

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

POZİTİF PSİKOLOJİ PERSPEKTİFİNDEN İMAN

Ali GÜRE

**Danışman
Dr. Öğr. Üyesi Cihad KISA**

İZMİR-2021

TEZ ONAY SAYFASI



YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Pozitif Psikoloji Perspektifinden İman” adlı çalışmamın, 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.

15/09/2021

Ali GÜRE



ÖZET
Yüksek Lisans Tezi
Pozitif Psikoloji Perspektifinden İman
Ali GÜRE

Dokuz Eylül Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü
Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı
Felsefe ve Din Bilimleri Programı

Pozitif psikoloji, bireyin daha çok pozitif özelliklerine vurgu yapan güncel bilimsel bir disiplindir. Psikoloji tarihinde genellikle dine önyargılı ve olumsuz bakış açıları hakim olmuştur. Ancak pozitif psikoloji ile birlikte araştırmacılar; din, maneviyat ve ikisi ile ilişkili kavramları daha ayrıntılı, bilimsel ve önyargısız olarak incelemeye başlamışlardır. Hem dini alanın hem de manevi alanın merkezinde kutsalla ilişkili, kurumsal bağlamın içinde ve dışında olan ve her ikisinin özünü oluşturan ise imandır.

İman, Peterson ve Seligman'ın tespit ettiği yirmi dört karakter gücünden biridir. İman, külli psikolojik bir hal ve bütün kişiliği kapsayan tek psikolojik faktördür. İman; hayata anlam, yönelim ve değer kazandıran güçlü bir kaynak işlevi görmektedir. Ayrıca iman; anlamlandırma, oto kontrol ve öz düzenleme vb. içerdiği müeyyidelerle kişiliği etkilediği ve kişiliğin yapılanmasına katkı sağladığı için bireysel, ikili ve toplumsal ilişkiler gibi hayatın her alanında etkilidir. Dolayısıyla kişiliğin ve karakterin gelişiminde, birçok hastalığı müdahale ve önlemede büyük bir öneme sahiptir. Bu sayede pozitif psikolojinin hedefi olan iyi oluşu destekleyerek insanı optimal düzeyde işlevsel hale getirmektedir.

Anahtar kelimeler: Pozitif psikoloji, din, maneviyat, iman, iyi olma, optimal insan işlevselliği

ABSTRACT
Master's Thesis
Faith from the Perspective of Positive Psychology
Ali GURE

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

Positive psychology is a current scientific discipline that emphasizes the positive characteristics of the individual. In the history of psychology, religion has been dominated by prejudiced and negative perspectives mostly. However, researchers of positive psychology have begun to examine religion, spirituality and the concepts related to both in more detail, scientifically and without prejudice. In the center of both the religious and the spiritual, it is faith that is related to the sacred, is inside and outside the institutional context, and is at the core of both.

Faith is one of the twenty-four character strengths identified by Peterson and Seligman. Faith is a complete psychological state and the only psychological factor that includes the whole personality. Faith functions as a powerful resource that gives meaning, direction and value to life. Also, faith is effective in all areas of life such as individual, bilateral and social relations, as it affects the personality and contributes to the structuring of the personality with its sanctions such as meaning, self-control and self-regulation. Therefore, it has a great importance in the development of personality and character, in the intervention and prevention of many diseases. In this way, it supports well-being, which is the goal of positive psychology, and makes optimal human functioning.

Keywords: Positive psychology, religion, spirit, faith, well-being, optimal human functioning

POZİTİF PSİKOLOJİ PERSPEKTİFİNDEN İMAN

İÇİNDEKİLER

TEZ ONAY SAYFASI	ii
YEMİN METNİ	iii
ÖZET	iv
ABSTRACT	v
İÇİNDEKİLER	vi
KISALTMALAR	ix

GİRİŞ	1
-------	---

BİRİNCİ BÖLÜM POZİTİF PSİKOJİ

1.1. POZİTİF PSİKOLOJİ	6
1.1.1. Tarihi Serüveni	6
1.1.2. Pozitif Psikolojinin Ana Teması: Önleme (Prevention)	12
1.1.3. Otantik Mutluluk Teorisinden (Authentic Happiness Theory) İyi Olma Teorisine (Well-Being Theory)	14
1.1.3.1. İlk Akım: Otantik Mutluluk Teorisi (Authentic Happiness Theory)	15
1.1.3.2. İkinci Akım: İyi Olma Teorisi (Well-Being Theory)	17
1.1.4. Karakter Güçleri ve Erdemler (Character Strengths and Virtues)	21

İKİNCİ BÖLÜM İMAN

2.1. DİN VE MANEVİYAT	27
2.1.1. Din	27
2.1.2. Din ve Maneviyat İlişkisi	30
2.2. EPİSTEMOLOJİK AÇIDAN İMAN	33
2.2.1. İmanın Mahiyeti	35
2.2.1.1. İlgili	35

2.2.1.2. Şüphe	37
2.2.1.3. Zan	40
2.2.1.4. İnanç (Belief)	42
2.2.1.5. İman (Faith)	43
2.2.1.5.1. İman-İnanç İlişkisi	46
2.2.1.5.2. İman-Bilgi İlişkisi	49
2.3. İMANIN PSİKOLOJİK TEMELİ VE GELİŞİMİ	51
2.3.1. Fowler'ın İman Gelişimi Aşamaları	54
2.3.1.1. Bebeklik ve Farklılaşmamış İman	54
2.3.1.2. Birinci Aşama: Sezgisel-Yansıtıcı İman (Intuitive-Projective Faith)	55
2.3.1.3. İkinci Aşama: Öyküsel-Lafzi İman (Mythic-Literal Faith)	56
2.3.1.4. Üçüncü Aşama: Yapay-Geleneksel İman (Synthetic-Conventional Faith)	57
2.3.1.5. Dördüncü Aşama: Bireysel-Düşünsel İman (Individuativ-Reflective Faith)	58
2.3.1.6. Beşinci Aşama: Birleştirici İman (Conjunctive Faith)	58
2.3.1.7. Altıncı Aşama: Evrensel İman (Universalizing Faith)	59
2.4. İMANIN PSİKOLOJİK UNSURLARI	60
2.4.1. Bilişsel (Cognitive) Yapı: Kabul ve Tasdik	63
2.4.2. İradi (Voluntary) Yapı: İtaat ve Teslimiyet	64
2.4.3. Duygusal (Emotional) Yapı: Güven, Sevgi ve Fedakârlık	66
2.4.4. Davranışsal (Behavioral) Yapı: İbadet ve Ahlak	68

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

POZİTİF PSİKOLOJİ PERSPEKTİFİNDEN İMAN

3.1. İNSANİ BİR YETİ: İMAN	71
3.1.1. Tabii Etkenler	72
3.1.1.1. VMAT2 Geni	72
3.1.1.2. İslam'a Göre İnsanın İnanan Bir Varlık Olması	73
3.1.2. Evrim ve Gelişim Ürünü	75
3.1.3. Karakter Gücü Olarak İman	77
3.2. HUZUR VE SONSUZ MUTLULUĞUN ANAHTARI: İMAN	79
3.3. OPTİMAL İNSAN İŞLEVSELLİĞİ	85

3.3.1. İman ve Optimal Bireysel Fonksiyonu	86
3.3.1.1. Duygu	86
3.3.1.2. Davranış	87
3.3.1.3. Biliş	88
3.3.2. İman ve İkili İlişkiler	91
3.3.2.1. Evliliğe Bağlı İlişkiler	92
3.3.2.2. Ailesel Olmayan İlişkiler	93
3.3.3. İman ve Toplumsal Fonksiyonu	93
3.3.3.1. Bireysel Düzeyde Topluma Etki	94
3.3.3.2. Grupsal Düzeyde Topluma Etki	95
3.4. İMANIN BİRLEŞTİRİCİ VE İYİLEŞTİRİCİ GÜCÜ	96
3.4.1. Dayanıklılık (Resilience)	98
3.4.1.1. Duygusal Geçişim (Emotional Osmosis)	101
3.4.1.2. Travma Sonrası Gelişim (Post-Traumatic Growth)	104
SONUÇ	107
KAYNAKÇA	113

KISALTMALAR

APA	American Psychological Association/ Amerika Psikoloji Birliği
Çev.	Çeviren
DEÜ	Dokuz Eylül Üniversitesi
DSM	Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders
ICD	International Classification of Diseases
MÜ	Marmara Üniversitesi
St.	Saint
TDK	Türk Dil Kurumu
TDV	Türkiye Diyanet Vakfı
Vb.	Ve Benzeri
WHO	Dünya Sağlık Örgütü

GİRİŞ

İlk insanla beraber var olagelen psikoloji, XIX. yüzyılda felsefeden ayrı bilimsel bir disiplin haline geldikten sonra başlangıçta odak noktasını insanın belirli bir yönüne hasretmeden bireyin davranışlarının arkasında yatan nedenleri kendine konu edinmişti. Ancak daha sonra sosyo-politik süreçlerin getirdiği geçerli ve makul sebepler nedeniyle insanın vizyonunu değil, körlüğünü odak noktası kabul ederek araştırmalarını bireyin olumsuz sayılabilecek yönlerine çevirmişti. Bu sürecin neticesinde psikoloji, adeta akıl hastalığı ile eş anlamlı kullanılır olmuştu. Bu gidişata “dur” diyen ve insanın olumlu yönlerine vurgu yapılmasının gerekli hatta daha önemli olduğunu söyleyen ise pozitif psikolojidir.

Pozitif psikoloji, insanın olumlu özelliklerini veya insanın iyi-kötü her halini olumlu bir perspektiften bilimsel olarak inceleyen bir psikoloji ekolüdür. Kurucusu olan Martin Seligman’ın American Psychological Association’a (APA) başkan olması sayesinde bu düşünce çok hızlı bir şekilde ekolleşmiştir. Daha önce hiçbir ekolde görülmeyen bir tarzda üç dört sene gibi kısa bir sürede pozitif psikolojinin el kitabı yayınlanmış, bu alanla ilgili dergiler çıkarılmıştır. Bu hızlı yükseliş elbette sadece pozitif psikolojinin kurucusu olan Seligman’ın kişisel bir çabası değildir. Psikoloji camiasından da birçok araştırmacının özel emeği vardır. Bunu özellikle Seligman’ın kitaplarında görmek mümkündür.

Tarihte toplumun eğitim, sağlık ve benzeri gibi öncelikli ihtiyaçlarının giderildiği okul, hastane vb. mekanların olmadığı bir yer bulmak mümkünken, insanların inanma ihtiyaçlarını giderdiği mabetlerin veya ibadet emarelerinin olmadığı bir yer bulmak mümkün değildir. Her nerede insan var ise orada iman ve ibadetin eserleri de görülmüştür. Muhtelif zaman ve mekanlarda yaşamış insanlar arasındaki fark, inanıp inanmama değil, iman edilen kudreti tanıyıp tanımama konusudur (Alper, 2016: 157). Dinsiz insanlar olsa bile bir toplumun toptan dinsiz olmadığı bilinmektedir (Küçük ve diğerleri, 2015: III).

Bu nedenle ilk insanla beraber var olagelen din ile ilk insanla beraber var olagelen psikolojiyi birbirinden ayrı düşünemeyiz. Almanya’da Wundt, psikolojiyi felsefeden ayrı bir bilimsel disiplin haline getirdikten sonra pek çok kişi tarafından işlevsel psikolojinin Amerika’daki en büyük temsilcisi William James olarak kabul edilir. James’in psikoloji tarihindeki yeri çok önemli olmakla birlikte Din psikolojisi tarihindeki yeri de apayrıdır. O 1902’de yayınladığı Dini Tecrübenin Çeşitliliği (The Varieties of Religious Experience) adlı kitabında dini tecrübenin de diğer psikolojik

tecrübeler gibi bilimsel olarak incelenebileceğine inanmaktaydı (Miller-Perrin ve Mancuso, 2015: 8). Bu sebeple James, Din Psikolojisinin kurucusu kabul edilmektedir.

Psikoloji ile Din Psikolojisinin bilimsel olarak incelenmesi yakın tarihlere denk gelmesine rağmen araştırmacılar genellikle dini incelemeye uzak durmuş veya dini ve dini tecrübeyi olumsuz bir olgu olarak incelemişlerdir. Freud 1907'de yazdığı Saplantılı Davranışlar ve Dini İbadetler (Obsessive action and Religious Practices) adlı kitabı ve 1913'te yazdığı Totem ve Tabu'da dini bir saplantı nevrozu olarak tanımlamakta ve Tanrının da "yüceltilmiş bir baba" imajından başka bir şey olmadığını iddia etmektedir. Maslow, dinin değil dini tecrübenin evrensel olduğunu ve dinin kendini gerçekleştirme düzeyine hem pozitif hem de negatif etkilerinin olabileceğini söylemiştir (Kaba, 2018: 64-72).

Kanaatimizce psikologlar arasında dine önyargılı ve olumsuz bir tavır sergilenmesinde Freud'un payı büyüktür. Çünkü; Farancis Bacon'un bahsettiği dünyanın seyrini değiştiren üç keşfi; barut, pusula ve matbaaya karşılık Freud'un üç kâşifi vardır (Köse, 2016: 7-8). Bu keşifler neticesinde insanın evreni algılama biçimi değişmiş, alemde kendine biçtiği değer sarsılmış, dolayısıyla din büyük darbe almıştır. Birincisi; evrenin merkezinin dünya olmadığını keşfeden Kopernik'tir. İkincisi; evrim teorisiyle dinlerin savunduğu yaratılışın efsane olduğunu söyleyen Darwin'dir. Üçüncüsü ise bilinçdışını keşfetmesi ve insanın masum olmadığını ve tamamen ehlileştirilemeyeceğini savunan Freud'un kendisidir. Ona göre artık bu değişen ve gelişen dünyada dinin yeri yoktur.

Önceleri Freud'un sağlam bir takipçisi olan Jung'a göre ise din, hayatın zorlu şartları altında, psişenin bilinç ve bilinçdışı bölümlerinde meydana gelen yarılımların birleştirilmesinde en anlamlı bir girişimdir. Diğer bir ifadeyle Jung'a göre nevroz, Freud'un aksine dini yaşantıdan, tutumdan vazgeçildiği takdirde oluşmaktadır (Kısa, 2004: 101). Bu nedenle Jung, Freud'un bilinçdışına verdiği negatif motivasyonu pozitif motivasyonla değiştirmiştir (Paloutzian, 2017: 86). Ancak, Jung gibi dini olumlu perspektiften inceleyenler olmasına rağmen psikanalizciler tarafından Freud kadar destek görmemişler ve araştırmacılar Freud kadar onları tanımamaktadır.

Netice itibarıyla, genel olarak araştırmacılar ve psikologlar arasında dine karşı olumsuz ve ön yargılı duruş, pozitif psikoloji sayesinde yön değiştirmiştir, diyebiliriz. Pozitif psikoloji ile birlikte din, bilimsel olarak önyargısız bir biçimde ele alınmaya çalışılmıştır. Hatta insanın dördüncü boyutunun var olduğu bunun da manevi/spiritual boyut olduğu söylemleri ortaya çıkmıştır (Tarhan, 2010: 154).

Günümüzde aşkınlık “din ve maneviyat” çerçevesinde ele alınmaktadır. Biz de tezimizin belirlerken her iki kavramın özü olarak kabul edilen “iman” konusunu seçtik. Literatürde pozitif psikoloji ve din başlığı kapsamında “iyimserlik, umut, şükür vb.” konular ön plana çıkarılmasından dolayı kanaatimizce işin özü kaçırılmıştır. Pozitif psikoloji çalışanların ortak kanaatine göre, bireyin kendine özgü güçlerini geliştirmesi kişinin iyilik halinin devamlılığını sağlamamaktadır. Bir diğer ifadeyle bireyin kendine özgü güçleri üzerine yaptığı egzersizler ve çalışmalar belli bir zamandan sonra etkisini kaybetmektedir. Bize göre bu devamlılığı, canlılığı ve dinamizmi sağlayacak kaynak imandır.

Pozitif psikolojide iman konusu, karakter güçleri ve erdemler konusunda aşkınlık erdeminin bir alt başlığı olarak ele alınmıştır. Seligman her ne kadar Otantik Mutluluk (Authentic Happiness) (2002) kitabında ona kısa bir yer ayırsa da ayrıntılı olarak Peterson ile birlikte yazdığı Karakter Güçleri ve Erdemler (Character Strengths and Virtues) (2004) adlı eserinde imanı geniş bir şekilde incelemişlerdir.

Türkiye’de iman daha çok davranış boyutuna indirgenmekte ve karşı kutbunda ise imanı daha çok duygu boyutuna indirgeyen kesimin mevcudiyeti göze çarpmaktadır. Ancak imanı ne sadece duygu ne sadece düşünce veya ne sadece davranış oluşturmaktadır. İman, tüm bu unsurların birleşiminden oluşan en temel ve en kompleks bir haldir. Düşüncemize göre imanı tek bir boyuta değil de duygu, düşünce irade ve davranış boyutlarının birlikteliği olarak ele almak daha doğru bir tespit olacaktır. Ayrıca, imanı teologlar gibi sadece iman edilene yani nesnesine göre veya Fowler’ın ifade ettiği gibi “imgelem (imagination)” olarak imanı sadece eylemine indirgeyen tanımlar yine meseleye bir noksanlık katacaktır. Çünkü, yapısı kompleks olan iman ayrıca kompleks yollarla ilerlemektedir. Bu yüzden tezimizde yer yer imanı nesnesinden hareketle “Bağlanma (attachment) kuramı”na göre bazen imanı öznesinden hareketle “Yükleme (attribution) teorisi”ne göre bazen de imanı eyleminden hareketle “imgelem” olarak ele almaya çalıştık. Görebildiğimiz kadarıyla Türkiye’de böyle bir araştırma yapılmamıştır. Batıda ise pozitif psikoloji bağlamında imanı inceleyen araştırmalar olmakla birlikte bu çalışmalarda yoğunluklu olarak Hristiyan teolojisi hakimdir. Literatür taraması şeklinde ele aldığımız “Pozitif Psikoloji Perspektifinden İman” konusu ülkemiz açısından alanında bir ilk sayılabilir.

Araştırmamız boyunca elbette bazı sorun ve problemlerle karşılaştık. Bunları maddeler halinde sıralamak gerekirse:

1. Literatürde adeta bir kavram kargaşası yaşanmaktadır. Çalışmasında kavramlar arasındaki farklılıktan bahsedenler bile yer yer o farklı

kavramları birbirleri yerine kullanmaktadır. Örneğin, “faith=iman ve belief=inanç” olarak ele alan bir araştırmacı ilerleyen sayfalarda bunu birbiri yerine kullanabilmektedir. Ayrıca çeviri kitaplarında ana kavramlar bile tercüme edilirken bir hassasiyet gösterilmediği anlaşılmıştır.

2. Pozitif psikolojinin kurucusu olan Seligman, 2011’de pozitif psikoloji hakkındaki teorisinde ve düşüncesinde bir revize yapmıştır. Türkiye’de bu ayrıma değinen bir araştırma gözümüze çarpmamıştır. Batı literatüründe bu değişikliğin bir yansıması olsa da tam anlamıyla veya net bir şekilde ifade edilmemiştir.
3. Tez yazım aşamasının pandemi dönemine (2020-2021) denk gelmesi de ister istemez bazı olanaklardan bizleri uzaklaştırmıştır.

Ayrıca Seligman’ın teorilerinden başka literatürde iyi olma (well-being) üzerine başka teoriler de vardır. Birincisi; Carol Ryff’in altı faktörlü psikolojik iyi olma teorisidir. Bu faktörler; kendini kabul, kişisel gelişme, diğer insanlarla pozitif ilişkiler, otonomi (özerklik), yaşam amacı ve çevresel hakimiyet (environmental mastery)’tir. İkincisi, Deci ve Ryan’ın üç faktörlü iyi olma teorisidir. Bunlar; bağlılık, yetenek ve otonomidir (özerklik). Üçüncüsü, Coan’ın beş faktörlü tatmin olma biçimleridir (the modes of fulfillment). Bu öğeler; bağlılık, etkinlik, yaratıcılık, içsel uyum ve kendini aşmadır. Michael Frisch’in bilişsel terapi uygulamalarını pozitif psikolojiden gelen fikirlerle birleştiren (Carr, 2016: 406) kaliteli yaşam terapisi (quality of life therapy). Son olarak Keys ve Lopez tarafından geliştirilen sosyal kabul, sosyal edimselleşme, sosyal yardım, sosyal uyum ve sosyal bütünleşmeden oluşan sosyal iyi olma (social well-being) teorisidir. (Compton ve Hoffman, 2013: 46-47,270).

Başlangıçta Seligman’ın teorisi bu teorileri kapsama alanı dışında bırakıyor gibi görünse de ilerleyen zamanlarda bunun öyle olmadığı anlaşılmıştır. Seligman’ın 2002’de yayınladığı Otantik Mutluluk teorisinde böyle bir eksiklik vardır fakat 2004’teki Peterson ile karakter güçleri ve erdemleri üzerine yaptığı araştırmalar ve 2011’deki pozitif psikoloji üzerinde yapılan revize bu eksikliği gidermiştir. Çünkü; 2004’te Peterson ve Seligman, karakter güçlerini belirlerken birçok düşünür, akademisyen, teolog, psikolog, eğitimci vb. ve yukarıdaki iyi olma üzerine geliştirilen teorileri de göz önüne almışlardır. Ayrıca Seligman 2011’de iyi olma üzerine yeniden düşünmesiyle ortaya yepyeni ve çatı bir kuram veya teori öne sürmüştür. Bir diğer ifadeyle artık diğer teorileri kapsama alanı dışında bırakan bir düşünce değil, diğerlerini de kapsayan adeta onları çatısı altında barındıran bir pozitif psikoloji düşüncesi ortaya çıkmıştır.

Çalışmamızda imanı bu yeni pozitif psikoloji düşüncesi ile incelemeyi amaçladık. Bu bağlamda, karakter güçlerinden biri olarak iman, pozitif psikolojinin hedefi olan iyi oluşa nasıl bir katkı sağlamaktadır? İman ve diğer karakter güçleri arasında nasıl bir ilişki ve etkileşim vardır? “Karakter güçlerini geliştirmek, iyi oluş üzerinde zamanla etkisini kaybetmekte veya iyi oluşun devamlılığını sağlayamamaktadır” kanısının aksine iman, bu devamlılığı, canlılığı ve dinamizmi sağlamakta mıdır? İman ve psikolojik uygunluğun anahtarı olan dayanıklılık arasında nasıl bir ilişki vardır? Gibi soruların cevapları literatürden faydalanarak cevaplanacaktır. Araştırmamız pozitif psikoloji bakış açısıyla ve ulaşılan kaynaklarla sınırlıdır.

Üç ana bölümden oluşan tezimizin birinci bölümünde, pozitif psikolojinin tarihi serüveni, ana teması ve pozitif psikoloji üzerine ilk akım olan Otantik Mutluluk teorisi ve revize hali olan İyi Olma teorisinin içerikleri, aralarındaki benzerlikleri ve farklılıklarını ele aldık. Son olarak karakter güçleri ve erdemlerini açıklarken bu esnada da pozitif psikolojiye yöneltilen eleştirilere literatürden yararlanarak cevap vermeye çalıştık.

İkinci bölümde, öncelikle günümüz dünyasındaki dindarlığın din ve maneviyat olarak ikiye ayrılmasının sebeplerini ve ikisi arasındaki ilişkiyi ele aldık. Daha sonra, bireyin zihinsel bazı süreçlerden geçerek imanla muhatap olduğunu epistemolojik açıdan inceledik. Ayrıca Fowler’ın İman Gelişimi teorisini baz alarak imanın temellendirilmesi ve hayat boyu gelişimini açıklamaya çalıştık. İkinci bölümün sonunda ise “insanın psikolojik yapısı nelerden teşekkül ediyorsa imanın da yapısı onlardan oluşmaktadır” iddiasından hareketle imanın zihinsel, duygusal, iradi ve davranışsal unsurlarını yani imanın psikolojik unsurlarını izah ettik.

Üçüncü bölümde, imanın insani bir yeti olmasını İslami ve Batı literatüründen yararlanarak ifade ettik. Daha sonra sonsuz huzur ve mutluluğun kaynağı olarak imanı ele aldık. Pozitif psikolojide vazgeçilmez bir kavram olan “optimal” düzeyde imanın bireysel, ikili ilişkiler ve toplumsal fonksiyonu üzerinde durduk. Son olarak imanın anlamlandırıcı ve iyileştirici gücünün bireyin normal hayatında veya travma deneyimi sonrasında kişiye verdiği dayanma ve toparlanma gücünden bahsettik. Kısaca, biz bu tezimizde imanın bireysel iyi olma, karakter güçleri, erdemler ve dayanıklılık ile nasıl bir ilişkisi olduğu üzerinde durduk.

BİRİNCİ BÖLÜM POZİTİF PSİKOJİ

1.1. POZİTİF PSİKOLOJİ

1.1.1. Tarihi Serüveni

İnsan doğası, XIX. yüzyılın son çeyreğine kadar birtakım kurgular, sezgiler ve sınırlı kişisel tecrübelerin genellemesi yoluyla incelenmiştir. Biyoloji ve Fizik'te kullanılan ve başarıları ispatlanmış bilimsel yöntem ve tekniklerin, insan doğasına ilişkin meselelere uygulanması sonucu büyük bir dönüşüm gerçekleşmiştir. Bu sayede insan doğası araştırılırken kontrollü gözlem ve deney güvenilir bir yol olarak benimsenmiştir. Ve böylece psikoloji, felsefeden ayrılarak kendi bilimsel kimliğini oluşturmaya başlamıştır (Schultz ve Schultz, 2007: 26).

Tüm bilimlerde olduğu gibi psikolojide de birbirini izleyen kuramlar ve keşifler olmuştur. Yapısalcılık, işlevselcilik, davranışçılık, gestalt, psikanaliz, hümanistik, bilişsel, pozitif, evrimsel gibi psikolojinin türevleri ortaya çıkmıştır. Çünkü; zeisgeist (zamanın ruhu) değişiyordu ve bu sebeple genel kültürde ve diğer bilimlerde yeni düşünceler ortaya çıkmıştır. Bu yeni düşünceler de psikolojiyi etkilemiştir.

Wilhelm Wundt, 1879'da Leipzig'de dünyanın ilk bilimsel psikoloji laboratuvarını kurdu. Burada duyum ve algı, dikkat, duygu, tepki ve çağrışım gibi bilinçle alakalı meselelerle ilgilendi. Yapısalcılar, Wundt'un sistemini kökten değiştirerek ilgi alanını, bilinci parçalara ayırıp analiz etmek ve bu esnada bilinci keşfetmek olarak değiştirmiştir. İşlevselciler, zihnin işlevleri ile veya organizmanın bulunduğu ortama adapte olması ile ilgilenmiştir. Uygulamalı psikoloji, zihnin ne olduğu ile değil nasıl çalıştığı ile meşgul oldu. Yani pratiğe dönük olarak işleyen şeylerle ilgilenmeye başlamıştır. Davranışçılar ise daha önceki sistemlerin başarısız olduğunu, etki-tepki açısından nesnel gözlemler yoluyla betimlenebilecek davranışsal etkinliklere odaklandı. Wundtçu psikolojiye karşı bir hareket olarak "bütün kendini oluşturan parçaların toplamından farklıdır" sloganıyla gestaltçılar algı, öğrenme, kişilik, sosyal psikoloji ve motivasyon gibi alanlarla ilgilendi. Psikanaliz ise bilinçdışı ile ilgileniyordu (Schultz ve Schultz, 2007).

Psikoloji, ikinci dünya savaşından hemen sonra önemsiz bir meslek haline gelmiş ve bu süreçte üç görev üstlenmiştir. Bu görevler; akıl hastalığını tedavi etmek, endüstride, askeriyede, okulda normal insanların yaşamlarını daha mutlu, verimli ve

doğurucu kılmak ve özel, yetenekli ve zeka seviyeleri yüksek çocukların gelişimlerini takip etmektir. Savaşın hemen akabinde sorunlu (travma) gazileri tedavi amacıyla verdikleri hizmetler karşılığında devlet tarafından psikiyatlara ücret ödenmeye başlanınca genel itibari ile hastaları tedavi etmekle uğraşan klinik psikologlarının sayısı, meslekteki -diğer görev grubundaki psikologların birçoğunun onlara katılımıyla- diğer psikologların sayısını geçmiştir. Psikiyatr eğitimi uzun ve meşakkatli olması, verilen hizmet karşılığında yüksek ücretler istenmesi ve sayıca az olmaları psikologların bu işe alımını kolaylaştırmıştır. Hatta o kadar artmıştır ki psikoloji neredeyse akıl hastalığı tedavisi ile eş anlamlı kullanılır olmuştur. Diğer iki görev, travmaları ve bozuklukları iyileştirme görevinin gölgesinde kalmıştır (Seligman, 2020; 43-46).

İlk psikolojik klinik 1896'da Pensilvanya Üniversitesi'nde Lightner Witmer tarafından açılmıştır. 1909'da Freud'un Clark Üniversitesi'ni ziyaretiyle psikanalitik teori bir süre sonra hem psikiyatride hem de klinik psikolojide baskın hale gelmiştir (Maddux, 2002: 13). Bu üstünlük Birleşik Devletleri'n ikinci dünya savaşına girmesi ile daha da artmıştır. Böylece klinik psikoloji, aktif uygulamalı uzmanlık haline gelmiştir (Schultz ve Schultz, 2007: 346). Bu etkileşimden sonra klinik psikoloji genellikle psikolojik bozukluklara ve engellere odaklanmıştır. Danışanların kendilerini yenileme becerilerine ve çabuk iyileşme özelliklerine nadiren yer vermiştir (Carr, 2016: 9). Böylece çalışmalar, hastalıklar ve mutsuzluklar üzerine yoğunlaşmış, kendini gerçekleştirme, toplumların daha iyiye gidebilmesi için sağlıklı ve mutlu insan modelinin nasıl olması gerektiği gibi konular ihmal edilmiştir. Psikolojinin temel uğraş alanı insanın yıkıcılığının tamir edilmesi olmuştur (Göcen, 2012: 34).

Psikoloji son yarım asırdır akıl hastalığı ile ilgilenmiş ve kayda değer başarı elde etmiştir. Önceleri içeriği bulanık olan depresyon, şizofreni ve alkolizm gibi kavramları günümüzde net olarak ölçebilmektedir. Bu sorunların nasıl geliştikleri, genetik aktarımları, biyokimyaları ve psikolojik nedenleri hakkında bilgi sahibiyiz ve nasıl hafifletileceğini biliyoruz. Ama akıl hastalıkları içerisinde on dört tane akıl hastalığını özel ilaç ve psikoterapi formlarıyla etkisini belirgin bir biçimde hafifletebilirken sadece panik bozukluğu, kan ve yaralanma fobisi gibi iki tanesini iyileştirebiliyoruz. Bunun maliyeti ise milyar dolarları bulmaktadır. Oysa insanlar yalnızca zaaflarının düzeltilmesini istemiyor, onlar bir ömür boyu hareket etmeyi değil, anlamlı bir hayatlarının olmasını da istiyorlar (Seligman, 2020: 15, 49-51).

İlk günah doktrini Freud sayesinde psikoloji ve psikiyatriye girmiştir. Uygulamalarda bu, hastaların kişiliklerini oluşturan olumsuz içgüdüleri ve olayları

bulmak için geçmişlerini araştırma şeklinde tezahür etmektedir. Seligman bunu “kokuşmuş dogma (rotten-to-the-core dogma)” olarak isimlendirir ve pek çok kültürde tekrar ve tekrar kendini gösterdiğini söyler. Freud, bebeklik dönemindeki cinsellik ve saldırganlık ile ilgili çatışmaya karşı bireyde bir savunma mekanizması geliştiğini bu sayede medeniyet, bilim, ahlak ve teknolojik ilerleme gerçekleştiğini iddia etmektedir. Bu demektir ki bizler sebep oldukları dayanılmaz kaygı ve endişe sebebiyle bu çatışmaları bastırıyoruz ve söz konusu baskı uygarlığı oluşturan enerjiye dönüşüyor. Dolayısıyla insan masumiyetini kaybediyor. İlk günah doktrini savunanlar, gücün ve erdemin olumsuz motivasyondan türediğine inanmaktadır. Onlara göre ömrünü sokaktaki kimsesizlere, yoksullara yardım etmeye adanmış birini motive eden şey annesinin veya babasının olumsuz bir davranışını ödünlemek istemesidir. Daha en başında görevini yerine getirmek veya adaleti sağlamak gibi olumlu motivasyon kaynakları elenir. Onlara göre iyiliğin altında yatan illa gizli, olumsuz bir motivasyon bulunması gerekir (Seligman, 2020: 16-18).

Anormal (abnormal) psikoloji, insanın temel kötülüğünün evrensel olduğunu iddia eder. Buna örnek olarak kardeş kıskançlığını verir. Büyük çocukların yeni doğan kardeşlerini bir tehdit olarak algıladıkları ve onlardan pek hoşlanmadıkları hakkında yaygın bir kanı vardır. Ancak kardeş kıskançlığı, genel olarak sevgi ve ilginin kıt kaynaklar olarak kullanıldığı ailelerde görülür. Çünkü; sevgi, ilgi ve konum arzusu öldürme isteğine varan bir nefret, mantıksız bir kıskançlık, kayba bağlı üzüntü ve terkedilme korkusu gibi negatif duyguları açığa çıkarır. Fakat kardeşleri birbirine düşüren sevgi ve ilgi az bulunan bir şey olmadığı müddetçe aile içinde yeşermez. Pozitif psikoloji ile genel psikoloji arasındaki en temel ayrım noktasının bu olduğu söylenebilir (Seligman, 2020: 333).

Pozitif psikoloji resmi olarak Seligman'ın APA (American Psychological Association/ Amerika Psikoloji Birliği)'ya 1998'de başkan seçilmesi ile başladı. Akımın kurucusu sayılabilecek diğer isimler ise; Mike Csikszentmihalyi, Ray Fowler, Ed Diener, Chris Peterson, George Vaillant, Rick Snyder, Kathleen Hall Jamieson, Peter Schulman'dır. Daha sonra bu kişiler pozitif psikolojinin tanınması ve gelişmesi için konferanslar vermişler ve Pensilvanya Üniversitesi'nde Pozitif Psikoloji Merkezi'ni kurmuşlardır. Psikolojiyi “yaşamdaki en kötü bazı şeylere ilişkin araştırma”dan “yaşamı yaşanmaya değer kılan şeylere ilişkin bir araştırmaya” doğru bir odak değişikliğine çekmişlerdir (Seligman, 2020: 393-400). Kısaca pozitif psikoloji, akıl hastalığından daha çok akıl sağlığı üzerine vurgu yapmaktadır.

Pozitif psikoloji üç temel direk üzerine inşa edilmiştir. Birincisi; pozitif duygu (positive emotion) üzerine çalışmalardır. İkincisi; pozitif özellikler (positive traits) üzerine çalışmalardır. Erdemler ve güçler bu başlık altında ele alınmıştır. Üçüncüsü ve sonuncusu; pozitif kurumlar (positive institutions) üzerine çalışmalardır. Bu minvalde pozitif psikoloji; pozitif duygular, pozitif karakter özelliklerinin gelişmesi ve bu yapıların çalışmasını sağlayan pozitif kurumların, toplulukların ve insanların en üst düzeye ulaşabilmesini sağlamak için oluşturulmuş bir çalışma sahasıdır (Göcen, 2012: 35).

Pozitif psikoloji elbette bir anda ortaya çıkmadı. Vitriini itibari ile yeni bir görünüm ve güncel bir akım olsa da yaklaşımı itibariyle uzun bir geçmişi vardır. 1950’lerde Carl Rogers “hasta merkezli terapi (person-centered therapy)” kavramını ve uygulamasını geliştirir. Böylece bu insan potansiyeli konusunda etkili olarak psikolojinin insanileştirilmesine yönelik eğilimin bir parçası olmuştur. 1960’larda Aeron Beck, geleneksel psikanalitik terapinin zayıf noktalarını ortaya koymuş ve bilişsel terapiyi öne sürmüştür. Zihinsel ve duygusal bozukluklara neden olduğu iddia edilen bilinçdışının önemini reddederek psikanalize tepki göstermiştir (Collin ve diğerleri, 2017: 174-175,200). 1900’lerde James’in “sağlıklı zihin (healty mindednes)” kavramı üzerine çalışmaları, Allport’un 1950’lerde “olumlu insan özelliklerine” olan ilgisi, Maslow’un “hasta insanların yerine sağlıklı insanları” araştırması, 2000’li yıllarda pozitif psikolojinin yapı taşlarının oluşmasını sağlamıştır (Göcen, 2012: 34).

Uzun yıllar anormal (abnormal) psikoloji üzerine çalışan Seligman, pozitif psikolojinin zihnindeki ilk nüvelerinin bu süreçte ortaya çıktığını ifade eder. Depresyon üzerine çalışmaları onu “öğrenilmiş çaresizlik (learned helplesness)” kuramına götürmüştür. Ancak küçük yaştaki kızı Nikki ile yaşadığı doğuştan gelen kendi (Seligman) olumsuzluğunu vurgulayan bir olaydan sonra olumlu olan noktalara odaklanmaya karar verir (Collin ve diğerleri, 2017: 201). Çünkü kızı küçük yaşta kendi zayıf yönünün farkına varmış ve hatasını düzeltmiştir. Seligman da kızını büyütmenin onun hatalarını düzeltmek demek değil, (çünkü bunu kendisi de yapabilir) onun erken gelişmiş güçlerini desteklemek olduğunun farkına varmıştır. Odak noktasını ise çocukların güçlerini ve erdemlerini belirleyip bunları geliştirmek ve onların bu pozitif özelliklerini en iyi biçimde kullanabilecekleri ve yaşayabilecekleri en uygun ortamı bulmalarına yardım etmek şeklinde değiştirmiştir (Seligman, 2020: 58-59).

Her ne kadar yaklaşımı itibariyle uzun bir geçmişi olsa da hakkındaki araştırmalar ve kuram geliştirme çabaları daha yeni başlamış ama günden güne artarak devam etmektedir. Seligman hedefini “pozitif psikolojiyi sadece psikolojinin

odağında bir değişim olarak, hayattaki en kötü bazı şeyleri incelemekten hayatı yaşamaya değer kılan şeyleri incelemeye bir geçiş olarak ayrıca pozitif psikolojiyi daha önce yapılanların yerini alma olarak değil, sadece onlara bir ek ve genişletme olarak görüyoruz.” şeklinde ifade etmiştir. (Schultz ve Schultz, 2007: 686). Çünkü pozitif psikolojiye kadar, hiçbir bilim psikoloji de dahil olmak üzere insanın pozitif tarafını ciddi olarak ele almamıştır (Synder ve Lopez, 2002: x).

“Pozitif psikoloji (positive psychology)” terimini Motivasyon ve Kişilik (Motivation and Personality) adlı kitabında “Pozitif Bir Psikolojiye Doğru (Toward a Positive Psychology)” ifadesi ile ilk kez Maslow kullanmıştır (Maslow, 1954:). Yaklaşık altmış sene sonra Seligman bunu ekolüne isim olarak seçmiştir. Buradaki “pozitif” kavramı XIX. yüzyılda August Comte tarafından ortaya atılan pozitivizmin etkisi sonucudur. Zira bilimlerin pozitif olarak nitelendirilmesinin amacı, bilimlerin gözleme ve deneye dayandığının anlatılmak istenmesidir. Ancak biz günümüzde “Pozitif Bilim” yerine sadece “Bilim” terimini kullanıyoruz. Bir diğer ifadeyle, örneğin “Pozitif Sosyoloji” değil sadece “Sosyoloji” diyoruz. O halde Seligman neden ekolünü sadece “Psikoloji” değil de “Pozitif Psikoloji” adını vermiştir? Bunu kendisi net olarak ifade etmese de literatürden anlaşıldığı kadarıyla amacı, pozitif psikolojinin hem bilimsel hem de klinik bir girişim olduğunu ve deney ve gözleme dayandığını ifade etmek istemesidir.

Seligman’a göre pozitif psikoloji’nin oluşum süreci üç parçalı tabloyu andırır. İlk parçasını 1990’da yayınladığı Öğrenilmiş İyimserlik (Learned Optimism) adlı kitabı, ikinci parçasını 1996’da yayınladığı İyimser Çocuk (The Optimistic Child) adlı kitabı, son parçasını ise 2002’ de yayınladığı Otantik Mutluluk (Authentic Happiness) adlı kitabı oluşturur (Seligman, 2006). Daha sonra 2011 yılında yayınladığı Flourish adlı kitabıyla Pozitif psikolojiyi revize ederek yeni bir pozitif psikoloji tablosu çizmiştir.

Pozitif psikoloji işe, iyimserlik ile başlamıştır. İyimserlik günlük yaşamda çoğunlukla polyannacılık ile eş anlamlı kullanılmasına rağmen aralarında farklar bulunmaktadır. Dolayısıyla öncelikle iyimserlik, polyannacılık ve kötümserliğin aralarındaki farkları açıklamak gerekmektedir. Polyannacılar, hayatı toz pembe görmekte ve sadece hayatın pozitif yönleri ile ilgilenmektedir. Kötümserler, hayatın sadece negatif yönleri ile ilgilenmektedir. İyimserler ise hayatın hem pozitif hem de negatif yönleri ile ilgilendikleri halde daha çok pozitif yönlerine odaklanırlar (Eryılmaz, 2016: 90).

Abraham Maslow ve Carl Rogers tarafından kurulan Hümanistik psikoloji, pozitif psikoloji ile irade, sorumluluk, umut ve pozitif duygu gibi aynı öncüllere vurgu

yaptığı için (Seligman, 2020: 406) literatürde pozitif psikoloji, hümanistik psikoloji ile karıştırılmaktadır. Oysaki hümanistik psikoloji ile pozitif psikoloji arasında çeşitli açılardan farklılıklar vardır. Birincisi; kullandıkları yöntemler farklıdır. Maslow, öznel vaka olaylarını daha çok nitel yöntemle ve fenomenolojik yaklaşım ile incelerken, pozitif psikoloji titiz deneysel, nitel ve nicel yöntemlerle incelemektedir. İkinci olarak; ilgilendikleri konular arasında da farklılıklar vardır. Pozitif psikoloji ayrıca sağlık, etik, özgecilik, din ve maneviyat gibi hem bireysel hem örgütsel hem de toplumsal düzeyde ilgilanmaktadır (Linley ve diğerleri, 2006: 12). Hümanistik psikoloji, bireylerin güçlü yanlarına vurgu yapsa da kurumsal olarak bireylerin olumlu taraflarına vurgu ve bu alanda çalışmalar pozitif psikoloji tarafından başlatılmıştır (Sürücü, 2017: 228). Ancak hümanistik psikoloji ayrı bir düşünce ekolu olarak etkin rol oynamamasına rağmen çağdaş psikolojiyi, pozitif psikolojinin ortaya çıkmasına ve gelişmesine sebep olması yönüyle etkilemiştir (Schultz ve Schultz, 2007: 692).

Pozitif psikolojiye yöneltilen eleştirilerin en kayda değer olanı, insanların güçlü ve olumlu yönleri vurgulanırken, zayıf ve olumsuz özelliklerinin gözden kaçırıldığıdır (Göcen, 2012: 39). Patolojik odaklı anlayışlara bireylerin %80'ini ihmal ettikleri, onlara ruhsal hizmet sunmadıkları gibi yaptıkları eleştirilere karşın acaba pozitif psikolojide %20'lik kısmı gözden kaçırmakta mıdır? Pozitif psikoloji sadece Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisinin en üstündeki kendilerini gerçekleştirmiş insanlara mı hitap etmektedir?

Seligman, pozitif-negatif ayrımı yapmadan önce evrimin bireylere neden pozitif duygular verdiğini araştırmıştır. Ona göre eğer pozitif duygular olmasaydı veya yaşamımız sadece öfke, nefret, korku gibi negatif duygular üzerine kurulu olsaydı her şeyin açıklaması değişirdi. Oysaki evrim, bireylere hoşla gitmeyen, negatif duygular sistemiyle birlikte birde hoşla giden, pozitif duygular vermiştir. Çünkü negatif duygular, bireylere kazan-kaybet durumlarında yardımcı olmak için verilmiştir (Seligman, 2011: 120). Yemek ile yenmek arasındaki o ölümcül rekabette korku ve kaygı gibi negatif duygular insanları motive eder ve yol gösterir. Kaybetmemek veya hakkımızın yenmesini engellemek için üzüntü ve kızgınlık gibi negatif duygular insanlara yardımcı olarak motive eder ve yol gösterir. Dolayısıyla negatif duygular tecrübe edildiğinde kazan-kaybet oyununda olunduğunun işaretidir. Aynen bunun gibi pozitif duygular da kazan-kazan durumlarında bireylere yardımcı olmak için evrimleşmiştir (Seligman, 2020: 380-385).

Pozitif psikolojiye yöneltilen eleştiriler arasında pozitif psikolojinin olumlu düşüncenin yeniden ısıtılmış hali olduğu da vardır. Seligman'a göre, pozitif psikolojinin, olumlu düşünce ile felsefi bir bağı vardır. Çünkü; her iki girişimin kökleri

bireylerin özgür seçimlerine bağılı olduğu için aynıdır. Bununla birlikte aralarında deneysel bir bağı yoktur ve üç önemli fark bulunmaktadır. Birincisi; olumlu düşünme bir koltuk etkinliğı iken, pozitif psikoloji deneysel ve tekrarlanabilir bilimsel bir etkinlik programıdır. İkincisi; pozitif psikolojide bir denge durumu hakimdir. Olumlu düşünmenin çok avantajı olmasına karşın kanıtlar olumsuz düşünmenin bazı durumlarda avantaj sağladığı yönündedir. Örneğın; avukatlar olumsuz sonuçları düşünerek olası tehlikelere karşı tedbirli davranırlar ve bu manada tedbirlik tüm kültürlerde değeri verilir. Diğer bir ifadeyle pozitif psikoloji negatif duyguların önemini kabul eder ve onların varlığını inkâr etmeye kalkışmaz. Bu yüzden pozitif psikoloji olumluluğı desteklerken olumlu ve olumsuz düşünme arasında en uygun dengeyi hedeflemektedir. Üçüncüsü; pozitif psikolojinin kurucuları uzun yıllar insanların negatif taraflarıyla çalışmışlardır. Onlara göre pozitif psikoloji, genel psikolojiyi yerinden etmeyecek ona eklenecektir (Seligman, 2020: 425; Sürücü, 2017: 227).

1.1.2. Pozitif Psikolojinin Ana Teması: Önleme (Prevention)

Pozitif psikolojiden önce geleneksel psikoloji hastalık üzerine yoğunlaşarak terapi üzerine odaklandığı için psikologlar hastalık kaçınılmaz bir hal aldıktan sonra gelen hastaları tedavi etmeye çalışmışlardır. Hastalarda kısmi iyileşme görölse bile neredeyse birçoğunda tedavinin etkisi kısa sürmektedir. Çünkü ya tedavi tam etkili olmamıştır ya da iyileştigiğine inanan hasta, ilaç kullanmayı bırakmıştır. Bu da hastalığın tekrar nüksetmesine sebep olmuştur (Keyes ve Lopez, 2002: 45). Seligman'a göre bireyler henüz iyi durumdayken önleyici müdahalelerin yapılması gerekir. Bu sebeple terapi için çok geç kalınmıştır. Geçtiğimiz yüzyıldaki halk sağlığı önlemlerinden çıkarılan ana ders şudur: İyileşme kesin olmamakla birlikte önleme çok büyük oranda etkilidir. Doğum sonrası enfeksiyon hastalıklarını önlemek için ebelerin sadece ellerini yıkamasının ve doğum öncesi ve sonrası yapılan aşıların çocuk felcini önlediğinin bilinmesi buna misal olarak verilebilir (Seligman, 2020: 56).

Sadece kusurlara çare bulmakla uğraşmak büyük haritayı görmeye engeldir. Yapılan araştırmalara göre; tipine ve şekline bağılı olarak değışmekle birlikte ABD'de ruhsal bozuklukların görölme sıklığı genel nüfusa oranla %15'tir. Türkiye'de ise bu oran %20'yi bulmaktadır. Bu da demektir ki ABD'de nüfusun %85'i, Türkiye'de nüfusun %80'ine ruhsal sağlık hizmeti sunulmamaktadır (Eryılmaz, 2016: 5). Ruhsal sağlık hizmeti sunulmayan alanı risk bölgesi olarak tanımlarsak, ABD'nin nüfusu 330 milyon olarak hesaplanırsa 280 milyon kişı, Türkiye'nin nüfusu 80 milyon olarak

hesaplanırsa 64 milyon kişi risk bölgesindeki riskli kişilerdir. Bu riski azaltmanın yolu ise daha işin başındayken önleyici müdahalelerin uygulanmasından geçer. Patoloji odaklı tedaviler ise bu risk bölgesindeki riskli kişileri göz ardı ederek küçük haritada takılı kalmaktadır.

Hasta odaklı çalışan psikiyatri 1960'lardan sonra hastalık merkezli ruh sağlığı tanımını, giderek toplum merkezli olması ve kültürel araştırmaların psikiyatriye çok yeni boyutlar katması sonucu değiştirmeye başlamıştır. "Toplum ruh sağlığı hareketi" gibi devrim niteliğindeki anlayışlar, bütün dünya üzerinde özellikle Amerika ve İngiltere'de etkisini hissettirmeye başlayınca, "koruyucu ruh sağlığı" tabiri de psikolojide yerini almıştır (Sürücü, 2017: 14). Ana temasını "önleme- koruma" üzerine inşa eden pozitif psikoloji ise bir nevi koruyucu ve önleyici psikolojik etkiye ve misyona sahiptir (Sürücü, 2017: 14).

Çocuklukta ve gençlikte yapılacak psikolojik müdahaleler ile şizofreni, depresyon ve madde kullanımı önlenabilir. Seligman, çocuklar ve gençler üzerine yaptığı çalışmalarda özellikle Öğrenilmiş İyimserlik (Learned Optimism) ve İyimser Çocuk (Optimism Child) adlı kitaplarında bu konuları araştırmıştır. On yaşındaki çocuklara iyimser düşünme ve eylemde bulunma becerilerinin öğretilmesiyle ergenlikte oluşabilecek depresyonun yarı yarıya düştüğünü, azaldığını bulmuştur. Hastalıklı zihinleri ve beyinleri tedavi etmekle alakalı bilgilerimiz bu hastalıkları en baştan önlemekle ilgili bize fazla bir şey söylememektedir. Bireylerde geleceğe dönüklük, umut, kişiler arası beceriler, cesaret, akış kapasitesi, inanç vb. gibi güçlerin ve erdemlerin tanınması, desteklenmesi ve kullanılması akıl hastalığı tehlikesine karşı bir tampon vazifesi görmüştür. Pozitif psikolojiden önce akıl sağlığı konusunda önlemenin sınırlarının nerede başlaması gerektiği konusunda farklı görüşler vardı. Bu süreçte hastalıkları önlemek için yapılan ise, hastalık modellerini yeniden ısıtıp ortaya koyarak, daha önce işe yaramış tedavileri risk altındaki bireyler için daha erken bir dönemde kullanmaktı. Pozitif psikoloji sayesinde yenilenmiş bir önleme bilimi ortaya çıkmıştır (Seligman, 2020: 56-57).

Patoloji odaklı psikoloji genellikle yetişkinler üzerinde araştırmalar yapmıştır. Psikanalitik yaklaşımlar, çocukluk dönemini incelerken geri dönüşlü bir metot kullanarak yetişkinlerin sorunlarından yola çıkmış veya çocukların sıkıntılarının gerçek dünyadan değil de çözülmemiş içsel çatışmalardan kaynaklandığını iddia etmiştir. Çok küçük çocuklarda pozitif duygu ve pozitif özellikler konusunda sağlam bir araştırma temeli yoktur (Seligman, 2020: 290,314). Oysaki önleyici tedaviler için öncelikle çocuklar incelenmeli, çocukların becerilerinin gelişimine odaklanması

gerekmektedir. Ancak, çocukların ve gençlerin iyi oluşlarını ve hayatlarını tehlikeye atan tüm risklere karşı önlem almak mümkün değildir. Bunun farkında olan pozitif psikoloji, bu yüzden onlara önlem nasıl alınır nasıl korunur veya sıkıntılar ve risklere karşı nasıl adapte olunur öğretilmesi gerektiğiyle de meşgul olmuştur. Sağlıklı bir gelişim için yapılan her bir şey en az problemleri önlemek kadar önemlidir. Çünkü aynı sonuca hizmet edecektir (Masten ve Reed, 2002: 84-86).

Pozitif psikoloji sürekli değişim sürecini organize ederek çocuk psikolojisi üzerine mesai harcayarak bu boşluğu doldurmuştur. Çocukları ve bir bakıma geleceğin yetişkinlerini boşanma, ölüm ve yer değiştirme gibi yıkıcı yaşam olaylarından veya kronik hastalıklardan veya psikolojik problemler gibi zihni ve bedeni hastalıklardan korumak için üç kavram üzerinde durmuştur: İyimserlik, ümit ve kaliteli yaşam. Çocuklar bu üç beceriyi kazandıklarında okullarında daha başarılı, işlerinde daha verimli, daha uzun ömürlü, daha az öfkeli, ebeveyn çekişmelerinin, kavgalarının olumsuz etkilerine karşı daha dirençli/dayanıklı, anlaşılmaya varma, kendine güven ve rahatlama gibi davranışsal tepkilerde artma, yetişkinlikte depresyonda yarı yarıya azalma, ciddi hastalık ve yaralanmalar gibi zor şartların üstesinden gelme, daha az kaygılı olmaya bu üç beceriyi kazanmamış veya geliştirmemiş bireylere oranla daha meyillidirler (Roberts ve diğerleri, 2002: 663-673).

Geleneksel psikoterapi yaklaşımları sıkıntının hafifletilmesi üzerine odaklıyken, pozitif psikoterapi anlayışı iyi oluşun artırılması üzerine odaklanmıştır (Carr, 2016: 391). Literatürde bireylerin pozitif özelliklerini ele alan kayda değer iki pozitif psikoterapi anlayışı vardır. Birincisi; araştırma temelli olan Seligman'ın pozitif psikoterapisi ki bunun genel özelliklerinden yukarıda bahsettik. Bir diğeri ise kuramsal temelli olan Nossrat Peseschkian'ın pozitif psikoterapisi. Peseschkian ve Seligman'ın pozitif psikoterapi anlayışları arasında benzerlikler ve farklılıklar olmakla birlikte konumuzla bağlantılı olarak ikisinde de terapilerinin özünde, önleyicilik yatmaktadır (Eryılmaz; 2016; 11-17).

1.1.3. Otantik Mutluluk Teorisinden (Authentic Happiness Theory) İyi Olma Teorisine (Well-Being Theory)

Her bilimde olduğu gibi psikoloji tarihinde de bir ekole dönüşmüş düşüncelerin eksik noktalarının fark edilmesi veya değişen şartlara uyum sağlaması (zeitgeist) için yeni düşüncelere evrilmesi gayet normaldir. Bu bilimin, daha olgun olana ve daha tamam olana doğru bitmek bilmeyen bir büyüme sürecidir. Aynen bunun gibi pozitif

psikolojinin öncüsü olan Seligman da 2002 yılında yazdığı Otantik Mutluluk (Authentic Happiness) kitabında farklı bir pozitif psikoloji perspektifi çizerken 2011 yılında yazdığı Flourish adlı kitabında pozitif psikolojinin eksik yönlerini fark ederek yeni bir ana fikir, yeni bir hedef belirleyerek yeni bir pozitif psikoloji tablosu oluşturmuştur.

Bireyin iyi olma haline ilişkin “iyi olma (well-being)”, “mutluluk (happiness)” ve “değerler (values)” gibi kavramlar pozitif psikolojinin çekirdek kavramlarındandır (Göcen, 2012: 37). Bu kavramları ve bu kavramların üzerine inşa edilen teorilerin içeriğini bilmeden pozitif psikolojiyi tam manasıyla anlamış sayılmayız. Her iki teorinin de mucidi pozitif psikolojinin kurucu babası olan Martin Seligman’dır.

1.1.3.1. İlk Akım: Otantik Mutluluk Teorisi (Authentic Happiness Theory)

Mutluluk ve iyi oluş teorileri, eski çağlara dayanan bir geçmişe sahiptir. İlk çağlardan itibaren insanlar “mutluluk (happiness) nedir?” ve “iyi yaşama (good life) nasıl ulaşılabilir?” gibi soruları merak etmiş ve cevap bulmaya çalışmışlardır. Sokrates ve Platon, erdemli bir hayatla mutluluğun mümkün olabileceğine inanırken daha sonra gelen Epicurus ise hazcı ve faydacı bir yaklaşımla mutluluğun, pozitif duyguların ve zevk veren durumların fazla olmasıyla elde edilebileceğine inanmışlardır (Sürücü, 2017: 228).

Aristoteles’e göre mutluluk insanların eylemleri sonucunda meydana gelmektedir. Ona göre iyi bir yaşam için bireyin önceliklerini belirlemesi ve bu yönde plan yapması gerekir. Mutluluk araç değil, amaçtır. Birey mutlu olmayı mutluluğun kendisi için istemelidir. Bir başka ifadeyle, bireyleri mutlu eden ve içerisinde hazzı içeren bir yaşamı önelemekte, buna ulaşmak için çaba göstermesi gerektiğini iddia etmektedir (Eryılmaz, 2016: 23).

Felsefecilerin bu kavramlara ilgisi çok eskiye dayanırken psikologlarca bu konular neredeyse pozitif psikolojiye kadar ihmal edilmiştir. Felsefe eğitimi almış biri olan Seligman, bunun farkına varmış ve pozitif psikolojinin görevini Aristoteles’in “eudaemonia”yı; yeni “mutlu hayatı” aramasına benzetmiştir (Collin ve diğerleri, 2007: 201). Bu nedenle pozitif duyguları artırmanın ve güç ve erdemleri geliştirmenin Aristoteles’in “iyi yaşam (good life)” dediği şeyi bulmak için yol gösterici olduğunu söyler (Seligman, 2020: 16).

“Mutluluk nedir?” sorusu üzerine sonu gelmez tartışmalar aslında bize mutluluğun birçok yoldan elde edildiğini de söylemektedir. “Mutluluk kalıcı olarak yükseltilemez” iddiasının aksine son zamanlardaki araştırmalar mutluluğun kalıcı bir

biçimde artırılabilirliğini göstermektedir. Pozitif psikoloji de belirlenmiş mutluluk alanının daha üst seviyelerde yaşamının yollarını aramayı, hayat memnuniyetini artırmayı hedeflemektedir (Seligman, 2020: 16,391).

Pozitif psikolojinin kurucularından ve aynı zamanda “Akış (flow) Teorisi”nin mucidi olan Csikszentmihalyi’ye göre pozitif psikolojinin görevi bireyin yaşam memnuniyeti ve mutluluğudur. Seligman’ın bu konuda takipçisi olduğu Aristoteles’in görüşüne yakın bir değerlendirmeye mutluluğun, dış olaylara değil, bireyin onları nasıl yorumladığına bağlı olduğunu ve mutluluğun şans eseri ya da rastlantı sonucu meydana gelmediğini savunur (Göcen, 2012: 38-39).

Seligman’ın pozitif psikoloji üzerine ilk ve orjinal teorisi “Otantik Mutluluk teorisi”dir. Bu teoride, mutluluk üç farklı element aracılığıyla analiz edilmektedir. Bunlar; pozitif duygu (positive emotion), meşguliyet/katılım/yaşama bağlılık (engagement) ve anlamdır (meaning). Bu üç elementin her biri mutluluk kavramına göre hem daha net ölçülebilir hem de daha iyi tanımlanabilmektedir (Seligman, 2011: 7).

Seligman, pozitif duyguyu artırma yolları farklı olduğundan, bu duyguları geçmişe, şimdiki zamana ve geleceğe yönelik olanlar olarak üçe ayırır. Geçmişe yönelik duygular; doyum, hoşnutluk ve huzurdur. Şimdiki zamana yönelik duygular, hazlar (pleasure) ve memnuniyetler (gratification) olarak ikiye ayrılır. Ayrıca hazlar, kendi içinde bedensel hazlar ve daha yüksek hazlar diye ikiye ayrılmaktadır. Bedensel hazlar; güzellik, sıcaklık ve cinsel duygular gibi anlık olumlu duygulardır. Yüksek hazlar, daha karmaşık ve öğrenilmiş olayların harekete geçirdiği yine anlık zevklerdir. Bunlara; neşe, sevinç ve rahatlık gibi zevkler örnek verilebilir. Şimdiki zamanla ilgili olumlu duyguların diğer bölümü ise hazların tersine duygu olmayıp hoş giden etkinlikler olan memnuniyetlerdir. Memnuniyetler; kitap okumak, müzik dinlemek gibi bizi tam anlamıyla meşgul edip, kendimizi kaptırdığımız veya unuttuğumuz ve kendimizi tam manasıyla rahat hissettiğimiz akış durumlarıdır. Geleceğe yönelik duygular ise; iyimserlik, umut, özgüven, güven ve inançtır. Netice itibarıyla hoş giden yaşam (pleasant life); geçmiş, şimdiki ve gelecekle ilgili pozitif duyguların başarıyla yaşandığı bir hayattır (Seligman, 2020: 389-391).

Mutluluğun ikinci önemli elementi, meşguliyet/katılım/yaşama bağlılık (engagement) akış ile ilgilidir. Csikszentmihalyi’ye göre “Akış: Herhangi bir aktivitenin ve dolayısıyla tatmin edici bir hayatın optimal keyfine giden yoldur.” (Collin ve diğerleri, 2017: 199). Akış; bireyin kendini aktiviteye bütünüyle vermesi ve benliğin diğer yönlerinin farkındalığıyla yaşam durumunun geçici olarak kaybolmasıdır. Carr, akış

deneyimlerinin dokuz adet kilit özelliğinden bahseder (Carr, 2016: 144-146). Bunlar; işi tamamlamanın verdiği içsel keyif, zorlukların becerilerimizin sınırlarını zorlaması ve zorluk-beceri dengesinin kaybolmaması, eylemlerin otomatikleşmesi (meleke kazanma), hedefin net, açık ve belirsiz olmaması, geribildirim anında olması, kontrol hissi, iş konsantrasyonunun verdiği derinleşme, derinleşmenin verdiği kendimizi ayrı görmeyecek kadar öz farkındalık kaybı, yine konsantrasyonun verdiği zaman mefhumunun yitirilmesidir.

Akışın merkezinde bir duygunun, herhangi bir bilinç halinin yokluğu yatmaktadır. Bilinç ve duygu, bireye yol göstermek için vardır. Yapılan iş hatasız ve kusursuz olduğunda bunlara ihtiyaç kalmayacaktır (Seligman, 2020: 186). Akış konusunda en önemli varsayım, zorluk ve beceri dengesidir. Etkinlikler, bireylerin yetenek düzeylerinin altında ise bireyler sıkılır ve bu bireyde umursamazlığa yol açar, yetenek düzeylerinin üstünde ise endişe verir, dengede yani beceri göreve uygun ise akış gerçekleşir (Eryılmaz, 2016: 203).

Mutluluğun üçüncü ve son elementi, anlam/anlamlı yaşamdır (meaning/meaningful life). Günümüzde insanlar, anlamlı bir yaşam konusuna daha önce hiç olmadığı kadar çok ilgi göstermektedir. Yaşamlarında anlam ve amaç arayan insanların birçoğu, yeni çağ düşüncelerine ya da kurumsal dinlere yönelmişlerdir. Çünkü insanlar ölene kadar sadece hareket etmeyi değil, anlam yüklü hayatlarının olmasını da isterler. Anlamlı bir yaşam demek, bireyin kendisinden daha büyük bir şeyle birleşen bir yaşamdır ve o ne kadar büyük olursa, kişinin yaşamı da o kadar anlamlı olur. Diğer bir ifadeyle, kişiye özgü güç ve erdemleri bireyden daha büyük olan bir şeyin hizmetinde kullanmaktır (Seligman, 2020: 39,373-388). Anlam ögesinin içeriğini; bireyin dini inançları ve değerleri, ailesi ve ailevi değerleri, siyasi görüşleri, içinde yaşadığı toplumun değerleri ve milliyeti oluşturur (Eryılmaz, 2016: 15).

1.1.3.2. İkinci Akım: İyi Olma Teorisi (Well-Being Theory)

Mutluluk ve iyi olma hali üzerine çalışmalar yapılabilmesi için ilk olarak mutluluk ve sağlığın ne olduğunun tanıtılması yapılması gerekir. 1940'lerden önce sağlıklı olmak, "herhangi bir hastalık belirtisine sahip olmamak" olarak tanımlanmaktadır. Çünkü; ilk tanımlarda sağlıklı olma tanımı geleneksel psikolojinin sorun odaklı bakış açısından etkilenmiştir. Bu etki sebebiyle psikolojik iyi olma tanımı da bir sorunun var olup olmamasına göre değerlendirilmiştir. 1947'de Dünya Sağlık Örgütü (WHO) sağlıklı olmayı, "yalnız hastalık ve sıkıntı olmaması durumu olarak

değil, kişinin fiziksel, ruhsal ve sosyal olarak tam anlamıyla sağlıklı/tam bir iyi olma hali” olarak yeniden tanımlamıştır (Göcen, 2012: 26).

Bu tanımlamadan sonra literatürde psikolojik iyi olmayı (well-being) temel alan çalışmalarda bir kavram karmaşası yaşanmıştır. Farklı yaklaşım ve ölçümler sebebiyle “psikolojik iyi olma (psychological well-being)”, “mutluluk (happiness)”, “yaşam kalitesi (quality of life)”, “öznel iyi olma (subjective well-being)”, “iyilik hali” gibi kavramlar birbirinin yerine kullanılmaya başlanmıştır. Aslında adı geçen kavramları içinde barındıran terim, iyi olmadır (Sürücü, 2016: 9).

Pozitif psikoloji ile ilgili çalışmasında Göcen, İngilizcede “iyi olma hali” yerine literatürde “well-being” ve “wellness” kavramları kullanıldığını fakat aralarında fark olduğunu söyler. Türkçe’de “zindelik, fiziksel uyum, iyi oluş” anlamlarına karşılık gelen “wellness” kavramı, rahatsızlık ya da hastalık durumuna karşıt olan “eselik” kavramı ile ifade edilmektedir. Diğer bir ifadeyle eselik (wellness), çağdaş bir terim olarak sağlıklı ve iyi oluşun tüm yönlerini kuşatırken hem vücut hem de zihin için olumlu bir iyilik duygusunu ifade eder. İyi olma hali “well-being”, kişinin psikolojik, sosyolojik özelliklerine hastalık karşıtı bir yaklaşımla değil olumlu bir yaklaşım sergileyerek hem öznel hem de objektif olarak ölçülebilen bir kavramdır (Göcen, 2012: 26).

İyi olmayı ifade eden kavramların farklılaşmasının temelinde iyi olmayla alakalı iki temel bakış açısının olduğu kabul edilir. Birincisi; faydayı esas alan “eudaimonic (ödomanik)” boyut, ikincisi; hazzı temel alan “hedonic” boyuttur. Literatürde ise öznel iyi olma (subjective well-being) hazzı bakış açısına, psikolojik iyi olma ise (psychological well-being) faydacılık/ödomanik bakış açısına karşılık gelmektedir. Hazzı bakış açısı iyi olmayı, doyum ve mutluluk olarak tanımlarken, ödomanik/faydacı bakış açısı ise iyi olmayı, bireyin kendini gerçekleştirme ve insanın tam fonksiyonda bulunması olarak tanımlar. Öznel iyi olma veya hazzı bakış açısına göre iyi olmanın ölçütü; birey ve bireyin öznel değerleri iken, psikolojik iyi olma veya ödomanik bakış açısına göre iyi olmanın ölçütü; öznel değerlendirme yerine kuramcılar tarafından nesnel olarak değerlendirilmedi. Ryan ve Deci (2001), insanın bütünlüğü esassından hareketle iyi olmanın hem öznel iyi olma hem de psikolojik iyi olma bakış açısını içeren çok boyutlu bir kavram olarak ele alınması gerektiğini ifade etmişlerdir (Göcen, 2012: 29-33). Seligman’ın iyi olma teorisi hem ödomanik boyutu hem de hedonik boyutu birleştirmeye eğilimlidir. Başka bir çalışma da üçüncü bir bakış açısı olarak yaşama bağlılık perspektifi (engagement perspectives) verilmektedir (Compton ve Hoffmann, 2013: 43-46). Bu bakış açısına göre iyi olma ve mutluluk, duygusallığı daha az ima

etmekte ve daha çok dikkatimizi nasıl kullandığımıza ve faaliyetlere katılım düzeyimize odaklanmaktadır.

Thales'e göre her şeyin kaynağı sudur. Aristoteles'e göre insanın tüm eylemlerinin amacı mutluluğu elde etmektir. Nietzsche'ye göre insanın tüm eylemlerinin amacı güce sahip olmaktır. Freud'a göre ise insanın tüm eylemlerinin amacı kaygıdan kurtulmaktır. Seligman'a göre bu kocaman tezlerin büyük hataları, insanın tüm eylemlerinin amacını tek bir şeye indirgemeleridir. Tek bir şeye (monism) indirgemek ise bu büyük teorilerin ölümcül kusurudur (Seligman, 2011: 4-5). Bunu fark ettiği için Seligman, ilk teorisinde mutluluğu tek hedef olarak belirlemenin yanlış olduğunu anlamıştır.

Seligman'ın orijinal teorisi Aristoteles'in düşüncesine yakındı. Senia Maymin, Seligman'a ilk teorisin doğru olamayacağını, içinde çok büyük bir boşluk olduğunu, başarı ve üstünlüğü ihmal ettiğini söylemiştir. Çünkü ona göre insanlar sadece kazanmanın hatırı içinde başarılı olmayı isteyebilmektedir. Bunun üzerine Seligman teorisi ve mutluluk üzerine tekrar düşünmeye başlamıştır (Seligman, 2011: 4-5).

Seligman'a göre ilk oluşturduğu Otantik Mutluluk teorisinin üç eksik noktası vardır. Birincisi; mutluluğun baskın çağrışımsal anlamının kaçınılmaz bir şekilde neşeli bir ruh haliyle alakalı olmasıdır. Ancak pozitif psikoloji bir mutluluk bilimi (happiology) değildir. İlk teoride pozitif duygular, mutluluğun en dipteki anlamıdır. Hatta eleştirmenler, katılım ve anlamın pozitif duyguyu destekleyerek mutluluğu yeniden tanımladığını iddia etmektedirler. Ancak ne katılım ne de anlam nasıl hissettiğimiz ile ilgili değildir. Katılım ve anlamı istesek de bunlar mutluluğun ifade ettiği şeyin tek başlarına bir parçası değildir ve asla olamazlar. İkincisi: Otantik Mutluluk teorisinin tek hedefi, yaşam memnuniyetini artırmaktır. Ancak mutluluğun ayrıcalıklı ve tek ölçütü olarak yaşam memnuniyeti kabul edilemez. Üçüncüsü; iyi bir teori insanların seçtiği tercihleri tam manasıyla betimlemelidir. Oysaki, Otantik Mutluluk teorisinin öğeleri, insanların tercihlerinin sadece onları kendi hatırı (their own sake) için olabileceğini göz ardı etmiştir (Seligman, 2011: 7-8).

İyi olma (well-being) inşa edilen bir binaya benzemektedir. Mutluluk ise sadece bir şeydir. Otantik mutluluk teorisi hayat memnuniyeti ile mutluluğu gerçek bir şey olarak açıklamak ister. Ona göre daha çok pozitif duygu, daha çok yaşama bağlılık, daha çok anlamlı hayatı olan insanlar daha mutlu ve yaşam memnuniyetleri daha fazladır. İyi Olma teorisi, pozitif psikolojinin konusunun tek bir şeye indirgenmesine karşı çıkarak bunun tek başına iyi olmayı ifade edemeyeceğini savunur. Çünkü iyi olma inşa edilen, farklı ölçütler ile ölçülebilen hem gerçek bir şeyi hem de iyi olmanın

içine dahil olanları kapsamaktadır. Mesela hava; sıcaklık, nem, rüzgar hızı, barometre, basınç vb. gibi birçok kavramın toplamıdır. Bu değişkenler olmadan havanın nasıl bir şey olduğunu anlamak mümkün değildir. Ya da özgürlük, bilimsel olarak ölçülemeyen ama vatandaşların kendilerini özgür hissetmeleri, basına ne sıklıkla sansür uygulandığı, oy verme sıklığı vb. diğer faktörlerle ölçülebilecek bir şeydir. İyi olma da aynı hava ve özgürlük gibidir. Tek başına ölçülemez. İçerisine dahil olan elementler, unsurlar aracılığıyla ancak ölçülebilir. Bu açıdan İyi Olma teorisinde tek ölçüt olmasa da yaşam memnuniyeti de odak noktalarından birisidir (Seligman, 2011: 9).

Seligman İyi Olma teorisinin öğelerini, elementlerini belirlerken içerisinde şu üç şeyin bulunmasına dikkat etmiştir. Birincisi; iyi olmaya katkıda bulunması gerekir. İkincisi; insanların birazı değil birçoğu tarafından bu öğeler kabul edilmelidir. Üçüncüsü; elementlerin her biri bağımsız, öznel olarak tanımlanabilmeli ve ölçülebilmelidir. İyi Olma teorisinde (Well-being Theory), iyi olma beş farklı elementle analiz edilmektedir. Bunlar; pozitif duygular (positive emotion), katılım/yaşama bağlılık (engagement), pozitif ilişkiler (positive relations), anlam (meaning) ve başarı (accomplishment). Seligman, kavramların İngilizce ifadelerinin ilk harflerini kullanarak buna PERMA modeli adını vermiştir (Seligman, 2011: 7-10).

İyi Olma teorisinin Otantik Mutluluk teorisinden çok farklı noktaları vardır. Öncelikle ilk teoride üç öğe varken bu teoride pozitif ilişkiler ve başarı eklenerek beş öğeye çıkmıştır. İlk teorinin hedefi sadece hayat memnuniyetini artırmakken, İyi Olma teorisinin hedefi, pozitif duyguların, katılımın, anlamın, pozitif ilişkilerin, başarının artması ile gelişimin (flourishing) artmasıdır. İlk akımın ana konusu mutlulukken, ikinci akımın ana konusu iyilik halidir. Daha da önemlisi yirmi dört karakter gücü ilk akımda sadece katılımı desteklerken, İyi Olma teorisinde tüm faktörleri desteklemektedir (Seligman, 2011: 7- 28). Dolayısıyla bize özgü karakter güçlerini geliştirmek daha fazla pozitif duygu, katılım, anlam, ilişki ve başarıya sebep olmaktadır.

İyi Olma teorisinin ilk elementi pozitif duygulardır. Otantik Mutluluk teorisinin de ilk elementi olmasına rağmen İyi Olma teorisinin köşe taşı olarak kalmıştır. Farklılık ise konusunun mutluluk olması ve hedefinin yaşam memnuniyeti olması üzerine gerçekleşen iki çok önemli değişim olmuştur. İkinci elementi yine ilk teoride var olan, geçerliliğini koruyan ve bu sebeple kalmaya devam eden yaşama bağlılıktır. İyi Olma teorisinde pozitif duygular ve katılım, tüm faktörleri sadece öznel olarak ölçülebilmektedir. Üçüncü element, pozitif ilişkilerdir. Pozitif psikoloji diğer insanlarla da ilgilidir. Güldüğümüzde, tarifsiz neşemizde, derin anlam ve amaç hissettiğimizde,

büyük bir başarı ile gururlandığımızda biliriz ki çevremizde hep onlar vardır. Hatta Seligman'a göre sosyal ilişki halinde olmak yüksek adaptasyonla ilişkili olduğu için bireyin göze sahip olmasından daha önemlidir. Dördüncüsü; anlamdır. Kişiye özgü güç ve erdemleri kendisinden daha büyük olan bir şeyin hizmetinde kullanmaktır. Buna sahip olan kimse, zevki, coşkusu veya rahatlığı konusunda yanılmaz. Ne hissettiği bu sorunu çözer. Yaptığı bir şey yıllar sonra bile hala değerini koruyorsa o şey anlamlıdır. Beşincisi; başarıdır. Ne pozitif duygu ne anlam ne de pozitif ilişkiler olmadığında sadece onun için, başarı için bireyin kendi kendisini ikna etmesidir. İşin uzmanları kaybettiklerinde kendilerini geliştirmek, öğrenmek, problemleri çözmek ve akış deneyimlemek için oynarken, genel itibarıyla kazanmak için, başarı için oyun oynamaktadır (Seligman, 2011: 7-27).

1.1.4. Karakter Güçleri ve Erdemler (Character Strengths and Virtues)

XIX. yüzyıl toplumlarında ortaya çıkan ılımlılık hareketi, kadınların oy kullanması, çocuk işçiliği yasaları ve köleliğin kaldırılması vb. olgulardan anlaşılacağı gibi ideolojik sahada iyi karakter (good character) doktrini hakimdi. Bu doktrinin insan doğasının varlığından hareketle karakterin eylemlere yön verdiği gibi temel varsayımları vardı. Bu varsayımların hepsi Birleşik Devletlerde iç savaşın patlak vermesiyle birlikte ortaya çıkan işçi ayaklanmaları, grevler, sokaklardaki şiddetin yaygınlaşmasıyla XX. yüzyıl psikolojisinde neredeyse tümünden yok olmuştur. Önceleri normal insanlara göre ahlaksızlığın, günahın, kötülüğün, yalancılığın, açgözlülüğün, vicdansızlığın ve düşüncesizliğin açıklaması kötü karakterle ilgiliydi. Diğer bir ifadeyle, kötü karakter kötü eylemlere sebep oluyor ve herkes kendi eylemlerinden sorumluydu. Ancak tüm bu kanunsuz ve şiddete meyyal insanların neredeyse hepsi eğitimsiz, çok soğuk ya da çok sıcakta çalışan, yetersiz beslenen vb. çalışma ve yaşama koşulları kötü olan alt sınıflardan geliyordu. Bu nedenle kanunsuzluğun ve şiddetin açıklaması kötü karakterden ya da ahlaki yozlaşmadan değil, kişinin kontrolü dışındaki koşullardan yani kötü çevreden kaynaklandığı görüşü ortaya çıkmaya başladı. Diğer bir ifadeyle, kötü davranışın nedeni artık kötü karakter değil, kötü yaşam koşullarıydı (Seligman, 2020: 197-200). Dolayısıyla insanın sorumluluğu ve iradesine yapılan vurgu bundan sonra önemini kaybetti.

XX. yüzyılın başlangıcından itibaren akademik camiada ve özellikle sosyal bilimlerde bunun etkilerini görmek mümkündür (Seligman, 2011: 90). Marx'ın sosyolojide, Darwin'in biyolojide gerçekleştirdiği devrimi Freud da psikolojide

gerçekleştirmiştir (Kısa, 2013: 15). Marx, grevler ve işçi huzursuzluğunu çevreleyen genel kötülük nedeniyle işçi sınıfının suçlanmaması gerektiğini çünkü bunun sebebinin işçi sınıfının işe yabancılaşması ve sınıf çatışmasından kaynaklandığını savunur. Kimileri ise bireylerin açgözlülükleri, gözü kara rekabetlerinin doğal seçilimin karşı konulmaz gücünün bir neticesi olduğu için Darwin'i haklı bulurlar. Freud ise bilinçdışının etkisiyle yıkıcı ve kendilerine zarar veren eylemlerinden dolayı duygusal açıdan sorunlu bireylere yüklenilmemesi gerektiğini söyler. Böylece sosyal bilimlerde “çevresel hakimiyet (environmental mastery) akımı” ortaya çıkmıştır. Bundan sonra sosyal bilimlerin görevi, kentsel sorunlar suça sebep oluyorsa kentleri temizlemek, aptallığın kaynağı bilgisizlikse yaygın eğitimle bunu ortadan kaldırmak haline dönüşmüştür (Seligman, 2020: 199-200).

1937'de Gordon Allport'un “Kişilik: Psikolojik Bir Yorum (Personality: A Psychological Interpretation)” adlı eseriyle kişilik özelliği psikolojisi bilimsel bir uğraş alanı olarak ele alınırken Christopher Peterson ve Martin Seligman'ın Karakter Güçleri ve Erdemler (Character Strength and Virtues) adlı eseriyle 2004 yılında erdemlerin ve karakterlerin güçlü yönleri yaklaşık 70 sene sonra bilimsel olarak ancak ele alınmıştır. Bu zamana kadar iyimserlik ve yaratıcılık ayrı ayrı bilimsel olarak incelenmiş de karakter güçleri ve erdemlerinin pek çoğu ayrıntılı bir şekilde ele alınmamış ve bütünüyle araştırılmamıştır (Carr, 2016: 80-81).

XIX. yüzyılda karakter kavramı kullanılırken XX. yüzyılda karakterden vazgeçilmiş, kişilik kavramına geçilmiştir. Seligman'a göre bu geçişin artık geçerli olmayan üç nedeni vardır. Nedenleri ve geçerli olmama sebepleri:

1. “Bir olgu olarak karakter tamamen deneyimden türer”. Seligman'a göre davranışçılığın temel bir ilkesi olan ne olduğumuzu tecrübenin, deneyimin belirlediği tezi, çevreciliğin enkazının altında kalmıştır. Buna en büyük öldürücü darbeyi karakterin kalıtsal olması vurmuştur.
2. “Bilim kurallar koymamalı, yalnızca betimleme yapmalıdır”. Seligman, bilimin betimleme yapması gerektiğine katılmakla birlikte iyi karakterin özelliklerini mesela iyimserliğin depresyonu azalttığını, sağlığa iyi geldiğini, başarı olasılığını artırdığını da betimlemenin gerekli olduğuna inanır.
3. “Karakter değer yargısı taşır ve Viktoryen Protestanlığıyla ilişkilidir”. Seligman'a göre karakterin modasının geçmiş, XIX. yüzyıla ait XX. yüzyılın hoşgörüsüne ve çeşitliliğine uymayan bir kavram olarak algılanması dar görüşlülüktür ve bilimin önündeki en büyük engeldir.

Modern kişilik kuramının babası olan Gordon Allport da karakter yerine kişiliği kullanmıştır. Çünkü ona göre kişilik, betimleyici, tarafsız ve daha bilimseldir. Karakter ise kuralcı, ahlaki değer yargısı yüklüdür. (Seligman, 2020: 200-203).

Baymur'a göre karakterin şekillenmesinde bireyin içinde bulunduğu çevrenin ve sosyal ortamın etkisi vardır. Birey bu kanallardan edindiği değer yargılarını benimseyip, özümseyerek kişiliğin bir tarafını teşkil eden karakterini oluşturur. Bu bağlamda kişilik, karakteri de içine alır. Ayrıca kişilik, bir insanı diğerlerinden ayırmaya yarayan ruhi ve fiziki özelliklerin toplamıdır. Öztabağ'a göre insanların vücut yapıları nasıl farklı ise zihinsel ve duygusal yapıları da farklıdır. Kişilik kavramı bir insanın davranış örüntülerinin tamamını kapsar şeklinde tanımlanırsa, bireylerin sahip oldukları kişilikler arasında da farklılıkların olması kaçınılmazdır. Kişilikler arasındaki farkları oluşturan şeye ise karakter adı verilir (Özasma, 2016: 51).

Tanı uzmanlarının üzerinde ittifak ettiği bir sınıflandırma sistemi olmadan ve aynı tanı ölçütleri kullanılmadan zihinsel bozuklukları anlama ve onları tedavi etme yönünden bir ilerleme kaydedilemez. Tüm bilimsel disiplinlerde sınıflandırmalar vardır. Örneğin; kimya dersinde periyodik tablonun varlığını pek çoğumuz biliriz. Aynen bunun gibi üzerinde bir karakter sınıflandırılması olmağı müddetçe bireylerin karakterlerini geliştirecek bir müdahale de bulunulamaz. Diğer bir ifadeyle bir sınıflandırma sistemine ve karakteri ölçmek için bir yöntem ihtiyacı vardır. (Seligman, 2020: 204-206; Synder ve Lopez, 2002: 755). Çünkü; "deliliğe (madness) dur!" demenin vakti gelmiştir. Ancak hastalık ideolojisinin dilini değiştirmeden yeni bir pozitif psikoloji inşa etmek imkansız olacaktır (Maddux, 2002: 15-18).

Bunun için pozitif psikologlar, bireyin zayıflıklarını ve rahatsızlıklarını ele alan "Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM)" ve "International Classification of Diseases (ICD)" ruh sağlığı kılavuzuna karşılık, insanın pozitif özelliklerini ve erdemlerini ele alan "UNDSM-I" (Values in Action Classification of Strengths Manual) ruh sağlığı kılavuzunu oluşturmuşlardır (Peterson ve Seligman, 2004: 3). "UNDSM-I" kılavuzunda evrensel olmasa da her yerde var olan, her kültürde değerli bulunan, yapılan araştırmalar sonucunda hemen hemen tüm dini ve felsefi geleneklerin onayladığı altı erdem başlığı altında yirmi dört karakter gücü tespit edilmiştir (Seligman, 2020: 203-209). Karakter özelliklerinin tespiti ve sınıflandırılması için bir sistemin oluşturulması, araştırmacıların ilgisini çekmiş ve bu pozitif psikolojinin en önemli başarılarından biri olmuştur (Carr, 2016: 69).

Dünya üzerinde onaylanan altı erdem; bilgelik ve bilgi, cesaret, sevgi ve insanlık, adalet, ılımlılık, maneviyat ve aşkınlık'tır. İnsanın erdemli olabilmesi için altı

erdemini ya hepsini veya birçoğunu kendi iradesiyle sergilemesi gerekir. Bu altı erdem iyi karakter kavramını oluşturan temel özelliklerdir. Ancak içerikleri açısından farklılık gösterebilmektedir. Mesela; cesaretin bir samuray için anlamıyla Eflatun için anlamı birbirinden farklıdır. Konfüçyüs'ün tanımladığı insanlık ile Aquinas'ın caritas'ı aynı şey değildir (Seligman, 2020: 208-218).

Bilgelik ve bilgi erdemi başlığı altındaki karakter güçleri; merak, öğrenme aşkı, eleştirel düşünme, özgünlük, duygusal zeka, bakış açısıdır. Cesaret erdeminin karakter güçleri; yiğitlik, azim, doğruluktur. İnsanlık ve sevgi erdeminin karakter güçleri; nezaket ve cömertlik, sevmek ve sevmektir. Adalet erdeminin karakter güçleri; vatandaşlık, hakkaniyet, önderliktir. İlmîlilik/Ölçülülük erdeminin karakter güçleri; öz denetim, sağ duyu, alçak gönüllülüktür. Aşkınlık erdeminin karakter güçleri ise; estetik ve mükemmelliğin takdiri, minnettarlık, umut, iyimserlik ve geleceğe dönüklük, maneviyat/amaç duygusu/iman/dindarlık, merhamet, şevk ve mizahtır (Peterson ve Seligman, 2004: 29-30). Zekilik, atletiklik, titizlik, tutumluluk gibi kişilik özellikleri tüm kültürlerde aynı olmadığı için sınıflandırılma sisteminin dışında bırakılmıştır (Carr, 2016: 92).

Seligman, kas fizyolojisindeki tonik etkinlik (kas boştaiken temel elektriksel etkinlik) ve fazik etkinlik (kas hareket ettirildiği ve kasıldığı zamanki patlayan temel elektriksel etkinlik) gibi güçlerin bazısının tonik bazısının fazik olduğunu iddia eder (Seligman, 2020: 36-37). Psikoloji genellikle tonik etkinliklerle ilgilenir. Örneğin; genel psikoloji, depresyon ve öfke gibi olguları ölçerek gerçek dünyayla karşılaştıldığı zaman bireyin ne yapacağını tahmin etmek ister. Ama yaptığı tahminler her zaman doğru çıkmaz. Çünkü; yüksek zeka katsayısına sahip biri başarısız olabilirken zeka katsayısı düşük olan biri zorunluluktan dolayı başarılı olabilmektedir. Ona göre merak, sadakat, maneviyat vb. tonikken; dayanıklılık, farklı bakış açısı, cesaret vb. faziktir. Bu fazik güçler eskiden kalma güçleri harekete geçiren zor bir dönemde ortaya çıkmaktadır.

Erdemler ve güçler arasında bazı farklar vardır. Erdemler, psikologların çalışmalarında kullanamayacakları kadar soyuttur ve bir erdeme ulaşmanın birden fazla yolu vardır. Erdemlerin aksine güçler ise ölçülebilir ve elde edilebilirdir. Erdemler farklı zaman ve durumlarda görülebilen psikolojik özelliklerdir. Erdemler kendi başına değerli ve çoğunlukla iyi sonuçlar doğurur. Bazen açıkça faydalı ve yararlı sonuçlar doğurmasa bile erdemler sırf kendileri adına değeri hak eder. Güçler, isteğe bağlı ve kendilerinden başka bir gerekçe gerektirmeyen durumlardır. Bir insanın erdemi veya gücü göstermesi diğer insanları küçültmez. Aksine onlarda bu erdem ve gücü gözlemlemekle yücelir ve esinlenirler, onlara kıskançlık ile değil gıpta ile bakarlar.

Kültürler, kurumlarla, rol modelleriyle, mesellerle, atasözleri ile, çocuk masalları ile erdemi ve gücü etkili bir biçimde simgeler ve desteklerler. (Seligman, 2020: 208-217).

Seligman, güçler ve erdemler konusunu ele alırken beceriler (talents) ve güçler (strengths) arasında da ayırım yapmıştır. Her ikisi de pozitif psikolojinin araştırma konuları olmasına rağmen aradaki açık bir fark, güçlerin ahlaki özelliklerden olması becerilerin ise ahlakla ilişkisi olmamasıdır. Beceriler genellikle güçler kadar geliştirilebilen şeyler değildir. Beceriler; ses güzelliği, yüz güzelliği gibi daha çok doğuştandır. Güçler ise zayıf bir temelin üzerinde köklenip yeşerebilir. Becerilere doğuştan sahip değilsek bu becerilerin ne kadarını elde edebileceğimiz konusunda kısıtlamalar vardır. Güçler ise elde edildiği vakit onlara gerçekten sahipsinizdir. Beceriler sadece irade gücüyle elde edilemezken güçler sırf iradeyle elde edilebilir. Bu açıdan pozitif psikolojide iyi karakter kadar irade ve sorumluluk da merkezi bir öneme sahiptir (Seligman, 2020: 211-219).

Karakter güçleri ve erdemler irade eylemleri ile gösterilmeleri sebebiyle ödül ve ceza yoluyla şekillendirilebilir. İradeyi işe koşmayan eylemler ise ödüllendirilemez ve cezalandırılmaz. Bu ayırım yıllarca öğrenme kuramcılarının aklını karıştırmıştır. Diğer bir ifadeyle, bazı eylemler ödül ile pekiştirilince artıp, cezalandırılınca azalırken bazı eylemler için bu etki söz konusu olmamaktadır. Bazı eylemler ne ödülle artmakta ne de cezayla azalmaktadır. Çünkü; bu eylemler göz kapağının açılıp kapanması gibi iradeyle alakalı değildir. Güçler ise irade yoluyla elde edilebildiği için bir kültür neyin iyi karakter sayılıp sayılmayacağı konusunda erdemleri ve güçleri destekleyerek veya karşı durarak iyi karakterin oluşmasına yardımcı olabilmektedir. Aslında insanoğlu yücelme, esinlenme ve gurur gibi pozitif duygularla iyi karakterden çıkan irade eylemlerini ödüllendiren tikslenme, utanç ve suçluluk gibi negatif duygularla kötü karakterden çıkan irade eylemlerini cezalandıran bir donanıma sahiptir (Seligman, 2020: 430).

Pozitif psikolojiye yöneltilen eleştirilerin arasında karakterin güçlü yönlerinin ve erdemlerin aksiyonda değerler sınıflandırılmasıyla altı erdem başlığı altında yirmi dört karakter gücünün aslında yeni gibi sunulan eski fikirler olduğu iddiasıdır. Bu eleştiriye göre yirmi dört karakter gücü beş büyük kişilik özelliği teorisinden başka bir şey değildir. Kişilik özelliği teorisi; duygusal denge (nevrotiklik), dışa dönüklük, deneyime açıklık, uyumluluk ve sorumluluktan oluşan Beş Faktör Modeli'nin hakimiyeti altındadır. Ancak farklı çalışmalar karakterin güçlü yönleri ve erdemleri ile beş faktör modelinin örtüştüğünü ama yine de aralarında farklar olduğunu söyler. Aksiyonda değerler, karakter güçlerinin beş büyük tarafından ele alınan değerleri ölçtüğü buna

ilaveten insan tecrübesinin ve davranışının ahlaksal boyutunu da ele aldığı görülmektedir. Diğer bir ifadeyle karakterin güçlü yönlerinin ve erdemlerin aksiyonda değerler sınıflandırmasının beş büyüğe ilave nitelikleri değerlendirdiği belirtilmektedir. (Carr, 2016: 99).

Pozitif psikolojideki karakter güçleri ve erdemleri ile geleneksel kişilik özelliği psikolojisinin amacı ve gelişme aşamaları birbirinden farklıdır. Pozitif psikoloji, erdemleri ve güçleri iyi bir yaşamla ilişkili kişilik özelliklerinin belirlenmesi için ele almıştır. Bunun sonucu olarak belirlediği ve çalıştığı özellikleri ahlaki değeriyle büyük ölçüde irtibatlandırırken geleneksel kişilik özelliği psikolojisi bilimsel bir uğraş alanı olarak ondan ayrılmıştır. Ayrıca karakterin güçlü yönlerinin gelişimi genetik etmenlere bağlıyken kişiliğin gelişimi daha çok çevresel etmenlere bağlıdır hipotezi gerçeği tam olarak ifade etmemektedir. Steger ve arkadaşlarının ikizler üzerinde yaptığı çalışmada yirmi dört karakter gücünün yirmi bir tanesinin genetik ve paylaşılmayan çevresel etkilerle alakalı olduğu tespit edilmiştir. Diğer bir ifadeyle karakter güçleri, kişilik özellikleri ölçümleriyle ılımlı bir örtüşme içerisindedir. Çocuklar ve ebeveynleri üzerine Park ve Peterson'un yaptığı çalışmalara göre çocuk ve ebeveynlerinin güçlü yönleri arasında önemli korelasyonlar olduğu saptanmıştır (Carr, 2016: 79-98).

İKİNCİ BÖLÜM

İMAN

2.1. DİN VE MANEVİYAT

2.1.1. Din

Din konusu insanlık tarihinin en eski ve en eskimez gündem maddesidir. Son zamanlarda toplumsal hayattaki yeri ve etkisinde bir azalma ve güç kaybetme olsa da halen insanlığın en etkili anlam odağı ve kaynağı olarak din, varlığını sürdürmektedir (Hökelekli, 2016: 15). İnsanlık tarihi bir bakıma dinin tarihidir. İnsan varsa din de vardır, din varsa insan da vardır. Öyle ki din fenomenini ortadan kaldırarak bir insanlık tarihi yazmak mümkün değildir. Çünkü din fenomeni neredeyse insan eyleminin her çeşidine karışmış durumdadır (Kısa, 2013: 164). Adeta en gizli düşüncelerimize bile sirayet etmiştir. Bu kadar insanla ilişkisi olmasına rağmen din nedir? Veya dinin tarifi mümkün müdür? Ortak paydada buluşulan bir din tanımı var mıdır? Eğer varsa, bu din tanımı tüm dinleri ne kadar ifade edebilmektedir? Literatürde din nasıl tarif edilmektedir?

Yukarıdaki sorulara cevap vermek o kadar kolay bir iş değildir. Zira din tanımının farklı dinleri de kapsayıcı olması gerekmektedir. Hinduizm gibi belli bir kurucusu olmayan, Budizm gibi aşkın bir Tanrı inancı bulunmayan, Antik Roma dinleri gibi sadece ritüeller (ibadetler) üzerine kurulu dinler vardır. Bununla beraber teistik dinlerde bile inanç açısından büyük oranda farklılık vardır. Daha işin başında teistik dinler farklılıklarından dolayı monoteist ve politeist diye ikiye ayrılmaktadır. Ayrıca “monoteist” dinlerde Yahudiler Tanrılarını millileştirirken, Hristiyanlar da tek tanrının özü itibarıyla aynı olmakla birlikte tezahürünün üç farklı şekilde ortaya çıktığını kabul eder. Müslümanlar ise Tanrıyı; doğmayan, doğrulmayan, farklı şekillerde bedenlenmeyen ve belli bir kavme has olmayan şeklinde tasavvur eder ve inanır (Yapıcı, 2007: 7). Bu ayrımlar ve farklılıklar göz önüne alınırsa tek bir din tanımının neredeyse imkânsız olduğu söylenebilir.

Yener'e göre din konusu ele alındığında birçok araştırmacının takıldığı ilk engel, ilk problem tarif meselesi olmaktadır (Yaparel, 1987: 403). Her tanım bir yönüyle gerçekliği yansıtırken diğer yönüyle hakikati ifade edememe riski altındadır (Yapıcı, 2007: 8). Acaba bu sorunun kaynağı nerededir? Tarif edici konumundaki insanda mı? Ya da tarif edilen din unsurunda mı? Gerçekten din, insanın tam

anlamıyla görebileceği bir şey olmadığı için mi yoksa kendisinin çok değişik biçimlerde tezahür etmesinden ötürü mü tarifinde zorluk yaşanmaktadır? (Yaparel, 1987: 405).

Birand'a göre çok boyutlu görünüme ve kompleks bir yapıya sahip olan dinin tarifini zorlaştıran faktörler şunlardır: a) Dinin mahiyeti; kendi özelliğinden kaynaklanan sorunlar b) Tarif edenin kendi kişiliği; insan bilgisi ve dünya görgüsü gibi c) Tarifin yapıldığı genel hava veya o anda hâkim olan düşünceler; sosyal, siyasi, iktisadi alandaki baskın akımlar (Yaparel, 1987: 405). Pergamentin ifadesiyle "Din söz konusu olduğu zaman çok az insan tarafsız kalabilmektedir." (Aktaran Yapıcı, 2007: 1). Yani din tarifinde her din mensubu benimsediği veya içinde yaşadığı dini ve kültürel ortamın etkisi şu veya bu şekilde tarifine yansımaktadır. Bu etkinin dışında kalarak din tarifi yapmaya çalışanların sayısı ise yok denecek kadar azdır (Küçük ve diğerleri, 2015: 3)

Yine bu faktörlere rağmen, dini tarif etmek zorunda olanlar ve teşebbüs edenler olmuştur. Leuba dinleri üç grup halinde sınıflandırmıştır. Sınıflandırması ise dinin hangi yönüne ağırlık verildiği üzerinedir. Bu sınıflamaya göre, dinin akli (intellectual), hissi (emotional), veya iradi/uygulamalı (voluntaristic/practical) cephesine ağırlık veren üç tip tariften söz edilebilir (Yaparel, 1987: 406).

John Ferguson dünya dinlerine dair kitabında on yedi din tanımı sıralar. Bu tanımlar; teolojik, ahlaki, felsefi, psikolojik ve sosyolojik tanımlar olarak sınıflandırılabilir. Ferguson dini; Tanrı ya da bir kısım tabiatüstü manevi güçlerle ilişkili olanlarını teolojik tanımlara, bireylerin nasıl yaşamaları gerektiğini anlatmaktan ibaret olanları ahlaki tanımlara, teolojik tanımlarla ilişkili olsalar da genel olarak dini; gayri şahsi, soyut bir kavrama uygun olarak tasvir edenleri felsefi tanımlara, obje karşısında insanın duyguları, hisleri ve psikolojik durumlarıyla alakası olanları psikolojik tanımlara, kültürel normları şekillendiren bir grup bilinci ya da genel olarak toplumun üretimi olarak vurgulayanları ise sosyolojik tanımlara dahil eder (Cox, 2004: 18-26).

Biz ise daha çok psikoloji alanında geliştirilen tarifleri ele alacağız. Clark, psikoloji sahasında geliştirilen tariflerin üç tipe ayrılabilirliğini ileri sürmektedir. Buna göre birinci tipte, dini psişik hayatın vazgeçilmez bir unsuru olarak gören tanımlar bulunmaktadır. Bu tür tanımlarda din ve hayat adeta birbiri içine girmiş haldedir. İkinci grup tarifler, dinin sosyal tezahürünü öne çıkarmakta ve dini insanlar arasındaki münasebetten (give-and-take) neşet eden bir şey olarak görme temayülü göstermektedir. Üçüncü kategorideki tanımlar ise, ferdi ve onun tecrübelerini (experience) vurgulamaktadır. Bununla beraber, sosyal-psikolojik diyebileceğimiz

yani hem ferdi hem de toplumu göz önünde bulunduran tariflerde vardır (Yaparel, 1987:407).

Şimdiye kadar dini tarif etmenin ne kadar zor olduğunu ve tarif edenlerinde dinin sadece bir veya birkaç boyutunu ele alarak oluşturduğu din tanımlarının çeşitliliğinden bahsettik. Şimdi ise din kavramını ve tanımını ele almaya çalışacağız.

İsimlendirme biçimi farklı olsa da yeryüzünde hemen hemen her dinde ve kültürde “din” değişik kelimeler ile ifade edilmektedir. Örnek olarak din; Pehlevi dilinde (eski Farsça) “den” ve sonraki dönemlerde Farsça’da “din”; eski Yunanca’da “thrioheya”; İslamdan önce Türkler arasında “dım”, “darm”, “non”, “den” ve İslamdan sonra ise “din”; Hint kültüründe ve Sanskritçe’de “dharma” Budizm’in kutsal dili Pali dilinde “dhamma”; Sabiilikte “dına” ve “kuştā”; Yahudiler arasında önceleri “abodath elohim” terimi, aynı zamanda “din” kavramını da ifade etmekte iken kutsal kitap sonrasında “dath”; Hristiyan batı dünyasında da Latince “religio” kelimesinden türeyen “religion” kelimeleri ile karşılanmıştır (Küçük ve diğerleri, 2015:5-8).

Eski Yunanca’da din; korku ile karışık saygı, örf ve âdet anlamındadır. Fars/İran kültüründe ise yol, mezhep, ayin, yöntem, tarz gibi anlamlara gelmektedir. Budizm de ise din; şeriat, kanun, yol, düzen, doğruluk, örf-adet, fazilet, görev-sorumluluk, hakikat, kanun, adalet, kurban töreni, ahlak gibi anlamlara gelmektedir. Hristiyanlıkta ise dini inanç, dini bağlılık, dini yükümlülük, dini tören, dini kurallara uyma, büyük saygı, hürmet, kutsallık, tapınma biçimi ve kült gibi anlamlara gelmektedir. İslam’da ise din kelimesi Kur’an’da 95 ayette geçmekte farklı anlamlar ihtiva etmekle birlikte daha çok “örf ve adetlere” vurgu yapıldığı dikkat çekmektedir. Diğer anlamlar ise; ceza, mükafat, hüküm, hesap ve karşılıktır (Küçük ve diğerleri, 2015:5-8).

Görüldüğü üzere, hemen her kelimenin farklı kültürlerde farklı etimolojileri vardır. Bu nedenle herhangi bir kelimenin farklı kültürlerde değişik manada anlaşılması veya değerlendirilmesi, kültürler arasında önemli farklılıklardandır. Watt’a göre İngilizce’de din anlamına gelen “religion” ile “din” kelimeleri eş anlamlıdır. Fakat Müslüman için din, hayatın her yönünü kuşattığı halde, sıradan bir Avrupalı Hristiyan için religion, hayatın ancak küçük bir bölümünü içine almaktadır (Yaparel, 1987: 408). Bu da din üzerine yapılan araştırmalarda ulaşılan literatürün hangi kültür ve din içinde veya hangi din için yapıldığına dikkat etmenin önemini göstermektedir.

Dini; numinosumun yani kutsalın bir tecrübesi olarak değerlendiren Rudolf Otto ve Jung’un, kişisel bağlılık, duygusal yaşantı ve sübjektif şuurun bir gerçeği olarak gören James’in, bir yanılsama olarak değerlendiren Freud’un, kutsalla ilişkili bir

tarzda anlamın araştırılmasına yönelik bir yöntem olarak tarif eden Pargament ve Frankl'ın tanımları, dini birey merkezli açıklayan ve dinin bireysel boyutuna vurgu yapan tanımlardır. Vergote kendisinin de psikolojiyle bağlantılı olduğunu söyleyerek dini tabiatüstü bir varlık ya da varlıklar ile ilişkili olan birtakım işaretlerin, davranışların, duyguların ve dilin bütünü olarak tanımlamıştır (Balcı, 2011: 17).

Kısaca söyleyecek olursak Gallowey'e göre iyi bir din tarifi, dini tecrübeye hep birlikte iş gören psikolojik faktörlerin her birini bir ölçüde göz önünde bulundurarak onlara atıfta bulunmalıdır. Çünkü dini tecrübenin ya da dinin oluşumunda hissi, ameli ve kognitif faktörler hep birlikte etkili olmaktadır (Yaparel, 1987: 413).

Sonuç olarak dinin bu kadar çok tanımının olması ve tarifler arasındaki farklılıklar dinin özü, mahiyeti itibari ile değil dinin bütününe teşkil eden değişik boyutlardan hangisinin daha çok önemsendiğine bağlı olarak ortaya çıkmaktadır (Yaparel, 1987: 413). Bu da dinin farklı ve çok tanımının olmasını kaçınılmaz kılmaktadır.

2.1.2. Din ve Maneviyat İlişkisi

Günümüzde bazı kesimler tarafından din ve maneviyat aynı şeyler olarak algılanmaktadır. Bazı kimseler maneviliğin sadece dinin özel bir veçhesine ait olduğunu düşünmektedir. Mesela; ülkemizde yürütülen “Manevi Danışmanlık” hizmeti sadece dini danışmanlık olarak anlaşılmaktadır. Çağımızın seküler ve dinsel niteliği ise genel olarak manevilik kavramı etrafında tartışılmaktadır (Kurt, 2016: 292). O halde din ve maneviyat eş anlamlı mıdır? Ortak noktaları var mıdır? Varsa nelerdir? Literatürde din ve maneviyat nasıl değerlendirilmektedir?

Son yirmi yıldır önce popüler kültürde daha sonra ise psikoloji ve ilahiyat literatüründe maneviyata karşı yoğun ilginin görülmesi, din ve maneviyat karşılaştırılmasının sıklıkla yapılıyor olması günlük hayatın içerisinde maneviyat ve bununla ilgili kullanımların (mana, manevi, ruhsallık, spiritualite vb.) din ve psikoloji haricinde de yer bulması, bu kavramların ne olduğu konusunda anlaşmazlıklara ve karmaşaya neden olmuştur. Maneviyat ve dini ayıran ya da maneviyat ve dini eş anlamlı değerlendiren, maneviyatı dinin içinde ya da dini maneviyatın içinde değerlendiren yaklaşımlar mevcuttur. Bu yaklaşımların farklılığının din ve maneviyat gibi geniş kapsamlı kavramların dar tanımlar içerisinde ele alınmasından doğduğunu iddia eden Hill ve ark. (2000)'e göre: “Maneviyat da din de yapıları bakımından çok

boyutlu ve kompleks fenomenlerdir ve yapılan her bir tanım sınırlı bir bakış açısını ve sınırlı bir görüşü yansıtır.” (Göcen, 2018: 291).

Mitoloji üzerine yaptığı çalışmada Göcen’e göre her ne kadar bu konunun tartışılması ilk bakışta yüzeysel ve terminolojik gibi görünse de bunun insanın varoluşuna kadar incek sebepleri, bugünün sıkıntılarını anlamayı sağlayacak derinliği vardır. Her dönemde olduğu üzere kutsal tecrübesi isteği ve ihtiyacı, günümüzde de engebeli yollarla karşılaşmış ve bu yüzden çeşitli şekillerde ortaya çıkmaktadır. Çünkü bu tecrübe, dini ya da manevi olarak birbirinden ayrılrsa da bu iki arayışın da ortak ve başlangıç noktası, kutsaldır. İki olguyu birbirinden ayırırsa; dinin kurumsal yönünün tırpanlanarak bireysel bir din oluşturma çabasıdır (Göcen, 2018: 291).

Pargament’e göre maneviyat, işlevsel bir din için anahtar görevindedir. Maneviyat kutsalı aramak olarak tanımlanabilir. Adeta içinde kutsalı hissettiren her şey maneviyatla alakalıdır. Meditasyonlar, dinlerdeki uygulamalar, bir feministin görüşüne adanmışlığı, İncil okumaları, yoga, müzik ve daha niceleri. Bu kadar farklı yolların kesişim noktası kutsalla ilişkili olmasıdır. Gördüğümüz dünyevi objeler bile kutsalla ilişkili olabilir (Pargament ve Mahoney, 2002: 646-659). Gelişmiş düzeydeki bazı dinsel tecrübeler, tüm hayatı kutsalla özdeşleştirmektedir. Kutsal, evvela, gerçek bir olgudur. İnsan ne kadar dine yakınsa o kadar gerçeğe yakındır ve anlama yaklaşarak anlamsızlığın gerçek dışılığından kurtulur. Bu nedenle insan, hayatının tümünü kutlamak ister (Eliade, 2003: 434-435).

1900’lü yıllardan itibaren din ve maneviyat aşağı yukarı aynı manada kullanılırken, yaklaşık elli yıldır farklı manalarda kullanılmaya başlanmıştır. Çünkü insanlar, yaşamdaki manevi yönelim ve anlamlarını bulmak için yerleşik dini yapıların dışına bakmaya başlamışlardır (Paloutzian, 2017: 12).

Maneviyat ve dini birbirinden ayrı değerlendirenler, içerik ve yapı bakımından birbirinden farklı olduğunu düşünmektedir. Manevilik terimi giderek artan bir biçimde, dini kurumların dışında var olan dindarlık biçimlerini açıklamak üzere kullanılmaktadır. Bu anlamdaki manevilik “mabetsiz manevilik” ile eş anlamlıdır. Özellikle kurumsal dinden başka alternatifler arayanlar arasında “zihin-beden-ruh” gibi ifadeler popüler bilince girmiştir. Böylelikle maneviliğin dili, gitgide artan bir şekilde anlamsız olarak düşünülen dinden bir kopuşu belirtmek için kullanılır hale gelmiştir (Kurt, 2016: 293).

Göcen’e göre bu ayırım ve karşılaştırma psikoloji üzerinden çözümlenmek istenmektedir. İşlevselci bir bakış açısıyla kutsal ile ilgili yaşantılar acıların dindirilmesinde, ölümle yüzleşmede, sıkıntılı olaylarla başa çıkmada içsel gücün

etkisini gözler önüne çıkarmakta ama bu içsel gücü de geleneksel ve kurumsallaşmış din üzerinden yapılması istenmemektedir. Burada psikologların anladığı din tanımı ve dindarlık için kullanılan yüzeysel ölçeklerin yetersizliği gibi birçok farklı değişkenin rol oynadığı söylenilebilir. Ama bu yine de durumu değiştirmemektedir (Göcen, 2018: 292).

Şahsi dini tecrübenin artan önemi son zamanlarda gerek Batı'da gerekse Doğu'da mistik ve tasavvufi yorumların yükselen popülaritesinde kendini gösterir. Bazı din sosyologları dini bağlılığın bu modern biçimlerini "ait olmadan inanma", ya da "inanmadan ait olma" gibi özel kavramlarla somutlaştırmaya çalışmışlardır (Çelik, 2013: 265). Amerikan vatandaşları üzerine yapılan çalışmalarda kendini "ait olmadan inanma" şeklinde tanımlayan kişiler sayıca önemli çokluktur (Miller-Perrin ve Mancuso, 2015: 12). Ayrıca kendilerini hem dini hem manevi olarak nitelendirenler olduğu gibi kendilerini ne dini ne de manevi olarak veya manevi ama dini değil veya dini ama manevi değil olarak nitelendiren bireyler giderek artmaktadır (Paloutzian, 2017: 13).

Dini, maneviyatın içerisinde değerlendirenler, dinin dışında çok boyutlu bir yapı olarak anlaşılan maneviyatı üç kategoriye ayırırlar. Birincisi; Tanrı-yönelimli, teolojideki düşünce ve uygulamalar olarak yani teolojilerde düşünce ve pratiğin nedeni olarak öne sürülen ve tasavvur edilen tanrı-yönelimli bir maneviyat. İkincisi; dünya-yönelimli, tabiat ya da ekoloji odaklı bir maneviyat. Üçüncüsü; insan- yönelimli, insanın başarısını ve potansiyelini vurgulayan bir maneviyat (Miller-Perrin ve Mancuso, 2015: 14). Psikolojide din ve maneviyat, anlam arama arayışının bir uzantısı olarak ele alınmaktadır. Bu yönüyle insan, üç çeşidi de kendisine bir amaç ve gaye edinebilir. Maneviyatın da kelime anlamı olarak, aslı "mana" dan geldiği için içerisinde kendisine anlam, gaye ve amaç bulunabilecek şeyleri kapsamaktadır. Buradaki asıl soru en yüce gaye hangisidir? Veya en büyük anlam hangisinde bulunabilir?

Literatürde maneviyatın ve dindarlığın birbirinden farklı kavramlar olduğu belirtilmektedir. Maneviyat, bireylere güç ve huzur veren içsel inanç sistemi olarak adlandırılmakta ve dindarlık, kurumsal ritüeller, pratikler ve inançlar olarak değerlendirilmektedir. Bunlara ek olarak din; kurumsal, dogmatik ve kısıtlayıcı olarak ele alınırken maneviyat ise; kişisel, öznel ve yaşam alanlarını genişletici bir yapı olarak değerlendirilmektedir (Eryılmaz, 2016: 140-141). Ancak konuya İslam dini açısından bakacak olursak, kurumsal ve bireysel dindarlığın temelde birbirini tamamlayıcı olduğu açıkça söylenebilir (Yapıcı, 2007: 27).

Hökelekli de manevi yaşamı ele alırken batı toplumlarında son zamanlardaki gelişmelerin, dini; önemsiz ve değişime bir engel, aşkının bireysel tecrübesini engelleyen bir unsur olarak manevi yaşamın ise aşkını eksiksiz bir farkında oluş tecrübesi veya bireyin olgun bir var olma tarzı şeklinde nitelendirildiğini ifade etmiştir. Ayrıca her ne olursa olsun insanın nihai bir gücü düşünmesi; kendilik (self), yaşam gibi kesin tanımlanabilen değerler vasıtası ile karakterize edilen bir var oluş tarzı olduğunu ifade etmiştir (Hökelekli, 2016: 45-46).

Eliade'ya göre tarih, yeni dinsel deneyimler ortaya çıkarsa veya var olan deneyimleri felce uğratsa da dine olan gereksinimini yok edememiştir. Dinler tarihi, bu değerlerin kayboluşu ve yeniden keşfi arasında gider gelir; ama bu kayboluşlar ve yeniden keşifler hiçbir zaman son bulmamış ve bulmayacaklardır (Eliade, 2003: 439).

Göcen kutsal ortaya çıkmak için bir şekilde kendini ifade edecek, gösterecek bir yol, bir tarz bulur ve gün yüzüne çıkar, bu ister din ile olsun ister maneviyat ile derken en büyük tehlikenin ise kutsalın dünyevi alana dönüş yapıyor gibi görünmesine karşın aslında kutsalın dünyevi alanda metalaşmasında, fonksiyonelleşmesinde, ilaçlaşmasında ve dinin Luckmann'ın deyimiyle "görünmeyen din" olarak bireyselleşmesinde olduğunu söyler (Göcen, 2018: 292).

Sonuç olarak, kanaatimizce din ve maneviyatı eş anlamlı olarak değerlendirmek veya tamamen farklı olgular olarak ele almak yanlış olacaktır. Tarihi süreç içerisinde dine olan gereksinim farklı kavramlar ile ifade edilmiş ve inanma ihtiyacı değişmeyeceği için farklı kavramlar ortaya çıkmaya devam edecektir. Ancak değişmeyen tek şey ise hem dini hem de manevi alanın merkezinde kutsalla ilişkili, kurumsal bağlamın içinde ve dışında olan ve her ikisinin de özünü oluşturan iman kavramıdır.

2.2. EPİSTEMOLOJİK AÇIDAN İMAN

Çok yönlü ve çok boyutlu bir kavram olarak iman, eskiden beri filozofların üzerinde durduğu kökleri Eflatun'a kadar uzanan bir konudur. İman o dönemde felsefi bağlamda bilgi, doğru inanç ve bilgi-inanç ilişkileri olarak incelenmiştir. Modern felsefede ise Descartes, Locke, Hume ve Kant gibi filozoflar bu konuyu en geniş manada "bilgi teorisi" başlığı altında felsefenin temel bahislerden biri olarak ele almışlardır. XIX. yüzyılda J.F. Ferrier ilk kez "bilgi teorisi" yerine onunla eş anlamlı olan "epistemoloji" terimini kullanmaya başlamıştır. Felsefe dallara ayrılınca epistemoloji "bilgi felsefesi" teriminin fonksiyonunu yüklenmiştir. Epistemoloji,

Psikoloji ve özellikle Mantık ile yakın ilişki içerisindedir. Ancak Epistemoloji'nin dile getirdiği bakış tarzı Mantık'ın kurallarına daha fazla riayet eden bir bakış tarzıdır (Özcan, 2016: 9-11).

İnanan, inanılan ve bu ikisi arasındaki ilişkiden ibaret olan iman ilişkisi Epistemoloji, Psikoloji ve Din Felsefesi'nin doğrudan konusunu teşkil etmektedir. Bu kavramları birbirinden tamamen bağımsız olarak ele almak mümkün değildir. Diğer bir ifadeyle bu unsurlar birbirinden ayrılmaz bir üçlüdür. İman ile ilgili tartışılan meselelerin çoğu ya süje ve objeye dayalıdır ya da dolaylı olarak onları ilgilendiren konulardır. Psikolojik açıdan ele aldığımızda, iman inanandan soyutlanmadan ele alınmakta ve inanan (süje) inanılandan (obje) daha ön plandadır. Din Psikolojisi, imanı bizzat inanan bireyin bedensel ve zihni gelişme dönemlerine bağlı bir süreç olarak ele almaktadır. Bireylerin inandığı şeylere niçin inandıklarıyla, diğer bir ifadeyle inanmanın sebebiyle ilgilenmekte ve araştırmaktadır. Epistemoloji'de ise inanılan (obje) inanandan (süje) daha önce gelmektedir. İnanılması gereken şeylerin (objeler) inanç önermelerinin inanandan soyutlanmış mantıksal temelleri ve objektif kesinlikleriyle bitmiş ve ortaya konulmuş zihni bir süreç olarak ilgilenmektedir. Din Felsefesi ise iman problemini, Din Psikolojisi ve Epistemoloji'nin soru ve problemlerini de içine alacak şekilde daha kapsamlı ve çeşitli bir tarzda felsefi tarafsızlığını koruyarak ele almaktadır. Bu yüzden Epistemoloji, Din felsefesi ve Din Psikolojisi birbirlerinin verilerinden ve ortaya koydukları sonuçlardan yararlanması gerekmektedir (Özcan, 2016: 11-20).

İman hakkında birçok şey yazılmasına rağmen hep aynı konular ele alınmakta bu vesileyle aynı şeyler söylenmekte ve netice itibarıyla benzer sonuçlar ortaya çıkmaktadır. Çünkü imanın nasıllığı ve mahiyetine yani özüne dair pek az şey söylenmektedir. Genellikle iman tanımları, objeleriyle yani inanılan şeylerle açıklayan, totolojik tanımlara dayanmaktadır. Diğer bir ifadeyle "iman nedir?" sorusu cevapsız bırakılarak imanın neye olduğu daha çok vurgulanmaktadır. Dolayısıyla imanı belirleyen unsur, imanın nesnesi veya objesi olmaktadır (Alper, 2016: 21). Bunun sonucu olarak da imanın ne olduğu tam ve açık bir şekilde ifade edilememektedir. Bu sebeple bizde imanı ayrıntılı olarak incelemek için öncelikle imanın mahiyeti, alanı, kaynağı ve değeri gibi konuları ele alacağız.

2.2.1. İmanın Mahiyeti

İmanın en iyi şekilde anlaşılabilmesi için birtakım terimler bağlamında değerlendirilmesi gerekmektedir. Genel olarak iman sürecini süje ile obje arasındaki ilk ilişki olmasından dolayı, ilk temelini ve ilk basamağını teşkil eden inanç oluşturur. Fakat zihin bu aşamaya bir anda gelmemektedir, bir hazırlık sürecinden geçmektedir. Diğer bir ifadeyle iman bir anda olup biten ruhsal bir süreç değildir. İmanın oluşma sürecinde hazırlık aşaması olarak görülen zihni durumlar imanın asli unsurlarıdır. Bunlar; ilgi, şüphe, zan, inanç, (istidlali) bilgi ve imandır (Özcan, 2016: 39-43). Bu terimlerin sıralanışı ve bu sıralamanın amaçları düşünürlerin sistemlerine göre farklılık gösterse de biz Özcan'ın "Epistemolojik Açıdan İman" adlı kitabındaki sıralamayı tercih ediyoruz.

2.2.1.1. İlgi

İlgi, imanın oluşma sürecinin ilk aşaması veya ilk basamağıdır. "İlgi; dikkati öncelikle belirli bir şey üzerinde toplama eğilimi, belirli bir olay veya etkinliğe yakınlık duyma, ondan hoşlanma ve ona öncelik tanıma" (TDK) anlamlarına gelmektedir. Birisi ilgilenen, diğeri de ilgilenilen olmak üzere iki unsur bu tanımda göze çarpmaktadır. İlgi bağı olmadan ve ilgilenen veya ilgilenilen olmadan herhangi bir ilgiden bahsedilemez. Diğer bir ifadeyle ilgi kendiliğinden meydana gelen bir şey değildir. İlginin oluşabilmesi için ilgilenen durumundaki insanın tanımdan hareketle ilgi konusu olan şeye yakınlık duyması, ondan hoşlanması ve ona öncelik tanıması gerekmektedir. Dolayısıyla ilginin zorunlu bir bağ olarak kurulmaması için birden fazla ilgilenilecek şeyin olması gerekir (Özcan, 2016: 45-47).

Şık'a göre, inanan ve inanılan şeyler arasında bir ilgiden bahsedebilmek için, objenin süje tarafından fark edilmesi gerekir (Şık, 2009: 36). İnsanın ilgi objeleri ise adeta hayal dünyasının ulaştığı yere kadar geniştir. Birey o hayal dünyasının içinden dini seçerek dikkatini onun üzerinde toplamakta, kişisel ve çevresel etkileri sonucu belirli bir dine yönelmekte ve o dinle ilgili iman objelerine bağlanmaktadır.

Tillich'e göre, imanın dinamikleri insanın nihai ilgisinin (ultimate concern) dinamikleridir. O, gerçek ve sahte nihailiği birbirinden ayırmıştır. İnsanın en çok meşgul olduğu, en çok ilgi duyduğu şey kişinin iman konusu olarak algılanması gerekir. Ancak ona göre gerçek imanda nihai ilgi gerçekten nihai olan Tanrı olmak zorundadır. İnsanlar tarafından nihailiğe yükseltilen beşerî unsurlar fani dünyanın fani

ilgileri olup iptidai ilgilerdir. Nihai kaygı seviyesine ulaşmaları söz konusu değildir. Diğer bir ifadeyle, kim ne hakkında nihai bir ilgi duyuyorsa onu kendisine Tanrı edinmiş demektir. Ona göre insan nihai ilgi duyduğu bir şey için diğer bilişsel, estetik, sosyal ve politik kaygılarını ona tabi kılar veya onun için onları reddeder ya da diğer ilgilerini ona feda eder.

Özcan imanın oluşum sürecini ilgiden başlatmasının nedenini, hiçbir şekilde iman objesiyle ilgi ve alakası olmayan bireylerin iman yoluna yöneldiğine dair en küçük bir belirtilerinin olmamasını gösterir. Ona göre ilgi olmadan iman elde edilmesi mümkün gözükmemektedir. Bu ilginin tek başına iman olduğu anlamına gelmemekte olsa olsa ya imanın oluşum sürecinin bir aşaması ya da sadece imanda bir unsur olarak bulunabileceğidir. Buradan hareketle imanın nihai bir ilgi olduğunu iddia eden Tillich'in görüşünün doğru olamayacağını ifade etmektedir (Özcan, 2016:43).

Son zamanlarda insanlar modern ve seküler bir dünyada yoğun ve hızlı bir tempoda yaşadıkları için dinin gerekçeleri ve amaçları üzerine düşünmeye ayıracak vakit bulamadıkları ve dini hayatlarını erteledikleri dile getirilmektedir. Bunun doğal neticesi olarak insanlar dine karşı ilgisiz ve kayıtsız bir tutum geliştirmişlerdir. Dinin hayatın her alanında olmasa bile büyük bir kısmından çıkarıldığı görülmektedir (Mehmedoğlu, 2013: 129-131). Din adeta sadece felaketler ve musibetler anında hatırlanan veya cenaze, düğün gibi bazı törenlerle sınırlı bir alana hapsedilmektedir. Artık insanlar temel varoluşsal sorulara cevap bulmak gibi kaygılar taşımamaktadır. Varoluşsal bir kaygı hissettiğinde insan, kendini yapılacak diğer işleri olduğuna inandırmaktadır. Böylece ilgi imana bir basamak oluştururken, ilgisizlik ise yansımaları itibarıyla inançtan çok inançsızlık kategorisine yakın durmaktadır.

Özcan'a göre ilgisizlik nötr bir durumu ifade etmektedir. İnsanın olumlu veya olumsuz bir davranışta bulunmasını gerektirmemektedir. İmanın yolu ilgiden geçtiği ve imanın oluşum süreci ilgiden başladığı için dine en uzak olanlar, ateistler -pozitif ateistler çünkü negatif ateist tam bir ilgisizlik içindedir (Çetin, 2016:111)- ve agnostikler gibi görünse de aksine dine uzaktan ve yakından hiçbir şekilde ilgisi, alakası olmayanlardır (Özcan, 2016: 47). Çünkü ilgi girişmek, işe niyetlenmek bir başlangıç yapmaktır. İlgi sayesinde iletişime hazırlık söz konusu olacak ve imana bir kapı açılacaktır.

2.2.1.2. Şüphe

İmanın oluşum sürecinin ilgiden sonraki ikinci aşaması veya ikinci basamağı şüphedir. Şüphe; inançtan (hükümden) önce gelen, düzensiz ve tereddütlü bir reaksiyondur (Allport, 2004: 118). “Başka alternatiflerin farkında olmanın bir sonucu olarak, alternatifler arasında gidip gelen, olumlu veya olumsuz bir hükme ulaşılamayan bir zihin durumudur.” (Özcan, 2016: 47). İsfahani'ye göre şüphe; “ister somut ister soyut olsun aralarındaki benzerlikten dolayı iki şeyden birinin diğerinden ayırt edilememesidir.” (Aktaran Mehmedoğlu, 2013: 111). Din psikolojisine göre şüphe; “apaçıklık ve kesinlik arzusunun, önceki inançla veya sebepleri karşılıklı ve denk olan iki inancın birbiriyle çatışması sonucunda ortaya çıkan, kararsız veya sabit olmayan ruh halidir.” (Hökelekli, 2013: 195)

Allport, çağımızın bir şüphe ve inkâr dönemi olduğunu ifade etmiştir. (Allport, 2004: 117-119). O şüpheyi incelerken, ona göre daha önce gelen primitif güven şüphenin sebebidir. Çünkü; çocuk kendisine söylenilen her şeye inanıp onlara güvenir. Onun için anladığı her şey gerçekler kadar önemli ve iyidir. Ancak kelime ve gerçeklerin kendisiyle özdeş olmadığı gerçeğini keşfedince çocuk bir çatışmanın ve açmazın içinde kendini bulmaktadır. Böylece erken şüphe motifleri ortaya çıkmaktadır

İnsanın teorik ve pratik olarak öğrendiği bilgileri inanç objesi olarak varsayarsak, insan hangi ölçütlere dayanarak bunlara inanç veya inançsızlık, iman ya da inkâr haline getirmektedir? Şüphe burada devreye girerek insana karar verme sürecinde başvuracağı ölçütleri, akıl, gönül ve irade süzgecinden geçirme imkânı sunmaktadır. Bu açıdan şüphe uzun sürse de geçici olmalıdır. Çünkü kararsızlık ve zihinsel gerginlik bireyde huzursuzluk gibi olumsuz psikolojik durumlara yol açabilir (Mehmedoğlu, 2013: 111).

Tillich'e göre eğer iman bir inanç olarak anlaşılırsa şüphe imanla uyuşmaz. Ancak iman, nihai bir ilgi olarak anlaşılırsa şüphe imandaki riskin zorunlu bir ögesi ve sonucudur. Diğer bir ifadeyle imandaki şüphe, olgular ve sonuçlar hakkında değildir. Ona göre metodolojik yani bilimsel şüphenin karşısında septik şüphe vardır. Ama iman eylemindeki şüphe ne metodolojik ne de septik şüphedir. O ne bilim adamının kalıcı şüphesi ne de septiğin geçici şüphesidir. İman eylemindeki şüphe, her riske eşlik eden bir şüphedir.

Özcan'a göre şüphe, imana zıt olan şüphe ve imanın oluşmasına bir vesile, bir aşama olan şüphe diye ikiye ayrılır. İmana zıt olan şüphe, bir eylem ve hareketin varlığına işaret etmekle birlikte kabul etme veya reddetme gibi herhangi bir hazır

oluşun olmadığı durumdur. Ona göre şüphe bu anlamıyla ne inançla ne de inançsızlıkla bağdaşır, her ikisine de zıttır, denilebilir. Hristiyanlıkta iman objelerinin irrasyonelliği ile desteklenen ve devamlı şüphe olarak imanda bulunan egzistansiyel şüphe ve mahiyetinde var olan skeptik şüphedir. Batılı düşünürler egzistansiyel ve skeptik şüphenin imanla bağdaşmayacağını ve ona zarar vereceğini bildikleri halde imanla ilgili teorilerini bu şüpheleri içine alacak şekilde geliştirmişlerdir. Burada makul olmayan şeyler üzerine iman bina edilmeye çalışıldığı için şüpheyi imandan uzaklaştırmak mümkün değildir. İmanın özünde, yapısında kısaca varlığından ayrılmayan ve bir risk unsuru olarak kalan şüphe imanın aslı bir ögesidir. İmanın oluşmasına vesile olan şüphe ise Batı'da özellikle Descartes'in kullandığı metodolojik şüphedir. Metodik/metodolojik şüphe, bireyin kendi durumunu diğer olması mümkün durumlarla karşılaştırarak hatalı olma ihtimalini göz önünde bulundurma isteğidir. Böylece metodik şüphe bizi doğru inanca ve bilgiye ulaşmak için bir vasıtaadır (Özcan, 2016: 47-51).

Mehmedoğlu'na göre şüphe, yukarıdaki ifadeleri destekler nitelikte bir açıdan inanç için daha ileri aşamaları geçişi sağlarken diğer yönden inançsızlığın ilk basamağını temsil edebilmektedir (Mehmedoğlu, 2013: 114). Baktır'a göre de şüphe, insanın inancında tereddüt etmesi ve bir şeyi öğrenmek için insanın aklına gelen geçici şüphe diye ikiye ayrılır (Baktır, 2002: 132).

Özcan'ın bu yorumunu daha çok felsefi olarak nitelendiren Kayıklık ise, şüphenin psikolojik boyutu üzerinde durmaktadır. Ona göre "İnsan, inanç konusunda neden şüphe taşımaktadır? Onu şüpheye götüren etkenler nelerdir? Şüphelenme sırasında hangi zihinsel ve duygusal halleri yaşamaktadır?" gibi sorular din psikolojisini daha çok ilgilenmektedir (Kayıklık, 2005: 144). Allport' ta şüphenin felsefi anlamı üzerinde tartışmanın psikoloğun görevi olmadığını söyler. Ona göre de zihinsel hayatın gerekli ve evrensel bir parçası olan şüphenin daha açık bir hale getirilmesi gerekir. Çünkü bireyler, kendi şüphe süreçlerini anlamaları halinde inanma veya inanmama konusunda kendi arka planlarını daha açık hale getireceklerdir (Allport, 2004: 120).

Anlatılanları da göz önüne aldığımızda literatürde genel olarak şüphe, dini açıdan yedi kola ayrılmıştır. Bunlar;

1. Arayış Şüphesi: Çocuğun zihni gelişimi nedeniyle yedi yaşından itibaren yeter-sebep şüphesi olarak da bilinen, zihinde boşlukta duran bilgileri birbirleriyle irtibatlandırma ihtiyacı ve bu şekilde oluşan sorulara doyurucu cevap bulma arzusudur. Bu dönemde dine karşı

ciddi bir tenkit ve itiraz niyeti mevcut değildir. Ayrıca bu şüphe ileriki yaşlarda hidayet adayı bazı kimselerde, büyük bunalım yaşadığı zamanlarda kısaca dini değişim öncesinde sistemli araştırmalara yönelmelerini sağlayan bir şüphedir (Hökelekli, 2013: 197-198). Zaman zaman varoluşsal şüphe olarak da adlandırılmaktadır (Mehmedoğlu, 2013: 113).

2. Bencillik Şüphesi: Kendi şahsi istek ve arzuları için dine yaklaşan kişiler, genellikle din vasıtasıyla bu arzu ve isteklerine karşılık bulamadıklarında hayal kırıklığı yaşarlar. İstek ve arzusu yerine getirilmeyen birey, dini inanç ve düşüncelerinde şüpheye düşmekte ve dini değerlere karşı bir güvensizlik geliştirmektedir (Hökelekli, 2013: 199-200). İnançtaki odak noktası kendi çıkarıdır.
3. Sadakat Şüphesi: İncanın gereklerinin yerine getirilip getirilmediği ile ilgilidir (Mehmedoğlu, 2013: 118). Bu tür şüphe imanının olgunlaşmasına hizmet etmesi bakımından kişi için arzu edilir bir şeydir (Hökelekli, 2013: 200).
4. Bilimsel Şüphe: İnanç sisteminin kabul edip onaylayabilmesi için bilimsel yöntemlerden yararlanılması yani incanın doğruluğunun ispatlanabilirliğinin mümkün olması ve bilimsel verilerle çalışmaması varsayımına dayanır. Şüphe, bilimselliğin vazgeçilmez unsurlarındandır (Mehmedoğlu, 2013: 118). Bilimsel şüphede, şüphe şüpheyi davet eder hatta bireyi şüphe bazen tek gerçekliktir gibi aşırı uçlara sürükleyebilmektedir (Hökelekli, 2013: 202).
5. Kavramsal Şüphe: İnanç sistemlerinde yer alan akıl ve idrak sınırlarını zorlayan müphem ve muğlak ifadelerin harfi harfine alınması sebebiyle ortaya çıkan kararsızlıktır (Mehmedoğlu, 2013: 120). Allport bu şüphe çeşidini referans şüphesi olarak adlandırmaktadır (Allport, 2004: 134).
6. Algısal Şüphe: Tanrı anlayışı ve algısına yani Tanrı tasavvuruna bağlı olarak ortaya çıkmaktadır. Diğer bir ifadeyle yardımsever, iyilik sever, merhametli vb. olumlu Tanrı tasavvuru bireyde güven duygusunu beslerken; eleştirel, cezalandırıcı vb. olumsuz Tanrı tasavvuru ise bireyde güvensizlik meydana getirip şüphe ve kuşku uyandırabilmektedir. Burada şuna değinmekte fayda vardır; bu tarz konulardaki şüpheler bazı insanlarda şüphe ve tereddüte yer

bırakmayacak kadar açık ve anlaşılırdır (Mehmedoğlu, 2013: 121-122).

7. İnkârcı Şüphe: Dine karşı iyi niyet ve amaç taşımaksızın dine önyargıyla ve olumsuz bir şekilde yaklaşarak dini gerçekliği değil de kendi şüphe ve kuruntularını sistemleştirmeye çalışan araştırmacılarda rastlanan bir şüphe çeşididir (Mehmedoğlu, 2013: 125). Bu şüphe çeşidi daha çok ateist ve inançsızlarda görülmesine rağmen, bu iman yolunda alınan bir adım olarak addedilebilir. Dine önyargılı da olsa ilgili olmaları sebebiyle ilgisizlere göre dine daha yakındırlar.

Allport'a göre bireylerin her biri özel bir geçmişe, modele ve şüphe derecelerine sahip olmalarına rağmen şüpheyne ait ortak nitelikleri vardır. O, bireylerin en çok karşılaştığı şüphe tarzlarını ele almıştır. Yukarıda bahsettiklerimizden farklı olarak birincisi; tepkisel-olumsuz şüphedir. Şiddetli bir şok, olumlu bir tutumu olumsuzla çevirebilir. İkincisi; günümüzdeki kurumsal dinin iki yüzlülüğü ve başarısızlığının gençler üzerinde oluşturduğu şüphedir (Allport, 2004: 120-138; Kayıklık, 2005: 145).

Bunlara ek olarak Clark, büyü ile dinin karışmasından kaynaklanan şüpheyne ekler. Buna göre birey uygun ibadet ve dua veya beddualar ile Tanrıyı herhangi bir konuda kendi istediği yönde zorlamak ve etkilemek ister. Bu arzusu gerçekleşmeyince şüpheyne düşmektedir. Geleneksel dindarlar arasında çok yaygındır. Dinde esas olan ise Tanrının insana değil, insanın Tanrının emir ve yasaklarına uymasındır (Kayıklık, 2005: 150). Bu şüphe çeşidini bencillik şüphesi kapsamında değerlendirebiliriz.

Kayıklık tüm bu şüphe çeşitlerine ergenlik şüphesini de ekler (Kayıklık, 2005: 150). Çeşitli bunalımların ortaya çıktığı ergenlik döneminde, birey hayatın her alanında olduğu gibi dinsel değerlere de aynı ruh hali ile sorgulamacı ve şüpheli bir şekilde yaklaşım sergiler ve sonuç olarak dini inancı hakkında birtakım şüpheler ortaya çıkabilmektedir. Buradaki en önemli nokta ise bu şüphe biçimi bireyin gelişim evresiyle ilgilidir. Armaner'e göre bazı psikologlar ergenlik döneminde bireyin dinde şüphe etmemesini zekaca gerilik belirtisi olarak değerlendirmişlerdir (Alper, 2016: 62).

2.2.1.3. Zan

İnanç gibi tam bir hüküm olmayıp daha çok kısmi bir hüküm diye nitelendirebileceğimiz zan, inançla şüphe arasında bir köprü vazifesi gören başı şüpheyne sonu inanca bakan iman oluşum sürecinin üçüncü basamağıdır.

Cürcani'ye göre zan "zihnin bir şey için kesin var veya yok diyemediği bir durumdur." (Aktaran Şık, 2009: 33) "Zan, tereddütlü ve ihtimalli de olsa bir hüküm aşamasına ulaşan zihni durumu ifade etmektedir." Aristo'ya göre zan "ya doğru ya da yanlış olabilen bir zihin durumu." İsfahani'ye göre "Zan, henüz belirtileri açık bir şekilde ortaya çıkmamış bir sahada, mahiyeti bilinmeyen bir konuda tahminde bulunmak, akıl yürütmektir." (Aktaran Kasapoğlu, 1997: 189)

Şüpheden bir basamak daha ileride olduğu için zihin bu durumda şüphe kadar tedirgin değildir. Çünkü o, kesin olmayan bir karar ve hüküm noktasına ulaştığı için var olan durumların hangisini tercih edip etmeyeceği konusunda bir tarafı benimsemekte ancak her an diğer tarafa da dönebilme ihtimali mevcut olan bir durumdadır. Bir diğer ifadeyle zihnin bu aşamada vardığı karar ve verdiği hüküm tam olmamakla birlikte eksiktir (Özcan, 2016: 52-53).

Sıfırdan yüz rakamına kadar değer sıralaması olan bir sayı doğrusunu düşünelim. Hiçbir değer yükü taşımayan sıfır rakamı inkârı, yüz rakamı ise cezm ve iz'an (imanın kesinkes bir tasdik olması) mertebesinde olan imana tekabül etmektedir. İnkâr ve iman sayı doğrusunda farklı uçlarda olsalar da kesinlik bakımından aynı derecededir. Bu iki hal ortasında cezm'e doğru giden sıralamada vehim, şüphe ve zan noktaları vardır. Sayı doğrusunda ellinin altı vehme işaret ederken, sayı doğrusunun tam ortası kararsızlık hali olan şüphedir. Sayı doğrusunda elliden daha fazla olmakla birlikte yüz rakamına asla ulaşamayan ise zan halidir. Bu unsurlar bireyin iman etme sürecinde geçirdiği aşamalarda yer almaktadır. Ama iman noktasında artık bu unsurların varlığı devam etmemektedir. Çünkü iman tereddüt, şüphe, zan gibi unsurların bulunmadığı son noktada tasdiğe ulaşan bir kesinliktir. İmanı "zann-ı galib" olarak niteleyenler zannı, nakizine ihtimal olmayan bir hal olarak tarif ederek ihtilaf gibi görünen noktayı izale etmiştir (Alper, 2016: 51-54).

Bu aşamada süje verdiği hükmün yanlış olabileceğini kabul ettiği için zan bir zihin aldanması değildir. Zannı inançtan ayıran en belirgin noktada burasıdır. Burada bir yetersizlik, tatminsizlik söz konusudur. Zaten süje açısından bir tatmin ve kesinlik olmuş olsaydı bu zan değil inanç olurdu. Bu noktaya değinen Kant, zanda hem sübjektif hem de objektif yetersizlik bulunduğunu söylemektedir. Özcan'a göre buradaki sorun, süjeyi ikna etmede yetersiz kalan objenindir. Çünkü süje, objeyi tam olarak kavrayamamakta ve obje, süjeyi determine edemediği için aralarında tam ve kesin bir ilişki gerçekleşmemektedir (Özcan, 2016: 52-55).

2.2.1.4. İnanç (Belief)

İmanın oluşum sürecinin dördüncü aşaması veya dördüncü basamağıdır. Genel olarak Hökelekli (2016) ve Özcan (2016), inancın iman oluşum sürecinde daha önce geldiğini yani iman oluşum sürecinin başlangıcı olduğunu kabul etmektedirler.

İnanç kelimesi İngilizce “belief”, Arapça “itikat” kelimesinin karşılığıdır. Sözlükte inanç; “bir düşünceye gönülden bağlı bulunma, birine duyulan güven, inanma duygusu; Tanrı’ya, bir dine inanma, itikat gibi anlamlarda kullanılmaktadır.” (TDK). “İnanç; doğru veya yanlış olma ihtimali hakkında zan ya da kanaatten kaynaklanan -az veya çok- bir güven taşıyan sübjektif bir duyguya dayanarak kabul veya reddetmedir.” (Özcan, 2016: 58). Peker’e göre inanç; kesin olmayan bir bilgi ve kanaat ile somut gerçeklere dayanan bir hükmün ifadesidir. Dolayısıyla inanç, insanın bir hükmü kısmen veya tamamen kabul etmesi, reddetmemesi veya ondan şüphe duymasıdır (Acar, 2006 :7).

Tanımlardan da anlaşılacağı üzere, inancın gerçekleşebilmesi için zihni kabule sevk eden yani zihnin inanç objelerini kabul veya ret yönünde bir hükme varabilmesi için onu motive eden, güdüleyen bir sebebin bulunması gerekir. Bu sebeple, inancın meydana gelmesini sağlayan biri iç ve biri dış olmak üzere iki faktör mevcuttur. Bunlardan birisi zihni temsil eden süje, diğeri inanç konusunu oluşturan objedir. Burada “güven” merkezi bir öneme sahiptir. Çünkü; bu unsurlar doğrudan zihin üzerinde etkili olmamakta, güven sayesinde dolaylı olarak zihne etki ederek onu olumlu veya olumsuz bir hükme yani kabul veya redde sevk etmektedir (Özcan, 2016: 59-66).

Daha öncede bahsettiğimiz gibi iman oluşum sürecinde ortaya çıkan durumlar veya zihni süreçler, süje ve obje arasındaki ilişkinin bir tezahürüdür. Aynı şekilde inançta süje (inanan) ve obje (inanılan) arasındaki bir ilişkidir. Kant’a göre inanç, sübjektif yeterliliğe sahip olmakla birlikte objektif yeterlilikten mahrumdur. Burada sübjektif yeterlilikten kasıt, yalnızca benim için geçerli olan kani olma (conviction); objektif yeterlilikten kasıt ise herkes için geçerli ve bağlayıcı olan kesinlik (certainty) olarak anlaşılmalıdır. Bu açıdan inanan açısından inançta yanlışlık bulunması mümkün değildir. Eğer böyle olmasaydı, bir insanın inandığı şeyi savunması izah edilemezdi. Çünkü insan, inandığı şey yanlış da olsa farkında olmadan onları savunabilmektedir (Çetin, 2016: 33; Özcan, 2016: 78).

Aksöz'e göre iki tür inanç vardır (Aksöz, 2009: 20-21). Birincisi; bilinçli olarak bilmesek de sahip olduğumuz, tutulmayan nesnelerin düşeceği veya insanların bir zihne sahip oldukları vb. gibi yansıtmacı olmayan (non-reflective) inançlardır. İkincisi; onayladığımız ve bilinçli olarak tuttuğumuz, sandalyelerin kahverengi olması veya kedilerin köpeklerden daha iyi evcil hayvan olması vb. gibi kendi kişisel tarihimize, tecrübelerimize ve kültürel bağlarımıza bağlı olan yansıtmacı (reflective) inançlardır. Yansıtmacı olmayan inançlar, yansıtmacı olan inançları belirler ve kısıtlar. Din de yansıtmacı olmayan inançlardandır.

İnancın dikkate değer dört aşaması vardır. Birincisi; dürtü-tepki (stimulus-response verbalism) aşamasıdır. Bu dönem çocuklukta başlayıp yetişkinlikte de devam edebilir. Dürtü-tepki durumu herhangi bir sonuç doğurmayan, kişi üzerinde bir etki oluşturmeyen haldir. İkincisi; zihni kapsayıcılık (intellectual comprehension) aşamasıdır. Kişi üzerinde inanç konusu zihni meşgul ederken, pratik olarak bir şey gözlemlenemez. Üçüncüsü; davranışsal görünüm (behavioral demonstration) aşamasıdır. Bu aşamada inanç kişinin davranışlarına yansır; onu etkileyerek yönlendirir. Dördüncüsü; kapsamlı bir bütünleşme (comprehensive integration) aşamasıdır. Bu durumda inanç tamamen hayranlık uyandırır. Hatta kişi inancı sebebiyle temel yaşama içgüdüüne muhalefet ederek ölüme giderken bile mutlu olabilir. Houston Clark, inancın üçüncü ve dördüncü aşamasında inanç kavramının değil iman kavramının kullanılmasının daha doğru olacağını belirtmiştir (Alper, 2016: 31-32).

2.2.1.5. İman (Faith)

İlgi ile başlayan imanın oluşum sürecinin beşinci ve son aşamasıdır. Smith'e göre bu basamak, "imana ulaşma istikametinde gelişen teemmül ve derin düşünme sürecinin sona erdiği bir sınır, ulaşılan bir karar ve bir hüküm noktasıdır." (Özcan, 2016: 79) Daha öncede ifade ettiğimiz gibi iman bir anda oluşan veya elde edilen basit ve anlık bir paradoks değil aksine bir gayretin neticesinde ulaşılan bir gayedir (Şık, 2009: 10). Böylece bu aşamada iman yolcusu, ilgi, şüphe, zan, inanç yolunu kat ederek amacına, son durağına ulaşmıştır. Burada şunu belirtmek gerekir; bu her insanın imanın oluşum sürecini tamamladığı veya tamamlayacağı veya bu şekilde devam edip etmeyeceği garanti değildir. Çünkü iman, bir defa da olup biten artık ötesi olmayan statik bir durumun aksine sürekli yenilenen dinamik bir ilerleyiştir (Hökelekli, 2013: 181).

Arapça'da güvenmek anlamında e-m-n kökünden türemiş, if'al kalıbında bir mastar, sözlükte, karşısındakine güven vermek, güven duymak, tasdik etmek ve gönülden benimsemek anlamlarındadır. Ayrıca insanda korkunun kaybolarak güvenin yerleşmesi manasını taşımakta, korku, inkâr ve hıyanetin zıt anlamlısı olarak da kullanılmaktadır. İman kelimesinin ait olduğu if'al vezni, gramer olarak geçişli fiil ve oluş ve hal bildiren fiil manalarını içermektedir. Böylece iman, güven vermek ve güven duymak manalarının ikisini de kapsamaktadır (Alper, 2016: 17). İmanın sözlük anlamları, İbn Manzur'a göre "itmi'nan" kelimesine indirgenebilir. Böylece iman, "güvenip dayanmak ve kalben huzur ve tatmin içerisinde bulunmak" anlamlarına gelmektedir (Hökelekli, 2013: 156). Allport'a göre iman (faith): "bireyin bazı değerlerin geçerli olduğuna ve bunların gerçekleşebileceğine duyduğu güvendir." (Allport, 2004: 147) "İman; duyu organlarımızın algılayamadığı şeyi kesin olarak beklemek, duyulara boyun eğmemek, fakat bu esnada ümit etmek, güvene dayalı bir ilişkiye girmektir." (Hökelekli, 2013: 157)

Alper'e göre, dini literatürde iman terimi kabul edilen temel prensiplere ve bakış açısına göre değişik şekillerde tanımlanmıştır. Bunun nedeni, mastar halinde olan imanın, kendisine iman edilene yani iman nesnesine, iman edene yani iman öznesine ve iman fiiline yani iman eyleminin kendisine olarak üç hususa delalet etmesidir (Alper, 2016: 20). Bir diğer ifadeyle bu üç husustan hareketle imanın tanımı yapılabilir ve yapılmıştır.

Birincisi; geleneklerin birçoğunda iman "x'e imandır" şeklinde ifade edilmektedir. Burada iman neye olduğu üzerinde bir vurgu vardır. İmanı belirleyen unsur, iman nesnesi olduğu için inanılan husus neyin mümini olunduğunu bildirmektedir (Alper, 2016: 20-22). Bu durum İslam'ın hâkim olduğu toplumlarda İslam'ı kabul etmeyen birinin "imansız" kabul edilmesi veya Hristiyan toplumlarda da Müslüman birisinin "imansız" olarak kabul edilmesine sebebiyet vermektedir. Gerçekte her ikisinde de iman vardır ancak burada imansız diye hükmü veren kişiye göre iman olarak kabul edilen esasların reddi söz konusudur.

Şeriatî'ye göre dinler tarihi doğru dinin dinsizlikle mücadelesi değil; yanlış, sapkın dinle mücadelesidir. Diğer bir ifadeyle buna dine karşı din mücadelesi denilebilir. Çünkü, tarih boyunca din ile din çarpışmış, bu günkü anlamıyla hiçbir zaman din ile dinsizlik savaşı görülmemiştir (Güler, 2011: 17). Bu açıdan batılı seküler dünyada iman kaybından bahsetmek saçma olacaktır. Çünkü Batı, nihai bir ilgi ve bu ilgiye tam bir adanmışlık halindeki seküler imana sahiptir. Zaten İslam'da "küfr"den

söz edildiğinde dinsizlik kastedilmemiştir. Küfrün kendisi de ayrı bir dindir. Kısaca küfr, dinsizlik demek değil, başka bir din demektir

İkincisi; imanın öznesi merkeze alındığında “Mümin kimdir?” sorusunun cevabı olan ameli unsurlar ön plana çıkmaktadır. Buna en güzel örnek ise imanı “taat” olarak tanımlayarak mümin olma şartlarını ağırlaştıran, insan fiillerini de iman tanımı içerisine dahil eden Hariciler’dir (Alper, 2016: 20-23). Bu da azalarla amel etmeyen kafirlikle suçlanması gibi vahim sonuçlarla neticelenmiştir.

Üçüncüsü; imanın nesnesini veya öznesini merkeze almadan sadece imanın kendisini esas alan iman mahiyeti ile ilgili tanımlar da mevcuttur. Slogan nitelikteki iman tanımları; “İman tasdiktir”, “İman, kalbin tasdikidir”, “İman, kalbin marifetidir”, “İman, kalp ile tasdik, dil ile ikrardır”, “İman, kalp ile marifet, dil ile ikrardır”, “İman, kalbin tasdiki, dilin ikrarı ve amelden ibarettir”, “İman, söz ve ameldir”. Netice itibarıyla iman birbiriyle yakın anlamları arasında, iman tasdik olduğu anlayışı genel kabul görmüş; lisan uzmanları arasında da iman tasdik olarak tarif edilmiştir. Kelamcılar arasında da iman, kalbin marifetinden öte tasdik olduğu anlayışı genel kabuldür. İmanın İngilizce karşılığı “faith”, Grekçesi “pistis”, İbranicesi “aman” kökünden gelen “hemin” kelimeleri incelendiğinde onlara da güven, kesinlik, bağlılık gibi tasdike yakın anlamlar verildiği görülmektedir (Alper, 2016: 20-25). Kur’an nazil olmadan öncede Araplar imanı tasdik olarak biliyorlardı (Esen, 2008: 80).

Özcan’a göre de tasdik, imanla ilgili tartışmalarda kullanılan standart bir terimdir. Kökleri Aristo’ya kadar gitmekle birlikte İslam’da İbn Sina’nın ve Farabi’nin etkisiyle mantıkla ilgili eserler, genellikle bilgiyi tasavvur ve tasdik olmak üzere ikiye ayırmışlardır. Tasavvur basit kavramayken, tasdik hüküm anlamında kullanılmıştır. Ancak mantıkçılar tasdiki iman yerine daha çok inançla ilişkilendirmişlerdir. Daha sonra inancın özünü sırf tasdike indirgedikleri için biz, bir önermeye inanmaksızın anlamını anlayabilir ve tasdik edebiliriz. Bu yüzden Price, tasdiki, iradi ve hissi diye ikiye ayırmıştır. İradeye dayanan tasdik zihni bir akt iken, hissi tasdikte bir güven ve bir teslimiyet söz konusudur. Bu bağlamda tasdik, bir ifadenin doğruluğunu hem içte yani zihnen kabul edilmesi hem de dışta yani onu davranışlara yansıtarak bizzat dışarıda gerçekleştirilmesi olarak kabul edilmesidir (Özcan, 2016: 80-86).

İmanın karşılığı olarak ikame edilen tasdik, ilk anlamı olarak bir doğruyu sadece tanımak değil, birey olarak onu kendi değer dünyasına dahil etmektir. İkinci anlamı; onun doğruyu söylediğini ifade etmektir. Üçüncü anlamı; doğruyu icra etmektir. Kısaca ifade edecek olursak tasdik; bir doğruyu tanımak, değerlendirmek,

ifade etmek, desteklemek ve onu pratiğe geçirmektir. Böylece tasdik, her durumda doğru kişisel ve samimidir (Alper, 2016: 27).

Her ne kadar imanın karşılığı olarak ikame edilen tasdik terimi genel olarak kabul edilse de imanın sadece tasdikten ibaret olamayacağını söyleyenlerde vardır. İbn Teymiyye Allah sevgisi, Allah korkusu ve Allah'a güven gibi kalbin eylemlerinin varoluşsal temellerini oluşturan unsurları yeterince içermediği ve tam olarak ifade etmediği için iman sadece tasdikle tanımlanamaz (Esen, 2008: 81).

2.2.1.5.1. İman-İnanç ilişkisi

İman ve inanç hem dindışı hem de dini alanda kullanılabilen birbirine çok yakın hatta bazen dindışı alanda kullanıldıklarında iç içe olmalarından dolayı aralarındaki farkın kolayca anlaşılamaması sebebiyle birbiriyle karıştırılan iki terimdir (Özcan, 2016: 87). İman genellikle dini bir kavram olarak kullanılırken inanç, büyük ölçüde epistemolojik bir kavram olarak ele alınmaktadır (Söylemez, 2009: 52). Dolayısıyla ikisi arasındaki benzerlikleri ve farklılıkları ele almadan imanı tam manasıyla ifade etmek mümkün gözükmemektedir.

İnanç çok geniştir. En ilkel (arkaik) insandan en gelişmiş insanlara kadar inandıkları objeler değişse bile herkeste inanç vardır. Diğer bir ifadeyle insanların çoğu Tanrı'ya inanır ancak iman etmez. Özne ve nesne arasındaki ilişki inanç olarak kalırsa bu fikri tasdik olur ve iman seviyesine ulaşamaz. Bu yüzden de pratik hayatta gözle görülür bir etkisi olmaz.

Alper'e göre iman ve inanç birbirine yakın olmakla birlikte aslında farklı terimlerdir. İman daha hususi ve dini sıfatını almaya daha çok hak kazanırken, inanç dini bir kategori olmayıp daha genel kullanımı olan bir terimdir. İnanç, iman gibi dini alanla sınırlandırılmaz, günlük hayatta karşılaştığımız her konuyla ilgili olabilir (Alper, 2016: 37-38). Mesela dünyanın pandemiden önceki eski haline dönebileceğine, sevdiğimiz, ölüm döşeğindeki bir hastanın iyileşebileceğine inanabiliriz. Bu ve benzeri örneklerin hiçbirisi hakkında iman kelimesi kullanılamaz. Ancak Hristiyanlık'ta ve İslamiyet'te insanın yaptığına inanma değil iman denir.

İman aslında hayatın her alanına yayılmış bir halde olsa da rolü, inançtan tamamen farklıdır. İman, insan hayatının bütününe kapsayan külli bir haldir. Bu açıdan insanın yapıp ettiği tüm davranışları iman neticesi olarak görülür. İnanç ise böyle külli bir yapı arz etmediğinden insanı bütünüyle kuşatamaz. İnanılan konuda kişinin sübjektif kesinliği yüksekse ancak o zaman kişiyi yönlendirebilir (Alper, 2016: 34).

Çetin'e göre iman ve inanç arasında gerek bilgiye öncelik-sonralıkları gerek muhtevaları ve gerek etki dereceleri açısından önemli farklar bulunmaktadır. Her imanda bir inanç boyutu vardır. Ancak inancın imana dönüşme imkânı olsa da her inancı iman olarak değerlendirmek yanlış olacaktır. İnancın iman halini alabilmesi için bir takım hayati aşamalardan geçmesi, inançta bulunmayıp imanda bulunan özelliklere sahip olması gerekir. İnanç daha çok zihinle sınırlı kalıp, orada olup biten bir süreçken, iman zihni aşan ve insan benliğinin derinlerine kök salan bir mahiyettedir. İnanç beraberinde mutlaka sevgi ve nefret getirmeyebilir ve kişi nötr bir halde bir şeye inanabilir ancak imanda sevgi ve aşk vardır. İmanın gücü de beraberinde taşıdığı sevgi ve aşkın sonucu olan bağlılık ve samimiyetin gücü ile orantılıdır. İnançta doğruluk ve yanlışlık bakımından tereddütler tamamen ortadan kalkmış değildir. Buna karşın iman tutumunda süjede, imanın doğruluğu ya da yanlışlığı hakkında şüphe ve tereddüt hali vaki değildir. Buradan hareketle iman ve inancın içinde bulunduğu güven ve kani olma dereceleri aynı olmadığı için süjeyi etkileme ve yönlendirme güçleri de farklıdır. Birey inancına uygun hayatı kolaylıkla terk edebilirken imanı uğruna gözünü kırpmadan canını verebilmektedir (Çetin, 2016: 40-42).

Güler'e göre Tanrı ile olan iman ilişkisi "ben ve sen" ilişkisiyken, imanın ölmesi veya inanca dönüşmesi sebebiyle bu ilişki "ben ve o" ilişkisine dönüşmektedir. İman doğası itibariyle Allah ile daimî, canlı, dinamik ve ahlaki bir ilişkidir. İnsandan Allah'a doğru şükran, huşu, saygı ve sevgi... ifadesi; Allah'tan da insana doğru ise yol gösterme ve yardım ilişkisi vardır. Bu ifadeler canlılığını yitirdiğinde orada iman değil, onun ölmüş hali olan itikat (inanç) vardır. İşte o zaman burada canlı ve dinamik olan bir ilişkiden söz edilemez. Sadece zaman zaman hatırlanan ve zihnin bir köşesinde uyuyan kesin bir kanaatten söz edilebilir (Güler, 2011: 16-17).

Alper'e göre iman ve inanç kavramları arasındaki karışıklığın sebeplerinden biri de imanın fikri yönü olan zihni bir hükmü kabul etme manasında inanç boyutudur (Alper, 2016:34). Örneğin; Allah'a iman zaruri olarak Allah inancını da bünyesinde barındırmaktadır. Bu anlamda iman, inancı da kapsamaktadır.

Hökelekli'ye göre iman ve inanç kavramları birbirinin yerine kullanılsa da inanç, bilgi, kanaat ve imanı da içine alacak derecede daha genel bir anlam ifade ederken iman daha hususi manada kullanılmaktadır. Hökelekli, Alper'in de bahsettiği inancı içine alan imanı, sadece ferdin bizzat tahkikini imkansız bulduğu, Allah'ın varlığı ile ilgili inançlar olarak sınırlamıştır. Bu manada iman, bireyin algı dünyasının ulaşamayacağı bir gerçekliğe sahip olan şeylerle ilgili olarak bir inanç besleme

durumudur (Hökelekli, 2013: 156-157). Aksi takdirde insan aklıyla Tanrı'nın vasıflarını tam olarak ortaya koyamayacağı için hakkında hiçbir şey bilinmeyen bir Tanrı'ya imandan söz etmek gerecektir ki bu da dinin istediği tam teslimiyeti gerektiren iman olmayacaktır (Özcan, 2016: 97).

Clark'a göre aradaki fark daha ziyade psikolojiktir. İnanç, daha durağan iman ise daha dinamik ve canlıdır. İnançta inanılan objeye güçlü duygusal bir tutum ihtiva etmezken, iman sıcak ve daha tutkulu bir bağlılık olarak bireye kimi eylemleri yapmaya teşvik eder. Allah'a iman tabiri, inanan kişinin ona karşı sorumluluklarını ifade eden sadakati de beraberinde getirir (Mehmedoğlu, 2013: 32).

Vergote'ye göre inanmak eyleminin karşılığı inanç değil imandır. Bu açıdan iman ve inanç ayrı ayrı değerlendirilmelidir. O, inancın bir bakıma içte yaşanan iman olduğunu ifade etmiştir (Mehmedoğlu, 2013: 33). İmanı sıradan bir inançtan ayrı tutarak iman içinde saklı olan "güven"e vurgu yapmaktadır. Onun için "Allah'a inanıyorum" ifadesinin içerisindeki "inanıyorum" kelimesi teorik bir anlayıştan çok daha zengin bir içeriğe sahiptir. Bu düşünceden hareketle Vergote, inanma boyutunu "ideolojik boyut" olarak adlandıran Glock ve Stark'ın yersiz bir ilmi tarafsızlık sebebiyle imanı dünyanın bir tür görüntüsüne (vision) indirgeyerek inananın hususi durumunu tanımazlıktan gelmekle suçlamıştır (Kayıklık, 2005: 136).

İman ve inanç arasındaki bir mahiyet farkı olmayıp, sadece bir derece farkı olduğunu söyleyen Topçu'ya göre inancın iman haline gelebilmesi için insanın ruhunda süreklilik kazanması ve hayatına hakim hale gelmesi gerekir. Çünkü iman, kendinden başka diğerlerini boğarak veya az çok onları gözden düşürerek ruhun alanını tek başına kaplayan gelişen bir inançtır (Topçu, 2002: 145).

Meadow ve Kahoe, inanç ve iman farklılığını insanın psikolojik yapısında arayan psikologlardır. Psikolojik olarak bazı insanlar inanmaya bazıları ise iman etmeye daha uygun özelliklere sahiptir. Kayıklık'a göre bu, donanımları sebebiyle bazı insanların, genel, toplumsal, kesin, daha ifade edilebilir, bilişsel ve statik değerlere daha yatkın özellikler sergilemesine, diğer insanların ise, özel, bireysel, riskli, tecrübeye dayalı, duygusal ve pozitif duygular içeren değerlere daha yatkın özellikler sergilemesine sebep olabilmektedir. Bir diğer ifadeyle ona göre iman ve inanç farklılığı insanların donanımlarıyla alakalıdır (Kayıklık, 2005: 137).

Allport'a göre iman ve inanç arasında bir nüans farkı olmakla birlikte bu kavramlar birbiri yerine de kullanılmaktadır. Kendilerinden daha az emin olduğumuz inançlardan bahsederken genelde güvenden (faith) söz etmeye daha eğilim duyarız. Ayrıca güven (faith), inançtan daha çok sevgi ve aşkı anımsatmaktadır. Buradaki

güven, bağlılığın daha güçlü ve yatırımın sonucunun daha değerli olduğunu belirtmektedir. Güven her hisle ilişkili olsa da karakteristik olarak dini his ile ilişkilidir. Kişi, “Allah’a güvenim var” dediğinde dini hissin onun kişilik yapısında önemli bir yer edindiği neredeyse kesinlik kazanmaktadır (Allport, 2004: 140).

Fowler, iman ve inanç arasında ayırım yapmaktadır. Ona göre iman, inançtan ziyade insanın aşkınlık arayışındaki en temel karakteristiğidir. İman, yaşamdan ayrı bir boyut olarak değerlendirilemez. İman, büyük dinlerin her birinde yaklaşık olarak aynı fenomenler yoluyla izah edilebilirken (Fowler, 1995: 14-15) inançta böyle bir şey söz konusu değildir.

Sonuç olarak, iman karakteristik özellik olarak dini alana daha yakın olsa da dinsel alanın dışında da kendisine yer edinmiştir. Psikologların da genel olarak ifade ettiği gibi iman, dinamik ve canlı bir yapıya sahipken, inanç daha ziyade durağandır.

2.2.1.5.2. İman-Bilgi İlişkisi

İman ve bilgi, daha önce de söylediğimiz gibi suje ve obje arasında kurulan bir bağ olduğu için gerek öncelik ve sonralıkları gerekse sübjektif ve objektif kesinlikleri açısından farklı olmalarına rağmen birbiriyle karıştırılmaktadır. Zaman zaman imanın bilgi gibi düşünülüp düşünülmemeyeceği veya hangi şartlar altında düşünüleceği bir sorun teşkil etmektedir. Bu sorunu ortadan kaldırmak için iman ve bilgi arasındaki bağın açıklanması gerekmektedir.

Felsefe imanı, bilgi ile zan arasına yerleştirerek onu bilgiden daha aşağı ve onun bir alt derecesi olarak görmektedir. Bunun sonucu olarak da Tanrı’ya inanmak için onun hakkında bir şeyler bilmenin gerekli olmadığı, Hristiyanlıktaki gibi imanın bilgiden önce olduğu ve birbirlerini dışta tuttuğu yani biri varsa diğersinin orada bulunamayacağı söz konusudur. Oysaki bilgiden önce olan ve bilgiye zıt olan iman değil inançtır. Çünkü iman, bilgi ile bulunabilir. Zaten her ikisinin de temelini inanç ve tasdik oluşturmaktadır. Ancak objesi gereği bilgi de insan tasdike zorlanırken, imanda işin içerisine irade karışmaktadır. Eğer temel alınan inanç doğrulanabilirse bilgi haline, doğrulanamadığı halde, doğruluğu üzerinde ısrar edilirse iman halini alır. Burada imanın bilgi gibi delille sınırlı olmaması onun rasyonel olmadığı anlamına gelmez. İmanın sınırı bilgiyi aşabilir ve bilginin gidemediği yere kadar uzanabilir. Bu manada iman, bilgiden daha geniş kapsamlıdır (Özcan, 2016: 99-101).

İman konularının yanlışlanması veya doğrulanması açık delillerle hiçbir zaman ispat edilemezken, inanç konuları zaman içerisinde yanlışlığı veya doğruluğu ortaya

çıkabilmektedir. Aslında inancın yanlışlanması veya doğrulanması demek onun inanç halinden bilgi haline dönüşümü demektir. Bu sebeple felsefeciler imanı değil, inancı bilginin bir alt tabakasına yerleştirerek, bilgiyi doğrulanmış doğru inanç/gerekçelendirilmiş doğru inanç (justified true belief) olarak tanımlamaktadır (Alper, 2016: 35).

Özcan'a göre iman ve bilgi birbirini dışta bırakmaz ve bilinen bir şey aynı zamanda inanılan bir şey haline gelebilmektedir. Böylece iman, bilgiye sıcaklık, canlılık, işe yararlık ve uğruna fedakarlıklarda bulunabilecek bir bilgi haline getirmekle onu tamamlamış ve ona katkı sağlamıştır. Kendisinden önce gelen bir bilgiye dayanan iman daha makul ve daha kesin bir iman olmaktadır (Özcan, 2016: 101-105).

Tillich'e göre hakiki iman ve hakiki bilgi arasında hiçbir çelişki yoktur. Asıl çelişki iman ve bilgi arasında değil, kendi doğru boyutunun farkına varmamış olan iman ve bilgi arasındadır. Bu iman ve aklın bilişsel fonksiyonu arasında temelde bir çelişkinin olmadığını da kapsamaktadır. Ancak genellikle bütün bilişsel formların, insan aklının imanla en kolay tezada düşen fonksiyonu olduğu düşünülmüştür. Bundan dolayı iman daha düşük bir bilgi formu olarak tarif edilerek bu tezadın ortadan kalkacağı kabul edilmiştir. Tillich'e göre imanın bu tarifini reddetmekle iman ve bilgi arasındaki çatışmalara neden olan şeylerden biri bertaraf edilmiştir. İkinci olarak, çatışmayı ortadan kaldırmak için her bilimsel beyanın geçici özelliğine vurgu yaparak bilginin hakikatine karşı imanın hakikatini savunmak çok zayıf bir yöntemdir. Çünkü; bilginin kesin olmayış ögesi, bir diğer ifadeyle yanlışlanabilir olması test edilmiş ve kanıtlanmış bilimsel savın değerini düşürmemektedir. Ona göre bilgi ancak bilgiyle imanda ancak imanla çatışabilir. Bilgi, bilgi olarak kaldığı sürece ve iman da iman olarak kaldığı sürece birbirleriyle çatışamazlar. O, iman hakikatini tasdik etmek için bilimsel keşiflerin kullanılmasının iman boyutuyla bilim boyutunun karıştırılması olarak kabul eder. Çünkü; iman hakikati, fiziksel, biyolojik ve psikolojik keşiflerle inkâr edilemeyeceği gibi tasdik de edilmez (Tillich, 2016: 82-85).

Çetin'e göre bilgi, insan zihninin yaşadığı her türlü şüphe ve tereddüdü dışarıda bırakan bir haldir. Kant'ın da ifade ettiği gibi bilgi hem sübjektif hem de objektif yeterliliğe sahiptir. Bu açıdan o, bütün insanların zorunlu olarak kabul etmesi gereken bir kesinliktir. Bilgi ve imanı aşıl原因az kesin sınırlarla birbirinden ayırırsak, imanı bir takım vehim ve hayaller alanına hapsetme tehlikesine düşeriz. Bilgi ve imanın objelerini aynı kabul ettiğimiz de ise bu hakkında bilgi sahibi olabileceğimizi umduğumuz şeylere iman etmemizin söylenmesi demektir. Dolayısıyla bilinmesi hiçbir zaman mümkün olmayan ve herhangi bir gerçeklik taşımayan objelerin inanma

alanının dışında tutulması demektir. O halde bilgi ve imanın öncelikleri ve sonralıkları nasıl olmaktadır? İnancın hem bilgiden hem de imandan önce geldiği konusunda ittifak varken iman ve bilgi arasında kimin daha önce veya sonra geldiği açısından itilaf vardır. Hristiyan teologlara göre, iman daima inanç ve bilgi arasındadır ve bu sıralamanın değişmesi söz konusu bile değildir. St. Anselm ve St. Thomas gibi Hristiyan teologlara göre imanı temellendirmek için ortaya konan hiçbir açıklama ya da imana eşlik eden güven duygusundaki hiçbir artış onu bilgiye dönüştürmesi veya bilgi kesinliğine yükseltmesi beklenemez. İslam düşünürlerinde ise bu durum farlılık arz etmektedir. Onların genel görüşü, imanın evrende yer alan varlıklar hakkında edinilmiş bilgiye dayandırılabilceği yönündedir (Çetin, 2016: 29-44).

Özcan'a göre iman doğrulanamadığı için objektif değerdan yoksunluğu sebebiyle hiçbir zaman bilginin kesinliğine ulaşamaz. Ancak bu insan hayatındaki ortaya koyduğu etki bakımından, icra ettikleri fonksiyonlar açısından doğrulanmış doğru inanç olan ilmi bilgidan daha aşağı olduğu anlamına gelmez. Çünkü; onların kesinlikleri ve fonksiyonları arasında her zaman temeldan bir bağlantı yoktur (Özcan, 2016: 102).

Esen'e göre İslam inanç ekolleri arasında iman tanımları içinde bilgiye en çok yer veren Mürcii bilginlerdir. Onlara göre iman, Allah'ı bilmek iken, küfür, Allah'ı bilmemektir. Yalnız burada Mürcii alimlerinin bilgi anlayışlarında farklılıklar söz konusudur. İçlerinden bir grup, akletme olmaksızın gerçekleşen bir kanaatin iman olamayacağını savunurken diğerr grup, akla dayanmayan bir inancın da iman olduğunu savunmaktadır. Ehl-i Sünnet alimleri ise imanı bilgidan ibaret sayan Mürciileri eleştirmiştir. Çünkü iman, tasdik; küfür ise, tekzip iken, bilginin zıddı cehalet yani bilmemektir. Bu mana da iman, bilgidan öte kalple gerçekleşen bir tasdiktir. Ama yine de bilgi, kalbi tasdiğe yönlendirdiği ve bilgisizlikte, tekzip ve inkara sevk ettiğii için gereklidir (Esen, 2008: 85-87).

2.3. İMANIN PSİKOLOJİK TEMELİ VE GELİŞİMİ

Epistemolojik açıdan imanın oluşum sürecini ele aldıktan sonra imanın psikolojik temellendirilmesi ve bireyde doğumundan itibaren imanın gelişiminin ifade edilmesi gerekmektedir. Erikson'un ifadesiyle "Gelişen her şeyin bir taban planı vardır ve bütün bölümler bu plandan doğar" (Collin ve diğerrleri, 2017: 273). Dolayısıyla iman gelişiminden bahsedebiliyorsak onun bir de tabanı olması gerekir. Freud'un ilk beş yılı kapsayan psikoseksüel gelişim kuramının aksine Erikson'un psikososyal gelişim

kuramı, gelişimi hayat boyu olarak ele almaktadırlar. Psikologların birçoğu bu konuda Erikson'la hem fikirdir (Plotnik ve Kouyoumdjian, 2011: 393). Bu yüzden iman gelişimi, insan gelişiminden ayrı düşünülemez.

Tüm dinlerde özellikle İslamiyet'te sorumluluk yaşı (sinn-i teklif) denilen bireyin davranışlarının bilincinde olması dolayısıyla yaptıklarının veya yapmadıklarının sonuçlarından sorumlu tutulduğu bir zaman dilimi başlangıcı vardır. Birey, buluş çağına gelinceye kadar gerek zihinsel gerek biyolojik olarak kendi ve çevresi açısından tam farkındalığa sahip değildir. Çünkü birey, daha soyut kavramları kavrayamamakta ve din gibi soyut kavramlar manzumesi olan bir fenomenin farkında olmadığı için onu tamamen hayatının merkezine dahil edememektedir. Birey, o zamana kadar bazı aşamalardan geçerek o farkındalığa ulaşmaktadır. Bu da demektir ki birey bir anda din ve imanla karşı karşıya gelmemekte ve bu karşılaşmaya zihinsel, biyolojik, psikolojik olarak gelişmeyle hazırlanmaktadır.

Mevcut gelişim kuramlarının çok az yer verdiği veya hiç bahsetmediği dini gelişim, inanç ve insan gelişimini bağlantılı olarak ele almanın genel adıdır. Burada "imanın bütün hayat döngüsü boyunca genel bir gelişimsel yörüngesi var mıdır?" sorusunun cevabı aranmaktadır. Çünkü; dindarlık gelişimsel bir olgudur. İnsanoğlu, dinini belli bir zaman diliminde ve çok farklı etkenler çerçevesinde kazanır. Bedeni ve iç organları büyüyüp olgunlaşırken diğer taraftan bilişsel özellikleri ve toplumsal ilişkileri, duygu ve düşünceleri belli aşamalardan geçerek buna paralel bir şekilde bireyin de dini gelişimi gerçekleşir (Hökelekli, 2016: 105).

İman gelişimi üzerine geliştirilen kuramlar oldukça yeni ve çeşitlidir. Bütün kuramları ele almak yerine imanı hayat boyu gelişime dayalı olarak inceleyen, teorik temelleri kendisinden önceki gelişim kuramlarına dayanan ama iman gelişimi üzerine başlangıç kabul edilmekle birlikte kendisinden sonraki kuramları derinden etkileyen James W. Fowler'ın İman Gelişimi Kuramı'nı ele alacağız.

Fowler'ın iman ve inanç konularına yönelik ilgisi, Tillich'in "İmanın Dinamikleri (Dynamics of Faith)" ve Niebuhr'un "Yeryüzündeki İman (Faith on Earth)" adlı kitaplarını okumakla artmıştır (Acar, 2006: 31). İman gelişimi teorisi, bir yanılla normatif gelişim teorilerine, diğer yanılla da teolojik olarak Troeltsch ve Schleiermacher'a kadar uzanan XIX. yüzyıl Alman liberalizm geleneği içerisinde yer alan H. Richard Niebuhr ve Paul Tillich'e dayanmaktadır (Söylemez, 2009: 83).

Fowler, iman gelişimi aşamalarında İngilizce iman anlamındaki "faith" kavramını kullanmasına rağmen iman ve inanç kavramlarını tanımlarken bazı hususlara dikkat çekmiştir. Birincisi; bu kavramlar herhangi bir dini gelenekten

bağımsız olarak kullanılmıştır. İkincisi; dinamik özelliğe sahip olma ve bu özelliğini devam ettirmektedir. Üçüncüsü; insanların değerlendirme ve kritik etme süreçlerini öne çıkarmaktadır. Dördüncüsü; insanların zihinsel, duygusal ve sosyal anlamdaki farklı konumlarını dikkate almaktadır (Acar, 2006: 32).

Fowler'ın İman Gelişimi kuramında, temel teorik kökleri Erikson ve Levinson'un psiko-sosyal teorilerin yanı sıra Piaget ve Kohlberg'in yapısal-bilişsel gelenekleri içinde bulunduğu bir gerçektir (Fowler, 1995: 38-39). Fowler'da bu teorilere yönelik normatif ilgi çok belirgindir. Onların temel kabulleri, İman Gelişim teorisinde basamak, geçiş, yapı, biliş, genetik gibi kavramlarla kendini göstermektedir. Bu kavramlar ve inanç farklılıkları, bu teorilerdeki bakış açısıyla ele alınarak açıklanmaktadır. Basamak olarak nitelendirilen düşünsel yapılar birbiriyle organize bir şekilde dinamik bir bütünlük oluşturmaktadır (Mehmedoğlu, 2013: 90-91).

Bu kuram, çeşitli alanlardaki teori ve yaklaşımları bir araya getirerek iman formüle etmiştir:

1. Piaget'e göre mantık gelişimi (form of logic)
2. Selman'a göre bakış açısı edinme (perspective taking)
3. Kohlberg'e göre ahlaki yargılama (form of moral judgment)
4. Sosyal farkındalığın sınırları (bounds of social awareness)
5. Otorite odağı (locus of authority)
6. Dünyayı tutarlı görme biçimi (form of World coherence)
7. Sembolik işlevsellik (symbolic function) (Mehmedoğlu, 2013: 95).

Fowler ve arkadaşları, "İman Gelişimi Mülakatı" vasıtasıyla, küçük çocuklardan başlayarak yaşlı kuşaklara kadar yaklaşık 400 kişiyle (Söylemez, 2009: 85) 7 yıl süresince yukarıdaki boyutlarla bağlantılı olarak, konuşma içerisinde hayatı ve hayat tecrübelerini, onları şekillendiren temel unsur ve değerleri belirlemek için mülakatlar yapmıştır. Bu mülakatlarda kişinin izni alınmış ve gerektiğinde bırakabileceği garanti edilmiştir. Sonradan analiz edilmek için kaydedilen kasetler anonim olarak kalmış ve daha sonra bilimsel çalışmalar tarafından alıntılanmıştır (Mehmedoğlu, 2013: 96).

Bu mülakatlarda yaş, ırk, cinsiyet ve dini kimlik yelpazesinde kadın ve erkekler arasında denge gözetilmiştir. Katolikler, Protestanlar, bazı doğu geleneği yanlıları ile Ateistler yer almıştır. Ancak Fowler'ın görüşme yaptığı gruplar içerisinde Müslümanlara rastlanmamaktadır (Fowler, 1995: 316-317). Bu ayrım Müslüman toplumlar açısından önemlidir. Çünkü Müslüman bir toplumda aynı iman gelişim çizgisini takip etmekte midir? Bu aydınlatılması gereken önemli bir meseledir.

Bireyin yedi boyutun bütününde gösterdiği ortalama güç tarafından bilişsel yapısal farklılıklar belirlenmiştir. İman Gelişimi teorisindeki basamaklar veya evreler bilişteki yapısal bütünlüğün farkındalığına göre birbirlerinden ayrılırlar. Ortaya çıkan basamaklar hiyerarşik bir sıra oluşturur. Basamaklar arasındaki geçiş, bir önceki basamağın tecrübe edilmesi ile mümkün olur. Geçiş, her şeyden önce insanın yaşı ve tecrübelerine bağlı olarak gerçekleşmektedir. Basamaklar arasındaki süre kişiden kişiye değişmekle birlikte yaş ve tecrübe ile doğru orantılıdır. Ayrıca basamaklar arası geçiş on yıla kadar ulaşabilmektedir (Mehmedoğlu, 2013: 96). Çünkü o basamakta olumlu özellik yerine olumsuz özellik kazanılırsa, yeni basamağa geçiş zorlaşacaktır (Plotnik ve Kouyoumdjian, 2011: 393).

Fowler, kişilik gelişimi ve iman gelişiminin birlikte derece derece ve zor bir süreç izlediğini belirtmiştir (Söylemez, 2009: 81). Bu evrelerden birinden diğerine geçiş, biyolojik olgunlaşmayı, duygusal ve bilişsel gelişmeyi, psikososyal deneyimi ve dinsel-kültürel etkileri içine alır. Bir aşamadan diğer aşamaya geçiş, otomatik veya kesin değildir (Kayıklık, 2005: 140).

Fowler ve öğrencileri yüzlerce insanla, iman hakkında geniş görüşmeler yapmış ve imandaki değişim ve gelişim süreçlerinde temel yedi evrenin bulunduğu sonucuna varmıştır. İnanç farklılıklarının deneysel araştırmalar yoluyla geniş ve kapsamlı bir şekilde ortaya konulmuş olması iman gelişim kuramının derin etkisini göstermektedir. Böylece teori, din psikolojisi ve gelişim psikolojisi ile zenginleşmiştir (Mehmedoğlu, 2013: 90).

2.3.1. Fowler'in İman Gelişimi Aşamaları

Fowler'in iman gelişimi teorisi normalde altı aşamadan oluşmaktadır. Ancak Fowler, basamak öncesi dönem diye adlandırdığı anne karnından başlayıp ve yaşamın ilk iki yılını da içine alan bir evreyi de dahil edince toplam yedi evreden oluşan bir süreç ortaya çıkmıştır (Fowler, 1995). Ona göre, beşinci veya altıncı basamakta iman, dini bir biçim kazanmaktadır (Fowler, 1995: 293).

2.3.1.1. Bebeklik ve Farklılaşmamış İman

Bu evre, basamak öncesi dönem (pre-stage) (Fowler, 1995: 121), temel iman (primal faith) (Kayıklık, 2005: 141) ve farklılaşmamış-temel iman gibi farklı şekillerde isimlendirilmiştir. Erikson'a göre, 0-1 yaş aralığında (Plotnik ve Kouyoumdjian, 2011:

393), Fowler'e göre 0-2 yaş aralığındadır. Bebek, bu evrede her açıdan annesine veya temel bakıcısına muhtaçtır. Çocuk, onlarla girdiği sadakat ve temel güven ilişkisinin ömür boyu süren etkisi altında gelişmektedir (Karaca, 2007: 190).

Bu evrede konuşma öncesi duygusal ilişkiler ile sınırlı bir aşama olması ve ampirik olarak araştırılmasının güçlüğüne rağmen imanın ayrılmaz parçaları olan güven, otonomi, ümit ve cesaretin tohumları, daha sonra üzerine imanın temellenmesi için atılmaktadır. Güvensizlik tecrübesi, ilk sevgi ve şefkat gösteren insanlarla ilişki tecrübesi, iman yoğunluğu olarak kabul edilmektedir. Kendini beğenme ve yetersiz güvenden dolayı kendini soyutlama söz konusu olabilmektedir. Konuşma ve düşünme yeteneğinin ortaya çıkmaya başlamasıyla birinci aşamaya geçiş hızlanır. Dil ve ritüel oyun içinde sembollerin kullanımı başlamaktadır (Fowler, 1995: 121).

İman bu evrede temelleneceği için temel güvenin tesis edilmesi son derece önemli ve gereklidir. Çünkü güven, dini duygu (religious sentiment) ve düşüncenin temeli olarak kabul edilir (Mehmedoğlu, 2013: 93). Ayrıca bebeğin beslenme ve temizlik gibi temel ihtiyaçları karşılanmazsa veya çocuk etrafında güvенеbileceği bir yetişkin bulamazsa, onun dünyaya ve kendine olan güvensizliği ve ümitsizliği baskın hale gelecektir (Karaca, 2007: 191). Kısaca, iman gelişiminin başlangıcı olan bu evre, çocuğun, anne-baba ve çevreyle olan ilişkileri sonucunda oluşan güven duygusuyla ilişkilidir (Kayıklık, 2005: 141).

2.3.1.2. Birinci Aşama: Sezgisel-Yansıtıcı İman (Intuitive-Projective Faith)

Bu aşama 2-6,7 yaşlar arasında yer alır. Ancak yoğun olarak 3-7 yaş arasında görülür (Fowler, 1995: 133). Bu evrede Tanrı tasavvurları bilinçli bir şekil almakta ve yaşamın ikinci yılındaki ahlaki duygu ve ilkelerin uyanışına ve aynı zamanda çocuğun şekillenen benliğinde tabu ve kutsalın farkında olma, utanma ve sıkılmayla birlikte bir özerklik ve irade dengesi için çabalamasına karşılık gelir (Söylemez, 2009: 88). Ölüm, cinsiyet ve çevrede gerçekleşen diğer olaylar sezgisel olarak algılanır. Buradaki tehlike ise bu tasavvurların yıkıcı tabular ve katı ahlaki kurallar tarafından aşırı derecede etkilenmesidir (Fowler, 1995: 134). Çünkü; çocuk bu aşamada, kutsalın yasaklarının ve ahlak varlığının bilincine ulaşır (Karacoşkun, 2004: 28).

İlk çocukluk olaylarından ve ilişkilerinden kaynaklanan deneyimlerin duygusal ve algısal düzeninin yapıları, çocuğun deneyimlere anlam vermesinin ilk bilinçli çabalarında, denemelik ve değişime açık yönelimler oluşturmaktadır. Bu evrede derin ve ileriye doğru uzanan düşünceler şekillenebilir. Bu düşünceler daha sonra iman

duygusal ve bilişsel temellerini oluşturmaktadır. Bilişsel gelişim henüz tamamlanamadığı için olaylardaki neden-sonuç ilişkisi kavranamaz. Çocuk bu evrede Tanrıyı hissetmeye ve ona daha çok bir biçim vermeye çalışır. Ancak çocuğun kafasındaki düşünce gerçekten daha çok hikayelerle alakalıdır. (Kayıklık, 2005: 141).

Hayal gücü, hikaye ve jestler bu aşamada güdüleyici olarak önemli rol üstlenmektedir. Birey, çevresindeki insanların dinle ilgili hikaye ve davranışlarını pratik olarak taklit etmeye çalışmaktadır. Bir diğer ifadeyle bu aşamada taklide dayalı bir iman söz konusudur (Mehmedoğlu, 2013: 98).

Bu evrede çocuk kendi bilincine varmakta ve benmerkezci olmaktadır. Başkalarının merkezinden bakıldığı zaman benmerkezci yapıda olan bu aşamadan bir sonraki aşamaya geçişi hızlandıran temel faktör, somut işlemsel düşüncenin ortaya çıkmasıdır. Geçişin merkezinde, eşyanın nasıllığını bilme ve çocukların gerçek olanla gerçek gibi görünen arasındaki farklılık temelinde onu kendini açıklamaya yönelik ilginin artmasıdır (Fowler, 1995: 134).

2.3.1.3. İkinci Aşama: Öyküsel-Lafzi İman (Mythic-Literal Faith)

Bu aşama 7- 11/12 yaş civarında yer alır (Acar, 2006: 50). Piaget'in somut işlemsel dönemine, Kohlberg'in araçsal ahlak dönemine tekabül etmektedir. Bu gelişim basamağı okul dönemine denk gelse de Fowler'e göre bazı ergen ve yetişkinlerde bu evrenin karakteristik özelliği görülebilmektedir (Karaca, 2007: 192-193).

Birey, mantıklı düşünme becerisinin gelişmeye başlamasıyla yani somut işlemsel düşüncenin başlangıcıyla birlikte dünyadaki işleyişi anlama çabası içine girmektedir. Kendi toplumuna ait olmayı sembolize eden hikaye, inanç ve uygulamaları kendine mal eder. Artık hayal ve gerçek dünya arasında ayrım yapabilir ve başkalarının bakış açısını ayırt edebilir. Bu aşamada dini inanç ve semboller tamamen gerçek olarak kabul edilmektedir (Fowler, 1995: 149). Bu yüzden dini ve ahlaki kurallar harfi harfine (literal) uygulanmaktadır (Karaca, 2007: 192).

Bir önceki aşamanın duygusal ve düşünsel temelleri, bu evrede hala etkili olmasına rağmen düzenli düşünme, bilinçli yorumların ve deneyimlerin daha oturmuş biçimlerini oluşturmaya zemin hazırlar. Düşünme işlemi tersine çevrilebildiği ve eş zamanda bir durumun birden fazla özelliği göz önünde bulundurulabildiği için bu aşamada neden-sonuç ilişkileri daha açık bir şekilde anlaşılabilir. Birey, yeni bir bakış açısıyla dünyasını kurabilir. Ancak içselleşmiş duygular, tutumlar ve içsel yol

göstericiler henüz oluşmamıştır. Bu aşamada inanılan Tanrı bireyin kendine has değil, hala dış belirleyicilerin etkisinde olan bir Tanrıdır. Tanrı burada iyilikleri ödüllendiren ve kötülükleri cezalandıran kural koyucu veya ebeveyn olarak düşünülmektedir (Acar, 2006: 50; Kayıklık, 2005: 141).

Birey bu dönemde üçüncü aşamada görülen ortaklaşa iş yapma becerisini gösteremez. Ayrıca dördüncü aşamada gözlemlenen rasyonel sistematik niteliklere de sahip değildir (Fowler, 1995: 150).

2.3.1.4. Üçüncü Aşama: Yapay-Geleneksel İman (Synthetic-Conventional Faith)

Sentetik konvensiyonel aşamada denir. Buradaki “sentetik” kavramı farklı unsurları bir araya getirme anlamında kullanılmıştır. Dolayısıyla bu evrede bireyin benimsediği inanç içeriklerinin birbirini destekler biçimde bir araya getirilmesidir (Acar, 2006: 52). Yaklaşık 11/12 ile 17/18 yaşları arasında görülür. Fowler’e göre bu evre, kronolojik yaş itibarıyla ergenlik dönemine denk gelse de dini gelişim açısından birçok yetişkinin bütün dindarlığını karakterize edecek özelliktedir. Piaget’nin formel işlem aşamasının ilk dönemlerine, Kohlberg’in kişilerarası uyum evresine tekabül etmektedir (Karaca, 2007: 194).

Birey, ergenlikle beraber kişilik bunalımlarının ortaya çıkmasıyla birlikte hayat şimdi onun için daha farklıdır ve inanç bunu açıklamak zorundadır. Tanrıyla daha çok kişisel ilişki ve biçimsel ameli düşünceyle ilgili soyut fikirlere bir güven söz konusudur. Artık birey, bir kişiliği benimsemeye başlamıştır ve kendisi için kariyer ve kişisel ilişkiler önemli hale gelmiştir (Mehmedoğlu, 2013: 98-99). Soyut kavramları kullanma ve değerlendirme yeteneği ile genç birey, düşünme hakkında düşünmeye, hikayeleri değerlendirmeye, onlara isim vermeye ve kendi anlamlarını sentezlemeye başlar (Kayıklık, 2005: 142).

Bu aşamada birey, manevi çevresini oluşturur. Tanrı inancı, sevmeye, anlama ve boyun eğmenin kişisel değeriyle kişinin dünyasında yerini belirleme sürecindedir. Birbirine aykırı öğeler içermesine rağmen kimlik, inançlar ve değerler güçlü bir şekilde hissedilir (Kayıklık, 2005: 142). İnanç ve değerler bu evrede hiçbir şekilde eleştiriye tabi tutulmayacak şekilde algılanır. Diğer taraftan birçok değerden sadece biri olduğunun farkında olmadığı kendi değerleri bir ideoloji şeklini almıştır (Fowler, 1995: 173).

Geçmiş yaşantılar üzerine düşünme ve gelecek ve kişisel ilişkiler konusundaki kaygılara ortak bakış açısı yakalamaya ve bir dünya görüşü benimseme ve onun değerlerini paylaşmaya yardımcı olur (Karacoşkun, 2004: 28).

2.3.1.5. Dördüncü Aşama: Bireysel-Düşünsel İman (Individuativ-Reflective Faith)

Dördüncü aşamadan önce Fowler, üç ve dördüncü aşama arasına geçişe yer vermektedir. Ona göre bunun muhtemel nedeni, bu aşamalar arasındaki düşünce ve duygu dünyasındaki belirgin farklılıklardır. Fakat bu üçüncü ve dördüncü aşama arasında geçişin olacağı kesinlik arz etmemektedir. Çünkü geçiş; ilk ergenlikte ya da 30'lu yaşların sonu 40'lı yaşların başında da yaşanabilir (Acar, 2006: 54-55). Fowler'e göre kabul edilen otorite kaynakları arasındaki çekişme ve çatışmalar, bireyin kendi inanç ve değerleri üzerine eleştirel düşünmeye konu durumlarla karşılaşma, kişinin dış otorite kaynaklarına bağlılığının son bulması bu geçişi sağlamaktadır (Fowler, 1995: 182). Diğer bir ifadeyle inanç ve değerlere sıkı sıkıya bağlılık ve alışkanlık bu geçişi zorlaştırabilir.

Dördüncü aşama, son ergenlik ve genç yetişkinlik denilebilecek 17/18 yaşları ve sonrasında görülmektedir. Bu evrede birbirini izleyen ya da aynı anda ortaya çıkan iki durum belirmektedir. Birincisi; daha önce edinilen inançlar, değerler ve bağlılıkların eleştirel bir bakış açısıyla gözden geçirilmesidir. İkincisi; daha önceki roller ve ilişkiler tarafında oluşturulan benliğin kimlik sorunu ile mücadeleye girmesidir. Birinci durumdan sonra bireyde dışsal otoriteye olan güven eksilir ve yerini benlik alırken, ikinci durumdan sonra birey yeni dönemin getirdiği yeni çevre, rol ve sorumluluklara göre yeni benlik geliştirmektedir (Kayıklık, 2005: 142).

Fowler'e göre dıştaki otoriteden içteki otoriteye yönelen birey, yeni eleştirel bir bakış açısıyla inanç ve değerlerini yeniden inşa ederek bilinçli bir "yönlendirici ego" ortaya koyar. Ayrıca "özerk inanç" geliştirmeye başlar (Mehmedoğlu, 2013: 99).

2.3.1.6. Beşinci Aşama: Birleştirici İman (Conjunctive Faith)

Bu aşama orta yaşın ilk dönemlerinden yani 30 yaş veya sonrasında başlamaktadır. Bu evre, Piaget'in formel/soyut işlem aşamasının diyalektik düşünceye kadar uzamasına, Kohlberg'in ise sosyal kontrat aşamasının sonuna ve universal etik aşamasının başlangıcına tekabül etmektedir (Karaca, 2007: 195).

Birleştirici iman, önceki evrelerde yaşanan parçalı inanç yapısında birlik sağlamayı ifade etmektedir. Bir diğer ifadeyle bu aşamada kişi, zihindeki ve yaşıntıdaki zıtlıkları bütünleştirmeye çabalayarak çelişkileri gidermeye başlar. Bu basamak, doğrudan tecrübe edilmesi güç olan gerçeklerle daha derin ilişki kurmayı gerektiren karışıkların birleştirildiği sürecin adıdır (Mehmedoğlu, 2013: 100).

Bir önceki bireysel-düşünsel aşamada, benlik ve imanın sınırları bellidir. Yani onlar birbirlerinden ayrıdır. Ancak bu evrede yetkinliğe ulaşmış ben; kararlarını, inançlarını, değerlerini kendisinin belirlediğini iddia etmektedir. Ancak insanların çok çeşitli zihinsel yapılarla sahip olduğu burada unutulmamalıdır (Kayıklık, 2005: 142). Dolayısıyla birey, bir önceki basamakta gelişen inanç sınırlarını aşarak, gerçeğin hem çok boyutlu hem de kaynağı itibarıyla birbiriyle uyumlu ve bağlantılı olduğuna dair bir yetenek geliştirir. Böylece birey, birbirine zıt kutuplar arasındaki uyumsuzlukları giderme ve uyumlu bir şekilde onları kabul etme yolunda bir çaba içine girmektedir (Mehmedoğlu, 2013: 100).

Bu aşamada bireysel imanın mitolojiyi kabul etmeyen anlayışı aşılmaktadır. Böylece sembol ve mitlerin çok boyutluluğunu ve yoğunluğunu kabul eden birey, onların ruhu aydınlatan ve ona aracı olan gücüne izin vermektedir (Kayıklık, 2005: 143). Aslında sembollerin bireyi yönlendirdiğinin farkına varılmaktadır (Mehmedoğlu, 2013: 100).

Fowler, bu aşamayı açıklamada zorlandığını belirtmiştir. Çünkü o, imanın gelişim sürecinde bu evreyi anlamadığı veya böyle bir basamağın olmadığı şeklinde bir izlenim uyandırmaktan çekinmiş hatta bu konuda endişelenmiştir. Ayrıca Acar'a göre bu aşama bir birleştirme olması bakımından üçüncü aşamayı ne kadar çok çağrışırsa da aralarında fark vardır (Acar, 2006: 58). Üçüncü evrede bir konuyu destekleyen unsurlar bir araya getirilirken, beşinci evrede farklı unsurlar bir araya getirilmektedir. Birleştirmeden kasıt ise konunun farklı ve zıt yönlerinin olabileceğinin dikkate alınmasıdır.

2.3.1.7. Altıncı Aşama: Evrensel İman (Universalizing Faith)

Bu evre, Fowler'ın iman gelişimi kuramının son aşamasıdır. 30 yaş öncesi çok nadir olmakla birlikte belirli bir yaşı yoktur. Aslında Fowler, çok az insanın bu aşamaya ulaşabileceğini ileri sürmektedir. Ona göre bu basamağa ulaşmış birey, adalet ve sevgiyi etkinleştirerek, baskı ve işkenceyi alt etmek için hayatın anlamı ve Tanrı'nın gücü ile birleşme süreci yaşar. İmanın son basamağına ulaşan birey, toplumun

huzuru için kurtarılmış bölgeler oluşturur ve biz onları hem serbestlik için yaşar hem de tehdit için yaşantılarız. Fowler bunlara örnek olarak Mahatma Gandhi, Martin Luther King ve Jr. Ve Rahibe Teresa'yı verir. Ancak bu kişiler dini kurumlar da dahil olmak üzere birçok sosyal kurum tarafından tahrip edici kimseler olarak görüldüğü için ölüm tehlikesiyle karşı karşıyadır. Gandhi ve King'in suikaste uğrayarak öldürülmeleri tesadüf değildir (Fowler, 1995: 199-202).

Daha önce de ifade ettiğimiz gibi Fowler'ın imandaki gelişim ve değişim ile ilgili geliştirdiği bu evreler Piaget'in bilişsel gelişim ve Kohlberg'in ahlaki gelişim kuramlarıyla paralellik arz etmektedir. Bu evre Piaget'de biçimsel (formal) işlemsel aşama, Kohlberg'te ise evrenselleştiren aşama ya tekabül etmektedir (Acar, 2006: 58). Paloutzian'a göre ise bu evrenin Piaget'in sisteminde karşılığı yoktur. Kohlberg'te ise gelenek ötesinde ilave bir evreye kabaca uymaktadır (Karaca, 2007: 196).

Fowler'e göre altıncı aşama şu unsurlarla tanımlanır: Birincisi; bütün toplulukları içermek. İkincisi; adalet ve sevgiye olan radikal bağlılık. Üçüncüsü; değişmiş dünya için benliksiz bir tutku (Acar, 2006: 60). Buradaki benliksiz bir tutkudan kasıt, nefsi arzularını bir kenara bırakmış insanın ilahi ve aşkın olan amaca uygun tutkularıdır.

Evrensel imanda görülen en temel özellik, temizlenme sürecinin tamamlanmasıdır. Birey, daha önceki aşamalarda bir taraftan kendi kökleşmemiştirliği ile daha önce var olan düzenin parçaları arasında gerilim yaşamaya devam ederken diğer yandan sürekli gelişen ve değişen bakış açısıyla yeni tabiatüstü düzenlere yönelmektedir (Kayıklık, 2005: 143).

2.4. İMANIN PSİKOLOJİK UNSURLARI

İman, şimdiye kadar anlattıklarımızdan da anlaşılacağı gibi insan hayatını her yönüyle kuşatan külli psikolojik bir haldir. Ayrıca kişiliği meydana getiren her şeyi kuşatabilen tek psikolojik faktördür (Hökelekli, 2013: 187). Bu sebeple insan psikolojisini meydana getiren tüm unsurları kapsamı gerekmektedir. Bir diğer ifadeyle insanın psikolojik yapısı nelerden teşekkül ediyorsa, imanın unsurları da aynı yapılardan teşekkül etmektedir. Bu nedenle insanın psikolojik yapısını meydana getiren zihin, duygu, davranış ve irade aynı zamanda imanın unsurları arasında da sayılmaktadır. Farkı ise zihin, duygu ve irade imanın iç yapısını oluştururken, davranışlar ise imanın görünen dış yapısıdır (Alper, 2016: 75).

İnancın daha çok bilişsel veya zihinsel, imanın ise daha çok duygusal ve iradi bir eylem olduğu ifade edilse de imanı bunlardan herhangi birine indirgemek veya imanının bu unsurlara ayrılabilmesi söylemek yanlış olacaktır (Mehmedoğlu, 2013: 40). Çünkü; insan bir bütündür, parçaların bir araya getirilmesi değil (Tillich, 2016: 102). Diğer bir ifadeyle biz; düşünen, hisseden, algılayan ve ona göre tercih yaparak davranan bir bütünüz (May, 1997: 89).

Külli psikolojik bir hal tarifinden de anlaşılacağı gibi imanın hal oluşu onu cüzlerine ayırmaya müsaade etmemektedir. Clifford'un da ifade ettiği gibi yaşantı, öğelerine bölünemez; onu incelerken öğelerin ilişkileri ve etkileşimleri dikkate alınmalıdır. Bu prensip iman içinde geçerlidir zira iman sadece bu unsurlardan değil, onların birbirleriyle ilişkileri ve etkileşimlerinden de oluşmaktadır. Bu Gestalt psikolojisindeki "Bir bütün kendisini oluşturan parçaların toplamından farklıdır." (Schultz ve Schultz, 2007: 517) şeklinde ifade edilen düşünceye benzemektedir. Bir diğer ifadeyle eşitliğin bir tarafına imanı, diğer tarafına biliş, duygu, davranış ve iradeyi koymakla eşitlik sağlanmamaktadır. Etkileşimlerin farklı olması nedeniyle bu bileşim sonucunda her insanın imanı farklı bir biçim kazanmaktadır (Alper, 2016: 75-76).

Mehmedoğlu'na göre dini analiz etmek, yapı ve tabiatı itibarıyla ne kadar zorsa imanı da birbiriyle iç içe geçmiş bir takım psikolojik süreçler rol oynadığı için tanımlamak ve analiz etmek aynı şekilde zordur (Mehmedoğlu, 2013: 47-48). Ona göre inanma insanın bütününe ilgilendirdiği için insan psikolojisini meydana getiren biliş, duygu, irade ve davranış boyutlarının tümünü kapsamaktadır. İmanda bilişsel, duygusal ve iradi boyutlar birlikte etkide bulunurken, davranışla tezahür eder. James'in (1902) Dini Tecrübenin Çeşitliliği (The Varieties of Religious Experience) adlı kitabıyla ve daha farklı araştırmalar neticesinde Din Psikolojisi'nde daha çok duygusal boyut üzerinde ayrıntılı olarak durulsa da bu imanda bilişin, iradenin ve davranışın olmadığı anlamına gelmemektedir. Bu Din Psikolojisi'nin duygu temelli öznel yaşantılara daha çok önem vermesiyle alakalıdır.

Hökelekli'ye göre iman olayında biri diğerini tamamlayan üç boyut vardır (Hökelekli, 2013: 159-168). Birey, gelişme derecesine uygun olarak bu boyutlarda imanının gerçekleşmesini ruhi faaliyetin bütüncü bir çalışmasında bulur. Birincisi; kabul ve tasdiktir. İnanılan obje, bilgi ve algı dünyamızı aştığı için imanın bir iç hürriyete dayanması gerekmektedir. Tutumlar ve psikolojik şartlar bir başka gerçek olan imanı kabul etmeye insanı hazır hale getirmektedir. Bu da kabule konu olan şeylerin; hissi, iradi ve akli bir hazırlığın sonucunda gerçekleşmesidir. İkincisi; itaat ve teslimiyettir. İlk aşamayı geçtikten sonra birey, kendi kişisel hürriyetinden ve bağımsız

yönelişinden vazgeçerek ilahi iradeye teslim olması ve bağlanmasıdır. Üçüncü ve son olarak, sevgi ve fedakarlıktır. Bu aşamada birey, Tanrının mutlak hakimiyetine ve otoritesine boyun eğdikten sonra kendi insani eğilimlerini de aşarak üst bir planda yeniden var olmaktadır. Çünkü artık iman, köklü bir değişime sebep olarak benliğin hakimi ve kuşatıcısı haline gelmiştir.

Tillich'e göre, iman bütün bir kişiliğin eylemidir. Ona göre kişiliği oluşturan fonksiyonlardan biri kısmen ya da tamamen imanla özdeşleştirilirse o zaman imanın anlamı tahrif edilmiş olur. İnsan zihni her fonksiyonuyla iman eylemine katıldığı için bu tür yorumlar tamamen yanlış değildir. Ancak onlardaki hakikat ögesi bütün bir yanlışlığın içindedir. Ayrıca Hristiyanlıktaki gibi imandaki delil eksikliğinin irade eylemiyle telafi edilmeye çalışılması imanın anlamının iradeci tahrifidir. Son olarak imanın akli mi yoksa iradi bir mesele mi olduğu konusu imanın bir duygu hissi olarak yorumlanmasına sebep olmuştur. Mesela; Schleiermacher, dini mutlak bağımlılık duygusu olarak tanımlamıştır. Bu tanım ise hem dini hem de seküler cemahtan destek oluru almıştır. Çünkü böylece din, sadece his olarak tanımlanarak zararsız olduğu düşünülecektir. Ama iman ne sadece irade köşesinde ne bilgi köşesinde ne de hissiyatın köşesinde oturmaktadır (Tillich, 2016: 39-47). Kısaca, imanı insan bütünlüğünü oluşturan ne irade ne akıl ve ne de hissiyat ayrı ayrı oluşturmaktadır. Her biri imanda beraber bir şekilde fonksiyon icra etmektedir.

Özcan'a göre zihnin inanç, duygu, irade vb. her fonksiyonu imana katılarak onda bir unsur olarak yer alır. Ancak imana rengini veren ve içerisinde ağırlığını en çok hissettiren imanın zihni yönüyle ve fikri boyutuyla ilgili olan inançtır (Özcan, 2016: 56). Dünyadaki dinleri birbirinden ayıranda genel olarak imandaki bu inanç boyutudur. Bireyler, farklı inanç akidelerini benimsemekle kendilerini diğer dinlerden imandaki o farklı renk sayesinde ayırmaktadır.

Kasapoğlu'na göre Cibril hadisindeki iman ve ihsan imanın psikolojik, iç yapısına ilişkin hususlara, İslam ise imanın fizyolojik, dış tezahürlerine dair unsurlara işaret etmektedir. İmanın psikolojik boyutu; zihinsel, duygusal ve irade olmak üzere üç temel unsurdan oluşur. Bunun neticesinde eylem olarak ortaya çıkan diğer bütün unsurlarda bu psikolojik boyutun çeşitli somut tezahürleridir. Kur'an bu iç ve dış unsurları ise bir bütünün ayrılmaz parçaları olarak kabul etmektedir. Ona göre bu üç unsur içerisinde en girift ve çeşitlilik arz eden duygusal boyuttur (Kasapoğlu, 1997: 61-64).

2.4.1. Bilişsel (Cognitive) Yapı: Kabul ve Tasdik

“Biliş: Canlının, bir nesne veya olayın varlığına ilişkin bilgili ve bilinçli duruma gelmesi demektir.” (TDK). Budak’a göre biliş; organizmanın çevresindeki dünya hakkında bilgi edinerek bu bilgileri dünyayı anlama, problem çözme doğrultusunda kullanma süreçleridir (Budak, 2017: 130). Biliş, bireyin dış dünyadan bilgiyi nasıl alıp seçtiği sonra o bilgiyi nasıl dönüştürüp düzenlediği, zihninde gerçeğin temsili bir hayalini yapılandırıp bilgiyi nasıl inşa ettiği konularıyla alakalıdır (Arkonaç, 2010: 77).

Bilgi, inanç ve iman arasında olması dolayısıyla her dinde imanın bilgi ile uzaktan ve yakından bir ilişkisi bulunmaktadır. Bireyin imanla ilgili bir zihinsel faaliyette bulunabilmesi için iman edilecek varlık alanı hakkında bir ön bilgiye sahip olması gerekmektedir. Ancak imanda biliş konu olan bilgi, deneyle elde edilebilecek nitelikte olmamasına rağmen birey bu bilgiye inanç ve ibadet tarzını teşkil etmesi ve onu yönlendirmesi için ihtiyaç duymaktadır (Mehmedoğlu, 2013: 49-50). Edinilen bu bilgiler sayesinde sahip olunan inançlar dini hayatın çekirdeğini oluşturmaktadır (Hökelekli, 2013:74).

İmanın nesnesinin gaybla ilgili olması dolayısıyla (el-Bakara 2/3) beş duyu organı ve akılla elde edilemez ve insanın algı ve kavrayışının dışında görünmeyen bir alemle alakası vardır. Bundan sebep imandaki bilişsel yapı daha çok vahiyle alakalıdır. Vahye dayalıdır ve değişime açık değildir. Değer hükmü taşıyan bilgiler vahiyle gelmekte ve bireysel tutumları oluşturup şekillendirmektedir (Mehmedoğlu, 2013: 35). Başka bir ifadeyle, insan bu dünyada imanın nesnesi hakkında ontolojik bir bilgiye veya tecrübe yoluyla ulaşılan bir bilgiye sahip olamaz. Vahiy ise peygamber vasıtasıyla inananlara bu bilgileri sunmaktadır. Şunu ifade etmek gerekir ki burada vahyin bilgi kaynağı oluşu sadece kendisine iman edenler tarafından kabul edilmektedir.

Özcan’a göre süje, obje hakkında sahip olduğu bilgilerle kendi amacını belirlemektedir. Böylece o hem kendini hem de muhtevası ve kurallarına uygun olarak objeyi değiştirmektedir. Elbette bu nitelik ve nicelik açısından değil, süjenin obje ile ilgili kendi yorumları sebebiyle meydana gelen bir değişimdir. Bu nedenle süje obje hakkında ne kadar çok bilgiye sahip olursa etki gücü de o kadar fazla olmaktadır. İman, canlı ve dinamik bir yapıda olması hasebiyle inanılan şeyler hakkında edinilen bilgilerle birlikte bireyin yaşının ilerlemesinin getirdiği farklılıklar sonucunda bireyin imanın nesnesi hakkındaki şahsi yorumlarının değişmesine bu da iman gücünün her yaşta farklı olmasına sebebiyet vermektedir (Özcan, 2016: 22-31).

Çetin'e göre insan akli olması dolayısıyla benimsediği tutumları birtakım rasyonel temellerle açıklamaya veya onları belirli gerekçelere dayandırarak savunmaya ihtiyaç duymaktadır. İman da değer hükmü taşıdığı inançlardan meydana gelen bir bilgi olması yönüyle sosyal psikolojideki tutumlara benzetilmektedir. Bu açıdan iman tutumunun da insanın rasyonel yanından tamamen ayrı kalabileceği mümkün gözükmemektedir. Ancak gerek Batı'da gerekse İslam Dünyası'nda ne iman ile bilgiyi kalın sınırlarla birbirinden ayıranlar ne de imana ulaşmak için akli delillere ihtiyaç olmadığını savunanların hiçbiri imanın kazanılması veya güçlenmesinde insanın kainatla ilgili bilgisinin önemli bir etkisi olabileceğini göz ardı etmemiştir. Dahası imanı desteklemek ve temellendirmek adına bilgiyi kullanarak Tanrı'nın varlığı hakkında birçok delil geliştirmişlerdir (Alper, 2016: 80; Çetin, 2016: 50-51).

İmanı tasdik olarak tanımlayabilmek için bilişsel temele dayalı bir tasdikten söz etmek gerekir. Herhangi bir bilgi ve delile dayanmadan körü körüne bir önermeyi kabul etmek imanda olması gereken bir tasdik değildir. Çünkü bilgisiz bir tasdik olmaz. Cüveyni'nin de dediği gibi tasdik ancak bilgi ile sabit olur. İmanın merkezini oluşturan kalp; insanın biyolojik, psikolojik, fizyolojik, entelektüel ve ahlaki bütünlüğünü kapsamakla birlikte daha çok düşünme, bilme ve akıl yürütme gibi bilişsel fiillerin merkezi olarak da kabul edilmektedir. İslam düşünürleri tarafından bilginin yerinin kalp olduğu veya bilgiyi kalbin hareketi olarak değerlendirenler olmuştur. Burada söz konusu olan kalp, daha çok teorik akıl anlamındadır (Esen, 2008: 81-83).

İman, akli ve bilgisel temeli olmasına rağmen soyut bir kavramdır. Deney ve gözlemle doğrulanabilir bir içeriğe sahip değildir. Ama kendi sistemi içinde tutarlı, doğrulanabilir ve açıklanabilir bir yapısı vardır. Çünkü insan neye inandığı ve niçin inandığını ifade eden farkındalığa sahip olmak ve bunun sonucunda gerçek ve tatmin edici bir iman anlayışı kazanmak için bilişsel fonksiyonlara ihtiyaç duymaktadır. Bu açıdan imanda kabul ve bağlılıkla bir bütün olan bilişsel bir tasdik bulunmaktadır (Acar, 2006: 24-25).

2.4.2. İradi (Voluntary) Yapı: İtaat ve Teslimiyet

Sözlükte irade, bir şeyi yapıp yapmamaya karar verme gücüdür (TDK). Arapça'da talep etmek anlamına gelen r-v-d kökünden türetilmiş bir kavram olarak irade terimi genelde dilemek (meşiet) anlamına gelmektedir (Alper, 2016: 123). İrade: düşüncenin ortaya koyduğu bir gayeye doğru gitme hareketidir (Mehmedoğlu, 2013:

50). “İrade: nefsin bir şeyi isteyerek onun yapılması veya yapılmaması gerektiğine dair hüküm vermesidir.” (El- İsfahani’den Aktaran Kasapoğlu, 1997: 69-70).

İnsan fiillerini kendine izafe etmesi ve bazı yaptığı eylemler neticesinde pişmanlık duyması, onun psikolojik olarak kendini hür hissettiğine işaret etmektedir. Buradan anlaşılıyor ki insan hayatı boyunca kendine çizilmiş bir yolu takip etmek zorunda değildir. O, çeşitli seçenekler arasında tercih yaparak, konumuna göre kendi yolunu kendisi çizme açısından hürdür. Frankl’ın da ifade ettiği gibi insan koşullar açısından net olarak özgür değilse bile koşullara tavır alma konusunda özgürdür. Çünkü; koşullar onu şartlandırmamaktadır. Acaba o zaman insan, irade ederek mi iman etmektedir? İmanda tasdik varlığı, iradenin katılımını zorunlu kılmaktadır. Şunu da belirtmek gerekir ki iman insanın bir anda karar vermesiyle oluşan bir yapı değildir. İradeyi bir fiil değil de hal olarak kabul edersek iman, evet-hayır demekle kazanılabilecek bir karakterde değildir. Taftazani’ye göre iradenin imana katkısı fikir ve düşüncüyü o yöne çevrilmesini temin etmesidir (Alper, 2016: 123-138). Birey, iradesiyle bir taraftan imanı ile çelişen konulardan uzaklaşmak isterken bir yandan da imanını yüceltecek davranışlarda bulunma çabası göstermektedir. Bir diğer ifadeyle imanın muhafazasında iradenin çok büyük bir önemi vardır.

Alper’e göre irade kavramı modern psikolojide yirminci yüzyılın ortalarına doğru insan davranışını iradesiz bir uyarım-cevap çerçevesi içinde izah etmeye çalışan davranışçılığın hâkim olması nedeniyle psikoloji terminolojisinden çıkarılmıştır. Çünkü davranışçılar, insan iradesini kabul etmemekte insan davranışının belli nedenlere şartlanması sonucu gerçekleştiğini ileri sürmektedir. Son zamanlarda yapılan araştırmalara göre iradede bir faaliyeti engelleyen ve bir kararı eyleme dönüştüren olmak üzere iki etkinlik vardır. Literatürde ise iradi fiil ve iradeli hareket gibi kullanımlar bulunması bunu destekler niteliktedir (Alper, 2016: 123-126).

Allah’ın varlığını kabul ve tasdik eden insan, onun emir ve yasakları çerçevesinde hayatına istikamet ve yön vermek için kendini Allah’ın iradesine teslim eder. Bu teslimiyet sayesinde bireyde güçlü bir sorumluluk duygusu meydana gelir. Bu teslimiyet bireyin bütün benliğine işler, muhakeme gücünü ortadan kaldırmadan ruhtaki derin duyguları harekete geçirir. Böyle bir iman kaynağından mahrum olan biri ise nerede fayda, kolaylık, uygunluk görürse şahsiyetini onların ışığına göre yönlendirir (Mehmedoğlu, 2013: 51-52).

Özcan’a göre iman, vahiy bilgisini kabul ve tasdik etmek veya tamamen bu bilgiye sırt çevirmek için iradeye ihtiyaç duymaktadır. Çünkü; bireyin, bildiği bir şeyi kabul edip hayatını ona göre düzenlemesini veya tamamen onu görmezlikten

gelmesini irade sağlamaktadır. Hristiyanlık'ta inanılacak şeyler akla yatkın ve irrasyonel olduğu için onların kabulü güçlü bir irade gerektirmektedir. Bu sebeple Hristiyan inanç sisteminde iradeye özel bir değer ve önem verilmiştir. İslam inanç sisteminde ise inanılacak şeyler makul olması nedeniyle kolayca kabul edilebilir olduğu için irade Hristiyanlık'taki gibi büyük değer ve öneme sahip olmadığı söylenebilir (Özcan, 2016: 110).

Tanış, Pragmatik İman Anlayışı (2017) adlı tezinde karar vermede ön plana çıkan iradenin önemi üzerinde durmuştur. Ona göre epistemik açıdan önermenin doğruluğu hakkında net bir şey söylenmediği veya söylenemediği için birey, önermeye karşı olumlu tutumlar beslediği inanç seçeneğini pratik olarak yaşam yolunda kendine rehber kabul edebilmektedir. Daha çok James üzerinde duran Tanış, yukarıda bahsettiğimiz gibi Hristiyan teolojisindeki iradenin öneminden bahsetmektedir. James, inanma iradesini kabulden ziyade doğruymuş gibi eylemde bulunma siyaseti olarak tasvir etmiştir. Çünkü; ona göre bir inanç önermesini kabul etmek ona inanmak anlamına gelmemektedir. İrade inanç konusunda pasif bir role sahipken, kabulde aktif bir role sahiptir.

İrade boyutu iman eyleminde doğrudan zihinsel boyutla temas halindedir. Kişi, önce zihninde bunun istenip istenilmediği hakkında bir tasarım evresi geçirmekte ve bunun sonucunda bir karara varmaktadır (Kasapoğlu, 1997: 70). Görüldüğü gibi imanın psikolojik unsurları birbirinden bağımsız olarak değil, birbiriyle etkileşim halinde bulunmaktadır.

2.4.3.Duygusal (Emotional) Yapı: Güven, Sevgi ve Fedakârlık

“Duygu: belirli nesne, olay veya bireylerin insanın iç dünyasında uyandırdığı izlenimdir.” (TDK) Duygu; insanın iç dünyasında yaşanan bir tecrübedir. Duygu, sevgiden nefrete, güvenden korkuya, mutluluktan hüzne kadar birbirine zıt anlamlar taşıyan, kendi içinde yoğunlukları, etkileri ve kaynakları, hedefleri, iç yapıları bakımından sayısız tonları bulunan hallerin hepsini kapsamaktadır. Bir diğer ifadeyle duygu bireyin içinde bulunduğu koşullara bağlı olarak çok çeşitli görünümleri ihtiva etmektedir. Bu sebeple duygu, insanın en tanıdığı ve aynı zamanda en tanımlanamaz ruhi hallerinden biridir. Duygusal yapı; içinde hoşla giden bir hal demek olan haz ve hoşla gitmeyen bir hal demek olan elem unsurunu bulunduran iki temel niteliğin meydana getirdiği her türlü ruhi hadise olarak tarif edilebilir. Din duygusu; tek bir

duygu şekli olmayıp, dini konular karşısında kişide beliren sevgi, korku, güven vb. duyguların genel adıdır (Alper, 2016: 91-95).

Anlamı içinde güven kavramının merkezi bir konumda olması, imandaki duygusal yapının en önemli göstergesidir. İmanda yoğunluklu bir yer işgal ettiği doğru olmakla birlikte yegâne duygu olmayan güven duygusunun yanında sabır, tevekkül, rıza, sevgi, korku, şefkat, merhamet, tevazu ve fedakârlık gibi diğer duygular da en az onun kadar etkindir (Mehmedoğlu, 2013: 52). Çünkü; sevgi ve hürmet duygularını ihtiva etmeyen bir tasdik ve içinde duygu bulunmayan birisinin rabbine gönüllü bir boyun eğişi yani teslimiyeti sağlamamaktadır. Bu sebeple imanın oluşumu ve devamının sağlanabilmesi için duygu yönü ihmal edilmemelidir. (Alper, 2016: 96-98).

İman içinde yer alan en temel duygu hatta bulunmadığı zaman iman varlığından bahsetmenin mümkün olmadığı ve psikologların dinle en çok ilgili gördükleri sevgi duygusudur. Zaten güven ancak sevgi toprağında kök salabilir. Ayrıca güven duygusu; sabır, tevekkül ve rıza hallerini besleyen bir yapıdadır. Burada güven duygusu sosyal yönü değil psikolojik yönü ağır basan bir duygudur (Alper, 2016: 103-113).

Güler'e göre imandaki sevgi koşulsuz olmamalıdır. Çünkü; her şey veya her davranış güzel ve iyi olmamakla birlikte erdemli ve erdemsiz insan da davranışları nedeniyle birbirinden ayrılır. Ayrıca sevgi sübjektif olduğu için aldatmanın ve istismarın aracı olabilmektedir. Ona göre çölde olağanüstü güzel çiçekler açan ve geometrik zırlı dikenleriyle kendini koruyan kaktüs peygamber için daha güzel bir semboldür. Çünkü; onu kimse koparamaz ve onunla kimseyi kandıramazsınız. Böylece gül üzerine kurulan duygusal, sübjektif sevgi ilişkisi yerine, temeli saygı ve örneklige dayanan objektif ve muhtevalı bir ilişki meydana gelmektedir. Hristiyanlık, Allah-insan ve insan-insan ilişkilerinde sevgiyi tek davası yaparak din haline getirmiştir. Ona göre sevgi bu ilişkilerde olmalı ancak sübjektif kalmalıdır (Güler, 2011: 75-81).

Hökelekli'ye göre din duygusu ilahi obje ile belirlenmiştir. Bu duygu, insanı sürekli ilahi aleme yöneltmekte ve oraya doğru yükselme çabası içine sokmaktadır. İnsan, bu duyguyu yaşayınca izlenimlerinde, düşünce ve tasavvurlarında, hal ve hareketlerinde Allah ile uyum içinde olduğunu hisseder. Böylece dünyada bulamadığı emniyet ve teselli ihtiyacını orada bulur. Bu sayede birey, yepyeni bir kuvvet kaynağı kazanmış olur (Hökelekli, 2013: 137-140).

Kasapoğlu heyecan, duygu ve tutku diye üç çeşit duygunun varlığından söz edilir. Bu duygular, iç ve dış nedenlere bağlı olarak ortaya çıkarlar ve uyaranlar

ortadan kalktığına bile varlıklarını devam ettirirler. İman ile bu duygular arasında kuvvetli bağlar mevcuttur. İmanın tahtı olan kalbin muharrik merkez olarak gösterilmesi buna delildir. İman halinin kazanılması ve geliştirilerek devam etmesi öncelikle hissi unsurlarla mümkündür. Bu manada geleceğe yönelik olan korku ve ümit psikolojik açıdan dini hayata hareketlilik sağlamaktadır. Bireyde tam bir teslimiyet, Allah'a sonsuz sevgi ve saygı, Allah'tan ittika gibi duyguların güçlenmesi ve fonksiyon icra etmesiyle kişi nefsinin arzularını dizginlemeye ve imanının sesini dinlemeye muktedir olur. İman güçlenince unsurları arasında karşılıklı uyum ve ahenk, bağımlılık da güçlenmektedir (Kasapoğlu, 1997: 71-77).

Görüldüğü gibi imanda duygusal boyut; imanın kazanılması, yaşatılması ve geliştirilmesi gibi önemli fonksiyonlar üstlenmektedir. Birey, güven duygusundan aldığı güçle Allah'a sevgi beslemekte ve onun yolunda fedakarlıklarda bulunmaktadır. Ancak bunu tek başına değil, imanın diğer boyutları arasındaki etkileşimi sayesinde gerçekleştirmektedir.

2.4.4. Davranışsal (Behavioral) Yapı: İbadet ve Ahlak

“Davranış: organizmanın uyarılar karşısındaki tepkilerinin bütünüdür.” (TDK) Budak'a göre davranış, bir organizmanın gösterdiği her türlü tepki ve organizmanın çevreyle olan ilişkisinde değişiklik yaratan eylemleridir (Budak, 2017: 185). Eroğlu'na göre en genel anlamda davranış: “organizmanın bedensel ve zihinsel yetenekleri, kişisel özellikleri ve duygusal mekanizmaları aracılığıyla gerçekleştirdiği, çok sayıda fiil ve eylemler ile çeşitli sözlü ve sözsüz mesajlar taşıyan bedensel hareketler gibi olgu ve durumların tamamı, davranışları meydana getiren tepkiler topluluğudur.” (Aktaran Karacoşkun, 2004: 29).

Allah ile kurulan ilişkiyi sadece kabul veya sadece duygu ile açıklamaya çalışmak aynı zamanda birtakım davranışlarla desteklememek, imanın mücerret bir hal veya sırf bir düşünceden ibaret olduğu anlamını taşıyabilir. Oysaki temeli sarsılmaz bir kalp akdi olan iman, müminin içinden taşarak kuvveden fiile çıkaran birer vasıta olarak birtakım hareket ve uygulamalar yoluyla dışarıda görünür olması gerekmektedir (Mehmedoğlu, 2013: 54). İmanda bilişsel, duygusal ve iradi unsurların mevcudiyetini kabul etmek zorunlu bir şekilde davranış boyutunun varlığını da kabul etmek anlamına gelmektedir. Çünkü, dini duygu ve düşünce eylem haline dönüşmezse orada irade yoktur (Alper, 2016: 141).

Psişik enerjimizin verimi olan duygu ve düşünceyi kuvveden fiile çıkaran harekettir. Aslında duygular ve düşünceler nitelik olarak var olsa da onların şekil almaları ancak fiillerle mümkündür (Kasapoğlu, 1997: 90-91). Sürekli olarak duyduğu sevgiyi dile getiren birisi, sevgisinin varlığına dair herhangi bir davranışta bulunmaz ve aynı zamanda her fırsatta sevdiği kişinin hoşlanmayacağı hatta nefret edeceği davranışlarda bulunursa, orada gerçek manada sevgiden bahsedilebilir mi? Aynen bunun gibi kişi eylemleriyle Allah ile kurduğu iman bağının gereğini yerine getirmese orada gerçek manada iman oluşmamış demektir. Çünkü; imanın dış dünyada varlığı ancak pratiğe dönüşmüş eylemler aracılığıyla anlaşılır (Sönmez, 2011: 128).

İman-davranış ilişkisi, davranış-tutum ilişkisine benzemektedir. İmanla uyumlu davranışta bulunmak imanın güçlenmesine yardımcı olurken, imanla ters düşen tutumlar da imanın gücünü azaltmaktadır. Bilişsel çelişki kuramından yola çıkarsak bireyler, belirli şartlar altında sahip oldukları tutumlara ters düşen davranışlar yaptıkları zaman davranışlar bireyde tutum değişikliğine sebep olurlar. Çünkü çelişki anında insan, onu azaltma ya da ortadan kaldırma eğilimindedir. Çelişki en kolay bir şekilde tutumun davranışla en az çelişkili olacağı şekilde değiştirilerek, çelişkinin giderilmesi veya azaltılması sağlanır (Alper, 2016: 151).

Güler, iman ve davranış arasındaki ilişkiyi bir benzetme yaparak anlatmıştır (Güler, 2011: 15). İmanın temeli olan tasdik testiye, imanda içindeki suya benzer. Elbette içi boş testi olabilir ancak "testinin içinde ne varsa dışına o sızar" sözü, imanın amelden ayrı olduğuna işaret ettiği kadar imanın zorunlu olarak amel doğurduğuna da işaret etmektedir. Testinin dışında ıslaklık ve nem yani salih amel ve günahtan kaçınma yoksa içinde su yani imanda yoktur. Ayrıca davranış gözlemlenmeyen bir iman, meyvesiz bir ağaca veya tatsız, kokusuz, besin değeri olmayan ota benzer (Güler, 2004: 59).

Ancak, başsız insan olmadığı ama elsiz insanın yaşayabileceği gibi tasdiksiz iman olmaz ama amelsiz eksik te olsa bir imanın varlığından söz edilebilir. İmanla davranış arasında mantıklı bir bağ olmasına rağmen bu her zaman iman ettiğimiz şekle uygun olarak mantıklı davranacağımız anlamına gelmez. Davranış ve iman arasında her zaman doğru bir orantının varlığını kabul etmek, davranışlardaki eksikler sebebiyle iman eksikliğine hatta yokluğuna hüküm vermeye, insanların birbirlerini tekfir etmelerine müsait bir zemin hazırlamak demektir (Alper, 2016: 42-45).

Çetin'e göre imanın dahili (inner) ve dış (outward) boyutu vardır. Yani iman insanın içinde gerçekleşen samimi tasdikin yanında imanın dışarıdaki görünen yüzü olan davranışları da sürekli etkileyen bir güce sahip olmalıdır. Birey, Tanrının varlığına

dair imanını başkalarıyla paylaşmıyorsa, davranışlarını imanına göre düzenlemiyorsa, dinin emir ve yasaklarını fütursuzca çiğnemekten kendini alıkoyamıyorsa, orada gerçek manada imanın olduğunu söylemek imkansızdır (Çetin, 2016: 49-50).

Yunan eros aşk (tutkulu aşk) tipi, bir başka varlıkta kendini gerçekleştirme olarak; Hristiyan agape (özverili sevgi) ise başka bir varlığın uğruna kendini teslim etme iradesi olarak tarif edilmektedir. Eros ve agapenin birlikte olduğu aşk gerçektir ve imanın içerdiği anlamlardan biridir. Aşkın doğru ifadesi ise aksiyon yani eylemdir. İman aşk içerir ve aşkın ifadesi de ameldir. İman ve amel arasındaki bağ, aşktır (Tillich, 2016: 109). Tillich burada duygusal boyutun, davranışlar boyutuyla ilişkisi üzerinde durmuştur. Demek ki sevgi duygusu kişiyi davranışa sevk edebilmektedir.

Kur’anda “İman edenler ve salih amel işleyenler” ifadesinde iman ve amel ayrı ayrı zikredilmiştir. Eğer aynı şeyler olsaydı sadece “iman edenler” demesi gerekmez miydi? (Esen, 2008: 90) İman ve amel işlev bakımından farklı olduğu için aralarında nedensellik bağı yoktur. Çünkü iman kalbin, amelde bedenın işi olduğu için her ikisinin fonksiyonlarını icra etme imkanları farklıdır. Kalp kendi içinden engel olmadığı müddetçe işini bedenın işinden daha kolay ve engelsiz yapabilir. Ama beden her şartta işlevini yerine getiremeyebilir (Baktır, 2002: 133).

İmanın davranışsal boyutunu başta ibadet ve ahlak olmak üzere Allah’ın emir ve yasaklarını kapsayan salih amel oluşturur. Böylece iman-amel münasebeti salih amelin bir parçası olması sebebiyle iman-ahlak ilişkisini de ihtiva etmektedir. Davranışların toplumsal boyutunu oluşturan ahlak yaptırım gücünü iman veya vicdandan alır. Ancak vicdan tek başına etkili bir yaptırım gücüne sahip değildir. Bu yüzden vicdan, büyük oranda yaptırım gücünü imandan alır. Ancak buradan imanı olmayanın ahlaklı olmayacağı anlaşılmamalıdır. Toplumda dünyevi ideolojilere inandığı halde ahlaki davranışlar sergileyenler olabilir ancak onlar ahlaklı olmak zorunda değildir. Ahlaki davranış sergilemeyen bir mümin ise imanındaki zafiyetten dolayı iman-ahlak bütünlüğüne erişememiştir (Sönmez, 2011: 117-133). Din ahlaki bir yaşayışı hedef almakta fakat ahlak zorunlu olarak dine bağlı kalmamaktadır (Hökelekli, 2013: 103).

Dinin emrettiği ibadet ve uygulamalar, inanılan ilahi ve kutsal varlığa itaati simgeler. İnsan yapması gereken ödev ve görevleri yerine getirerek, onunla canlı bir ilişkide bulunmakta, onunla yakın olmakta, rızasını kazanıp gazabından emin olmaktadır. Bireyin bu davranışları yapmadaki gayreti, dikkati ve devamlılığı imanı hakkındaki samimiyetin ve içtenliğin bir ifadesidir (Hökelekli, 2016: 53).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

POZİTİF PSİKOLOJİ PERSPEKTİFİNDEN İMAN

3.1. İNSANİ BİR YETİ: İMAN

İnsanın inanan bir varlık oluşunun çevresel etkilerden bağımsız olarak yaratılışından yani doğuştan mı yoksa çeşitli psikolojik, tarihi ve sosyal etkenler neticesinde öğrenerek ve gerçek bir ihtiyaca karşılık olmayan bir olgu mu (Hökelekli, 2016: 101) olduğu meselesi hala güncelliğini korumaktadır. Diğer bir deyişle, bireyde inanma vasfına temel teşkil edebilecek doğuştan sahip olduğu evrensel bir nitelik mevcut mudur? (Akçay, 1996: 273) veya insan doğuştan mı inanan bir varlıktır yoksa sonradan mı bu özelliği kazanmaktadır? Eğer insan, sonradan bu özelliği kazanıyorsa arkaik insanlar onsuz nasıl hayatta kalmışlardır?

Bu meseleyi aydınlığa kavuşturmak için literatürdeki iman oluşumu ve şekillenmesinde belirleyici olan etkenler üzerine geliştirilmiş teorilerden bahsetmek gerekmektedir. Neredeyse hemen hemen tüm insanlarda ruhun, ahiretin, mucizelerin ve kainatın ilahi olarak yaratılmasına dair bir inanç mevcuttur. Psikologların küçük çocuklar üzerine yaptığı araştırmalarda bunun iki sebebi olduğu saptanmıştır. Birincisi; insanoğlu, dünyaya doğaüstü varlıklara inanacak bir yatkınlıkta gelmektedir. İkincisi; bu eğilim, yanlış hareket eden bilişsel fonksiyonların tesadüfi bir yan ürünüdür (Aksöz, 2009: 22-23). Dolayısıyla insanın inanan bir varlık oluşunda tabii, evrim veya gelişim ürünü olmak üzere iki temel etki kaynağı bulunmaktadır. Çünkü; insanın inanmaya müsait bir yapıda olduğunu, eğer durum böyle olmasaydı dış dünyadan aldığı uyarıların ve etkilerin onu hiçbir şeye inandıramayacağını görüyoruz. Başka bir ifadeyle, insanda işitme duygusu olmasaydı, kainat tümüyle ses olsa insan işitmeye muktedir olamazdı (Alper, 2016: 170). Aynen bunun gibi insanda inanma diye bir şey var ki onu dış dünyadaki uyarım ve etkilere karşı harekete sevk etmektedir. Dahası, hayalindeki düşüncelerin gerçekleşebileceğine olan inancı onu eyleme yani hayalini gerçekleştirmeye yönlendirmektedir.

Burada şu nokta çok önemlidir: Meseleyi dini açıdan ele alırsak dini faaliyete kendi başına güdü statüsü vermek, ihtiyaçları dini davranış haline dönüştüren ara değişkenleri atlayıp geçmek ve orijinal bir ruhi kendilik düşünmek olur. Bireydeki dini eğilimler ancak onun niyetine bağlı olarak arzu konusu haline gelirse dini davranışı güdüleyici olur (Hökelekli, 2013: 83). Buradaki niyet de aslında imanın boyutlarından irade boyutuyla alakalıdır. Birey istediği için herhangi bir dine inanmakta ve herhangi

bir davranışı göstermektedir. Bu konuda pozitif psikoloji ve dinin “irade” ve “iyi karakter” vurgusu örtüşmektedir.

İlk olarak, insanın inanan bir varlık oluşunda temel iki etki kaynağından tabii etkenleri daha sonra evrim ve gelişim ürünü olmasından bahsedeceğiz. Sonrasında genel bir değerlendirme yapıp en sonunda pozitif psikolojinin, imanı karakter güçleri içerisine dahil etme sürecini ve nedenlerini ele alacağız.

3.1.1. Tabii Etkenler

3.1.1.1. VMAT2 Geni

Biyolojik yönelimli görüş ve varsayımlar imanın bir içgüdü olduğunu iddia etmektedir. “Dini ve manevi ilgi ve inançlar, insanın biyokimyasal yapısında yer almakta mıdır?” sorusu üzerine nöroloji, nöroteoloji ve genetik araştırmalarda gelinen son nokta “inanç geni” konusudur (Mehmedoğlu, 2013: 58-59). İnanç geninin olup olmadığı tartışmaları, bilim adamlarını DNA’da Tanrı’yı aramaya sevk etmiştir. Amerikalı davranış genetikçisi Dean Hamer “The God Gene, How Faith in Hardwired Intour Genes” adlı kitabıyla bu tartışma daha da şiddetlenmiştir. Çünkü Hamer, Tanrı genin arkasındaki belli başlı kimyasal bazlı bir değişimin, insanın deneyüstücülük yetisiyle doğrudan ilgili olduğunu ileri sürmüştür. Ruhanilik testinde yüksek puana sahip olan kişilerin geninde protein moleküllerinin beyinde dolaşmasından sorumlu olan VMAT2 geninde bir varyant taşıdıkları belirlenmiştir. Aynı zamanda bu gen, bilinç durumu ile ilgilidir ve LSD ile oluşan hezeyana kapılma etkisinde de sorumluluğu vardır. Ancak Tarhan, bu geni “Tanrı geni” olarak değil de insanı yaratıcıyı aramaya yöneltten bir özelliği olması dolayısıyla “Tanrıyı Arama Geni” denemin daha doğru olacağını söyler (Tarhan, 2010: 62).

Mehmedoğlu’na göre bu gen, din ve tanrı inancından ziyade aslında manevi düzeyi belirleyen biyokimyasal bir şifredir (Mehmedoğlu, 2013: 61). Zira Tanrı inancı gibi girift bir olguyu tek başına bir genin açıklayamayacağını Hamer de kabul etmektedir. Çünkü, din ve tanrı inancında rol oynayan genleri saptamak veya bu inançları genlere indirgemek, bütüncül bir bakış açısına ve nihai hakikate ulaşmak için halihazırda yetersiz kalmaktadır.

3.1.1.2. İslam’a Göre İnsanın İnanan Bir Varlık Olması

İnsanın inanan bir varlık olması üzerine vurgu yapan filozoflar olmasına rağmen asıl önemi üzerinde duranlar genel itibariyle teologlardır. Özellikle İslam dininde insanın yaratılıştan gelen bir inanma istidadını ifade etmek veya insanın inanan bir varlık oluşunun dini karşılığı olarak kullanılan kavram “fıtrat” kelimesidir. İnsandaki inanma, din duygusu veya din fikrinin doğuştan mevcut olmadığını iddia edenler ise bilhassa tabiatçı görüşü benimseyen bilim adamları (Güler, 2016: 160) yani filozoflardır. Tüm filozoflar elbette bu kanaatte değildir.

İslam dininde insanın inanan bir varlık olmasıyla alakalı “fıtrat” kavramı veya yaratılıştan gelen özel bir yapının var olduğu fikri “fıtrat hadisi”ne dayanmaktadır. O hadis: “Dünyaya gelen hiçbir çocuk yoktur ki fıtrat üzere doğmasın. Daha sonra ebeveyni onu Yahudi, Hristiyan veya Mecusi yapar. Tıpkı hayvanın yavrusunu sapasağlam, organları yerli yerinde doğurması gibi. Siz onda bir eksiklik görüyor musunuz? (Buhari, Cenaiz 80: 93; Müslim, Kader 6). Fıtrat hadisinin farklı bir rivayetinde: “... konuşmaya başlayıncaya kadar fıtrat hali devam eder, daha sonra anne-babası onu Yahudi veya Nasrani yapar.” (Hanbel, c.4: 24). Fıtratın ne olduğu hakkında sahip olunan düşünceler Rum suresinin 30. ayeti, A’raf suresinin 172. ayeti ve meşhur fıtrat hadisinin devamına göre şekil almıştır. Böylece fıtrat hadisi üzerine farklı birçok yorum yapılmış ve yaklaşım ortaya çıkmıştır. Bunları kısaca dört başlık halinde toplayabiliriz (Mehmedoğlu, 2013: 57). Fıtrat: a) İslam üzere yaratılıştır, b) İman veya inkar üzere yaratılıştır, c) Tevhit şuuru üzere yaratılıştır, d) Tarafsız veya nötr bir yaratılış halidir.

Rum suresi 30. ayetten hareketle hadisteki “fıtrat” ifadesini İslam olarak yorumlayanlar mevcuttur ve genel kabul görmüştür. Örneğin Özcan, hadisteki ifade İslam fıtratı olarak kabul edildiğinde bireyin din olarak İslam’ı tabiatına daha uygun olacağı ve zihinsel olgunluğa erişince diğer dinlere göre İslam’ı daha makul ve daha tutarlı bulacağı şeklinde anlaşılmasının daha isabetli olduğunu söylemiştir (Özcan, 2016: 23). Ancak, İbn Hacer ve İbn Kayyim gibi alimler hadisin devamından hareketle bu fıtrat ifadesinin masumiyet olarak yorumlanmasının daha doğru olduğunu ifade etmişlerdir. Fakat yine Kur’an’daki ayetlerden hareketle Hz. Yusuf kıssasında olduğu gibi insana kötülüğü emreden tabiatının da olduğu bilinmektedir. Bu noktadan hareketle Güler, insanda iyiliğe sevk eden birincil benliğin dominant, kötülüğe sevk eden ikincil benliğin ise resesif olduğunu ve insan fıtratının da bu iki yanın toplamı olduğunu ifade etmiştir (Güler, 2011: 99-103).

Alper, fıtratla ilgili yorumları değerlendirirken temelde fıtrata nötr bir istidat olmaktan öte olumlu manalar yüklemeleri hususunda düşünce sahiplerinin birleştiklerini söylemiştir. Aslında fıtratın nötr bir kabiliyet olduğu düşüncesi realiteyi daha iyi izah eder görünse de nasslar çerçevesinde ele alındığında onun, yönü belirlenmiş bir yetenekten ziyade en azından insanın rububiyet şuurunu taşıyarak, Hakk'ı kabule uygun bir yapıda yaratılmış olduğu fikri ağırlık kazanmaktadır. Bunu destekler nitelikte Rum suresindeki yüzün Allah'ın yaratılışına çevrilmesinin istenmesi İbn Teymiyye'ye göre fıtratın nötr bir kabiliyetten öte müspet bir yapıda olduğunu aksi halde bunun vahiy tarafından övülmesinin anlamsız olacağıdır (Alper, 2016: 167-168).

İnsanın doğuştan inanma ihtiyacı ve inanabilme vasfına sahip olduğunu bazı ilim adamları ve filozoflar hikayelerle anlatmıştır. Öncelikle, İslam felsefesinde bu konuda şöhret bulmuş olan İbn Tufeyl'in "Hayy Bin Yakzan" isimli eseridir (Katipoğlu ve Kutluer, 1997: 551-554). Burada medeniyetten ve insanlardan uzak, ıssız bir adada bir ceylan tarafından büyütülen bir çocuğun Allah'ı buluş hikayesi anlatılır. Buna göre insan, hiçbir dış etkiye maruz kalmasa veya herhangi bir eğitimden geçmese bile doğuştan getirdiği inanma özelliği sayesinde bir yaratıcıya iman edecektir.

Bir başka hikâye olarak, insan doğduğunda "tabula rasa" (boş bir levha gibi) düşüncesini vurgulayan Rousseau toplumdan uzak yetiştirdiği, Allah hakkında hiçbir söz etmediği Emil'i, kendisine 15 yaşına kadar yaratıcı hakkında hiçbir şey sormadığını söyler. Her zaman aynı sonuca ulaşamayacağını iddia eden Girard ise genç yaşta karısını kaybeden bir adamın çok küçük olan oğlunu da alarak insanlardan uzak, küçük bir çiftlikte yaşamaya başlar. Sonra Tanrı hakkında hiçbir söz işitmeyen çocuk, 10 yaşına ulaşınca içindeki hissettiği eksikliği gidermek için güneşe tapmaya başlamıştır. Zaten Rousseau, insanın inanan tabiatına itiraz etmemiş hatta "Emil'in tüm hayatı boyunca kalbinin içinde Allah yoktur diyen ya yalancı ya da mecnundur" demiştir (Alper, 2016:160-161). Hikayelerden de anlaşılacağı gibi insanın sun'i veya tabii olarak toplumdan, medeniyetten uzaklaştırılması ya da hiçbir eğitim verilmemesi onu inanmaktan veya tapınmaktan alıkoyacağı garanti edilemez.

Burada üzerinde durulması gereken çok önemli bir nokta vardır. Hökelekli, ayetler ışığında gelişen fitri dini eğilimi safhalara ayırmıştır (Hökelekli, 2013: 128-129). Ona göre fitri dini eğilim, dış alem tecrübesine bağlı olarak bir dini tecrübeye yol açmaktadır. Ancak bu tecrübe, açık ve kesin, sınırları belirli bir Allah tecrübesi ihtiva etmemekte fakat böyle bir tecrübeye insanı sevk etmektedir. Bu iki tecrübe çeşidi arasında öncelik-sonralık ve nitelikçe farklar vardır. Dini tecrübe vasıtasız ve

içgüdüsel bir özellik taşıırken, Allah tecrübesi vasıtalı ve akıl yürütmeye dayalı sistemli bir zihinsel safhalar sonucu elde edilmektedir. Buna en güzel örnek, Hz. İbrahim'in inanma ihtiyacı ve özelliğinden dolayı önce Yıldız, Ay ve Güneş'e inanması daha sonra "Batanları sevmem" sözüyle asıl yaratıcıyı bulmasıdır.

Ancak Gazali'nin de belirttiği gibi şu bir gerçektir ki bizler, Hristiyanlığın hakim olduğu çevrelerde insanların genellikle Hristiyan; Yahudiliğin hakim olduğu bölgelerde insanların Yahudi; İslamiyet'in hakim olduğu çevrede insanların genellikle Müslüman yetiştiklerini müşahade etmekteyiz (Alper, 2016: 201). Bunu kabul etmemek realiteye göz yummak olur. Hadisin devamındaki "konuşmaya başlayıncaya kadar" ibaresini bu sebeple kendini ifade etme gücü kazanan çocuğun dil vasıtasıyla öncelikle anne-baba (onların kültürleri) ile ilişki ve iletişime geçtiği daha sonra onların fikirlerini, inançlarını ve değerlerini ilk başta aynen telaffuz ederek en sonunda onların dinine ilk adımı attığı şeklinde yorumlamak daha uygundur (Hökelekli, 2013: 127).

3.1.2. Evrim ve Gelişim Ürünü

İmanın kaynağı hakkında diğer bir varsayım, insan hayatında büyümeye ve gelişmeye bağlı doğal bir ihtiyacın yan ürünü olmasıdır. Buna göre iman, bireydeki içgüdülerin yönlendirmesi ve olgunlaşması sonucu ulaşılan insani bir gelişim olarak görülmektedir (Mehmedoğlu, 2013: 61-62). Bir diğer ifadeyle iman, evrim ve gelişim neticesinde elde edilmektedir.

Freud'un başını çektiği bu iddia, dini olguya olumsuz bir yaklaşım sergileyerek aslında onun insan doğasında bir gerçekliğinin olmadığını savunur. Çünkü Freud'a göre din sonradan, hayat süreci içerisinde, çeşitli korku ve çatışmalar sonucunda ortaya çıkmaktadır. Günümüzde bu çizgiyi aynen devam ettirenler mevcut olmakla birlikte bu gelenek içinde yetişen -örneğin Freud'un arkadaşı Fenichelin'in "inancın sihirli gücü küçümsenmemelidir" dediği gibi (Tarhan, 2010: 52)- bazı bilim adamları özellikle psikolojik sağlıkta din ve tanrı inancının gerçek bir işlevi olduğunu kabul etmişlerdir (Hökelekli, 2016: 103).

İmanı reddeden birçok insana göre imanın tarihin her döneminde gerçek bir olgu olması, onun asli ve zaruret olduğunu kanıtlamaz. Hurafeler gibi oda insan doğasının tahrifi sonucu ortaya çıkmış olabilir. Bunun nedeni, kavranması ve tasvir edilmesi zor bir kavram olan imanın tabiatının yanlış anlaşılmasıdır. Çünkü iman, diğer fenomenler gibi bir fenomen değil, açık ve gizli olarak bulunan insanın kişisel hayatında merkezi bir fenomendir. O, dinseldir ve dini aşar, evrensel ve somuttur,

sonsuz derece değişken olmasına rağmen her zaman aynıdır. İman kendisine dayanır. Ona saldıranlara karşı kendisini kanıtlar. Çünkü; onlar imana, ancak yine başka bir iman adına saldırabilir. Tillich'e göre imanın inkarı, bizzat başka bir imanın yani nihai bir ilginin ifadesi olması nedeniyle bu iman dinamiklerinin zaferidir.

İlk zamanlarda dindarlığın gelişiminde erken yaşlardan itibaren aileden, okuldan alınan dini eğitimin, çevresel dini uyarıların etkisinin kalıttan daha önemli olduğu kabul edilmekteyken; son yıllarda genetik üzerine yapılan araştırmalar, dindarlıkta kalıtımın da bir rolü olabileceğini ortaya koymuştur. Özellikle ikizler üzerinde yapılan çalışmalar, dindarlığın kalıttaki rolünün %35-55 arasında olduğunu saptamıştır. Genç yaşlarda dindar olup olmayışta çevrenin ve eğitimin etkisi daha belirginken, orta yaşlardan itibaren bu durum kalıtımın lehine değişiyor gibi görünmektedir. Dolayısıyla inanma insan tabiatının doğuştan getirdiği ve bütünüyle rasyonel olmayan bir parçasıdır ancak kültürel olarak etkilenmenin de farklı dini yapılar oluşturduğu bir gerçektir (Hökelekli, 2016: 102-103).

Anlatılanları düşündüğümüzde ve son zamanlardaki gelişmeleri de göz önüne alırsak, her ne kadar insan gelişiminde şahsiyet ve karakterin oluşmasında kalıtım ve çevrenin ne ölçüde katkıda bulunduğu, hangisinin daha etkin olduğu soruları güncelliğini korusa da bireyin gelişimini, kalıtsal veya çevresel faktörlerden yalnız biriyle açıklayan tek taraflı görüşler artık önemini yitirmiştir (Oktay, 1983: 14). İman, etkileşimsel bir süreçtir. Daha açık bir ifadeyle iman; bireyin gelişimi, kalıtım ve çevre arasındaki ilişkinin bir ürünüdür. Ayrıca bireyi içinde bulunduğu sosyal ve kültürel çevrenin kurbanı olarak görmek bütün araştırmacılar tarafından kabul edilen bir görüş de değildir. Günümüzde ise tam tersine, kişi-çevre ilişkileri incelenirken bireyi pasif bir alıcı konumuna indirgemeyen, ekolojik ve bağlamsal modeller giderek kabul görmektedir (Alper, 2016: 195-201).

Bizim kanaatimiz, dini kabiliyet olarak da ifade edilen fıtrattan kastın insanın doğuştan inanmaya meyilli bir mayasının olduğu şeklindedir. Çünkü; çevre olmayan bir şeyi yaratmış değildir. O, sadece fıtratta olan şeyi açığa çıkarmakta ve şekil vermektedir (Kurt, 2016: 91). İman gelişimi modelini ele aldığımız Fowler da bu görüştedir (Fowler, 1995: xiii). İnsan, zihni olgunluğa ulaştıktan sonra akla mantığa uygun olan şeylerin inanca konu olması daha olasıyken "kesinlikle böyle olacaktır" diye de bir şey söz konusu değildir. Güler'in de ifade ettiği gibi kişiyi iyiye, doğruya yönelten, akla ve mantığa uygun olan önermeler, fıtratta dominantken; insanı kötülüğe yönlendiren, akılla kavranamayacak şekilde olan önermeler resesif, çekinik veya daha azdır. Ancak su verilmesi sebebiyle sümbüllenen ve meyve veren on çekirdek; su

verilmediği ve ilgilenilmediği için kurumuş bin çekirdekten daha değerli olması gibi az, kıymetli olduğu için kıymetsiz çokluktan değerlidir.

İnsandaki inanma ihtiyacı ve özelliği ister doğuştan elde edilen bir yeti olsun isterse sonradan kazanılan bir özellik, netice itibariyle insanın inanmadan yaşayamayacağı bir gerçektir. Ancak iman, içeriği ve bağlamı itibariyle her zaman dini olmayabilir. İman, asli anlamını dinde kazanmasına rağmen Fowler, Niebuhr ve Tillich'in ifade ettiği gibi kapsam itibariyle dini aşar ve ayrıca evrenseldir. İman, daha derin, zengin ve daha kişiseldir. İman bireyin veya grubun yaşam alanına nüfuz etme şeklidir. İman hayata meyletme ve onu anlamlandırma yoludur (Fowler, 1995: 5).

Son olarak, eğer insanda inanma diye bir şey olmasaydı ne geçmişteki bilimsel gelişmeler, tarihi olaylar ne bugünkü (bize göre gayb olan başkasından duyduğumuz) meseleler ne de yarın ki olacaklar hiçbir şey ifade etmezdi. Çünkü; henüz bir ön kabul aşamasına gelmemiş bir problemi araştırıp bilgilenme ihtiyacı içinde olmak söz konusu değildir (Sönmez, 2005). Anselm'e göre inanma, anlamının öncesindedir ve iman olmadan anlamının gerçekleşmesi mümkün değildir (Çetin, 2016: 15).

3.1.3. Karakter Gücü Olarak İman

1999 Birleşmiş Milletler Kamu Ajandası'na göre gençlerin karşı karşıya olduğu en önemli mesele değerlerin öğretilmemesidir. Bu sebeple uyuşturucu ve şiddet, karakterin yokluğunu fırsat bilerek yaygın hale gelmiştir (Peterson ve Seligman, 2004: 5). Ondan sonra belki de ülkelerin çöküşü gelecektir. Bunun farkında olan Peterson ve Seligman, çalışmalarını karakter ve değerler üzerine yoğunlaştırmışlardır.

Ancak birinci bölümde de ifade ettiğimiz gibi insanın olumlu taraflarının neler olduğunu bilmeden onları geliştirecek müdahalelerde bulunmak yanlış olacaktır. Bundan dolayı Peterson ve Seligman, Çin, Asya, Hindistan ve Batı gibi büyük ülkelerdeki; Taoizm, Konfüçyanizm, Budizm, Hinduizm, Eski Yunan, Hristiyanlık ve İslamiyet gibi dinleri ayrıntılı olarak inceleyerek büyük dini ve kültürel gelenekler tarafından onaylanan en az altı erdem olduğunu keşfetmişlerdir (Peterson ve Seligman, 2004: 34). Aslında bu şaşırtıcı bir keşiftir. Çünkü içinde bulunduğumuz post-modernizm ve ahlaki görecelik çağında eskiye nazaran şimdi kusur gibi görünen veya şimdiye nazaran geçmişin kusurlu görüldüğü evrensel geçerlilikte altı erdemin bulunması şaşırtılacak şeylerdir (Seligman, 2020: 230-204).

Peterson ve Seligman daha önce William Benet, Benjamin Franklin, Charlemagne ve Merlin gibi araştırmacıların hazırladığı karakter kataloglarını

inceleyerek kendi belirledikleri karakter güçleri ile karşılaştırmışlardır. Ayrıca Thorndike, Erikson'un psikososyal kuramı, Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi, Greenberger ve diğerlerinin psikososyal olgunluk modeli, Marie Jahoda'nın mevcut pozitif ruh sağlığı kavramları, Carol Ryff ve arkadaşlarının iyi olma boyutları, beş büyük kişilik özellikleri, Kohlberg Gardner, Vaillant, gibi daha nice düşünürlerden etkilenecek teorilerini şekillendirmiş ve onların kuramlarından faydalanmışlardır (Peterson ve Seligman, 2004: 56-76).

Peterson ve Seligman'ın çalışmalarında tüm dini ve felsefi geleneklerin onayladığı altı erdemden biri aşkınlıktır. Aşkınlık ile insanın dışına ve ötesine uzanan ve insanı daha büyük ve kalıcı bir şeye, geleceğe, evrime, tanrısal olana ya da evrene bağlayan duygusal güçler kast edilmektedir (Seligman, 2020: 239). Bunu en güzel şekilde gerçekleştiren, aşkınlığın merkezindeki kavram, imandır. Çünkü iman bir intisaptır. İnsanın dışında ve ötesinde olan bir şeye bağlılıktır.

Peterson ve Seligman, karakter güçlerini seçmek için on kriter belirlemiştir. (Peterson ve Seligman, 2004: 16-27). Bunlar:

1. Zorluklarla nasıl başa çıkılacağını belirleyerek, iyi yaşama katkıda bulunur (fulfilling).
2. Güç, istenen sonuçları üretse de faydanın yokluğunda kendi başına ahlaki olarak değerlendirilebilir (morally valued).
3. Bireyin güçlü yönlerini sergilemesi, diğer bireyleri küçültmez (does not diminish other).
4. Gücün net bir şekilde zıddını ifade edebilmek, onu karakter gücü olarak görmeye engeldir (nonfelicitous opposite).
5. Güç; bireyin davranış, düşünce, his aralığında değerlendirilebilmesi gerekir. Durumlar gibi bir dereceye kadar genellik ve zaman içinde istikrara sahip olma anlamında özellik gibi olmalıdır (traitlike).
6. Güç, sınıflandırmadaki diğer özelliklere ayrıştırılmaz ve farklıdır (distinctiveness).
7. Güç, fikir birliğine dayalı kusursuzluk örnekleriyle somutlaştırılmıştır (paragons).
8. Tüm güçlü yönler uygulanmamakla birlikte dâhilerin varlığı, mantıklı olduğunda ek bir kriterdir (prodigies).
9. Gücü, seçici olarak tamamen yokluğunu gösteren insanların varlığıdır (selective absence).

10. Daha büyük toplum, gelişmiş güçler ve erdemler için ve sonrada uygulamalarını sürdürmek için kurumlar ve ilgili ritüeller sağlar (institutions and rituals).

İman bu on kriterin hepsinden geçer not almıştır. Çünkü iman; bir baş etme mekanizması, duygusal ve sosyal destek kaynağı ve umut aşılacak gibi temel hizmet görevi görmektedir (Lopez ve diğerleri, 2002: 705). Peterson ve Seligman, imanı din ve maneviyat ile beraber ele almıştır. Belki de her ikisinin özü iman olduğu için imanı ayırma ihtiyacı hissetmemişlerdir. Onlara göre din ve maneviyat her türlü hastalıkları müdahale ve önlemede merkezi bir öneme sahiptir (Peterson ve Seligman, 2004: 618).

3.2. HUZUR VE SONSUZ MUTLULUĞUN ANAHTARI: İMAN

İkinci bölümde imanı tarif ederken güven duygusunun vazgeçilmez bir öneme sahip olduğunu ayrıca Fowler'ın iman gelişimi teorisinde, Erikson'un psikososyal gelişim teorisindeki temel güvene karşı güvensizlik basamağından faydalanarak basamak öncesi dönem olarak adlandırdığı çocuğun anne-baba ve çevreyle ilişkileri sonucu meydana gelen güvene dayalı bir ilişkinin imanın ilk tohumlarını teşkil ettiğini söylemiş ve bu evrede güvenin tesis edilmesinin hayati öneme sahip olduğunu belirtmiştik.

Güven arayışı, insanın dünyaya ilk adım attığı günlerde başlayan ve hayat boyu doyurmak istediği temel bir gereksinimdir (Alper, 2016: 99). İnsan, doğmadan daha anne karnındayken adeta cennet gibi bir hayat sürmektedir. Ağzını bile açmasına gerek kalmadan plasenta yoluyla tüm istek, arzu ve ihtiyaçları giderilmektedir. Anne karnındaki rahat, sıcak ve güvenli ortam bebeğin güven ve korunma duygularını deneyimlemesini sağlamıştır. Ancak dokuz ay geçtikten sonra ister normal doğum olsun ister sezaryenle doğum olsun daha dünyaya gözlerini açmadan önce bebek ölümle burun buruna gelmektedir. İlk aldığı nefesle ciğerlerine ulaşan oksijen, "Dünyada yaşamanın bir bedeli var" der gibi içini yakmıştır. İşte o anda dokuz ay boyunca güvendiği dağlara adeta kar yağmıştır. Fowler'e göre bu bebeğin deneyimlediği ilk travma tecrübesidir (Fowler, 1995:54). Otto Rank bunu "doğum travması" olarak isimlendirir (Kısa, 2013: 194). Böylece insanın ilk tanıştığı duygu korku, çevreye verdiği ilk tepki ağlamadır. Bu sebeple ilk ihtiyacı da güvendir (Tarhan, 2010: 171).

İnsanlar beşikten mezara kadar kendilerine koruma, rahatlık, rehberlik ve duygusal destek sağlayan kişilerle birçok duygusal ve sosyal bağlar oluştururlar. Bu bağlanma olgusu ilk olarak bebek ve ona bakım veren kişi yani anne arasında ortaya çıkmaktadır. Bebeğin annesiyle ilişkide olduğunda mutlu olmasını, sıkıntılı zamanlarında annesinin yakınlığı sebebiyle rahatlamasını sağlayan aralarında yoğun ve kalıcı duygusal bir bağ oluşmaktadır. Anneleriyle sıcak, samimi ve sürekli bir ilişki yaşamaları sonucunda çocuklar, anneye güvenli bağlanma gerçekleştirmektedir. Eğer anneleri veya bakıcıları çocuğun isteklerine duyarsız kalır ve çocuğun yakınlık gereksinimlerine tutarsız cevaplar verirlerse çocuklar anneye güvensiz bağlanma gerçekleştirecektir (Hayta, 2019: 17-72). Çünkü; Bowlby'e göre kişinin beden sağlığı için vitaminler ne kadar önemliyse, erken çocukluk döneminde anne sevgisi veya duygusal ilişkiler de ruhsal sağlık için o kadar önemlidir (Collin ve diğerleri, 2017: 275).

Bowlby'in ortaya koyduğu bağlanma (attachment) kavramını daha da genişleten Ainsworth, bağlanma ilişkisini betimleyen dört ölçüt tarif etmiştir. Bunlar:

1. Bağlanma figürüyle yakınlığı sürdürme,
2. Keşifte bulunurken bağlanma figürünü güvenli bir dayanak olarak görme,
3. Bağlanma figürünü koruyan ve güven veren bir sığınak olarak içselleştirme,
4. Bağlanma figüründen uzaklaşıldığında ayrılık kaygısı yaşama (Hayta, 2019: 23).

Aslında bağlanma stilleri iki başat boyut üzerinde tanımlanabilir. Bu boyutlar, benlik modeli ve başkaları modelidir. Annelerine güvenli bağlanma davranışı gösteren çocuklar başkalarının da güvenilir, iyi niyetli ve yardımsever insanlar oldukları şeklinde zihinsel temsiller-içsel işleyiş modelleri (internal working models) geliştirirlerken; annelerine güvensiz bağlanma davranışı gösteren çocuklar, başkalarının da güvenilmez, soğuk ve mesafeli oldukları gibi olumsuz zihinsel temsiller geliştirirler. Bir kişinin benliğine dair soyut algıları olumlu ve olumsuz diye iki kutup gibi düşünülürse; güvenli bağlanma, olumlu benlik ve olumlu başkaları modeli; saplantılı bağlanma, olumsuz benlik ve olumlu başkaları modeli; kayıtsız-kaçınmacı bağlanma, olumlu benlik ve olumsuz başkaları modeli; korkulu-kaçınmacı bağlanma, olumsuz benlik ve olumsuz başkaları modeli olarak dört farklı bağlanma kombinasyonu oluşmaktadır (Hayta, 2019: 101-173).

İnsan, kainatla alakadar olduğu gibi ondaki birçok şeye de muhtaçtır. İhtiyaçları adeta alemin her tarafına dağılmış ve arzuları ebede kadar uzanmıştır. Bir

çiçeği istediği gibi koca bir baharı da ister. Bir bahçeyi arzu ettiği gibi cenneti de arzu eder. Hem insan aciz olmasına rağmen adeta iktidarı eli nereye yetişirse o kadardır. Fakat emelleri, arzuları ve elemeleri ve belaları; gözü, hayali nereye yetişirse oraya kadar ulaşmıştır (Nursi, 2013b: 85). Başka bir deyişle, istekleriyle yapabildikleri arasındaki makas çok açıktır (Tarhan, 2010: 214).

İnsani bağlanma figürlerinin veya dünyevi bağlanma figürlerinin başımıza gelmiş veya her an gelebilecek musibetlere karşı koruyucu gücünün ciddi anlamda sınırlı olduğu veya insanın arzu ve isteklerine karşı ciddi anlamda aciz ve çaresiz olduğu gerçeği gözler önündedir. İnsanlık yürüdüğü yolun tamamını bitirmediği sürece bilinmezlik, ölüm ve doğumu kontrol edemediği sürece güçsüzlük ve çaresizlik onunla beraber gelecektir. Çünkü; güvenin olmadığı yerde korku hakimdir. Bu nedenle günümüze ulaşan sözlü ve yazılı tarihte insanın güvenliği ile ilgilenen, ona ihsanda bulunan ve her zaman koruma sağlayabilen, her şeye gücü yettiğine inanılan bir veya daha fazla kozmik bağlanma figürünün, insan yaşamının merkezini oluşturması insanların birçoğu için normal ve gereklidir (Göcen, 2018: 59; Hayta, 2019: 18).

Çocuğun ebeveynle kurduğu bağlanma davranışları, ilerleyen yıllarda onun dini ve manevi gelişimi için hayati bir öneme sahiptir. Bir diğer ifadeyle çocuğun anne veya ona bakım veren kişiyle kurduğu kaliteli ve sağlıklı bağlanma, daha sonra başkalarıyla ve Tanrı'yla kurulacak ilişkilerin ve bağlanmanın niteliğini belirlemede başat rol oynamaktadır. Güvenli bağlanma davranışı gösterenlerin Tanrı tasavvurları, kişiye huzur ve rahatlık veren, kişisel gelişimi harekete geçiren, insanlarla ilişkilerini kolaylaştıran, hayata anlam ve amaç kazandıran nitelikler göstermektedir. Güvensiz bağlanma davranışı gösterenlerin ise aksine fazla talepkâr ve otoriter Tanrı imgelerine sahip özellikler göstermektedir (Hayta, 2019: 19-25).

Bireyin güven, kaygı veya sıkıntılı bir durumda olup olmaması genellikle asıl bağlanma figürünün ulaşılabilirliği ve duyarlılığı ile ilgilidir. İnsan büyüdükçe sorunları fazlalaşmakta, istekleri artmakta ama ne kendisi ne de dünyevi bağlanma figürlerinin çoğu zaman yardımı dokunmamaktadır. Aksine bağlanma figürüyle iletişim güçleşmekte ve bağlanma figürü her isteğine duyarlı davranmamaktadır. Kanaatimizce, bireydeki insani ve dünyevi bağlanma figürlerinden ilahi ve tanrısal olan bağlanma figürüne geçişin asıl sebebi budur.

Araştırmacılar, Ainsworth'un bağlanma ilişkisini betimleyen; yakınlığı koruma, ayrılığa direnme, güvenli bir sığınak (safe haven) ve güvenli bir üs ölçütlerinin Tanrı ile kurulan ilişkiyi de tasvir edebileceğini ileri sürmüşlerdir. İlk başlarda çocuğun kendisini güvende hissetmesi ve çevresine uyum sağlamasında anne veya bakıcı ile

kurulan bu yakınlık ve bağlar önemliyken, anneden kopuşun getirdiği sıkıntılar ile Tanrı tasavvuruna yönelik ve bağlanma önemli hale gelmiştir. Çünkü; sıkıntılar ancak bu sayede tam manasıyla telafi edilebilir. Daha önce anne, çocuğun keşfetme sırasında sığınabileceği güvenli bir üs ve tehlike anında korunabileceği sağlam bir sığınak işlevi görürken asıl bağlanma figürünün değişmesi ile Tanrı sıkıntılı zamanlarda sığınılacak bir liman, dünyayı keşfetmeye çalışırken güvenli bir dayanak noktası olmuştur (Hayta, 2019: 99-127).

Himaye edilme ve himaye edene bağlanma eğilimi, çocuğu kendisine yardım edecek ve koruyacak sonsuz bir kuvvet arayışına sevk etmiştir. Bireyi güçsüzlük ve acizlik karşısında korunma, sığınma ve emniyette olma ihtiyacı her şeyden üstün, en büyük koruyucu, en güvenilir sığınak olarak Allah'a bağlılığa yöneltir (Kasapoğlu, 1997: 28-29).

Diğer bir taraftan, insan canlı ve cansız varlıklarla alakadar ve her şeyle bir nevi alışverişi olan ayrıca kendisini abluka eden şeyler ile lafzen ve manen görüşmek, konuşmak, komşuluk etmeye yapısı itibarıyla mecbur olduğu için sağ, sol, ön, arka, alt, üst olmak üzere insanın altı ciheti (yönü) vardır:

1. Sağ cihet, geçmiş zamandır. Eğer iman olmazsa, mazi ülkesinin kıyameti kopmuş, altı üstüne çevrilmiş, karanlık, korkunç büyük bir mezaristanı andıracaktır. İman perspektifinden bakıldığında, hakikaten o ülkenin altı üstüne çevrilmiş olsa da can telefı yoktur. Çünkü; mürettebatının ve sakinlerinin daha güzel bir aleme nakledilmiş olduğu anlaşılır.
2. Sol cihet, gelecek zamandır. Eğer Allah'a iman olmazsa, istikbal insanları çürütecek, yılan ve akreplere yedirip imha edecek karanlık, korkunç büyük bir kabir gibi görünecektir. Fakat iman ile bakılırsa, Rablerinin kulları için hazırlattığı nefis, leziz ve çeşit çeşit yiyecek ve içeceklerin bulunduğu bir sofrı olduğu görünecektir.
3. Üst cihet, gökyüzüdür. Şu sonsuz boşlukta, milyarlarca yıldız ve gezegenlerin askeri bir manevra gibi yaptıkları farklı ve çok hızlı hareketleri insanı büyük bir dehşete, vahşete ve korkuya maruz bırakmaktadır. Ancak iman perspektifinden bakılırsa, o acayip ve garip hareketlerin bir kumandanın emri ve nezareti altında yapıldığı, gökyüzünü süsleyen o güneş ve yıldızların insanlara kandiller gibi hizmet ettiği görünecektir.

4. Alt cihet, yeryüzüdür. Dünya, başıboş ve yularsız güneşin etrafında serseri gezen bir hayvan gibi veya tahtası kırık, kaptansız bir kayık gibi görünür ve insanı dehşete ve telaşa düşürür. Ancak iman ile bakılırsa, dünya Allah'ın kumandası altında bir sefine gibi bütün yiyecek ve içeceklerle beraber insanların gezip görmesi için hazırlanmış bir memleket olacaktır.
5. Ön cihet, bütün canlıların öldükten sonra ne olacağı meselesidir. İnsan olsun hayvan olsun bütün canlılar, kabile kabile o yöne gidip kayboluyorlar. Dolayısıyla, yok olacaklardır. İnsan kendisinin de bu yolun yolcusu olduğunu bildiği için teessüründen çıldıracak bir hale gelir. İman perspektifinden o yolculuk fani bir menzilden baki menzile, hizmet çiftliğinden ücret dairesine, zahmetler memleketinden rahmetler memleketinedir. Yol esnasındaki kabir, ölüm gibi sıkıntılar ise netice itibarıyla sonsuz mutluluktur.
6. Arka cihet ise geride gelenlerin yani daha yeni doğacakların nereden gelip nereye gidecekleri meselesidir. İnsan, dünyevi kaynaklardan "Neden? ve Niçin?" sorularına ikna edici bir cevap alamadığı için doğal olarak hayret ve tereddüt (azabı) içinde kalacaktır. Ancak iman ile bakılırsa, insanların kainat sergisinde teşhir edilen garip ve acayip ilahi kudretin mucizelerini görmek ve mütalaa etmek için Allah tarafından gönderilmiş oldukları anlaşılır (Nursi, 2013b: 189-191).

İnsan potansiyeli, zaman ve mekan kalıplarını aşan, hem fizik hem de metafizik bütün gerçekliği kuşatan bir mahiyete sahiptir (Çetin, 2016: 162-163). İnsan, ne kadar anı yaşayan bir varlık olsa da anda yaşayan bir varlık değildir. Dolayısıyla insanda akıl ve fikir olduğu için bu altı yönle alakadardır. Çevremizde ya dünyaya çarpacak meteordan korkan ya da her an olabilecek depremden uykuları kaçan birilerini görmek mümkündür. Veya gelecek endişesine kapılmış şu anı değerlendiremeyip kendisine göre hayatının sınavından (YGS-KPSS-LYS) kötü sonuç alınca intihara meyleden birilerini görmek, duymak normal hale gelmiştir. Bu da demektir ki insan, altı cihetten hem elem hem lezzet alabilir. İnsani ve dünyevi bağlanma figürleri ise insana tam bir emniyet hissi vermemektedir. Eğer iman gözüyle o altı yöne bakılmazsa böylesi bir kaos ortamında insanın her yönüyle bir bütün olarak kainatı ve kainattaki konumunu doğru olarak değerlendirmesi, kendisini gerçekleştirme ve kemale ermesi beklenemez (Sönmez, 2005: 239). İlahi bağlanma figürü olarak iman, insana her cihetten gelen musibet ve sıkıntılara karşı dayanak

(istinat) noktası ve yardım (istimdat) noktası olmaktadır. İnsan, imanın verdiği bu şuurla huzur ve sonsuz mutluluk duyacaktır.

İlk bakışta her ne kadar bir başka varlığa tutunmak bir zayıflık göstergesiymiş gibi algılansa da son zamanlardaki araştırmalar bizlere gerçeğin çok farklı olduğunu göstermiştir. Çünkü bireyin kendisiyle alakalı meseleleri bir başka varlığa- özellikle görünmeyen- bırakması bir bakıma onun depresyon ve kaygıya yol açan anlık duygusal deneyimlere daha az bağımlı olması demektir. Buna yansıtılmalı özdeşim mekanizması denmektedir. Birey kendisine ait özellikle acı verici parçaları ilk olarak Tanrı'ya yansıtmakta ve ondan bu parçaları iyi ve kontrol edilebilir kılmasını istemektedir (Kısa, 2013: 195). Bunun sonucunda da birey, anlık durumlara daha az bağımlı hale gelmektedir.

Bowlby, geç dönem çalışmalarında belirleyici modeli reddetmiş ve yerine gelişimsel sonuçların daha olasılıkçı olduğunu öne sürmüştür (Hayta, 2019: 71). Bu nedenle ona göre Tanrı'ya bağlanma telafi ve uygunluk hipotezleri yoluyla oluşmaktadır. Uygunluk hipotezine göre birey, bakıcı veya anneyle kurduğu bağlanma tarzını aynen yansıtmaktadır. Telafi hipotezine göre ise anne-baba ile kurulan ilişkileri aynen yansıtmamakta veya geçmişte kaçınmalı, kaygılı ve güvensiz bağlanma ilişkileri içeresindeyken Tanrı ile kurduğu ilişki sayesinde güvenli bağlanma boşluğunu tatmin etmektedir (Hayta, 2019: 139). Bir diğer ifadeyle yaşamının ilk yıllarında anne-babasından veya bakıcısından görmediği ilgi ve yardım onu her an ulaşabildiği ve kendisine karşı duyarlı olduğuna inandığı bir Tanrı'ya bağlanmaya ve yönelmeye sevk etmiştir. Bu bağlamda Hayta'nın üniversite öğrencileri üzerine yaptığı araştırmada, yakın ilişkilerinde güvensiz bağlanma gösteren kişilerin bunu Allah'a yansıtmadıkları ve birçok boyutta Allah'a güvenli bağlanma davranışında bulundukları görülmüştür (Hayta, 2019: 231).

Konuyu yükleme kuramı (attribution theory) açısından ele alırsak insan gerek kendisinin yaşadığı gerekse çevresinde gözlemlediği olaylara bir anlam verme veya olup biten olayları birtakım nedenlere ve sebeplere yükleyerek açıklama eğilimindedir. Bireyin kendi kendine sorduğu veya kendisine yöneltilen “Neden? veya Niçin?” sorularına birtakım nedenler ve sebepler ararken olayların doğru bir şekilde analiz edilmeleri ve temelde yatan kalıcı, değişmez faktörlerin bulunması önem kazanmaktadır. Yetenekten virüse kadar değişiklik gösterebilen çeşitli etkenlere yükleme yapılabilmektedir. Bu açıdan mevcut dünya dinlerinin dikkat çeken en önemli özelliklerinden birisi de insanlara sundukları her türden nedensel açıklamalardır. Böylece dinler, kişileri yaşadıkları olayları göğüsleyebilmeleri ve onları

açıklayabilmeleri için düzenlenmiş, kapsamlı ve aynı zamanda bir bütün olan inanç sistemleri ile donatılmaktadırlar (Yaparel, 1994: 275-279).

Görüldüğü gibi bağlanma kuramında veya yükleme kuramında genel vurgu, kontrol edilebilir bir çevrenin olmasının insanın çevreye uyum sağlayabilmesi açısından gerekli olduğudur. Bu uyumun da mümkün olduğunca kalıcı, değişmez ve güvenilir etkenlerle sağlanması önem arz etmektedir. Tarhan'a göre uyum arayışı sağlam olmayan bir inanç temeline oturmuş din, insanın psikolojik sağlığında kalıcı bir etki bırakamaz ve iyi bir yol gösterici olamaz (Tarhan, 2010: 14).

Kısaca ifade edecek olursak, geçmiş zamanın hüznüleri ve gelecek zamanın korkuları insanın kalbini durmadan incitmektedir. İnsanın ise bunlara karşı neredeyse elinden hiçbir şey gelmemektedir. Kendisinin ve her şeyin bir gün öleceği veya yok olacağı düşüncesi ise onu çıldıracak hale getirmektedir. Dünyada durmadan devam eden bu hareketlilik, iman olmadan insana sadece azap vermektedir. Fakat dünyadaki lezzet ve nimetlere iman ile bakıldığında, emsallerin birbirini takip ettiği görülür. Biri gider onun yerine misli gelir. Bunun için insan, iman sayesinde firak ve iftirak ile müteessir ve mükedder olmamaktadır (Nursi, 2013c: 69). Ancak, imanın çekirdekten ta büyük hurma ağacına kadar aynada görünen misali güneşten deniz yüzündeki aksine kadar oradan da ta güneşe kadar mertebeleri vardır (Nursi, 2013a: 107). Dolayısıyla, inanan Tanrı'sına ne kadar çok bağlanırsa, imanın hayatına nüfuz etmesi de o kadar yoğun olacaktır (Hayta, 2019: 125). İmanın bireyin hayatındaki yoğunluğu fazlaştıkça bu dünyadan aldığı lezzet artacak, imanın yoğunluğu azaldıkça insanın bu dünyadan aldığı elem artacaktır. Bu nedenle hem bu dünyada hem de ahirette mutlu olmak isteyen kişi, imanın gereğini yapması gerekir. Çünkü; iki cihanın ve iki hayatın huzur ve sonsuz mutluluğu ancak iman etmekle mümkün olabilir.

3.3. OPTİMAL İNSAN İŞLEVSELLİĞİ

Pozitif psikoloji, optimal insan işleyişini bilimsel olarak inceleyen bir bilim dalıdır (Linley ve diğerleri, 2006: 8). Psikolojide birtakım özelliklerin bireylerde ne düzeyde bulunması gerektiğine yönelik önemli bir kavram vardır. Bu kavram "optimal düzey" olarak ifade edilir (Eryılmaz, 2016: 89). Örneğin, optimal seviyede değil de çok yüksek düzeyde özsaygı beraberinde kişilik bozukluğu olan narsisizmi getirir. Dolayısıyla iyi oluşa katkı sağlamadığı için bu istenilen bir özsaygı düzeyi değildir.

Psikolojik hadiseler, sosyal çevrede; sosyolojik hadiseler, psikolojik saiklerle gerçekleşmektedir. Dolayısıyla insanın bu dünyadan ve çevresinden izole bir şekilde

yaşaması neredeyse imkansızdır. Bu nedenle insan bireylerle ve gruplarla ilişki ve iletişim halindedir. İman ise, anlam oluşturma, oto kontrol ve öz düzenleme gibi içerdiği müeyyidelerle kişiliğin yapılanmasında etki ve katkı sağladığı için (Mehmedoğlu, 2013: 37) bireysel, ikili ve toplumsal ilişkiler gibi hayatın her alanında etkilidir. Bir başka ifadeyle iman; hayata anlam, yönelim ve değer kazandıran güçlü bir kaynak işlevi görmektedir. Bu sebeple, pozitif psikolojinin hedefi olan ve pozitif psikolojinin birçok alanında yüksek düzeyde iyi olmayı tanımlamak için kullanılan (Compton ve Hoffman, 2013: 5) filizlenme (flourishing) kavramını ve iyi oluşu destekleyerek insanı optimal düzeyde işlevsel hale getirmektedir.

Bu bölümde imanın bireysel, ikili ve toplumsal fonksiyonu üzerinde duracağız. İman, bireysel düzeyde duygu, davranış ve biliş bakımından bireyi ve toplumu etkilerken; ikili ilişkiler düzeyinde karı-koca, ebeveyn-çocuk ilişkileri gibi evliliğe bağlı ilişkiler, arkadaşlık ve romantik ilişkiler gibi ailesel olmayan ilişkiler açısından bireyi ve toplumu etkilemektedir. Son olarak iman, bireysel ve grupsal olarak toplumsal düzeyde eğitim, işyeri ve sosyal iyi olma vb. bakımından bireyi ve toplumu etkilemektedir.

Optimal düzeyde insan işlevselliğini bireysel ve toplumsal açıdan iki başlıkta ele almak yerine bireysel, ikili ilişkiler ve toplumsal olarak üç başlık altında incelemekteki amacımız; Arapçadaki tesniye çoğulu gibi karı-koca, anne-çocuk gibi iki kişiden oluşan ilişki çeşitlerini ayırarak onları ikili ilişkiler başlığında, üç veya daha fazla kişinin arasında geçen ilişki çeşitlerini toplumsal ilişkiler başlığında ele almak istememizdir.

3.3.1. İman ve Optimal Bireysel Fonksiyonu

3.3.1.1. Duygu

Duygular, pozitif psikoloji için vazgeçilmez bir öneme sahiptir. İnsanların deneyimlediği pozitif ve negatif duyguların genel dengesi, onların öznel iyi oluşlarına katkıda bulunmaktadır. Bunun farkında olan Fredrickson “genişlet ve yapılandır teorisi (broaden-and-build theory)” adı altında bir sistem geliştirmiştir. Yani duygular, insanların anlık düşünce-eylem repertuarlarını genişleterek onlara zihinsel, fiziksel ve toplumsal kalıcı ve kişisel kaynaklar oluşturmaktadır (Fredrickson, 2002: 120-122). Böylece duygular, bireyde sadece şimdiki zamanı değil geçmiş ve gelecek zamanı kapsayarak psikolojik gelişmeyi, psikolojik ve fiziksel sağlıkta iyileşmeyi

gerçekleştirmekte ve böylece bireyin her zaman iyi oluşunu ve optimal düzeyde işleyişini artırmaktadır.

İman ve duygu ilişkisi kompleks bir yapıya sahiptir. İman, duygusal deneyimleri duygusal deneyimler de imanın karakteristik özelliğini etkilemektedir (Miller-Perrin ve Mancuso, 2015: 23-24). Bir diğer ifadeyle nasıl düşündüğümüz ve nasıl davrandığımız nasıl hissettiğimizi (Compton ve Hoffman, 2013: 28) nasıl hissettiğimiz de nasıl düşüneceğimizi ve nasıl davranacağımızı etkilemektedir. Literatürde Aeron Beck'e göre biliş, her zaman duyguyu ortaya çıkarırken; Freud'a göre duygu, her zaman bilişi yönlendirir. Kanıtlar ise zaman zaman her birinin diğerini yönlendirdiğini göstermektedir (Seligman, 2020: 112-113).

Modern psikologlar, duyguların dini ve dini olmayan formlarda deneyimlenebileceğini iddia etmekle birlikte psikoloji literatüründe şükür, merhamet, empati, tevazu, memnuniyet, sevgi, aşk/hayranlık, hürmet, huşu, yüceltme (elevation), umut, affedicilik, hoşgörü, şefkat, sorumluluk, pişmanlık, neşe, barış, güven, hizmet, minnet ve koruyuculuk dini, manevi veya kutsalla ilişkili duygular olarak sınıflandırılmıştır. Bu duyguları da kendi içinde üçe ayırmak mümkündür:

1. Manevi barış veya dini pişmanlık gibi doğrudan iman temelli olan duygular.
2. Tanrı'ya şükran duymak veya Tanrı tarafından sevilme gibi yüce bir güç ile ilgili deneyimlenen duygular.
3. Dini ibadetler esnasında neşelenmek gibi dini uygulamaların uyandırdığı duygulardır (Miller-Perrin ve Mancuso, 2015: 24-27).

Emmons bu duyguları "kutsal duygular (sacred emotions)" olarak adlandırmıştır. Ayrıca ister seküler bir formda isterse dini bir formda ortaya çıksın her iki durumda da bu duygular; bireyler arasında olumlu bağlantıların oluşmasına ve en yüksek değerlerimizi ve potansiyelimizi ifade etmemize imkan vermektedir (Compton ve Hoffman, 2013: 236). Ayrıca duygular, yaratıcı hoşgörü düşüncesi biçiminin ve üretkenliğin ortaya çıkmasına da olanak sağlar (Carr, 2016: 24).

3.3.1.2. Davranış

Davranışlar, insanın genetik ifadesidir (Tarhan, 2010:96). Bir başka deyişle insanın içerisinde dışa yansımadır. Daha öncede ifade ettiğimiz gibi iman ve davranış arasında her zaman doğru orantılı olmasa da imandaki duygusal, bilişsel ve iradi unsurların mevcudiyeti davranışı gerekli kılmaktadır. Dolayısıyla birey; bilişsel,

duygusal ve iradi yapısına kulak verip yapması gereken ödev ve sorumlulukları yerine getirirse imanı ile canlı bir ilişki içine girecektir. Böylece psişesindeki potansiyel güç, kuvveden fiile çıkarak kinetik enerjiye dönüşecektir.

Literatürde iman ve davranış ilişkisi; özgecilik, affedicilik, etik ve ahlaki seçimler gibi prososyal davranışlar ve alkol tüketimi ve cinsel davranışlar gibi sağlıksal risk oluşturan davranışlar olarak iki grupta incelenmiştir. Toplum yanlısı davranışlar (prosocial behaviors) ve sağlıksal risk oluşturan davranışlar (health-risk behaviour), Pozitif psikoloji açısından önemlidir. Çünkü; sağlık davranışları fiziksel sağlığa yardımcı olduğu için optimal insan fonksiyonunun bir parçasıdır. Toplum yanlısı davranışlar ise yaşama bağlılık ve anlam içeren bir hayatı teşvik ederek bireyin sadece optimal işleyişine değil aynı zamanda toplumun da daha iyi olmasına katkıda bulunmaktadır. Zaten affedicilik, paylaşma, cömertlik gibi prososyal davranışlar dünyadaki tüm dinler tarafından desteklenmektedir. (Miller-Perrin ve Mancuso, 2015: 61-63).

Dunn'a göre sağlıklı yaşam için insanın beş şeye sahip olması gerekir. Bunlar; yaşam sevinci, potansiyeli en üst düzeye çıkaran bir hayat, anlam ve amaç duygusu, sosyal sorumluluk duygusu ve değişen çevrenin zorluklarına uyum sağlama becerisidir (Compton ve Hoffman, 2013: 127-128). Her din, kendi bağlılarına belli bir yaşama düzeni ve disiplini telkin ettikleri için (Hökelekli, 2016: 70) sağlıklı yaşam tarzını desteklemektedir. Bu nedenle de Dunn'un ileri sürdüğü sağlıklı yaşam şartlarını genel olarak bünyelerinde barındırmaktadırlar.

"Homo economicus" yasasına göre insanlar esasen bencildirler. (Seligman, 2020: 282). Ancak bu şekilde insan, temel beşeri problemlerin üstesinden gelmede başarısız olmaktadır. Biyolojik ve sosyal ihtiyaçlarını karşılamak için başkalarına ihtiyaç duymaktadır. İman da potansiyel olarak prososyal davranışları destekleyerek bencilliğin yerine özgeciliğe vurgu yaparak bu boşluğu doldurmaktadır.

3.3.1.3. Biliş

Psikolojinin merkezi kavramlarından ve alanlarından biri olan bilişin; insanı yönlendirme, dönüştürme, motive etme gibi özellikleri vardır. Eğer kendimiz, geleceğimiz ve diğer insanlar hakkında düşünme şeklimizi değiştirirsek arzuladığımız başarıda önemli bir adım atmış sayılırız (Compton ve Hoffman, 2013: 28). Çünkü; bilişsel yorumlarımız, yaşam olaylarına yönelik duygusal tepkilerimizi şekillendirmektedir. Bu yüzden olumlu başa çıkmada iyimserlik, ümit, algılanan

kontrol duygusu ve öz etkinlik gibi bilişsel stiller önem arz etmektedir (Compton ve Hoffman, 2013: 140-143).

Örneğin; iyimser kişiler, iyi olaylara kalıcı ve tümel, kötü olaylara geçici ve özgül (personalization) açıklamalar getirirken; kötümser kişiler, iyi olaylara geçici ve özgül, kötü olaylara kalıcı ve tümel açıklamalar getirir. Bu yüzden iyimser kimseler, sıkıntılarını kolayca atlatırlar ve bir kez başarılı oldukları zaman bu başarılarını devam ettirebileceklerine inanırlar. Kötümserler ise başarıya geçici ve özgül, aksaklıkları, sıkıntıları kalıcı ve tümel açıklamaya meyil gösterdikleri için bir başarı zinciri oluşturamazlar ve baskı altında veya her kötü durumda çökme eğilimindedirler (Seligman, 2006: 31-54).

Literatürde iman ve biliş ilişkisi; dini inançlar, manevi değerlendirmeler ve bilişsel iman uygulamaları yönünden ele alınmaktadır. İman ve biliş ilişkisi dini inançlar açısından ele alındığında; örneğin, Tanrı hakkında olumlu bir idrak bireyde daha yüksek benlik saygısı ile doğru orantılı bir görünüm arz etmektedir. İman ve biliş, manevi değerlendirmeler açısından ele alındığında; iman, bilişsel süreçler açısından anlam oluşturmada/anlamlandırmada/yeniden anlamlandırmada önemli rol oynamaktadır. İman ve biliş, bilişsel iman uygulamaları açısından ele alındığında; mistik tecrübeler, optimal insan işleyişini sağlamada etkili iken, dua stresli durumlardan kurtulmanın bilişsel bir yolu ve meditasyon, öz düzenleme ve zihin eğitiminde etkilidir (Miller-Perrin ve Mancuso, 2015: 107-128).

Daha önce de ifade ettiğimiz gibi imanda bir unsur olarak bulunan bilişin onu etkilememesi veya ondan etkilenmemesi düşünülemez. İmanın bilişsel etkisi sonucunda bireyde, zihinsel sağlık, duygusal iyi olma, pozitif etki, memnuniyet, kendini gerçekleştirme, öz etkinlik, amaç duygusu, kişisel gelişim ve manevi iyi olma gibi olumlu durumlar tespit edilmiştir. Ayrıca iman, durumsal anlam oluşturma ve belirsizlik karşısında fikri açıklık ve tahammülle pozitif ilişki içerisindedir (Miller-Perrin ve Mancuso, 2015: 107-108).

Steger'e göre anlam, yaşamı ve içindeki rollerimizi anlamlandırdığımız anlayışa dayalı bilişsel deneyimdir. Emmons'a göre amaç, faaliyetlerimizi motive eden istekleri ifade etmektedir. Amaçlar, değerler ve hayallerin gerçeğe dönüştürüldüğü araçlardır. Örneğin, mutluluk öyle hemen gerçekleşmez onu kazanmak için düşünmek, planlamak ve hem işte hem aşkta bütün bir ömür boyu sürekli tutunulacak bir değer olarak onu aramak gerekmektedir (Locke, 2002: 311).

Aslında anlam ve amaç arasındaki ilişki teori ve eylem arasındaki ilişki gibidir. Anlamsız amaç yönünü bulamadığı için günün birinde kendisiyle çatışabilme ihtimali

içindeyken, amaçsız anlamda yaşamda teoriden pratiğe geçemeyen bir eylem gibidir. İkisi birlikte olduğunda ise yaşamdaki anlam ve amaç özgünlük ile el ele yürüyecektir (Ivtzan ve diğerleri, 2016: 56-58).

İnsanların sağlık ve refahı üzerinde dinin güçlü etkisinin sebebi onun anlam sağlamasındandır (Park, 2013: 30). Wong'a göre din veya maneviyat, yedi merkezi anlam kaynağından biridir. Çünkü; kutsalla kurulan ilişki genellikle kişisel anlamın bir kaynağıdır (Ivtzan ve diğerleri, 2016: 63). Bize göre diğerleri yüzeysel köklere sahipken din deruni köklere sahiptir. Anlamın merkezi rolüne işaret eden Baumeister'e göre dünyada her şey için kullanılabilen en iyi araç anlamdır. Çünkü anlam; adapte olmak, dünyayı kontrol etmek, öz düzenleme ve aidiyet sağlamaktadır (Park, 2013: 31). Frankl, İnsanın Anlam Arayışı kitabında sadece anlamı aramakla uğraşmamış ayrıca o, insan motivasyonun en önemli öğelerinden birinin anlam olduğunu iddia etmiştir (Ivtzan ve diğerleri, 2016: 60).

Kanaatimizce de imanın en has özelliği, hayata anlam ve amaç vermesidir. İman sadece bireylerin oluşturduğu hedefleri değil ona ulaşma konusunda bilişsel eylemlilik duygusunu da harekete geçirir (Miller-Perrin ve Mancuso, 2015: 113). Bu aşamadan sonra evrendeki anlamını bilen ve amacı olan bireyin optimal işleyiş gerçekleştirmesine kim engel olabilir ki?

Belirli bir zihin yapısına sahip olmak insanın özelliğidir. Ancak insan kendi değerlerine değil de kendinden aşkın kabul ettiği bir varlık tarafından belirlenen değerlere iman ettiğinde arzu edilen fikri açıklık oluşacak ve bir toplum hayatı ortaya çıkabilecektir (Alper, 2016: 85). Aksi takdirde kendisi gibi düşünmeyenler güç dahilinde ya toplumdan uzaklaştırılacak ya da imha edilecektir.

Çağımızın hastalığı olan boşluk, endişe ve karmaşanın nedeni bireyin iç dünyasında değer yargılarını yönetecek bir merkezin olmamasıdır (May, 1997: 165). Teknolojinin getirdiği bilgi çokluğu da sağlıklı bir zihnin işleyişini neredeyse felç etmektedir (Hökelekli, 2016: 11). Dolayısıyla bireyin iyi veya doğru olan davranışları ortaya koyabilmesinde, kendisini tahrik eden eylemlerin geçersiz kılabilmesinde, ahlaki eylemlerin meydana gelebilmesinde merkezi bir öneme sahip olan öz denetim veya öz düzenleme, öz farkındalık, kendini motive etme gibi türevleri en temel erdemlerdendir. Dinlerin ahlaki ölçü ve kaidelerin sürdürülmesine olan katkıları, bireyleri iyi ve yararlı olmalarını güdüleyerek, suçluluk ve günahkarlığın prososyal etkisini kullanarak, öz eleştiri yapmayı teşvik ederek ve yaptığı davranışların kayıt altına alındığını insanlara hissettirerek öz denetimin gelişmesinde çok önemli işleve sahiptir (Geyer ve Baumeister, 2013: 286-287).

Gelecek zaman perspektifinin yüksek motivasyona, sorumluluk hissine, planlı olmaya, öz yeterliğe, akademik başarıya ve işsizliğe yapıcı uyum sağlama gibi pozitif sonuçlarla ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır (Carr, 2016: 131). Birey, istikballe birlikte Allah'ın insanı çevreleyen diğer yönleri elinde tuttuğuna iman ettiğinde, ona bu yönden bağlandığında hayatta anlamsız hiçbir şey kalmayacak, insana göre belirsiz bir şey olsa da O'na göre hiçbir şeyin belirsiz kalmadığını bilmek, başa gelen şeylerin bir imtihan olduğunu düşünmek, geleceğe ümitli ve iyimser bakmayı sağlayacaktır. Ayrıca Allah'ı kendisine dayanak ve yardım odağı olarak kabul eden kişinin benlik saygısı da yükselecektir. Çünkü, kendisi aciz ve çaresiz olsa da arkasında sonsuz ve sınırsız güç sahibi birinin varlığı ona kuvvet verecek ve öz etkinliğini artıracaktır.

3.3.2. İman ve İkili İlişkiler

İlişkiler, Seligman'ın PERMA modeli olarak adlandırdığı Well-Being teorisinin beş ögesinden dördüncüsüdür. İlişkiler, aileler ve kurumlar dahil olmak üzere grupları ve toplumu kapsamaktadır. Zaten Pozitif psikoloji sadece bireysel çerçeveye ilgilenen bir alan değildir. Çünkü; insan olmak beraber yaşamayı ve ilişki içerisinde bulunmadığı zorunlu kılmaktadır. En küçük bir yaşam olayında bile insanlar birbirlerine ihtiyaç duyarlar. Kendi ihtiyaçlarını karşılayamaz ve kendi yeteneklerini geliştiremezler (Eryılmaz, 2016: 156).

İlişkilerin kalitesini ve memnuniyetini etkileyen üç faktör vardır (Compton ve Hoffman, 2013: 108). Bunlar:

1. Ana faktörlerden biri kişilik özellikleridir. Örneğin, güven ve emniyet ilişkinin devam etmesi için altın kuraldır (Seligman, 2011: 123).
2. İlişkilerin maddi ve manevi sosyal destek sağlamasıdır. Sosyal destek hem paylaşana hem de dinleyene faydalıdır.
3. İlişkinin sağlığı açısından bir diğer faktör, kendini ifade etmektir.

İlişkiler onarıcı ve geliştirici bir bağa, duygular ise insanları birleştirici ve bütünleştirici bir yapıya sahiptir. Ancak özünde Allah sevgisi olmayan ilişkiler kolaylıkla bencilliğe dönüşebilir (Yılmaz, 2012: 74). Bu yüzden kişilerarası ilişkiler imanın aktif olduğu bir sahadır. Bu aktifliği elde etmesinde, duygu ve davranışın bir ilişkiyi zorunlu kılmasının; örneğin, merhamet, yardımlaşma, af gibi duygular daha çok ikili ilişki veya grup düzeyinde ortaya çıkması veya inancının gereği olarak birlikte icra edilen dini ibadetlerin mevcudiyetinin çok önemli rolü vardır.

Diğer bir taraftan, tüm ilişkilerde dışsal veya içsel kaynaklı zorluklar ortaya çıkabilmektedir. Birey bu zorluklarla olumlu başa çıktığında ise kendisinde ve ilişkilerinde daha fazla psikolojik olgunluğa erişmektedir. Böylece ilişki, kişisel gelişim için bir araç haline gelmektedir (Compton ve Hoffman, 2013: 117). Bu bakımdan iman, psikolojik zarar türlerine karşı koruyucu ve yapıcı işlevsel bir özelliğe sahiptir. Ayrıca bireylerin ilişkilerinde birbirlerine karşı değerli oluşlarını tayin eden şey imanın davranışsal boyutunun bir tezahürü olan ahlaki değerlerdir (Güler, 2011: 178).

Araştırmaları göz önüne aldığımızda iman ve ilişkiler genel mana da olumlu ilişki sonucuyla neticelenmiştir. Çünkü iman, ılımlılık gibi erdemlerin birçoğuyla ve paylaşma, sadakat, dürüstlük gibi arkadaşlık ve diğer ilişkilerin gelişiminde merkezi öneme sahip birçok karakter gücüyle bağları mevcuttur (Miller-Perrin ve Mancuso, 2015: 168-174). Görüldüğü üzere iman; ilişkilerin oluşumu, gelişimi ve sürdürülmesinde vazgeçilmez bir unsurdur.

3.3.2.1. Evliliğe Bağlı İlişkiler

İnsan denilen varlık kendini bütünleştireceği insanı bulmaya programlanmıştır (Eryılmaz, 2016: 174). Bir diğer ifadeyle aile kurmak insan doğasının ayrılmaz bir parçasıdır. Aile; biyolojik, yasal, duygusal, coğrafi ve tarihi bağların birleşimine dayanan benzersiz sosyal bir üyelik sistemleridir (Carr, 2016: 337). Mutluluk ve iyi oluş ise aile yapısından etkilenmektedir. Çünkü herkesin bildiği gibi “Karım mutlu değilse kimse mutlu olamaz.” sözü bunun haklı bir yansımasıdır. Bu bakımdan Pozitif psikolojinin aile kurumunu ele almaması düşünülemez.

Çeşitli araştırmalara göre dini görevlerini yerine getiren kimseler, aile hayatına ve çocuk sahibi olmaya daha fazla önem vermekte, eşlerine ve çocuklarına daha fazla vakit ayırmaktadır (Hökelekli, 2016: 78). Ayrıca çocuklar, inanç bakımından aile hayatından etkilenirken; aile hayatı da çocukların özellikle gençlerin inançları tarafından etkilenebilmektedir. Anne-babaların aynı dini paylaşımları, dinine bağlı olmaları veya dini ibadet ve davranışların evlilikte etkinliği, ailenin karşılaştığı boşanma gibi içsel veya fakirlik gibi dışsal problemlerin çözüme kavuşması açısından önemlidir.

Birçok ampirik çalışma imanı, evlilik, ebeveyn ve aile hayatı gibi evliliğe bağlı ilişkilerde daha yüksek evlilik memnuniyet düzeyi ile ilişkilendirmiştir. Beraber ibadet etme, kiliseye veya camiye beraber gitme, dini törenlere katılma, dini tatilleri kutlama, dini eğitim programlarına dahil olma, birlikte inzivaya çekilme gibi eşler arasında

paylaşılan veya çocuklar da dahil olmak üzere tüm ailenin birlikte icra ettiği (Miller-Perrin ve Mancuso, 2015: 150-154) dini inançlar; daha fazla evlilik memnuniyeti, daha fazla duygusal destek, empati, sevgi (aşk), daha iyi iletişim, işbirliği, problem çözme gibi olumlu durumlarla sonuçlandığı kaydedilmiştir (Miller-Perrin ve Mancuso, 2015: 222).

Literatürde ailenin gelişimi, hayat memnuniyeti, sıkıntılara karşı dayanıklılığı gibi konuların gerçekleşmesi kişiye özgü karakter güçlerinin desteklenmesi ve bireysel ve ikili ilişkilerde kişisel kapasitenin geliştirilmesi üzerine odaklanmıştır. İman da Peterson ve Seligman'a göre bir karakter gücü olduğuna göre, iman üzerine meşguliyet ailenin iyi oluşunu ve hayat memnuniyetini yükselterek ailesel işlevselliğin gerçekleşmesine katkı sağlayacaktır.

3.3.2.2. Ailesel Olmayan İlişkiler

Ailesel olmayan ilişkilerden kastımız daha evlilik aşamasına gelmeyen romantik ilişkiler, arkadaşlık ilişkileri ve bu ikisi dışında oluşan sadece iş arkadaşlığı veya komşuluk gibi ilişkilerdir. Bununla birlikte aynı inancı paylaşan kişiler arasında bir ilişkiden söz edilebileceğimiz gibi farklı inanca sahip kişiler arasında da bir ilişkiden de söz edilebiliriz.

Araştırmalara göre aynı inancı paylaşan kişiler ile farklı inanca sahip kişiler karşılaştırıldığında aynı inancı paylaşan kişilerin ilişkilerinin gelişmesi daha muhtemeldir. Ancak farklı inanca sahip kişilerin, inançları hakkında daha çok iletişime açık ve yüksek dini destek düzeyine sahip olmaları daha düşük seviyelerde problemliliği ile ilgili olduğu da tespit edilmiştir (Miller-Perrin ve Mancuso, 2015: 165).

Din, arkadaşlık ilişkileri açısından da önemli bir konuma sahiptir. Hatta din, arkadaş ilişkilerinin oluşumunda kabile ve dil gibi olgulardan bile daha önemli olduğu bilinmektedir. Ayrıca arkadaşlık ilişkilerinin kalitesi ve uzun süreli veya ömür boyu olmasıyla da ilgilidir. Çünkü din, kişisel paylaşımı ve kişisel desteği teşvik eden arkadaşlık ilişkilerinde affedicilik gibi ilişkinin devamını sağlayan olgularla ilişki içerisindedir (Miller-Perrin ve Mancuso, 2015: 166-167).

3.3.3. İman ve Toplumsal Fonksiyonu

İhtiyaçlar konsepti birlikte yaşamının temelini oluşturur (Kurt, 2016: 128). Ayrıca insanın birlikte olma ihtiyacı (affiliation need) yaşamı bir ekip işi haline

getirmiştir. Aksine yalnızlık ise üzerinde durulması gereken önemli bir sorundur (Hayta, 2019: 125). Son araştırmalara göre yalnızlık, bağışıklık sistemi, sağlık ve psikolojik iyi olma üzerinde negatif etkileri olduğu bulunmuştur (Compton ve Hoffman, 2013: 134).

Dine ilgisiz ve kayıtsız kalan, Tanrı'yı yok sayan veya ona karşı gelen bireyi bekleyen en büyük tehlike, dinin faydalarından mahrum kalmakla birlikte kendisine ait her şeyin sorumluluğunu sadece kendi omuzlarında olduğunu hissettiren mutlak bir yalnızlık ve huzursuzluk hali, boşluk ve terk edilmişlik psikolojisidir (Mehmedoğlu, 2013: 148). May, kalabalık içinde kendini yapayalnız hissetmeyi “kozmetik yalnızlık” olarak adlandırır. Ona göre insanlar partilerle adeta bir sis gibi etrafa yayılan yalnızlığı yatıştırmaya çalışmaktadırlar (May, 1997: 7-32). Ancak insan, görünmeyen, aşkın, yüce bir varlığa bağlanmadığı müddetçe bu yalnızlıktan kurtulamayacaktır.

Birinci bölümde bahsettiğimiz gibi üç temel direk üzerine inşa edilen pozitif psikolojinin üçüncü direği okul, işyeri ve dini kurumlar gibi pozitif toplum ve kurumlardır. Birey, okul ve işyeri gibi toplum ve kurumun bireysel bir parçasıyken; sosyal iyi olma ve organizasyonel etkinlik gibi toplum ve kurumun grup olarak da bir parçasıdır (Miller-Perrin ve Mancuso, 2015: 183). Bu yüzden bizde imanın topluma olan etkisini incelerken bireysel düzeyde sonuçlar ve grupsal düzeyde sonuçlar olarak ele alacağız.

3.3.3.1. Bireysel Düzeyde Topluma Etki

İnsanlık tarihi boyunca tüm dinler inananlarına inançlarını gündelik alanların hepsinde özellikle işlerinde uygulamaları talimatı vermiştir. Dolayısıyla iş yeri açısından bireye anlam ve amaç duygusu verdiği için iman ve maneviyat önemlidir. Stres ve tükenmişlik, psikolojik sözleşme ihlalleri, işyerinde şiddet, iş güvensizliği ve küçülme gibi bireyin işyerinde karşılaştığı zorluklarla veya iş stresiyle başa çıkma yöntemi olarak inancın rolü yadsınamaz. Çünkü; araştırma sonuçları iş memnuniyeti, örgütsel bağlılık ve üretkenlik ile iman arasında olumlu ilişki olduğunu bulmuştur (Miller-Perrin ve Mancuso, 2015: 194-198).

Yakın zamana kadar sekülerleşme teorisiyle birlikte iman ve maneviyat, okullarda büyük ölçüde göz ardı edilmişti. Ancak gerçekliğin birden çok perspektiften tanımlanabileceği görüşü önem kazanınca iman ve manevi gelişim; ilkökul, ortaokul ve lise eğitiminin önemli bir parçası haline gelmiştir. Seligman, İyi Olma teorisindeki öğelerin okullarda öğretilmesiyle eğitimde devrim olacağını iddia eder (Seligman,

2011: 59). İman; eğitim memnuniyeti, eğitim arzusu ve akademik başarıyı artırdığı (Miller-Perrin ve Mancuso, 2015: 189-194) ve iyi olma ile ilişkili olduğu için eğitimde bir devrim onsuz eksik kalacaktır.

Seligman'ın İyi Olma teorisinin beşinci ögesi başarıdır. "Başarı= Beceri X Çaba"dır. Bu nedenle eğer başarmak istiyorsak disiplinli olmak ve çabalamak gerekmektedir. Öz düzenleme ve azim zihin tarafından yönetilme veya düşünsel kısıtlama gösteren güçlü yönlerdendir (Carr, 2016: 98). İmanda öz düzenleme ve öz denetimin gelişmesine yardımcı olduğu için başarıya giden yolda büyük bir destekçidir.

3.3.3.2. Grupsal Düzeyde Topluma Etki

İman üç özelliği nedeniyle toplumda iyi olma ve optimal insan işleyişi için önemlidir. Birincisi; iman, sosyal iyi olmayı destekler. İkincisi; iman, bir toplum duygusu ve aidiyeti oluşturur. Üçüncüsü; iman, sosyal sermayeyi ve sosyal bütünlük oluşturan bağları güçlendirir (Miller-Perrin ve Mancuso, 2015: 184).

Sosyal destek, duygusal destek ve başkalarının diğer somut yardım biçimlerini sunma isteği olarak ikiye ayrılır (Compton ve Hoffman, 2013: 131). Din hem duygusal hem de somut sosyal destek sağlamaktadır. Din, bireyleri toplumla bütünleştirdiği için (Eryılmaz, 2016: 159) insanlar kendilerini yalnız hissetmemekte bir dert ya da sıkıntı ile karşılaştıklarında toplumun yardım ve desteğini yanı başında hissetmektedir (Hökelekli, 2016: 68). Araştırmalara göre de yüksek nicelik ve nitelikte olan sosyal ilişkilerin daha az ölüm riskiyle ilişkisi bulunmuştur. Hatta sosyal izolasyon hem insanlar hem de hayvanlarda ölüm oranı açısından başlıca risk faktörüdür (Taylor ve diğerleri, 2002: 556).

İman, bir toplum duygusu ve aidiyeti oluşturur. Aslında ait olma bir istek değil giderilmesi zorunlu bir ihtiyaçtır (Eryılmaz, 2016: 66). İman, bütün eşya arasında hakiki bir uhuvveti, irtibatı, ittisali ve ittihat rabitalarını tesis etmektedir. Bunun için müminin hakiki anlamda ruhunda düşmanlık, kin ve vahşet yoktur. En büyük bir düşmanıya bir nevi kardeşliği vardır (Nursi, 2013c: 69). Genel olarak incelediğimizde dini anlam sistemleri; sevgi, şefkat ve affedicilik gibi barışa yakın ve onu destekleyen değerler içermektedir.

İman, sosyal sermayeyi güçlendirir. Çünkü; din, üretkenliği ve özgeciliği (fedakarlık) teşvik eder. Tembellik ve rahatına düşkünlük yerine vazifenin kutsi olduğu düşüncesi çalışmayı ve üretmeyi teşvik etmektedir. Ayrıca sosyal sermayede

diğerlerine güven vermek önemli bir konudur. Çünkü; gelişimin ve ticaretin esası emniyet ve asayıştır (Nursi, 2013c: 438). Vicdan veya zihinsel jüri, insandaki iç disiplini sağlasa da (Tarhan, 2010: 46) iman, nizam ve intizamın en sağlam muhafızıdır (Nursi, 2013d: 652). Çünkü; herkesin zihninde her vakit vicdani ve manevi bir yasakçıyı bırakır.

Toplumdan ve kanundan korkmakla Allah'tan korkmak bir değildir. Yanlış davranışların çoğu, yakalanmamak için büyük bir gizlilik içerisinde yapılmakta ve tespit edilemediği için yargılanamamaktadır (Koç, 2008: 18). Ancak toplumdan ve kanundan gizli suç işlenebilirken Allah'tan gizli suç işlenemez. Dahası ahlak gibi manevi değerler manzumesinin müeyyidesinin de manevi olması gerekir (Sönmez, 2011: 134).

İmanın hem sosyal sermayeyi güçlendirmesini hem de bir aidiyet duygusu oluşturmalarını beraber düşündüğümüzde, insanların bir grubun üyeleri olmaları itibarıyla çevresindekilere duydukları güven ve dayanışma hissi oluşan üretim imkanlarını (Kurt, 2016: 110) artırmaktadır. Çünkü; kararlı, tutarlı ve güvenilir bir birey, özelde toplumsal genelde de kozmik güvenin temel dinamiğidir (Yeşilyurt, 2004: 88). Ayrıca din, inananlarına sağduyulu olmaları çağrısı yapmaktadır. Sağduyulu insanların toplum içindeki iş birliği düzeyleri de yüksektir.

3.4. İMANIN BİRLEŞTİRİCİ VE İYİLEŞTİRİCİ GÜCÜ

Kraepelin'e göre akıl hastalıklarının çoğu biyolojik nedenlerden kaynaklanmaktadır. Bu düşünce, psikiyatri alanında kalıcı bir etki bırakmıştır ve günümüzde pek çok akıl hastalığı ilaç tedavisi ile kontrol edilmektedir (Collin ve diğerleri, 2017: 31). Ancak her ilacın olduğu gibi bu ilaçların da yan etkileri mevcuttur.

Düşüncemizi daha iyi anlatabilmek için dünyada en çok görülen hastalık olan depresyonu örnek olarak kabul edersek; depresyon, elli yıl öncesine göre on kat daha fazla görülmekte ve Dünya Sağlık Örgütünün 2012 yılında yaptığı açıklamaya göre 350 milyon insanın depresyondan etkilendiği tahmin edilmektedir (Yelmen, 2013: 72). Amerika'da yıllık vakalar 10 milyon civarında ve tedavi maliyeti çok yüksektir. (Seligman, 2011: 44). Tedavide önerilen, depresyonu dağıtan bütün ilaçlar aynı zamanda rüya görmeyi de engellemektedir (Seligman, 2020: 340). Oysa Jung'a göre rüyalar psikolojik faktörler ağının parçaları oldukları için onların ne demek istediği anlaşılabilirse bireyleşme sürecinde bireye rehberlik edecektir (Kısa, 2004: 65).

Şiddeti, nedeni ve seyri açısından sınıflandırıldığında üç depresyon çeşidi vardır. Birincisi, genel ve yaygın olan normal depresyondur. Diğer ikisi ise depresif bozukluk olarak da bilinen bir kısmı kalıtsal olan ünipolar depresyon ve kökeni biyolojik ve ilaçlarla kontrol altına alınabilen bipolar (manik) depresyondur (Seligman, 2006: 55-60). Fakat klinik çalışmalar, lityumla başarılı bir biçimde tedavi edilen bipolar hastaların yaratıcılıklarının azaldığını göstermektedir (Carr, 2016: 26). Yaratıcılığın ise geleceğimiz için ne kadar önemli olduğu tarif edilemez.

Kraepelin'e göre depresyon: Kişide kalıtsal, çevresel ya da hormonal bozukluklar sonrasında gelişen çökkünlük halidir. Aslında depresyon, stres yaratan birçok duruma gösterilen normal bir tepkidir (Cengil, 2003: 129-130). Depresyonun başlıca belirtisi, kendini fazla düşünmek veya insanın kendinden başka bir şey düşünmemesidir (Seligman, 2020: 190). Genel belirtileri ise üzgün, endişeli (anxiety) ve sinirli; ayrıca pasif, kararsız, intihar eğilimi içinde bir bireydir. Kısaca insanın ruh halinde, davranış ve fiziksel tepkilerinde olumsuz değişiklikler gözlemlenmektedir (Seligman, 2006: 55-65).

Seligman'a göre depresyon adeta soğuk algınlığı gibi bir salgın olmasına rağmen düşünce olarak ne çözülmemiş çocukluk çatışmalarında ne de sadece beyin kimyasıyla alakalı bir semptomdur. Ona göre eğer düşünme alışkanlıklarımızı değiştirebilirsek depresyonu tedavi edebiliriz (Seligman, 2006: 67-74). Bizi sıkıntıya sokanın yaşamın zorlukları olmadığı aksine sorunlara bakış açımızın, değerlendirilmelerimizin ve yorumlamamızın olduğu fikri birçok psikolojik teorinin ve terapi yaklaşımının da merkezinde yer alır (Carr, 2016: 324). Bu açıdan Peterson ve Seligman, yüklenme biçiminin aynı zamanda kişilerin yaşadıkları olayları açıklama çabası olarak düşündükleri için (Yaparel, 1994: 279) iyimserliği bir kişilik özelliği yerine bir açıklama tarzı olarak kavramsallaştırmıştır (Carr, 2016: 117)

Psiko-sosyal uyum, ruh sağlığı ile aynı anlama gelmektedir (Yapıcı, 2007: 40). Psikolojik uygunluğun anahtarı da dayanıklılıktır. (Seligman, 2011: 110). Çünkü; bireylerin iyi oluşlarını muhafaza etmek için hayatlarını tehlikeye atan tüm risklere karşı önlem almak mümkün değildir. Bu yüzden onlara önlem nasıl alınır, nasıl korunur veya sıkıntılar ve risklere karşı nasıl adapte olunur öğretilmesi gerekmektedir. Bu bakımdan toplumun ihtiyaç duyduğu, süpermenler veya yeni icatlar değil ayakları üzerinde duran güçlü, dayanıklı insanlardır (May, 1997: 78).

Pozitif psikoloji, insanın negatif özelliklerini bir kenara bırakmamaktadır veya inkâr etmemektedir. Seligman ve arkadaşları, hastalığı tedaviden hastalığı önleme, hastalığı önlemeden sağlığın iyileştirilmesine doğru bir değişim (Seligman, 20002: 14)

olarak sınırlarını çizdikleri pozitif psikolojinin ruhsal rahatsızlıklara, sıkıntılara karşı bir tampon (buffer) vazifesi gördüğünü saptamışlardır. Ayrıca pozitif destek almış ve bireysel özelliklerini geliştirmiş kişilerin kötü durumlar karşısında daha dayanıklı olduğunu bulmuşlardır.

Tarih boyunca negatif durum ve süreçlerle başa çıkmada dinin rolü ne kadar yok sayılmış olsa da günümüzde özellikle son yirmi yılda sosyal bilimler ve sağlık konularında çalışan araştırmacılar tarafından din ve baş etme ile ilgili çalışmalarda büyük bir artış olmuştur. Freud'un etkisiyle, psikolojide din ve başa çıkma ile ilgili dini hayatı fazla basite indirgeyen dini, endişeyi gidermek ve gerçeklik ile yüzleşmekten kaçınmayı sağlayan sadece koruyucu bir doğaya sahip olduğu görüşü hakim hale gelmiştir. Ancak ne kadar dinin savunmacı bir doğası olduğu düşünülse de aslında dinin doğası savunmadan daha ötededir (Pargament, Ano ve Wachholtz, 2013: 377-380).

Görüldüğü üzere hangi hastalığın ilaç kontrolünde tedavi edildiği veya edilebileceği zaman içerisinde değişmektedir. İlaçla tedavi edilebilen hastalıklar da kişinin kendisine ve topluma faydalı olabilecek yönlerini adeta kör etmektedir. Ayrıca tedavi masrafları uçuk rakamlara karşılık gelmektedir. Üstelik ilaç bırakıldığında ya hastalık tekrar nüksetmekte ve tedavinin etkisi kısa sürmektedir. Ancak kanaatimize göre iman, kaynağındaki kutsiyet sayesinde tedaviye hem güç hem de devamlılık kazandırmaktadır.

Din, benzersiz başa çıkma stratejileri sağlar. Bu bakımdan dinin beş temel hedefi; anlam arayışına cevap verme, kontrol sağlama, manevi teselli sunma, samimiyet ve yakınlık hissi sağlama ve hayatı dönüştürmedir (Murat, 2017: 337). Bir diğer ifadeyle din, sıkıntılı durumları anlamlandırma ve yorumlama, felaketlerin yol açtığı korku ve endişeleri azaltma ve yatıştırma, eski değerler sistemine karşı yeni anlamlar bulma, haksız, adaletsiz gibi görünen durumlarla karşılaşıldığında anlamı korumada güçlü bir destek sağlar (Hökelekli, 2016: 63-64). Bu sayede insanlar, ayakları üstünde daha sağlam ve güçlü duran dayanıklı bireyler haline gelmektedir.

3.4.1. Dayanıklılık (Resilience)

1970'lerde erken doğan, anne-babası ayrılan, eziyet gören, üvey annesiyle birlikte yaşayan, fakirlik, evsizlik, savaşların ve doğal afetlerin sebep olduğu büyük travmalar gibi çeşitli problemler ve patolojik olaylara maruz kalan çocukların daha sonraki hayatlarında başarılı olmaları araştırmacıları "dayanıklılık" kavramının gelişimi

hakkında modeller, metotlar, araştırmalar yapmasına sebep olmuştur (Masten ve Reed, 2002: 74-77). Dolayısıyla araştırmaların çokluğu bir kavram karmaşasına neden olmuştur.

Pozitif psikolojinin köşe taşlarından olan “dayanıklılık/resilience” kavramını tanımlamanın zorluğu dillere düşmüştür. Literatürde “psikolojik dayanıklılık” üzerine 122 farklı tanım mevcuttur (Ivtzan ve diğerleri, 2016: 77). Geçmişteki araştırmacılar dayanıklılığı genellikle önemli risk veya sıkıntılar karşısında olumlu adaptasyon kalıplarıyla karakterize edilen bir fenomen olarak tanımlamıştır. “Dayanıklılık: Hafifletici koşullar altında iyi adaptasyon, gelişimsel açıdan bakılırsa ciddi tehlikelere rağmen yaşa göre belirgin gelişim görevlerini karşılamaktır.” (Masten ve Reed, 2002: 75-76). Bir başka tanım da “Dayanıklılık: Beklenen problemlerin gelişmemesi için artan yaşam stresini dengeye getiren çeşitli kişilik, aile veya çevresel faktörleri ifade eder.” (Plotnik ve Kouyoumdjian, 2011: 394).

Araştırmacılar literatürdeki tanımları üç gruba ayırmışlardır (Ivtzan ve diğerleri, 2016: 77). Birincisi; “karşı koyum dayanıklılığı/resistance resilience”, bireyde zamanla gelişen bir süreç veya kapasitedir. İkincisi; “sağaltım dayanıklılığı/recovery resilience”, bireyin tedavi sonucunda iyileşerek eski haline gelmesidir. Araştırmalar, insanların sadece %60’ının yaşamları boyunca büyük krizler veya bir travma ile karşılaştığını söylemektedir. İstatistiklere göre krizler gençlik döneminin normal bir parçasıdır. Zor durumların sıklığına rağmen gençlerin birçoğu geçici kötüleşmeden kurtulacak bir yol bulmaktadır. Üçüncüsü; “yeniden biçimlendirme dayanıklılığı/reconfiguration resilience”, bireyin hayatının herhangi bir döneminde travma veya bir zorluk tecrübe ettikten sonra psikolojik açıdan gelişmesi ve büyümesidir. Bu dayanıklılık çeşidi, bireyin hayat amacının ve hayata dair verdiği sözlerin büyük değişimleri zorunlu kılabilir. (Compton ve Hoffman, 2013: 189). Literatürde bu değişiklik; pozitif illüzyon, fayda-bulma, pozitif yeniden yorumlama, travma sonrası değişim ve gelişim gibi farklı isimlerle ele alınmıştır (Elliot, Kurylo ve Rivera, 2002: 688).

Tüm bu anlatılanların farkında olan Seligman Flourish (2011) adlı kitabında “dayanıklılık/resilience” kavramı üzerinde önemle durmuş hatta zihinsel dayanıklılık, güçler ve güçlü ilişkiler üzerine oturtulmuş bir “dayanıklılık eğitimi/master resilience training” düzenlemiştir (Seligman, 2011: 140-143). Birleşmiş Milletler ordusunda hala bu eğitim verilmektedir. Dolayısıyla bizler iyi adaptasyonu öngördüğümüz için dini özellikle imanı, Seligman’ın revize ederek önümüze sunduğu yeni pozitif psikoloji tablosunda üzerinde durduğu “dayanıklılık/resilience” kavramıyla yakın ilişkisi sebebiyle ele alacağız.

İman, psikolojik uygunluğun anahtarı olan dayanıklılığı desteklemekte ve güçlendirmektedir. Sabır, tevekkül ve rıza buna örnek verilebilir. Aslında bu üç kavram dayanıklılığın üç çeşidi gibi temelde iç içe olmakla birlikte derinlik yönünden ayrılmaktadır. Sabır, büyük felaketler karşısında bireyin ayakta durabilmesine yardımcı, engeller karşısında kişinin ruhen çöküntüye uğramasını engelleyici bir işleve sahip olduğu için bireyi dinamizme sevk etmektedir (Alper, 2016: 106-107). Tevekkül ise bireyi tembelliğe sevk etmeden kainattaki kurallara uygun hareket etmesi yani elinden geleni yaptıktan sonrasına karışmaması gerektiğini ifade etmektedir. Rıza da bu davranışın sonucunda kişinin beklemediği veya istemediği bir netice ile karşılaştığında onu kendisi için çirkin/kötü görmemesidir.

Başka bir açıdan rıza kavramına bakacak olursak; eğer travmatik bir olay deneyimlenirse kadere teslim olarak bunun Allah tarafından verildiğini düşünmesi yani kişinin Allah'a yönelmesi insanın kaygısını yatıştırmakta ve olaylarla başa çıkmasına yardımcı olmaktadır (Hayta, 2019: 237). İmanın güçlü etkisi burada net anlaşılmaktadır. Birey, imanı sayesinde gücünün bitip tükenmiş olduğunu hissettiği anda o sıkıntıdan, probleminden veya travmadan kurtulacağına dair güçlü bir istek taşımaktadır. Bir diğer ifadeyle insan, düşmeden önce ayağa kalkacağına dair düş kurması gerekir ki düşünce ayağa kalkabilsin. Aksi takdirde bu ayağa kalkma süreci hiçbir zaman başlamayacaktır. İman, kişinin hayata küsmesinin değil, yaşama devam etmesinin en büyük destekçisidir. Çünkü iman, bireyin umutsuzluğa düşmesini engellediği gibi hayata bakış açısının da iyimser olmasını destekler. Kanaatimizce asıl iyileştirici güç budur ve buda imandır.

Meredith ve arkadaşları yirmi faktörün dayanıklılığı desteklediğini kaydetmiştir. Ayrıca beş faktörün dayanıklılığı desteklemede ve artırmada orta ve güçlü kanıtlara sahip olduğunu bulmuşlardır. Dayanıklılık faktörleri olarak adlandırılan bu unsurlar; pozitif baş etme, pozitif etki, pozitif düşünme, realizm ve davranışsal kontroldür (İltzan ve diğerleri, 2016: 79). Dayanıklılığın geliştirilmesi için bir başka araştırma APA tarafından yapılmış ve 10 madde belirlenmiştir. Özeti itibarıyla; iyi bir ilişki, krizleri baş edilmez olarak görmekten kaçınmak, değişimi hayatın bir parçası olarak kabul etmek, hedeflerine doğru yürümek gibi yukarıdaki beş faktöre benzer maddelerdir (Compton ve Hoffman, 2013: 193). Görüldüğü gibi bu maddeler, dinlerin kendi mensupları için tavsiye ettiği prensiplerle benzerlikler göstermektedir.

Masten ve Reed, insanın hem bireysel bir yapı hem de aile ve toplum gibi bir organizasyonda bir öge veya büyük sistemin bir parçasını oluşturması dolayısıyla dayanıklılığı hem iyi içsel hem de iyi dışsal adaptasyon olarak incelenmesi gerektiğini

ifade etmişlerdir (Masten ve Reed, 2002: 76). Zaten psikolojik değişkenlerde zihinsel ve duygusal sağlığın hem bireysel hem de toplumsal ilişkilerle alakalı olduğu bilinmektedir (Miller-Perrin ve Mancuso, 2015: 15). Optimal insan işlevselliğini ayrıntılı olarak anlatırken iman ve dayanıklılık ilişkisi özü itibariyle ele almaya çalıştık. Tek cümle ile bunu özetlemek gerekirse, yaratılışı itibariyle medeni olan insan (Kurt, 2016: 82) toplumdan gördüğü destek sayesinde dayanıklılığı artarak problemlerinin üstesinden daha rahat gelmektedir.

3.4.1.1. Duygusal Geçişim (Emotional Osmosis)

Pozitif duyguları ortaya çıkaran deneyimler negatif duyguların kısa sürede dağılmasını sağlasa da (Seligman, 2020: 19) negatif duygular hayatımızda varlığını sürdürmektedir. Bir diğer ifadeyle bolca pozitif duygu deneyimlemek, bizi olumsuz duygulardan belli bir ölçüde korumaktadır veya bolca negatif duygu deneyimlemek, ortalamanın biraz altında pozitif duygu deneyimleyeceğimiz ama neşesiz bir hayata mahkum olmadığımız anlamına gelmektedir (Seligman, 2020: 100). Pozitif ve negatif duygular arasında karşılıklı bir ilişki olmadığını gösteren kanıtlarla birlikte orta derecede etkileşim olduğunu gösteren bulgular da mevcuttur (Compton ve HOffman, 2016: 8).

Seligman'ın pozitif psikoloji adını vermesinin amacının insanların olumlu özelliklerinin bilimsel olarak incelenmesi olduğunu söylemiştik. Buna karşı geleneksel psikolojiyi “negatif psikoloji” olarak değil de insanın anormal/normal olmayan davranışlarını incelemek olarak ve pozitif psikoloji ile geleneksel psikolojinin birbirinin karşıtı değil, tamamlayıcısı olduğunu bahsetmiştik. Ancak Seligman, duygular için aynı şekilde bunu kabul etmemiştir. Ona göre duygular, pozitif ve negatif diye ikiye ayrılmaktadır (Seligman, 2020: 403). Sıfır noktasını farksızlık noktası olarak kabul edersek, artı ya da tercih edilen taraftaki durumlar pozitif, eksi ya da tercih edilmeyen taraftaki durumlar negatiftir.

Modern insan duygularını göstermemeyi güçlülük saymaktadır (May, 1997: 7). Ancak birçok araştırmaya göre, pozitif ve negatif duygular bireyin adaptasyonu ve kişisel gelişimi için önem arz etmektedir. Duyguların pozitif veya negatif diye yorumlanması Shakespeare'ın “İyi ya da kötü bir şey yoktur, düşünmek onu iyi veya kötü yapar” (Ivtzan ve diğerleri, 2016: 81) dediği gibi özel şartlara veya bağlama göre değişebilir. Çünkü bir tercihle karşılaşınca kadar kimin cesur bir direnişçi olduğunu bilmek mümkün değildir (Compton ve Hoffman, 2016: 285).

Bizim düşüncemiz, biyo-psiko-sosyal bir varlık olan insanı bütüncül olarak ele almak gerektiğidir. Bireyin sadece pozitif özelliklerini incelemek nakıs bir bakış açısı olacaktır. Bu akımın kurucuları uzun yıllar geleneksel psikoloji üzerine çalıştığı için bunun farkındadır. Seligman, pozitif-negatif ayrımını netice itibariyle değil başlangıç/ilk an itibariyle ele almıştır. Birinci bölümde de söylediğimiz gibi negatif duygular insana kazan-kaybet oyunu içerisinde olduğunu anlatmaktadır. Yani “duruma göre deneyimlenen negatif duygu, fayda sağlamakla birlikte zararlı da olabilir” anlamına gelmektedir.

Freud, Psikodinamik’te iki önemli prensip belirlemiştir. Birincisi; çatışan bir duygunun bastırılması rahatsızlık doğurur. İkincisi; zihinsel enerji kullanılması gereken yerde kullanılmazsa rahatsızlığa dönüşür (Köse, 2016: 32). Bir diğer ifadeyle eğer öfkemizi ifade etmezsek, öfke bir başka yerden daha yıkıcı bir biçimde ortaya çıkacaktır. Ancak yapılan araştırmalara göre, öfkesini dile getirenler daha fazla kalp rahatsızlığı geçirmektedirler. Çünkü Seligman’a göre, duygular zarla sarılmıştır ve son derece geçirgendir. Pozitif ve negatif duygular ruh halinde patlamaya neden olsa da kısa bir süre sonra eski haline geri döner. Duyguların enerjisi zardan dışarı sızar ve zaman içinde “duygusal geçişim (emotional osmosis)” ile birey eski haline geri döner (Seligman, 2020: 120).

Buna paralel olarak dini başa çıkmadaki ilk hedef, duyguların düzenlenerek duygu kontrolünün sağlanmasıdır (Murat, 2017: 336). Sabır, duygu kontrolünü ve düzenlemesini sağlamada bireye yardımcı olduğu için buna en güzel örnektir. Çünkü; hırslı insan genellikle sabırsız olur. İnsanda doğal olarak bulunan hırs, kanaatle kontrol altında tutulmazsa insan sağlıklı düşünemediği için davranışlarının sonuçlarını da doğru değerlendiremez. Eğer sabırla hırslımızı kontrol altında tutabilirsek isteklerimize ve hedeflerimize daha kolay ulaşabiliriz (Akar, 2007: 38-39).

İmanda duygu kontrolünü ve düzenlemesini sağlamasında bir başka önemli kavram teslimiyettir. May, her ne kadar nefret etme ve öfke duyma birey açısından ruhsal intiharı önlemenin tek yoludur dese de (May, 1997: 141) faturanın yıkıma değil, yeni bir enerjiye dönüşmesini sağlayacak şey teslimiyettir (Altuntaş, 2005: 46). Yapılacak bir şey kalmadığında birey kendini teslim edecek bir dayanak noktası bulamazsa içindeki o enerji hem kendisinin hem de başkalarının yıkımına sebep olacaktır.

Din ayrıca kişilik entegrasyonunu (bütünleşme) teşvik eder. Dini bağlılık, çatışan hedeflerin çözülmesine yardımcı olarak yaşamda önemli olan şeylere odaklanmayı mümkün kılmaktadır. Kitlesel bir afet olan stres sürecinde bağlanma

figüründen sosyal destek alan çocuklar, sıkıntı karşısında daha fazla dayanıklılık göstermektedir (Carr, 2016: 226). Bunun nedeni ilahi bağlanma figürünün her şeyi kontrolü altında tuttuğu inancıdır. Yapılan araştırmalara göre de kontrol inancı stres tepkilerini azaltmaktadır (Carr, 2016: 114). Ayrıca stresli zamanlarda bilinci değiştirme işlevi gören dini ibadet ve uygulamalar bir boşalma, rahatlama ve yaşanan sorunlarını çözümleyebilmek için özel bir psikolojik çevre oluşturmaktadır (Hökelekli, 2016: 75).

Anlamlandırma ve zihinsel anlam arayışı özü itibarıyla varoluşsal/ruhsaldır. Din, bir anlam kaynağı olması hasebiyle bireysel ve toplu yapılan ibadetler; kaygı, korku, depresyon, öfke, yalnızlık, dışlanmışlık, yabancılaşma, umutsuzluk gibi olumsuz ruh hallerinin azaltılması ve yatıştırılmasında önemli etkiye sahiptir (Hökelekli, 2016: 75).

Panik bozukluğu hastalığında kişiyi endişeye sevk eden en önemli unsur, ölüm korkusudur. Bu aynı zamanda insanın kontrol duygusuyla da ilgilidir. Ölümle yüzleşmek kontrol duygusu için çok önemlidir. Ölüm konusunda insanın en çok ihtiyaç duyduğu şey, ümit duygusudur. (Tarhan, 2010: 217-218). Ancak bireyde korku ve ümit hali dengeli bir durumda olmalıdır. Aksi takdirde korkunun ağır basması kulu ümitsizliğe sevk ederken, ümidin ağır basması da dünya hayatında kulu gevşekliliğe sevk eder (Alper, 2016: 60). Düşüncemizi "En iyiyi umut et, en kötüye hazır ol" sözü ruhu uçuran çift kanat misali çok güzel ifade etmektedir.

Karmaşık durumlarda etkin karar verme kişinin farkında olmadığı beklentisel duygusal tepkilerle yönlendirilmektedir (Carr, 2016: 204-205). Goleman'a göre, mesleki başarı ve değer verilen yaşam hedeflerine ulaşmak IQ'ya değil büyük ölçüde duygusal zekaya bağlıdır. Duygusal zeka, bireyin önemli sosyal ilişkilerinde kendi duygularını ve başkalarınınkini fark etmesi ve bunları yönetmesidir (Carr, 2016: 174). Bir diğer ifadeyle duygusal zeka; duyguları algılamak, kullanmak, anlamak ve yönetmek demektir.

Ayrıca duygusal zekanın kalıtsal olduğuna dair bazı kanıtlar vardır. Buna göre ebeveynle kurulan güvenli bağlar ve normal olarak gelişen sözel beceriler bu süreci kolaylaştırırken, güvensiz bağlar ve dildeki gecikmeler bu sürece ket vurmaktadır (Carr, 2016: 196). Dolayısıyla iman gelişiminde bireyin bir seviye yükselmesi duygusal zekanın da ona paralel olarak artması demektir.

Sonuç olarak iman; bir anlam duygusu, zorluklarla başa çıkmanın bir yolu, kontrol duygusu ve duyguları ve davranışları düzenlemeyle ilgili beceriler sağlamaktadır (Miller-Perrin ve Mancuso, 2015: 51). Frankl'a göre de anlam duygusu

ve kontrol duygusu hayatta kalmak için çok önemli işlevlere sahiptir (Thompson, 2002: 202).

3.4.1.2. Travma Sonrası Gelişim (Post-Traumatic Growth)

İnsan tecrübeleri diyalektiktir. Mutlu olmak yaşamın bir parçası olduğu gibi acı çekmek de yaşamın bir parçası, insan varoluşunun doğal bir özelliğidir. Özellikle psikik sistemdeki karşıtları düşündüğümüzde acı mutluluğun karşıt kutbu olmaktadır. Gerçek acı, her zaman beraberinde spiritüel zenginleşmeyi de getirmektedir (Kısa, 2004: 91).

İçimizde rahatsızlığı tetikleyen zorlu deneyimleri, düşünceleri, duyguları ve davranışları “karanlık taraf (dark side)” olarak isimlendiriyoruz. Bu rahatsızlık; korku, acı, üzüntü veya şaşkınlık ile alakalı olduğu için önlenir. Ancak, zorluk ve rahatsızlıkla uğraşmak, büyüme, iyileşme, anlama ve dönüşüm için büyük bir potansiyele sahiptir. Bu bakımdan karanlık taraf çekirdeğinde potansiyel olarak olumlu sonuçlar içermektedir (İltzan ve diğerleri, 2016: 1-7). Daha açık bir şekilde ifade edersek, negatif deneyimler, düşünceler, duygular ve davranışlar potansiyel olarak pozitif gücü barındırmaktadır.

Çocukların dayanıklılığı veya iyileşmesi üzerinde yapılan araştırmalar neticesinde üç önemli bulgu ortaya çıkmıştır. Birincisi; Freud’un “temel sosyal ve kişilik özellikleri ilk beş yıl içinde belirlenir” tezinin aksine erken travmatik olayların daha sonrası hangi sosyal-duygusal problemlere zorunlu olarak neden olacağı belli değildir. İkincisi; sevgi dolu biri veya öğretmeni ilgisiz bir ebeveynin yerini alabilmektedir. Üçüncüsü; çocuklar, bakıcılarını kendilerine model alarak onların sosyal davranışlarını gözlemler ve taklit edebilirler (Plotnik ve Kouyoumdjian, 2011: 394). Güncel araştırmalar, küçük çocukların kişiliklerinin olgunlaştıkça hızlı geliştiği ve değiştiği gerçeğini doğrulamaktadır (Compton ve Hoffman, 2013: 191).

Erikson, Levinson, Vaillant ve Mcadams gibi araştırmacılar gelişim dönemlerinde hep bir krizden bahsederler. Onlara göre bu krizler, iyi değerlendirdiğinde kişiyi bir üst gelişim aşamasına geçişini sağlayan fırsatlardır. Seligman, karakter güçlerini tonik ve fazik güçler olarak sınıflandırırken, fazik güçlerin eskiden kalma güçleri harekete geçiren zor bir dönemde ortaya çıktığını söylemiştir. Aynı şekilde depresyon bizim gelişimimiz için bir fırsat olabilir veya negatif duyguları deneyimlemek yaratıcı düşünmeye neden olabilir (Compton ve Hoffman, 2013: 75). Çünkü biliyoruz ki anne-babanın ölümü veya tacize uğrama (tecavüz) veya enseste

maruz kalmak gibi travmalar bireylerin düşünme tarzlarına etki etmektedir (Peterson ve Steen, 2002: 250-251). Bu etki nedeniyle bireyde pozitif değişiklikler ve dönüşümler ortaya çıkabilir. Zaten pozitif değişiklikler ya da dönüşümlerin zor ve travmatik dönüşümlerden doğduğu inancı, çoğu dinde yaygın bir düşüncedir (Park, 2013: 56).

Kötü olayları gereğinden fazla vurgulamak ve ifade etmek insanı geçmişteki hatalarla boş yere uğraşılacak kısır bir döngüye hapseder. Seligman'a göre bundan kurtulmanın çaresi minnettarlıkla geçmişteki iyi olayların değerini bilmek ve bağışlayıcılıkla tarihi yeniden yazmaktır (Seligman, 2020: 121). Başka bir ifadeyle, bu süreçte bireyin kendine özgü karakter güçleri ve erdemlerini her fırsatta kullanmaya çalışması önemli bir ayrıntıdır. Çünkü; kendinize özgü güçlerinizi kullanmanın oluşturduğu iyilik duygusunun kaynağı gerçekliktir. İyilik duygusu güçler ve erdemlerle sabitlenmesi gerektiği gibi güçler ve erdemler de kendisinden daha büyük bir şeyle sabitlenmelidir. Çünkü iyi yaşam, zevkli yaşamın; anlamlı yaşam da iyi yaşamın ötesindedir (Seligman, 2020: 39). Konumuzla bağlantılı olarak insanın hayatın tek gerçeğinin o travma olmadığı veya travmayı yaşayanın tek o olmadığı ve bu travmadan kurtulmanın da onun elinde olduğunu bilmesi gerekir. Aksi takdirde kendini kısır bir döngüye hapsetmiş olacaktır.

İnsan, dört yanını çevreleyen belirsizlik çemberi karşısında hissettiği tehlike duygusuyla baş etmek için anlam arayışına girmektedir (Tarhan, 2010: 154). Din, bireye anlaşılması zor konu ve olaylara bir anlam verir veya onları insanların kabul edebileceği bir hale getirir. Dinamik olması dolayısıyla anlam arayışı; keşfetme, koruma ve eğer gerekliyse önemli hedef ve değerleri yeniden oluşturma çabalarını içerir (Hökelekli, 2016: 60-61).

"Din mi anlam ihtiyacını ortaya çıkarır yoksa anlam ihtiyacı mı dini ortaya çıkarır?" sorusuna girmeden dinin anlamın en üst düzeyleriyle uğraştığını söyleyebiliriz (Park, 2013: 29). Ayrıca din, negatif olayları inkar etmek yerine onları yeniden yorumlamaya teşvik eder. Böylece bunalımlar, ruhsal gelişim için bir fırsat veya trajediler büyük, gizemli ama sonuç itibarıyla hayırlı bir planın parçası olarak algılanabilir. (Pargament, Ano ve Wachholtz, 2013: 381).

Bir kayıp deneyimi, insanların kendilerine bakışlarını, dünyaya ait algılarını ve hayatlarının nereye doğru gittiğini değiştirerek yönlendirebilir. Böyle kayıp olayları aniden veya umulmadık bir anda olsa bile kişisel değerlendirmenin ya da hayata ait anlamın artmasının sebebi olabilmektedir. Örneğin; kanser hastası olan Alicia, başına gelen her şeyde bir anlam olduğunu ve bu negatif deneyimlere onu o yaptıkları için

şükran duyduğunu söylemiştir (Hoeksema ve Davis, 2002: 598-600). Din, negatif olayları yeniden yorumlamaya teşvik etmesiyle kişiye herhangi bir kaybı neticesinde bir fayda bulmaya ve anlam bulmaya sevk eder. Ancak alkol, uyuşturucu ve diğer bağımlılıklar insanı anlamdan uzaklaştırarak anlamsızlığa sürüklemektedir.

Nasıl akış deneyimlediğimiz zaman tüm enerjimiz bir yere toplandığı için benlik duygumuz güçleniyorsa (Carr, 2016: 146) bir travma sonrasında da tüm benliğimizle o konuya odaklandığımız ve enerjimizi bir yere toplamayı başardığımız için yaratıcılığımız artabilmektedir. Bu konuyla ilgili olarak, çocuklukta üstün yeteneklilik ve yaratıcılık üzerine üç görüş vardır. Bunlar:

1. Ağırlıklı olarak kalıtsaldır. Yani aileden gelmektedir ve çocuk büyüyünce yoğun ve kararlı çalışma sonucu çevresine iyi uyum sağlayan uzmanlar olur.
2. Uyumlu, destekleyici ve dengeli ailelerden gelir.
3. Erişkinlikte yaratıcılık, diğer öncüllerin aksine geçmişte çocukluk travmaları ve güç yaşamlarıdır.

Csikszentmihaly göre yaratıcılık bireysel bir süreç olmaktan ziyade çok sistemik bir süreç olarak daha faydalı bir şekilde kavramsallaştırılabilir. Ona göre dış tehditlerin ve iç çekişmelerin yaşandığı toplumlarda yaratıcılık teşvik edilir. Çünkü; genellikle bir kayıp, travma ve sıkıntı kişinin yaşamını yaratıcılığa adanmasının ardında yatan motivasyondur (Carr, 2016: 233-279).

Sonuç olarak, kanaatimizce travma sonrası gelişimde en önemli unsur, bireyin öncelikle travmayı bir şekilde hayatının ve yaşamın bir gerçeği olarak kabul etmesi gerektiğidir. İman, tüm iyilik ve kötülüklerin karşılıksız kalmayacağı ve hakiki adaletin başka bir dünyada (ahiret) gerçekleşeceğine dair vurgusu sayesinde insanı teselli etmekte, ümit kaynağı olması hasebiyle (yine yeni) yeniden hayata tutunmaya sevk etmektedir. Bize göre diğer dünyevi teselli kaynakları yine bu manadan kendilerine katabildikleriyle müntesiplerini ikna etmektedir. Çünkü; imanın kişiliği bütünleştirici, birleştirici ve iyileştirici gücü eşi benzerine rastlanmayan bir güçtür.

SONUÇ

Her bir psikoloji ekolü farklı bir perspektiften insan hayatını ele almaya çalışmıştır. Bu amaca göre kendi düşünce sistemlerini oluşturmuş ve bir “insan modeli” geliştirmişlerdir. İnsan modellerinin içeriği psikoloji tarihinin başlangıcında olumlu veya nötrdür. Ancak Freud’un bilinçdışını keşfederek insanın masumiyetine vurduğu darbe ve insanlığın karşılaştığı iki dünya savaşı gibi büyük olayların getirdiği pratik sorunların çözümü sonrası psikoloji neredeyse akıl hastalığı ile eş anlamda kullanılır olmuştur. Bu süreçten sonra geliştirilen insan modelleri olumsuz bir içerik kazanmıştır. Bunu o dönemde Dünya Sağlık Örgütü’nün sağlık tanımlarından anlamak mümkündür. Dolayısıyla psikoloji, bireylerin kendilerini yenileme becerilerine ve çabuk iyileşme özelliklerine nadiren yer vermiştir. Temel uğraş alanı insanın yıkıcılığının tamir edilmesi olmuştur.

Güncel bir psikoloji ekolu olan pozitif psikoloji, kendinden önceki düşüncelerin eksik noktalarından hareketle düşüncesini sistemleştirmeye çalışmıştır. Daha önceki olumsuz içerikli insan modellerini şiddetle eleştirmiştir. Seligman, ilk günah doktrinini “kokuşmuş dogma” olarak nitelendirir. Pozitif psikolojiye göre insanlar masum olarak doğar ve temel kötülükleri evrensel değildir. Bireyin gelişimi olumlu özellikler üzerine bina edilir. Buna paralel olarak Fowler’ın İman Gelişimi kuramına göre basamak öncesi dönemde daha sonra üzerine imanın temellendiği ve etkisinin ömür boyu sürdüğü temel güvenin tesis edilmesi çok büyük önem arz etmektedir. Aksi takdirde daha sonra yetişkin bir birey olacak bebeğin kendine ve dünyaya olan güveni azalacak veya kaybolacak ve ümitsizliği baskın hale gelecektir. Bu nedenle “güven duygusu” bireyin tüm ilişkilerini besleyen ana duygudur. Pozitif psikolojinin ana konularından olan duygu üzerine yaptığı çalışmalarıyla bilinen Fredrickson “Genişlet ve Yapılandır” teorisiyle duyguların bireyin anlık düşünce ve eylem repertuarlarını genişleterek onlara zihinsel, fiziksel, kişisel ve toplumsal kalıcı kaynaklar oluşturduğunu söyler. Bir diğer ifadeyle duygular, güven duygusu gibi kişiliği bütüncül olarak besleyen ana kaynak olmasa da değerlerimizi ve potansiyelimizi ifade etmemize imkan veren ek kaynaklardır.

Pozitif psikolojinin üzerinde durduğu kavramlardan biri de “irade” kavramıdır. Birey ne kadar bilinçdışının ve çevresinin etkisine maruz kalsa da bu etkiler onun iradesini elinden almamaktadır. Seligman, XIX. yüzyılda karakter kavramı kullanılırken günümüzde kişilik kavramına geçilmesinin sebebini de irade kavramı ile ilişkilendirir. Çünkü kötü karakterinin sebebi kötü yaşam koşulları değil, bireyin

iradesini kötüye kullanmasıdır. İnsan bilinçdışının esiri değildir ve temel sosyal ve kişilik gelişimi hayatının ilk beş senesinde belirlenmemektedir. Gelişim süreci bir ömür boyu sürmektedir. Seligman'a göre karakter kavramından kişilik kavramına geçilmesinin nedenleri olsa da artık bu nedenler geçersizdir. Bilim betimleme yapmalıdır. Bu sebeple iyi karakterin özelliklerini de betimlemelidir.

Pozitif psikolojinin kurucusu olan Seligman'ın bu ekol üzerine iki tane teorisi vardır: Otantik Mutluluk teorisi ve İyi Olma teorisi. Seligman, ilk teorisini "mutluluk" üzerine geliştirmiştir. İnsan, bir anlam ve hedef doğrultusunda yaşama isteği içinde dünyaya gelmektedir. Bu istek üzerine tarihin başlangıcından itibaren kendine hedefler ve gayeler belirlemiştir. İnsanların birçoğu için bu hedef mutlu ve güzel bir ömür geçirmektir. "Nasıl yaşamalıyım?" veya "Nasıl bir hayat beni mutlu eder?" soruları sözlü ve yazılı kültürde cevaplanmaya çalışılmıştır. Dolayısıyla her ideoloji kendi cevabına uygun bir sistem geliştirmiştir. Seligman kendisine hedef olarak mutluluğu seçse de Flourish (2011) adlı kitabında bunu ilk başta kendisinin de istemediğini ifade etmiş fakat çok satan kitaplar arasında mutluluk revaçta olduğu için yayıncının isteği üzerine kitabına "Otantik Mutluluk (Authentic Happiness)" (2002) adını vermiştir.

Günümüzde insanlar mutlu olmak istemektedir. Geçen yüzyıllar insanın içindeki bu mutluluğu elde etme arzusunu yok edememiştir. Yok edeceğe de benzememektedir. Fakat mutluluğun oturduğu yerden başına konacak bir olgu olduğunu zannetmektedir. Oysaki mutluluk, maruz kalınan bir şey olmayıp müdahil olunandır. Mutluluk, insandan bir emek istemektedir. Emeksiz ulaşılan hedef insanı mutlu kılmamaktadır. Ayrıca günümüz insanların birçoğu mutluluğu sadece neşeli bir duygu durumu olarak algılamaktadır. İnsan, her zaman güldüğünde değil, bazı zamanlar ağladığında da mutlu olmaktadır. Çünkü yapması gerekeni yapmış ve işin sonunda nasibine mutluluk olarak ağlamak düşmüştür. Bu esnada duygu durumunu da "bunlar mutluluk gözyaşları" diye ifade etmiştir.

Seligman; duygu, katılım ve anlamdan oluşan Otantik Mutluluk teorisine ilişki ve başarı öğelerini de ekleyerek "İyi Olma (Well-Being) Teorisi"ni oluşturmuştur. Çünkü insanı her yönüyle çevrelemeyen bir teori eksik bir düşüncedir. Dolayısıyla bireyin her hal ve hareketinin altında yatan nedenleri betimlemesi ve bireyden başlayıp tüm toplumu kapsaması gerekmektedir. Bu noktadan hareketle pozitif psikoloji üç temel direk üzerine inşa edilmiştir. Birincisi duygu, ikincisi karakter özellikleri ve üçüncüsü kurumlardır. Pozitif psikoloji bu konuda birçok psikoloji ekolünden ayrılarak kurumlar yani toplum üzerine özel bir araştırma sahası

oluşturmuştur. Her ne kadar pozitif kurumlar üzerine çok çalışması olmadığı için eleştirilere maruz kalsa da daha yolun başında olan pozitif psikoloji ilerleyen yıllarda bu açığı kapatacaktır.

Seligman, ilk teorisindeki önemli eksikliklerden birini şöyle ifade eder: Mutluluk, daha çok duygu durumu ile ilgilidir. Tek başına bireyin amaç ve hedefini betimleyememektedir. Oysa asıl hedefi bireyin iyi olması/iyilik hali olarak değiştirirsek, her şeyin anlamı farklılaşacaktır. Çünkü artık insan sorumluluklarını yerine getirdiğinde iyi olacak ve bu iyilik sonucunda mutlu olacaktır. Örneğin, bir ebeveynin her dakika çocuğuyla ilgilenmesi gerçekten zor bir iştir. Duygu durumu olarak o an kişiyi belki de mutlu etmemektedir. Ancak bir anne-babanın evladıyla ilgilenmesinin anlamını düşündüğümüzde işte o zaman ebeveyn mutlu olacaktır.

Seligman'ın pozitif psikoloji üzerine olan ikinci akımında ilkinden farklı olarak ilişki (relationship) ögesi göze çarpmaktadır. Psikolojik yapısı ve hayat şartları gereği birey başkalarıyla iletişim halinde bulunmak zorundadır. Aksi halde tek başına iyilik haline erişemez. İlişki veya iletişim ise sadece insanlarla kurulur diye bir durum söz konusu değildir. Zira insanlardan ayrı yaşamaya çalışanlar bile kedi, köpek veya herhangi bir canlı ile birlikte yaşamaktadır. Onunla dertleşmekte, yeri geldiğinde onun sıkıntısıyla dertlenmekte ve onu sağlıklı ve huzurlu gördükçe kendisi de sağlıklı ve huzurlu olmaktadır.

Kanaatimizce, Otantik Mutluluk teorisinden İyi Olma teorisine olan evrilme sayesinde pozitif psikoloji ile iman daha çok birbirine uyum sağlamıştır. Bir diğer ifadeyle iman artık bu ikinci düşünce sistemine daha entegre olmuştur. Pozitif psikoloji hem bireysel hem toplumsal açıdan insanı her yönüyle kuşatırken; imanda külli psikolojik bir hal ve bütün kişiliği kapsayan tek psikolojik faktör olması dolayısıyla bireyi ve toplumu kuşatmıştır. İmanın külli psikolojik bir hal ve bütün kişiliği kapsayan tek psikolojik faktör olmasını Epistemolojik açıdan imanı incelerken anlatmaya çalıştık. İman bir anda olup biten psikolojik bir süreç değildir. Bir başka deyişle insan zihni bir anda iman etme aşamasına gelmemektedir. Bir hazırlık süreci olan ilgi, şüphe, zan, inanç basamaklarını geçerek imana ulaşmaktadır. Bu esnada bilişi, duyguyu ve davranışı etkilediği için bu süreçte külli psikolojik bir hal olmaktadır. İmandan başka diğer fenomenleri incelediğimizde ise onun gibi bütün kişiliği etkileyen başka psikolojik faktör mevcut değildir.

Pozitif psikoloji bakış açısıyla imanı incelediğimiz bu çalışmamızda üzerinde durmamız gereken bir diğer konu; aşkınlık erdemi diğer erdemlerle nasıl ilişki içerisindeyse, karakter gücü olarak iman da diğer karakter güçleri ile öyle ilişki

içerisindedir. Kanaatimizce iman, diğer karakter güçlerine kaynaklık edebilmektedir. Literatürde bunu görmek mümkündür. Bu iman olmadan diğer karakter güçlerinin olmayacağı anlamına gelmemektedir. Ancak “optimal işlevselliği” olması gereken en ideal seviye olarak düşündüğümüzde; iman, istenilen düzeyde yani optimal seviyede karakter güçlerinin oluşmasına en büyük destekçidir. Karakter güçlerinin az olması veya fazla olması istenilen sonuca ulaşmakta bize faydası olmayacaktır. İmanı oluşturan zihinsel unsurlardan biliş gerek dini gerek ideolojik yapılardan almış olduğu bilgiler sayesinde bireyde zihinsel jüriler meydana getirmektedir. Bu zihinsel jüriler; duygu, davranış ve biliş boyutunda karakter güçlerini optimal seviyede tutarak işlevsel hale getirmektedir.

Genel olarak tezimizde imanın bireyin hayatında girdiği her türlü ilişkide olumlu sonuçlandığı üzerinde durduk. Ancak imanın çok nadir de olsa süreklilik arz etmeyen bazı vakalarda potansiyel olarak negatif etkisinin olduğu da bir gerçektir. Dolayısıyla tezimizde ileri sürdüğümüz hipotezlerimiz;

1. Pozitif psikoloji ve din başlığı kapsamında “iyimserlik, şükür, umut vb.” konular ön plana çıkarılmasından dolayı işin özü kaçırılmıştır. Bu alandaki araştırmacıların ortak kanaati, kişinin kendine özgü güçlerini geliştirmesi bireyin iyi oluşu üzerindeki etkisinin giderek azaldığı veya devamlılığını sağlayamadığıdır. İman; bu devamlılığı, canlılığı ve dinamizmi sağlayacaktır.
2. İman, hayata anlam ve amaç kazandırmaktadır. Hayatın anlamını ve amacını bilen bireyi optimal düzeyde işlevselliğini hiç kimse engelleyemez.
3. Bireyin karşılaştığı travma, problem vb. sıkıntılara karşı iman kişiliği bütünleştirici ve asıl iyileştirici güçtür.

İmanın bazı vakalarda potansiyel olarak negatif etkisinin olduğu ilk başta bu hipotezlerimizle tezat arz etmekte gibi görünmektedir. Ancak biz bunun nedeninin farklı olduğunu düşünüyoruz. Bu nedenleri maddeler halinde sıralamak gerekirse;

1. İmanın anlamının yanlış anlaşıldığı, anlaşılamadığı veya tahrif edildiğidir. Bir diğer ifadeyle iman, kendisini oluşturan psikolojik unsurlardan yalnız birine veya birkaçına indirgenmektedir. Örneğin; imandaki biliş, duygu ve irade unsurlarını kabul edip davranış boyutunu kabul etmemek imanı görünmez hale getirecektir. Böyle bir iman tahrif edilmiş, yanlış anlaşılmış veya kendini oluşturan bazı boyutlara indirgenmiş demektir. Dolayısıyla yapılan araştırmalardaki örneklem

grubunun imanı nasıl tanımladığı üzerinde durulması gereken bir meseledir.

2. Fowler'ın İman Gelişimi teorisinin İslam dini açısından geçerliliği incelendikten sonra örneklem grubunun bu teorisin kaçınıcı basamağında olduğunun belirlenmesi gerekmektedir. Zira, Türkiye'de yapılan araştırmalarda örneklem grubu genellikle ikinci (Acar, 2006) veya üçüncü basamakta (Söylemez, 2009) olduğu saptanmıştır. Dolayısıyla, üçüncü basamağın özelliklerini düşündüğümüzde kendi iç çatışmalarını gideremeyen, kişilik bunalımları yaşayan ve daha kendi değerlerinin farkında olmayan birey, optimal düzeyde işlevsellik gösteremeyecektir.
3. Hayata anlam ve amaç kazandıran iman, bu özelliğini daha çok bilişsel boyuttan elde etmektedir. Süje obje hakkında ne kadar bilgiye sahip olursa etki gücü de o kadar fazla olacaktır. Bilişsel boyutta dini literatürden veya diğer dünyevi ideolojilerden beslenmektedir. Ancak dine ilgisiz veya dini bir eğitim almamış ya da herhangi bir eğitim aşamasından geçmemiş bireyler, hayatın anlamını ve amacını net olarak belirleyememeleri gibi risk içerisindedirler. Bu nedenle iman tam olarak tezahür etmeyecektir.
4. İman, kaynağındaki kutsilik sayesinde tedaviye hem güç hem de devamlılık kazandırmaktadır. Ancak imanın psikolojik bütünlüğünü bozan tanımlamalar, iman gelişiminin tamamlanmamış olması ve hayatın anlamı ve amacının belirsiz olması tedavinin etkisini ve devamlılığını azaltmaktadır.

Pozitif psikoloji çok yeni bir ekol olması ve çok hızlı büyüyüp gelişme göstermesi hasebiyle araştırmacılar tarafından çok hızlı cennetini kaybedeceği ve zamanının geçeceği düşünülmüştür. Bu nedenle Synder ve Lopez, Compton ve Hoffmann gibi pozitif psikologlar, kitaplarında bu konuyla ilgili "Pozitif Psikolojinin Geleceği (The Future of Positive Psychology)" adı ile özel başlıklar açmış ve bu alanda daha söylenilecek sözlerinin olduklarını ifade ederek pozitif psikolojinin geleceğini analiz etmeye çalışmışlardır. Ayrıca pozitif psikolojinin daha çok pozitif özelliklerle uğraştığı ve negatif özellikleri yok saydığı eleştirilerine Ivtzan ve arkadaşları "Pozitif Psikolojide İkinci Dalga (Second Wave Positive Psychology)" adlı kitapları ile insanın diyalektik tecrübesinden hareketle negatif boyutla daha barışık bir

pozitif psikoloji veya “Pozitif Psikoloji 2.0” gibi yeni versiyonlarının olduğu bir döneme geçildiğinin işaretleri verilmiştir.

Son olarak, Seligman’ın ikinci akımı üzerinde daha fazla durulması ve incelenmesi gerekmektedir. Zira Seligman APA’da başkanlık yaptığı zamanlarda pozitif psikolojinin gerekliliğı üzerine muhtelif yerlerde yaptığı konuşmalar, görüşmeler ve seminerler karşılıksız kalmamıştır. Hem psikoloji camiası tarafından hem de kamuoyu tarafından hevesle karşılanmıştır. Resmi olarak pozitif psikolojinin kurulmasının hemen ardından çok hızlı bir şekilde ekolle ilgili dergiler, el kitapları yayınlanmıştır. Bu yüzden çok kısa bir süre içindeki bu büyüme Seligman’ın pozitif psikoloji üzerindeki revize işlemini gölgelemiştir. Seligman’ın pozitif psikoloji düşüncesi üzerine 2011 yılında yaptığı değişiklik ne yazık ki literatürde tam anlamıyla karşılığını bulamamıştır.

Pozitif psikoloji Seligman’a göre “aşağıdan pozitif biyoloji ile, yukarıdan pozitif felsefe ile hatta pozitif ilahiyat ile bağlanmalıdır” (Seligman, 2020: 374). Bu düşünceden hareketle araştırmacılara bizim önerimiz, pozitif psikoloji üzerine hem teorik hem pratik açıdan benzer konularla birlikte farklı konular üzerine daha fazla çalışma ve araştırma yapılmasıdır. Ayrıca benzer çalışmalar farklı kültürler ve farklı dinler üzerine de yapılmalıdır. Bu sayede pozitif psikoloji bakımından diğer kültürler ve dinler arasındaki benzerlikler ve farklılıklar incelenerek ortaya daha tam, doğru ve kapsayıcı bir araştırma çıkabilecektir.

KAYNAKÇA

Acar, H. (2006). *İlkokul Çocuklarının İnanç Gelişimi: Psiko-teolojik Bir Yaklaşım*. (Yüksek Lisans Tezi). Sivas: Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Akar, M. (2007). *Kontrolsüz Hırsın İnsan İlişkilerine Olumsuz Etkileri*. Diyanet: Aylık Dergi. Sayı 197: 38-39.

Akçay, M. (1996). İmanın Oluşumunda Fıtratın Rolü. *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. Sayı 1: 273-294.

Aksöz, T. (2009). *Bilişsel Açıdan Dini İnanç*. (Yüksek Lisans Tezi). Sakarya: Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Allport, G. W. (2004). *Birey ve Dini*. Çev. Bilal Sambur. Ankara: Elis Yayınları.

Alper, H. (2016). *İmanın Psikolojik Yapısı*. İstanbul: Rağbet Yayınları.

Altuntaş, H. (2005). *Kulluk Bilincinin Gösterdiği Hedef Teslimiyet*. Diyanet: Aylık Dergi. Sayı 169: 44-47.

Arkonaç, S. A. (2010). *Sosyal Psikoloji: Sosyal Hizmetler Önlisans Programı*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Açık ve Uzaktan Eğitim Fakültesi.

Baktır, M. (2002). *İmanın Temellendirilmesi*. Cumhuriyet Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi 6. Sayı 2: 127-138.

Balcı, F. (2011). *Psikolojik ve Öznel İyi Olma Hali ile Dini İnançlar Arasındaki İlişki Üzerine Bir İnceleme*. (Yüksek Lisans Tezi). Bursa: Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Budak, S. (2017). *Psikoloji Sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat.

Carr, A. (2016). *Pozitif Psikoloji*. Çev. Ümit Şendilek. İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Cengil, M. (2003). Depresyonu Önlemede Dini İnancın Koruyucu Rolü. *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*. 3(2): 129-152.

Collin, C., Grand, V., Benson, N., Lazyan, M., Ginsburg, J., Weeks, M. (2017). *Psikoloji Kitabı*. Çev. Emel Lakşe. İstanbul: Alfa Yayınları.

Compton, W. C., Hoffman, E. (2013). *Positive Psychology: The Science of Happiness and Flourishing*. Belmont: Cengage Learning.

Cox, J. L. (2004). *Kutsalı İfade Etmek: Din Fenomenolojisine Giriş*. Çev. Fuat Aydın. İstanbul: İz Yayıncılık.

Çelik, C. (2013). *Modern Dünyada Dindarlık*. Diyanet: Aylık Dergi. Sayı 265: 13-15.

Çetin, İ. (2016). *İman ve İnkarın Felsefi Temelleri*. Bursa: Emin Yayınları

Eliade, M. (2003). *Dinler Tarihine Giriş*. Çev. Lale Arslan. İstanbul: Kabalcı Yayınevi.

Elliot, T. R., Kurylo, M., Rivera, P. (2002). *Positive Growth Following Acquired Physical Disability*. Handbook of Positive Psychology (687-699). Editors C. R. Synder and Shane J. Lopez. New York: Oxford University Press.

Eryılmaz, A. (2016). *Herkes İçin Mutluluğun Başucu Kitabı Teoriden Uygulamaya Pozitif Psikoloji*. Ankara: Pegem Akademi.

Esen, M. (2008). İman Kavramı Üzerine. *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. Sayı 1: 79-91.

Fowler, J. W. (1995). *Stages of Faith: The Psychology of Human Development and the Quest for Meaning*. New York: HarperSanFrancisco.

Fredrickson, B. (2002). *Positive Emotion*. Handbook of Positive Psychology (120-134). Editors C. R. Synder and Shane J. Lopez. New York: Oxford University Press.

Geyer, A. N., Baumeister, R. F. (2013). *Din, Ahlak ve Öz-Denetim: Değerler, Erdemler ve Kötü Alışkanlıklar*. Çev. Metin Güven. Din ve Maneviyat Psikolojisi: Yeni Yaklaşımlar ve Uygulama Alanları (241-291). Editors Raymond F. Paloutzian- Crystal L. Park. Çeviri Editörü. İhsan Çapçioğlu-Ali Ayten. Ankara: Phoneix.

Göcen, G. (2018). *Psikoloji, Mitoloji ve Din*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Göcen, G. (2012). *Şükür ve Psikolojik İyi Olma Arasındaki İlişki Üzerine Bir Alan Araştırması*. (Doktora Tezi). Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Güler, İ. (2011). *İtikattan İmana*. Ankara: Ankara Okulu Yayınları.

Güler, İ. (2004). *Özgürlükçü Teoloji Yazıları*. Ankara: Ankara Okulu Yayınları.

Hayta, A. (2019). *Bağlanma Kuramı ile Allah Tasavvuru*. İstanbul: İz Yayıncılık.

Hökelekli, H. (2013). *Din Psikolojisi*. Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları.

Hökelekli, H. (2016). *Din Psikolojisine Giriş*. İstanbul: Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları.

Ivtzan, I., Lomas, T., Hefferon, K., Worth, P. (2016). *Second Wave Positive Psychology: Embracing the Dark Side of Life*. New York: Routledge.

Karacoşkun, M. D. (2004). *Dini İnanç-Dini Davranış İlişkisine Sosyo-Psikolojik Yaklaşımlar*. Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi 4 sayı 2: 23-36.

Kasapoğlu, A. (1997). *Kur'anda İman Psikolojisi*. İstanbul: Yalnızkurt.

Kayıklık, H. (2005). Psikolojik Açıdan İnanç, İman ve Şüphe. *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. Sayı 1: 133-155.

Keyes, C., Lopez, S. (2002). *Toward a Science of Mental Health Positive Directions in Diagnosis and Interventions*. Handbook of Positive Psychology (45-59). Editors C. R. Synder and Shane J. Lopez. New York: Oxford University Press.

Kısa, C. (2004). *Carl Gustav Jung'ta Din ve Bireyleşme Süreci*. (Yüksek Lisans Tezi). İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kısa, C. (2013). *Nesne İlişkileri Kuramı ve Tanrı Tasavvuru*. (Doktora Tezi). İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Koç, A. (2008). *Ahlaki Yozlaşmaya Karşı Takva*. Diyanet: Aylık Dergi. Sayı 208: 17-19.

Köse, A. (2016). *Freud ve Din*. İstanbul: İz Yayıncılık.

Kurt, A. (2016). *Din Sosyolojisi*. İstanbul: Sentez Yayıncılık

Küçük, A., Tümer, G. ve Küçük, M. A. (2015). *Dinler Tarihi*. Ankara: Berikan Yayınevi.

Linley, P. A., Joseph, S., Harrington, S., Wood, A. M. (2006). *Positive Psychology: Past, present, and (Possible) Future*. The Journal of Positive Psychology, 1: 3-16.

Locke, E. A. (2002). *Setting Goals for Life and Happiness*. *Handbook of Positive Psychology* (299-312). Editors C. R. Synder and Shane J. Lopez. New York: Oxford University Press.

Lopez, S. J., Prosser, E. C., Magyar, J. I., Neufeld, J. E., Rasmussen, H. N. (2002). *Putting Positive Psychology in a Multicultural Context*. *Handbook of Positive Psychology* (700-714). Editors C. R. Synder and Shane J. Lopez. New York: Oxford University Press.

Maddux, J. (2002). Stopping the 'Madness' Positive Psychology and the Deconstruction of the Illness Ideology and the DSM. *Handbook of Positive Psychology* (13-25). Editors C. R. Synder and Sahne J. Lopez. New York: Oxford University Press.

Masten, A., Reed, M. (2002). *Resilience in Development*. *Handbook of Positive Psychology* (74-88). Editors C. R. Synder and Shane J. Lopez. New York: Oxford University Press.

May, R. (1997). *Kendini Arayan İnsan*. Çev. Ayşen Karpat. İstanbul: Kuraldışı Yayıncılık.

Mehmedoğlu, A. U. (2013). *İnanç Psikolojisine Giriş*. İstanbul: Çamlıca Yayınları.

Miller-Perrin, C., Mancuso, E. K. (2015). *Faith from a Positive Psychology Perspective*. New York: Springer.

Murat, A. (2017). 'Ayten, Ali. Tanrı'ya Sığınmak Dini Başa Çıkma Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma' Yayın Değerlendirilmesi. Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi 6(12): 335-341.

Nursi, S. (2013a). *Emirdağ Lahikası. Risale-i Nur Külliyyatından*. İstanbul: RNK Neşriyat.

Nursi, S. (2013b). *İman ve Küfür Muvazeneleri. Risale-i Nur Külliyyatından*. İstanbul: RNK Neşriyat.

Nursi, S. (2013c). *Mesnevi-i Nuriye. Risale-i Nur Külliyyatından*. İstanbul: RNK Neşriyat.

Nursi, S. (2013d). *Tarihçe-i Hayat. Risale-i Nur Külliyyatından*. İstanbul: RNK Neşriyat.

Ok, Ü. (2005). Bir Aktivite Sistemi Olarak “İnanç”: İnanç Gelişimine Sosyo-kültürel Bir Yaklaşım. *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*. 5(4): 111-135.

Oktay, A. (1983). *Okul Olgunluğu*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Eğitim Bilimleri Bölümü.

Özasma, H. İ. (2016). *Pozitif Psikoloji ve İslam Düşünürlerinde Erdemler*. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Özcan, H. (2016). *Epistemolojik Açından İman*. İstanbul: M. Ü. İlahiyat Vakfı Yayınları.

Paloutzian, R. F. (2017). *Invitation to the Psychology of Religion*. New York: The Guilford Press.

Pargament, K. I., Ano, G. G., Wachholtz, A. B. (2013). *Başa Çıkmanın Dini Boyutu: Teori, Araştırma ve Uygulamadaki Gelişmeler. Çev. Çiğdem Damla Balaban. Din ve Maneviyat Psikolojisi: Yeni Yaklaşımlar ve Uygulama Alanları (377-407)*. Editors Raymond F. Paloutzian- Crystal L. Park. Çeviri Editörü. İhsan Çapçioğlu-Ali Ayten. Ankara: Phoneix.

Pargament, K. I., Mahoney, A. (2002). *Spirituality: Discovering and Conserving the Sacred. Handbook of Positive Psychology (646-661)*. Editors C. R. Synder and Shane J. Lopez. New York: Oxford University Press.

Park, C. L. (2013). *Din ve anlam. Çev. İlker Yenen. Din ve Maneviyat Psikolojisi: Yeni Yaklaşımlar ve Uygulama Alanları (29-66)*. Editors Raymond F. Paloutzian- Crystal L. Park. Çeviri Editörü. İhsan Çapçioğlu-Ali Ayten. Ankara: Phoneix.

Peterson, C., Seligman, M. E. P. (2004). *Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification*. New York: Oxford University Press.

Peterson, C., Steen, M. (2002). *Optimistic Explanatory Style. Handbook of Positive Psychology* (244- 256). Editors C. R. Synder and Shane J. Lopez. New York: Oxford University Press.

Plotnik, R., Kouyoumdjian, H. (2011). *Introduction to Psychology*. Belmont: Cengage Learning.

Roberts, M. C., Brown, K. J., Johnson, R. J., Reinke, J. (2002). *Positive Psychology for Children: Development, Prevention, and Promotion*. Handbook of Positive Psychology (663-675). Editors C. R. Synder and Shane J. Lopez. New York: Oxford University Press.

Schultz, D. P., Schultz, S. E. (2007). *Modern Psikoloji Tarihi*. Çev. Yasemin Asley. İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish*. Australia: William Heineman.

Seligman, M. E. P. (2020). *Gerçek Mutluluk*. Çev. Semra Kunt-Akbaş. Ankara: Eksi Kitaplar.

Seligman, M. E. P. (2006). *Learned Optimism How to Change Your Mind and Your Life*. New York: Vintage Books.

Seligman, M. E. P. (2002). *Positive Psychology, Positive Prevention, and Positive Therapy*. Handbook of Positive Psychology (3-9). Editors C. R. Synder and Shane J. Lopez. New York: Oxford University Press.

Sönmez, M. (2011). *İmanın Ahlaki Yaptırım Gücü*. Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi. Cilt 8. Sayı 23: 117-141.

Sönmez, V. (2005). *İslam Düşüncesinde Bilgi-İman İlişkisi*. Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi. 5(1): 230- 244.

Söylemez, E. (2009). *31-40 Yaşları Arasında İnanç Gelişimi ve Eğitimi (James Fowler'a Göre İnanç Gelişimi)*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Sürücü, İ. (2017). *Kur'an'daki Bazı Değerler Bağlamında Pozitif Psikoloji*. Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi. Sayı 37: 225-258.

Synder, C. R., Lopez, S. J. (2002). *Handbook of Positive Psychology*. New York: Oxford University Press.

Şık, F. (2009). *Din Psikolojisi Açısından Kur'an'da İmanın Oluşum Süreci*. (Yüksek Lisans Tezi). Adana: Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Tanış, A. (2017). *Pragmatik İman Anlayışı*. (Doktora Tezi). Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Tarhan, N. (2010). *İnanç Psikolojisi Ruh, Beyin ve Akıl Üç Geninde İnsanoğlu*. İstanbul: Timaş Yayınları.

Taylor, S. E., Dickerson, S. S., Klein, L. C. (2002). *Toward a Biology of Social Support. Handbook of Positive Psychology (556-571)*. Editors C. R. Synder and Shane J. Lopez. New York: Oxford University Press.

Thomson, S. (2002). *The Role of Personal Control in Adaptive Functioning. Handbook of Positive Psychology (202-213)*. Editors C. R. Synder and Shane J. Lopez. New York: Oxford University Press.

Tillich, P. (2016). *İmanın Dinamikleri*. Çev. Fahrullah Terkan ve Salih Özer. Ankara: Ankara Okulu Yayınları.

Topçu, N. (2002). *İsyan Ahlakı*. Çev. Mustafa Kök-Musa Doğan. Ankara: Dergah Yayınları.

Yaparel, R. (1987). *Dinin Tarifi Mümkün Mü?*. Dokuz Eylül Üniversitesi İlahiyat Vakfı Yayınları. Sayı 4: 403-417.

Yaparel, R. (1994). Depresyon ve Dini İnançlar ile Tabiatüstü Nedensel Yüklemeler Arasındaki İlişkiler. *Dokuz Eylül Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. Sayı 9: 275-299.

Yapıcı, A. (2007). *Ruh Sağlığı ve Din: Psiko-sosyal Uyum ve Dindarlık*. Adana: Karahan Kitabevi.

Yelmen, T. (2013). *Depresyondan Kurtulmak Mümkün*. Diyanet: Aylık Dergi. Sayı 270: 71-73.

Yeşilyurt, T. (2004). *İslam, İman ve Fundamentalizm*. Kelam Araştırmaları 2. Sayı 2: 83-94.

Yılmaz, H. H. (2012). *Sevgi ve Kardeşlik Bağı İmanla Kurulur ve Takva ile Korunur*. Diyanet: Aylık Dergi. 263: 72-75.

