clinical Psychology*. 25 (4): 448-472.

Türk Diş Hekimleri Birliği. (30 Mayıs 2015). *Diş Sürmesi Vve Sürmeye Bağlı Problemler*. [http://www.tdb.org.tr/tdb/v2/altsayfa\\_goster.php?id=6&yer\\_id=6](http://www.tdb.org.tr/tdb/v2/altsayfa_goster.php?id=6&yer_id=6) (11.05.2019)

Ürkmez, A. (2012). Kaynak Değeri Ve ve İçerik Tenkidi Açısından ‘Üç Yerde Yalan’ Rivayeti. *Necmettin Erbakan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 33: 9-34.

Vali, E.S. (15 Mayıs 2013). *Affetmek*. <http://www.salom.com.tr/arsiv/haber-87069-haber.html> (11.05.2019).

Vural, M. (2016). *Life Kinetik Antrenmanının Genç Erkek Basketbolcularda Denge, Reaksiyon Süresi Ve ve Dikkat Üzerine Etkisi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara: Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Wade, N., Post, B., Cornish, M. (2011). Forgiveness Therapy To Treat Embitterment: A Review Of Relevant Research. *Embitterment: Societal, Psychological and Clinical Perspectives* (ss. 197-207). New York: Springer.

Walker, D. F., Gorsuch, R. L. (2002). Forgiveness Within the Big Five Personality Model. *Personality and Individual Differences*. 32(7): 1127–1137.

Wikipedia. (2019). *Capio*. <https://en.wiktionary.org/wiki/capio> (11.05.2019).

Williamson I, Gonzales, M. H. (2007). The Subjective Experience of forgiveness: Positive construals of the forgiveness experience. *Journal of Social and Clinical and Psychology*. 26(4): 407-446.

Worthington, E.L., Wade, N.G. (1999). The psychology of unforgiveness and forgiveness and implications for clinical practice. *Journal of Social and Clinical Psychology*. 18(4): 385-418.

Yaşar, H. (2017). Osmanlı Kapısında Büyüyen Gayrimüslim Bir Halk: İstanbul Ermeni Toplumu. *SOBİDER*. 4(18): 94-104.

Yeşildağ, M. (2019). “Tevbe ve İstiğfarı Diri Tutmak” Semineri. [http://www.ozgurder.org/news\\_print.php?id=2099](http://www.ozgurder.org/news_print.php?id=2099) (11.05.2019).

Yıldırım, E. (2009). Kudsi Hadisler Üzerine Genel Bir Değerlendirme. *Cumhuriyet Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 13(2): 39-47.

Zariç, M. (2014). Geyik Destanı (Destan-ı Geyik), Ebû Zerr ve Kardeşlik Eğitimi. *Heceöykü*. (63): 144-153.

Zeren, G. (2008). *Gestalt Kuramı*. Ankara: Anı Yayıncılık.