

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

PSİKO-SOSYO-TEOLOJİK YAKLAŞIMLAR
ÇERÇEVESİNDE MANEVİ DANIŞMANLIK VE
REHBERLİĞİN TEORİK TEMELLERİ VE PRATİK
YANSIMALARI

Havva ŞENBAŞ

Danışman
Dr. Öğr. Üyesi Cihad KISA

İZMİR – 2019

TEZ ONAY SAYFASI



YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezli Yüksek Lisans Dönem Projesi olarak sunduğum “Psiko-Sosyo-Teolojik Yaklaşımlar Çerçevesinde Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin Teorik Temelleri ve Pratik Yansımaları” adlı çalışmanın, tarafımdan, akademik kurallara ve etik değerlere uygun olarak yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

Tarih

....../....../2019

Havva ŞENBAŞ

İmza

ÖZET

Yüksek Lisans Tezi

Psiko-Sosyo-Teolojik Yaklaşımlar Çerçevesinde Manevi Danışmanlık ve Rehberliğin Teorik Temelleri ve Pratik Yansımaları

Havva ŞENBAŞ

Dokuz Eylül Üniversitesi

Sosyal Bilimler Enstitüsü

Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı

Felsefe ve Din Bilimleri Programı

Manevi Danışmanlık ve Rehberlik, hem dünyada hem de ülkemizde çok yakın zamanlarda akademik bir disiplin olarak kabul görmeye başlamıştır. Manevi danışmanlık ve rehberliğin sınırlarının ve çalışma alanlarının ne olduğu, başta psikoloji ve teoloji olmak üzere diğer disiplinlerle nasıl bir ilişkisinin olacağı gibi teorik sorunlar güncelliğini sürdürmektedir. Teorik konulardaki bu tartışmaları, aynı zamanda uygulamalı bir disiplin olarak Manevi Danışmanlık ve Rehberlik'in hangi kurumlarda ve ne türden programlar bağlamında uygulanacağı gibi pratik tartışmaları da beraberinde getirmektedir. Batı akademik dünyasında Manevi Danışmanlık ve Rehberlik disiplininin teorik ve pratik konuları açısından yapılan tartışmalar belli bir düzeye gelmişse de ülkemizde sözü edilen konular henüz yeni yeni incelenmeye başlanmıştır. Bu çalışmanın amacı Türkiye'de Manevi Danışmanlık ve Rehberlik disiplininin teorisine buna uyumlu olarak da bu teorinin uygulamaya dönüştürülmesine yönelik bir çerçeve sunmaktır.

Çalışmamız, giriş ve üç bölümden oluşmaktadır. Giriş kısmında, konunun ana çerçevesi belirlenmiştir. Birinci bölümde, Manevi Danışmanlık ve Rehberlik disiplinin kapsamı, sınırlılıkları, gayesi ve ilkeleri hakkında genel çerçeve sunulmuş, bir disiplin olarak Batı'da nasıl ortaya çıktığı ve ülkemize nasıl yansıdığı ele alınmıştır. Çalışmanın ikinci bölümünde, Manevi Danışmanlık ve Rehberlik disiplininin teorik temelleri incelenmiştir. Bu bağlamda söz konusu disiplinin psikolojik, sosyolojik ve teolojik temellerinden önemli görülenleri tahlil

edilmiştir. Çalışmanın son bölümünde ise Manevi Danışmanlık ve Rehberlik disiplininin teorik temellerine uyumlu olmak üzere pratikte uygulama alanlarından bir kısmı incelenmiş ve sonuç bölümünde ulaşılan bulgular tahlil edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Manevi Danışmanlık, Dini Danışmanlık, Psikolojik Danışmanlık.



ABSTRACT

Master's Thesis

Practical Reflections and Theoretical Grounds of Spiritual Consultation and Counselling in the Frame of Psycho-Socio-Theological Approaches

Havva ŞENBAŞ

Dokuz Eylül University

Graduate School of Social Sciences

Department of Philosophy and Religious Sciences

Philosophy and Religious Sciences Program

Spiritual consultancy and counselling started being accepted as an academic discipline in the very near past both in Turkey and in the World. The boarderlines of spiritual consultancy and counselling (SPC&Cs) and what the study fields are and what kind of relationship it will be in with mainly psychology and theology and other disciplines is still continuing to be a current issue. As an applicable discipline spiritual consultancy and counselling bring these arguments in theoretical areas as well as practical arguments such as in which establishments and in connection with which programs it will be implemented. In the western academic World SPC&C these theoretical & practical arguments have reached a certain level but in Turkey they are just being researched. The purpose of this study is to outline the framework regarding the theoretical aspect of SPC&C and the applicable practical aspect of it.

Our study has an introduction and 3 sections. In the introduction the framework has been outlined. In the first section a framework has been presented regarding what the SPC&C involve, the limits, the aims and objectives and the principles and as a discipline how it has occurred in the West and the reflection of that in our country. In the second section theoretical structure has been investigated. In that sense important parts amongst the psychological, sociological and theological structures have been probed. In the final section of the study some

of the practical applications compatible with the theorotical structure have been reasearched further and in the conclusion outcome has been analysed.

Keywords: Spritual Counselling, Religous Counselling, Pyscological Counselling.



**MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİĞİN PSİKO-SOSYO-TEOLOJİK
TEMELLERİ
İÇİNDEKİLER**

TEZ ONAY SAYFASI	İİ
YEMİN METNİ	İİİ
ÖZET	İV
ABSTRACT	Vİ
İÇİNDEKİLER	Vİİİ
KISALTMALAR	X

GİRİŞ	1
-------	---

**BİRİNCİ BÖLÜM
MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİĞİN KAPSAM VE GELİŞİMİ**

1.1. MDR’NİN NELİĞİ	7
1.2. MDR’NİN ÖNEMİ VE GEREKLİLİĞİ	16
1.3. MDR’NİN AMAÇLARI	18
1.4. MDR’NİN TÜRLERİ	20
1.4.1. Tarihsel Gelişim Açısından Danışmanlığın Türleri	20
1.4.2. Uygulama Öznesi Açısından Danışmanlığın Türleri	22
1.4.3. Fonksiyonel Açıdan Danışmanlığın Türleri	22
1.4.4. Uygulama Alanları Açıdan Danışmanlığın Türleri	23
1.4.5. Hedef Kitlesi Açısından Danışmanlığın Türleri	25
1.4.6. Kurumsal Açıdan Danışmanlığın Türleri	27
1.5. MDR’NİN İLKELERİ	29
1.6. MDR’NİN BAĞLAMI	30
1.7. MDR’NİN TARİHSEL GELİŞİMİ	31

İKİNCİ BÖLÜM
MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİĞİN PSİKO-SOSYO-TEOLOJİK
TEMELLERİ

2.1. MDR’NİN PSİKOLOJİK TEMELLERİ	34
2.1.1. Varoluşsal Kaygıların Artması	36
2.1.2. Bireysel Farklılığın Öneminin Kavranması	41
2.2. MDR’NİN SOSYOLOJİK TEMELLERİ	42
2.2.1. Sekülerleşme, Anomi ve Yabancılaşma	42
2.2.2. Kuşaklararası Çatışma	48
2.3. MDR’NİN TEOLOJİK TEMELLERİ	49
2.3.1. Kutsal Kitabın Doktrinel Yorumu	52
2.3.2. Peygamber Uygulamaları ve Dinsel Gelenek Kavramı	56

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM
MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİĞİN TRAVMA TÜRLERİNE
ÖZGÜ TEMELLER

3.1. GİDENİN ARDINDAN: KAYIP VE YAS	64
3.2. TERK EDİLMİŞLİK VE YALNIZLIK DUYGUSUYLA BAŞA ÇIKMA	72
3.3. ÖLÜM KORKUSU VE KAYGISI	74
3.4. GÜNAHKARLIK VE SUÇLULUK DUYGUSU	77
3.5. TANRI TASAVVURU VE AFFETME KAPASİTESİ	79
3.6. MANEVİ İSTIRAP VE KRİZ	83
SONUÇ	87
KAYNAKÇA	93

KISALTMALAR

Çev.	Çeviren
Hız.	Hazret
MDR	Manevi Danışmanlık ve Rehberlik
s.	Sayfa No
ss.	Sayfadan Sayfaya
vb.	Ve benzeri
vr	Varak



GİRİŞ

1. ARAŞTIRMANIN KONUSU VE PROBLEMLERİ

MDR, oldukça yakın dönemlerde ortaya çıkmış olan uygulamalı bir psikoloji disiplini. Hem Batı dünyasında hem de ülkemizde bu disiplinin tanımı, sınırları ve diğer sosyal bilimlerle ilişkileri hakkında teorik akademik araştırmalar ve tartışmalar hâlâ güncelliğini sürdürmektedir. Bu teorik tartışmalar, aynı zamanda MDR'nin uygulanma sahası, yöntemleri ve kurumları hakkındaki pratik içerikli tartışmaları da doğrudan etkilemekte ve şekillendirmektedir. Bu araştırmanın konusu, MDR'nin diğer sosyal bilimlerle etkileşimi çerçevesinde teorik ve uygulamalı bir disiplin olarak gelişim çizgisini betimlemek, günümüzde kazandığı teorik yapının ve birtakım uygulama alanlarının çerçevesini çizebilmektedir.

Araştırmanın konusu, esasen üç terimin birbiriyle olan ilişkisini merkeze almaktadır. Bu üç terimden ikisi olan danışmanlık ve rehberlik hakkında psikoloji biliminde oldukça yetkin bir literatür ve anlayış bütünlüğü bulunmaktadır. Bu nedenle araştırma boyunca danışmanlık ve rehberlik terimlerinin anlamı ve kapsamı hakkında her hangi bir incelemeye girişilmemiştir. Ne var ki maneviyat kavramı için benzer bir değerlendirme yapmak çok mümkün gözükmemektedir. Pek çok disiplin, kendi yöntemlerinden yaklaşmış olmaları sebebiyle maneviyatın ne olduğuna ilişkin birbirinden farklı tanımlamalar yapmış, açıklama ve yorumlar geliştirebilmişlerdir. Dinlerin, psikolojinin ve sosyolojinin maneviyat kavramının içeriği ve kaynağı hakkındaki görüş açısı farklılıkları bu araştırmanın temel konularından biri olmuştur.

Farklı disiplinlerin maneviyata bakışlarının farklı olmasının bir gerekçesi, bu disiplinlerin kendilerine özgü ilke ve yöntemlerinin olması ise, diğer gerekçesi de ahlak hakkındaki inceleme ve tartışmalara ilişkin yaklaşımları olmuştur. Dinsel bakış açısının etkin olduğu dönemlerde ahlak, tamamen dinin bir türevi olarak görülmüştür. Bir başka deyişle ancak yüce bir Yaratıcı'nın varlığına dayanarak ahlakın ortaya çıkabileceği iddia edilmiştir. Bu yaklaşım, Dostoyevski'nin 'Tanrı yoksa her şey mübahdır' ünlü sözüyle özlü bir biçimde dile getirilmiştir. Buna göre Tanrı ve dinler varsa ahlakı kurmak ve korumak mümkündür. Tanrı'nın veya dinlerin olmadığı bir toplumun ahlaklı olmasından çok da söz edilemez denilebilir. Teolojinin ahlaka dair

bu yaklaşımları, esasen maneviyata yönelik yaklaşımın da ipuçlarını içermektedir. Bir başka deyişle ancak Tanrı veya dinler varsa insanlığın manevi değerleri kurabileceği ve sürdürebileceği ifade edilmektedir.

Maneviyatı ve manevi değerleri bütünüyle teolojinin güdümüne sokan bu anlayış, modernite ve sekülerleşme ile birlikte giderek etkinliğini kaybetmişe benzemektedir. Dahası doğa bilimlerinin, mekanistik ve pozitif bir yöntemi belirleyerek devasa büyüklükte başarılı adımlar atması, beşeri bilimlerin ilgisini çekmiştir. Bu ilginin bir sonucu olarak sosyoloji ve psikoloji başta olmak üzere beşeri bilimler de pozitivist bir yaklaşımla kendilerini yeniden biçimlendirmeye girişmişlerdir.

Sosyolojinin en önemli kurucu babalarından olan Comte, bir yandan geleneksel ve kurulu dinlerin toplum üzerindeki etkinliğini kırmak istemiş diğer yandan da dinlerin, sosyal yapılar üzerindeki olumlu yansımalarından mahrum olmamak adına insanlık dini adını verdiği yeni bir dinin temellerini atmaya girişmiştir. Comte'un bu ikili çabası, ilk bakışta onun dinlerin ahlaka ve maneviyata bakışını büyük ölçüde izlediği sonucunu akla getirebilmektedir. Zira Comte da tıpkı geleneksel dinlerin yaptığı gibi ahlak ve maneviyatı, manevi değerleri dinin bir türevi olarak görmekte; hem ahlakı hem de maneviyatı dinin sınırları içine almaktadır. Ne var ki ilk bakışta görülen bu benzerlik, Comte'un insanlık dini tasavvuruna daha yakından bakılmasıyla büsbütün değişmektedir. Şöyle ki Comte'un insanlık dininin, göksel ve yüce yaratıcı inancıyla hiçbir bağının olmadığı ve bu dinin tamamen beşeri düzey çerçevesinde kurgulandığı ifade edilebilir.

Comte'un din anlayışında Tanrı ve göksel buyruklara dair bir yer olmadığı gözükmektedir. Bundan dolayı Comte, sosyolojiyi yeni bir bilim disiplini olarak inşa ederken ahlakın ve maneviyatın kaynağını Tanrı'ya veya dinlere değil insanlığa nispet etmektedir. Bir başka deyişle Comte'a göre manevi değerlerin temelleri teolojik değil beşeridir. Böylece Comte, her türlü ahlak ve manevi değerlerin insanların toplumsal ilişkilerinden kaynaklandığını ileri sürer. Sosyolojinin daha kuruluş dönemlerinde beliren bu yaklaşıma göre manevi değerler, insanların birlikte yaşamalarından kaynaklanan ilişkilerden doğabilmektedir. Benzer bir yaklaşım, psikolojide de kendini gösterebilecektir.

Sosyoloji gibi psikoloji de bağımsız bir bilim dalı olarak kendini kurgularken, doğa bilimlerinin yöntemlerini kendine örneklik almış gözükmektedir. Nitekim psikolojinin en önemli kurucusu olan Freud, dini insanlığın bir patolojisi ve nevrozu olarak görür ve bütün psişik olgu ve sorunları insanın bütünlüğünde çözümlemeye çalışır. Freud'un dinlere yönelik negatif bakışının bir sonucu olarak manevi değerleri, dinsel bir temele dayandırmayacağı açıktır. Ona göre bütün psikolojik sorunlar, bir canlı olarak insanın bireysel yapısı ile toplumsal sınırlamalar arasındaki gerilimden yani id ile süper egosu arasındaki çatışmadan ve bu gerilimin ego ile uyumlaştırılma çabasından kaynaklanmaktadır. Bu genel çerçevede aracılığıyla psikoloji, manevi değerlerin toplum ile birey ilişkisinden kaynaklandığını kabul eder. Buna göre psikolojinin, bir ölçüde sosyolojideki yaklaşımı onayladığı; manevi değerleri beşeri temellere dayandırmış olduğu görülmektedir. Ne var ki manevi değerleri salt beşeri temellere indirgeme yani sekülerleşme, insanlığın psikolojik sorunlarını çözümüne yeterince katkı sağlamamış gözükmektedir.

Modernizm ile birlikte din ve maneviyat tasavvurları insan hayatında geriye itilmiş ve ikinci plana düşürülmüş, akla ve bilime dayalı açıklamalar dünyanın gizemini çözmeyi vaat etmişlerdi. Post-modernizm olarak nitelendirilen günümüze gelindiğinde ise salt pozitivist bakış açılarıyla şekillendirilmiş beşeri bilimlerin insanlığın sorunlarını çözmede yeterince başarılı olmadığı gözlemlenmiştir. Bu nedenle post-modern dönemlerde, yeni bir bakış açısıyla dinler ve maneviyat gündeme gelmeye başlamıştır. Ne var ki bu durum, eskinin basit bir tekrarıdır ibaret değildir. Post-modern dünyada dinler ve manevi değerler, modernizmin ve seküler bakış açısının kazanımlarını göz önünde bulundurarak kendilerini ifade etmeye başlamışlardır. Yakın dönemlerde ortaya çıkan bu değişimin, MDR'nin ne olduğuna, problemlerinin ve sınırlarının ne olması gerektiğine ilişkin açıklamalara büyük ölçüde katkı sağladığı söylenilebilir.

MDR teolojisi, sosyoloji ve psikolojinin modern ve post-modern dönemlerde geçirdiği değişikliklerin kesim noktasında kendine bir alan çizen, uygulamalı bir psikoloji disiplini olarak kendini konumlandırmıştır. Şöyle ki manevi danışmanlık, teolojiden destek almak suretiyle sosyoloji ve psikolojinin manevi değerlerin yalnızca maddi unsurlarla, bu dünyadaki olguların türevi olarak açıklanmasını yeterli görmemektedir. Öte yandan manevi danışmanlık, dinlere dayanan salt teolojik

yaklaşımların da manevi değerleri temellendirmesini de yeterince ikna edici bulmamaktadır. Böylece MDR'nin temel probleminin, genelde din ve bilimi, özelde ise bir beden ve bilinçten oluşan bir bütünlük olarak insan tasavvuru sayesinde manevi değerleri temellendirmek ve bu değerler aracılığıyla insanlığın psikolojik sorunlarına çözümler üretmek olduğu ifade edilebilir.

2. ARAŞTIRMANIN AMACI ve ÖNEMİ:

Teoloji, sosyoloji ve psikoloji gibi insan bilimlerinin manevi değerleri, kendi disiplinlerin bakış açılarından incelemesi son derece doğaldır. Öte yandan bilimsel alanda baş döndürücü değişimlerin sanayileşmeyi, sanayileşmenin ise büyük sosyal ve siyasi dönüşümleri getirmiştir. Öte yandan insanlığın hızlıca geçirdiği tüm bu gelişme ve değişimler siyasal, sosyolojik ve psikolojik sorunlara yol açmıştır. Bu olguya dayalı olarak, çağımızda sözgelimi psikiyatriste giden hemen herkese psikolojik bir hastalık tanısı konulduğu ve kimyasal ilaç tedavisine başlandığı bilinmektedir. Bu durumun, olumlu olarak görülebilir ve sürdürülebilir bir süreç olmadığı genel kabul görmektedir. Bu noktada üzerinde durulması gereken ilk husus, her psikolojik sıkıntının, güçlüğün bir hastalık olarak görülmemesi gerektiği ifade edilebilir.

Beşeri bilimlerin ortak noktalarından biri, insanı toplum içinde yaşayan canlı olarak kabul etmesidir. Bununla birlikte toplum içinde yaşayan bireylerden hiçbiri, bir diğerinin aynı değildir. İster dinler açısından teolojik isterse bilimler açısından bilimsel veya ateistik açıdan bakılsın her bir insan kendine özgü bir kişiliğe, bilince ve ruhsal duruma sahiptir. Biyolojik olarak her aç kalmanın, açlıkla ölmeyi gerektirmediği gibi psikolojik bakımdan düzensizlik ve uyumsuzluklarla karşı karşıya kalmak, psikolojik bir hastalığa işaret etmek zorunda değildir. Dünya tarihi göz önüne alındığında güçlü canlılar içinde insanoğlunun biyolojik-fiziksel olarak varlığını sürdürmek için ne denli çaba gösterdiği bilinmektedir. Benzer bir durum insanın, bilinç dünyası için de geçerli gözükmektedir.

Hiçbir insan, hayatının tüm evrelerini mutluluk ve refah gibi olumlu durumlarla sürdürmez. Bilinç hayatımız, tıpkı biyolojik hayatımız kadar zorluklarla, sıkıntılarla tanışır. Bu zorlukların bir kısmı, oldukça ağır güçlüklerdir ve bunların bir çözüme kavuşturulması için psikiyatri gibi tıp bilimlerinin yardımına gereksinim duyulabilir.

Bununla birlikte her psikolojik uyumsuzluk, psikiyatrinin alanına girmez. Bir insanın çok sevdiği birini kaybettiğinde, yakını öldüğünde, iş ve arkadaş çevresindeki ilişkiler bozulduğunda kendini iyi hissetmemesi, psikolojik ve bilinç açısından bir boşluğa düşmesi son derece doğaldır. Bu ve benzeri psikolojik gerginlikler, danışmanlık ve rehberlik sayesinde çözüme kavuşturulabilir niteliktedir. Bu açıdan bakıldığında psikolojik danışmanlık ve rehberlik, psikolojinin uygulamalı bir disiplini olmaktadır.

MDR, uygulamalı psikolojik danışmanlık ve rehberliğin bir alt disiplini olarak kendini konumlandırır. Bu konumun zorunlu bir sonucu olarak manevi danışmanlık, psikoloji biliminin bütün literatür ve birikimini devşirir. Öte yandan manevi danışmanlık, salt bilimsel olarak kabul edilenin dışında kalan bir birikime yani maneviyata ve manevi değerlere de kapılarını açar. Böylece MDR, başta sosyoloji ve psikoloji olmak üzere beşeri birikimleri temele alıp teolojinin maneviyat bakış açısını göz önüne alarak manevi değerler aracılığıyla, çağın insanının yüz yüze kaldığı psikolojik sorunları kimyasal ilaçlarla bedene bir zarar vermeksizin danışmanlık ve rehberlik yöntemiyle çözümlemeye çalışır.

3. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI, KAPSAMI VE YÖNTEMİ

Bu araştırmanın kapsamı, bir bilim dalı olarak MDR'nin teorik temellerini ve pratik yansımalarını betimlemekle sınırlıdır. Bu bağlamda öncelikle teoloji, sosyoloji ve psikolojinin tarih içinde birbirleriyle kurduğu ilişkiler çerçevesinde MDR'nin teorik temelleri keşfedilmeye çalışılacaktır. Ancak bu amacı gerçekleştirmek için sözü edilen disiplinlerin yalnızca maneviyata ve manevi değerlere yaklaşımı göz önüne alınacaktır.

Araştırmamızın sınırlılığına gelince MDR'nin teorik temellerinin pratiğe nasıl yansımış olduğu konusunda kendini gösterecektir. Bu çerçevede MDR disiplininin uygulama alanlarından yalnızca birinin üzerinde durulacaktır. Bu bağlamda MDR'nin teorisinin travma türlerine yansımaları ve uygulama alanları incelenecektir.

Araştırmanın yöntemi ise ilgili literatürün betimlenmesi ve sistemli bir biçimde ifade edilmesine dayanmaktadır. Ülkemizde MDR ile ilgili akademik çalışmalar oldukça yakın tarihlerde ortaya çıkmaya başlamıştır. Araştırma boyunca bu literatür,

araştırmanın temel problemleri bağlamında incelenecek, ulaşılan bulgular karşılaştırılacak ve sonunda sistematik olarak dile getirilecektir.



BİRİNCİ BÖLÜM

MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİĞİN KAPSAM VE GELİŞİMİ

MDR, uygulamalı bir psikoloji disiplini olarak bağımsızlığını çok yakın dönemlerde kazanmıştır. Bu disiplinin yeni olması sebebiyle tanımı, sınırları gibi tartışmaların hâlâ sürmesi son derece olağandır. Çalışmanın bu bölümünde öncelikle MDR'nin bir disiplin olarak tanımlanması ve çerçevesinin belirlenmesine çalışılacaktır. Daha sonra bu disiplinin ortaya çıkışının gerekçeleri ve amaçları betimlenecek; bu bağlamda ortaya çıkan MDR'nin türleri ve tarihsel gelişim hakkında kısa bir açıklama yapılacaktır.

1.1. MDR'NİN NELİĞİ

Bir disiplinin, bilim alanına kabul edilebilmesi için gerekli olan şartlardan biri de söz edilen disiplinin tanımlanması, sınırlarının çizilmesi ve yönteminin belirlenmesi gereklidir. Nitekim mantıkta bir şeyin tanımın, “efradını cami ve ağyarını mani” ilkesiyle yapılması gerektiği belirtilir. Bu ilke, bir şeyin tanımının yapılmasının iki yönüne işaret etmektedir. Buna göre bir şey ya ne olduğuna ya da ne olmadığına dair açıklamalar sayesinde tanımlanmaktadır. Bir başka deyişle bir şeyin ne olmadığına ilişkin açıklamalar, aslında o şeyin ne olduğunun tanımlamasına katkı sağlamaktadır. MDR'nin tanımlanması, tam da bu iki ilkenin uygulanmasına dayanacaktır. Bu bağlamda MDR'nin, bir bilim disiplini olarak bağımsızlığı, büyük ölçüde dini danışmanlık ile psikolojik danışmanlık arasındaki benzerliğin ve farklılıkların ortaya konmasına dayanmaktadır.

MDR'nin, dini danışmanlıktan büyük ölçüde etkilendiği ve bir disiplin olarak kendisinden örneklik aldığı tarihsel bir gerçekliktir. Bununla birlikte, MDR, dini danışmanlığa indirgenmemeli ve onun bir türü olarak görülmemelidir. Tam aksine MDR, dini danışmanlığın yetersiz olduğu durumlar sayesinde bağımsızlığını kazanan bir disiplin olduğu görülmektedir. Bu hususu açıklamak adına öncelikle dini

danışmanlığın ne olduğuna, sınırlarının ve yöntemlerinin neler olduğuna kısaca bir göz atmak gerekmektedir.

Dinsel danışmanlık (Pastoral psikoloji); dinsel öğreti bağlamında kişinin zihinsel ve manevi yönü arasında uyumu sağlamak ve böylece psikolojik dengesi sarsılan kişinin bu ahengi yeniden kurmasını ve bütünlük duygusunu yeniden kurmasını sağlamayı amaçlayan bir danışmanlık türüdür (Ok, 2008: 556). Dinsel danışmanlıkta, sadece psikoloji biliminin verilerinin dini çevreye aktarılacakla yetinildiği düşünülmemelidir. Dini danışmanlıkta din, pasif bir alıcı konumunda değildir; din ile psikoloji ile ilişkiye girerken kendi bakış açını ve yaklaşımını büyük ölçüde muhafaza etmektedir. Buna göre psikolojiden edinilen birikim, teoloji ve din anlayışı bağlamında yeniden bir değerlendirmeye ve eleştiriye tabi tutulmaktadır. Böylece dinsel danışmanlık, rahip ve kilise hayatı için uyarlanmış bir psikoloji ve danışmanlık olarak ortaya çıkar. Böylece dinsel danışmanlıkta, teori ile pratik birbirini karşılıklı olarak test eden bir etkilemekte ve bunlar birbirini sürekli olarak beslemektedir (Şahin, 2016: 49).

Pastoral psikoloji her ne kadar din ve maneviyata dair danışmanlık yapsa da danışanın dünyevi sorunlarını da çözüme kavuşturmayı amaçlar. Bu amaçla da dua, ibadet gibi bir dinin pratiklerini de danışmanlığın yöntemi ve aracı olarak kullanır. Bu açıdan bakıldığında pastoral yani dinsel psikoloji, teolojik bir disiplin olup din psikolojisinin bir alt bilimi olarak kabul edilmektedir. Aksi takdirde dinsel ritüellerin bu danışmanlıkta kullanılması mümkün olmayacaktır. Bu son nokta dinsel ve manevi danışmanlığın yalnızca teorik bir yaklaşımdan değil, kültürün ve geleneğin tecrübesinden yani deneyim ve pratikten yararlanmasının önemini göstermektedir (Şahin, 2016: 49-50). Bu durumda teolojik ve kurumsal olarak din, dinsel danışmanlıkta etkin biçimde yer almaktadır.

Dinsel içerikli manevi danışmanlıkta, din ve Tanrı danışanın ve rehberin hemen yanı başında hazır bulunur. Nitekim bu tür danışmanlıkta, dinsel ibadet ve ritüeller, psikolojik rahatlamanın bir unsuru olarak da kullanılabilir. Bununla birlikte manevi danışmanlık, bütünüyle teolojik ve dinsel bir rehberlik değildir. Hatta daha çok bu danışmanlık, günlük sorunlar ve psikolojik meseleleri de kapsayabilir. Bu tür danışmanlıkta önemli olan husus, rehberlik sürecinde Tanrı'nın hemen orda

olduğunun hissedilmesi ve sürecin bu atmosfer içinde geçirilmesidir (Şahin, 2016: 54-55).

Dini danışmanlık, adından da anlaşılacağı gibi kurumsal dinlerden biri çerçevesinde kurgulanan bir danışmanlık türüdür. Sözelimi Genia'ya göre dinsel danışmanlık, aynı teolojik inanca sahip olan danışman ile danışan arasında gerçekleşir ve ilki, ikincisinin psikolojik sıkıntılarına ve duygu bozukluklarının düzeltilmesine yardım edebilir (Ok, 2008: 557). Buna göre dini danışmanlığın, dünyevi ve seküler danışmanlıktan ayıran birkaç temel nokta bulunmaktadır. Bunlardan birincisi dinsel danışmanlığın, bir din adamı tarafından gerçekleştirilmesidir. İkincisi, danışma ve rehberliğin, daha çok nihai anlam ve varoluşsal konular olmasıdır. Üçüncüsü, dinsel ve manevi danışmanlığın rehberlik etme, destekleme, uzlaştırma gibi yaklaşımları içermesi sebebiyle seküler psikolojik danışmanlığın alanından daha geniş bir çerçeveye sahip olmasıdır. Dördüncüsü ise dini ve manevi danışmanlıkta, dinsel ve geleneksel sembollerin ve değerlerin sağaltım sürecinde bir araç olarak kullanılmasıdır (Ok, 2008: 558). Bununla birlikte dini danışmanlığı, yalnızca dinin sınırları içine daraltmaya karşı çıkan yaklaşımlar da bulunmaktadır.

Liddel'e göre de dini danışmanlık, yalnızca Tanrı ve belirli bir dinin öğretilerine ilişkin danışmanlık değildir. Ona göre bu tür bir anlayış, dini danışmanlığı oldukça dar bir sınır içine hapsetmek olur. Liddel'e göre de dini danışmanlık, bir yandan yoksulluk, evlilik, uyuşturucu bağımlılığı gibi her türlü insani meseleyi ele alacak kadar geniş bir yelpazede ele alınmalıdır. Öte yandan dini danışmanlık, danışılanın din temsilcisi olması sebebiyle de sınırlandırılmamalıdır. Zira danışmanlığın yapısını belirleyecek olan esas unsur, danışılan değil danışanın bizzat kendisidir. Buna göre danışan, seküler bir bakış açısından yardım talep ediyorsa dini danışmanlık bu talebe saygı göstermek ve danışmanlığını bu bakış açısından sürdürmek zorundadır. Öyle anlaşıyor ki Liddel, dini danışmanlığın sınırlarını yalnızca dinsel alanla sınırlı tutmamakta ve dini danışmanlıkta din dışı seküler bakış açısının da kullanılabileceğini kabul etmektedir. Altaş'a göre Liddel, danışmanın din adamı olmasından dolayı bu tür danışmayı dinsel danışmanlık sınırları içinde görmektedir (Altaş, 2017: 27-28). Danışanın seküler bağlamda bir rehberlik talep etmesi, başka bir tür danışmanlık türünün yani MDR'nin gerekliliğini ortaya çıkardığı söylenilebilir.

Dinsel danışmanlık ile manevi danışmanlığın kesiştiği en önemli nokta, insan kavrayışıdır. Her iki danışmanlık türü de, insan hayatının yalnızca maddi koşullara bağlı olmadığı hususuna dikkat çekmektedir. Buna göre insan, bir beden olduğu kadar ve hatta ondan daha fazla olmak üzere maneviyatı olan bir canlıdır. Her iki danışmanlıkta da aşkın veya ruhsal boyutun önemsenmesi, seküler veya salt maddi merkezli danışmanlık türlerinin görmezden geldiği alanın dikkate alınmasını sağlamaktadır (Ok, 2008: 566).

Manevi veya dinsel danışmanlık; insan hayatının aşkın bir yanı olduğunu kabul eden kişilere uygulanabilen bir danışmanlık türüdür. Bu danışmanlıkta rehberin amacı, sözel veya başka tür iletişim teknikleriyle nihaî anlam veya kaygı, stres gibi diğer psikolojik konularda sıkıntı yaşayan insanları rahatlatmaktır. Ancak konuların değişmesine bağlı olarak danışmanlığın amacı da farklılaşabilir. Sözgelimi danışman; engelli ya da yoksul insanlara nasıl yardım alabileceği gibi konularda destek verebilir ya da iş bulma, veya okul tercihi yapma gibi konularda rehberlik edebilir. Ayrıca evliliklerinde geçimsizlik yaşayan ya da arkadaşları veya akrabaları arasında dargınlık bulunanları uzlaştırmaya veya barıştırmaya yönelik rehberlik yapabilir (Ok, 2017: 42-43).

Dinsel danışmanlık, bir dini tebliğ etme yöntemi değildir. Ancak, dini değer ve dinsel yaşama pratiklerini önemseyen kişilerin psikolojik sorunlarına dinsel içerikle ve psikoloji biliminin yöntem ve tekniklerine göre yanıtlamaya çalışan bir danışmanlık türüdür. Bu danışmanlıkta hem danışanın hem de danışılanın aynı dini ve hatta aynı mezhebin üyesi olması, dinsel danışmanlığın amacına uygun biçimde yapılmasının ön koşulu gibi gözükmemektedir (Ok, 2008: 562).

Dinsel danışmanlık ile manevi danışmanlığın hem kesiştiği hem de ayrıldığı konu, maneviyat kavramıdır diyebiliriz. Hayatın anlamı veya nihai ilgi meselesi, insanın maddi dünyasını aşan aşkın boyutudur. Dünyadaki tüm canlılardan farklı olarak insan, hayatını idame ettirme ile ilgisi bulunmayan ve maddi konuların ötesine taşan böyle bir konuya ilgi gösterebilmektedir. Öteye duyulan bu ilgi, aynı zamanda kişinin benliğiyle ilgilenmesinin ötesine geçmek demek olup onun toplumsallaşmaya ve özgeciliğe doğru yönelmesini getirmektedir (Şahin, 2016: 55).

Batı kültüründe maneviyat kavramının kökeni Yunan felsefesine kadar geri götürülebilir. Platon'un Sokrates'in Savunması başlıklı eserinde maneviyat, ruha

bakmak ya da ruh bakımı yapmak anlamında fiil olarak kullanılmıştır. Burada Sokrates gençlere, para ve şeref elde etmek için hakikati ve ruhun unutmamaları öğüdünü verir. Bu öğüdün anlamı, tıpkı bedenin beslenmeye ihtiyacı olduğu gibi ruhun da bakıma ve desteklenmeye ihtiyacı vardır (Şahin, 2018: 24).

Manevi kelimesi, Arapça kökenli bir sıfattır ve maddi olmayan şeklinde bir anlam taşır. Böylece manevi; ruhla, gönülle, değerler ve dinle ilgili olan soyut bir anlayış içermektedir. Öte yandan bedensel güçlerin insanı canlı tutması gibi manevi değerler de insanı içten harekete geçiren güç olarak görülebilir. Buna göre insanın hayatın zorluklarına karşı koyması veya engellerle mücadele etmeye kalkışması manevi değerlerinin zindeliğine bağlıdır (Seyyar, 2012: 140).

Maneviyat kelimesi, farklı dönemlerde çeşitli anlamlarda kullanılmıştır. Örneğin on ikinci yüzyıllarda maneviyat, insanın bedensel olmayan, psikolojik yönünü göstermektedir. Orta çağlarda maneviyat, yüzünü tamamen Tanrı'ya ve dine yöneltmiş dindar insanı işaret etmektedir. Modern dönemlere benzer bir kullanım ise on yedinci yüzyılda ilk kez Fransa'da kullanıldığı bilinmektedir. Buna göre maneviyat, ister bir tanrı ve din inancına isterse insanın ruhani yönüne dayandırılınsın insanın benliği, iç dünyasının çeşitli duygu ve düşüncelerinin ahengini gösteren bir kavram olarak kullanılmaktadır (Yılmaz, 2011: 61).

Maneviyat, bireyin öncelikle kendisini, sonra da diğer insanlarla olan iletişimini, evrendeki yerini ve topyekün hayatın anlamını bulma çabası olarak ifade edilebilir. Maneviyat, isterse kurumsal bir din içinde isterse bütün dinlerden bağımsız olarak bir insanın zihnini daima kurcalayan hayata anlam verme girişiminde kendisinin dışında ve var olan her şeyle bağı bulunan bir kavrayış veya buna yönelik özlem olarak tanımlanabilir. Böylece maneviyat, insanın kendisini fiziksel, duygusal ve zihinsel açıdan bir bütün olarak ifade etmesini sağlayabilmektedir. Tüm bunlar bir yüce varlık ve din çerçevesinde ele alındığında ise maneviyat, dinin sınırları bağlamında ele alınmış olmaktadır.

Maneviyatın pek çok farklı tanımı yapılmış olmakla bütün bu tanımlar; insanın hayatına bir anlam ve/veya amaç ile algılaması hususunda birleşmektedir. Maneviyat ile din arasında yakın bir ilişki bulunmakla birlikte, birini diğerinin içinde eritmek doğru bir yaklaşım olarak gözükmemektedir. Hatta manevi değerler alanı, bir dinin unsurlarından daha fazlasını içerebilmektedir. Bir başka deyişle manevi değerler, bir

dinle bağlantılı olması mümkün olduğu gibi dinlerden bağımsız bir biçimde de sistemleştirilebilir. Buna göre ateist olarak tanımlanan yani tanrı ve dolayısıyla bir din inancı tanımayan insanlar da manevi değerlere sahip olabilirler (Çetinkaya 2007: 47).

Bu açıklamalara dayanarak maneviyatın, kurumsallaşmış bir dinle eşitlenemeyeceği görülmektedir. Bundan dolayı dinsel öğretinin dışında da ruhsal veya manevi değerlerden söz etmek mümkün olmaktadır. Bu çerçevede maneviyatı; maddi unsurların dışında olan her şeye insanın yüklediği veya verdiği içsel anlam biçimde olmak üzere seküler yaklaşımla tanımlamak mümkündür. Bir başka deyişle maneviyat din ile birlikte düşünüldüğü gibi din dışı bir alan olarak da görülebilir (Seyyar, 2012: 141). Buna göre maneviyat alanı, sözgelimi dindarlıktan farklı olarak maneviyatta, önceden belirlenmiş veya kuralları ortaya konmuş davranış veya uygulamaların olması gerekmemektedir (Çelimli, 2010: 108).

Dindarlık ve maneviyat kavramları farklı şekillerde tanımlanır. Maneviyat, daha çok kişinin kutsal olarak bir şeyi kabul etmesi ve kendini bu kutsalın çerçevesinde anlamlandırmasıdır. Bu bağlamda insan, maneviyat arayışında hayatın anlamı, kendini güvende hissetme arzusu, kimlik ve ölüm gibi insanın varoluşuna yönelik konulara ilgi duyabilmektedir. Din, maneviyatın kutsala gösterdiği ilgiyi içermekle birlikte daha geniş bir kapsama sahiptir. Zira din, kutsalın yanı sıra sosyal, kültürel ve kurumsal niteliklere de sahiptir. Öte yandan maneviyatın ilgilendiği hususlar, kurumsal bir din çerçevesi dışında da aranabilir. Böylece insan evren ile kurduğu bütünlük anlayışından, sanattan ve hatta ruhlarla karşılaşma yaklaşımından hareketle bir kutsallık alanı kurgulayabilir (Hustoft ve diğerleri, 2015: 161).

Maneviyatın ne olduğunu ilişkin; ilki tanrıci olan ve diğeri ikincisi tanrıci olmayan iki temel yaklaşım bulunur. Tanrıci yaklaşımın en temel niteliği, hem bir üstün gücün varlığını hem de maneviyatın kaynağının bu varlık olduğunu kabul etmektir. Buna göre maneviyat, bireyin kendi benliğinden ayrı bir yapı olarak vardır. Maneviyat sayesinde insan, dikey olarak bu üstün güçle ve yatay olarak da başka insanlarla ilişki kurarak hayata anlam katabilmektedir. Tanrıci olmayan yaklaşımın en temel özelliği ise maneviyatı üstün bir güce dayandırmamaktır. Böylece maneviyatın dikey değil yalnızca yatay boyutundan söz edilebilir. Maneviyatın ne olduğuna ilişkin tanımlar öbeği, dört temel konuda toplanabilir.

İlki, maneviyatı, dinle özdeşirmenin mantıksal bir sonucu olarak maneviyat; dinsel inanç ve değerler sistemi olarak görülür. İlkinin tam tersi olarak ikinci yaklaşımda maneviyat; dinsel gönderisi olmayan değer ve inançlar sistemidir. Üçüncü olarak maneviyat; metafiziksel içerikli ya da üstünlük fenomeni olmasıdır. Dördüncü ve son yaklaşım ise seküler yaklaşımın öne çıktığı tanımdır. Buna göre maneviyat; hayatın anlamı ve amacını hem kendisi hem de diğer insanlarla ilişkili olarak kurgulanan sistemdir. Böylece maneviyat, bireyin hem kendisi hem de diğer insanlarla bir bütünleşme kurması; bu çerçevede bencillikten uzaklaşması, başkalarına yardım etmesi ve mutluluğa öncelik vermesidir (Yılmaz, 2011: 62).

Ölüm, anlamsızlık ve özgürlük gibi insanın nihai sorularının dinler tarafından cevaplandırıldığını ve dini inancı olmayan bir kültürün günümüze kadar görülmediğini belirten Yalom, bu olguyu beşeri açıdan yorumlamaktadır. Ona göre bu olgu yüce bir varlığın veya dinlerin bir hakikat olduğunu kanıtlamaktan çok, insanlığın başlangıçtan beri nihai kaygılara sahip olduğunu ve din de içinde olmak üzere elindeki araçlarla bu kaygıları çözümlemeye çalıştığını göstermektedir (Yalom, 2017a: 32-33). Bununla birlikte o, din ile psikoterapinin insanlık için ortak bir noktayı paylaştıklarına da dikkat çekmektedir. İngilizcede din anlamına gelen religion'un, bağlanmak anlamına gelen re-ligare'den türediğini; bu terimin Romalılarda aileye, devlete ve atalara bağlılık duymak anlamında kullanıldığını söyler. Buna göre din ile psikoterapinin ortak noktası, kişiyi kendisiyle, çevresiyle ve dünyayla bağlantı kurması olduğunu ifade etmektedir. Din ile maneviyat/psikoterapi arasındaki bu bağlantı; her biri karanlıkta yol alan gemilerden her birinin diğerinin ışığını görmesi örneğiyle açıklamak mümkündür (Yalom, 2017a: 48-50). Yine de Yalom, din ile psikoterapiyi aynı atalara ve endişelere sahip kuzenler olduğunu, insanın doğasında bulunan umutsuzluğa çare bulmak gibi bir görevi yerine getirmede farklı yöntemler kullandıklarını ifade eder. Buna göre her ikisi de, hayata anlam bulma ve içe bakış, kendini ve başkalarını affetme gibi insanlığın psikolojik sıkıntılarına ilgi göstermektedir (Yalom, 2017a: 9).

Maneviyat kavramının dinsel anlayışla sınırlandırılmaması, manevi danışmanlığın dinsel danışmanlıktan bağımsızlığını kazanmasını sağlayan en önemli ayrım noktasıdır. Her ne kadar ilk dönemlerde manevi olan ile dini olan danışmanlık ve rehberlik birbirinin aynısı olarak değerlendirilmişse de, dindar olmamakla birlikte maneviyata önem veren danışanların ortaya çıkması dini olan ile manevi olan

danışmanlığın birbirinden ayrılması gerektiği zamanla ortaya çıkmıştır (Kılınçer, 2017: 26, 27). Dinî danışmanlıkta, danışan dindar ve danışılan konular esasen dinle ilgili sorunlardır. Oysa günümüzde kendini bir dinle sınırlandırmayan insanların sayısının giderek artması ve bu insanların insanın nihai amacı ve hayatın anlamı gibi meseleleri sorun etmeleri, dinsel danışmanlığın ötesinde bir danışmanlık türü olarak manevi danışmanlığı gerektirmektedir (Ok, 2017: 36, 37).

Manevi danışmanlık, dinsel danışmanlık kavramı ile tam olarak örtüşmez. Bu ikincisi, din ile davranış bilimlerinin, psikolojik danışmanlık çerçevesinde ele alınmasından doğan ancak bir disiplindir (Ok, 2008: 556). MDR, bir dinin veya manevi akımlara yönelik tebliğ yöntemi değildir. Ayrıca bu tür danışmanlık, danışanlara psikolojik bir teşhis koyamaz ya da terapi yapamaz. Bununla birlikte bu danışmanlığı yürütenler, sözelimi psikologlar ve diğer sağlık personeliyle birlikte danışanın psikolojik sıkıntılardan kurtulmasına destek vermelidirler (Kılınçer, 2017: 36-38).

Manevi psikolojik danışmanlığın ne olduğuna dair çok sayıda açıklama ve tanımlama bulunmaktadır. Sözelimi Schlauch'a göre manevi psikolojik danışmanlık; dinsel kavrayışlar aracılığıyla psiko-sosyo-teolojik ve etik çerçevede beden, zihin ve ruh üçgeninde bir insana verilen yardım aktiviteleridir. Lartey'e göre ise manevi psikolojik danışmanlık; bireyin hayatında aşkın bir boyut olduğunu kabul eden uzmanların, danışanların stres ve kaygıyla başa çıkabilmeleri için tüm yardım aktivitelerini kullanarak yaptıkları özel bir danışmanlık türüdür. Bu yaklaşımlardan da anlaşılacağı gibi MDR, yalnızca dinsel bakış açısına sıkıştırılamayacak kadar daha geniş bir yaklaşıma sahiptir. Buna göre manevi danışmanlık, bir yandan dinin insan hayatında son derece önemli bir yere sahip olduğunun farkındadır, diğer yandan da psikoloji biliminin verilerini de çalışmalarında kullanmaktadır (Çelimli, 2010: 110).

Manevi danışmanlığın ne olduğunun ortaya konması için öncelikle psikolojik danışmanlığın ne olduğunun bilinmesi gereklidir. Psikolojik danışmanlık, psikoloji biliminin uygulamaya yönelik bir alt disiplindir ve bütün birikimini bu bilimden almaktadır. Buna göre psikolojik danışmanlığın amacı; sözel, duygusal veya başka tür iletişim biçimlerine dayanan teknikler sayesinde danışanın psikolojik sorunlarının çözümüne yardım etmek veya bu sorunları tedavi etmektir. Bu disiplin; psikoloji biliminin verileri yanında danışmanlık becerileri, kültürler hakkında engin bir bilgiye

ve deneyimi de içermektedir. Dini danışmanlık ise psikolojik danışmanlığın bir türü olarak görülebilir. Bunu ortaya çıkaran tek neden, danışılanın din adamı olması durumudur. Nitekim insanın neden var olduğu, varlığının bir amacının olup-olmadığı şeklinde kendini gösteren ve literatürde varoluşsal sorun olarak adlandırılan nihai konular, din dışı bir içerikle bile gerçekleşmiş olsa, danışılanın din alması sebebiyle dini danışmanlık sınırlarında olduğu söylenmektedir (Ok, 2017: 35-37).

Sekülerleşmenin artmasına bağlı olarak din-dışı manevi arayışlara ilginin arttığı yapılan araştırmalarla ortaya çıkmaktadır. Freud'u izleyerek dine yönelik olumsuz yaklaşım gittikçe azalmakta, buna karşın din ve/veya maneviyatla uyum sağlayan danışma ve rehberlik anlayışları hızla artmaktadır (Çelikel, 2013: 64). MDR, psikoloji biliminin sınırları içinde kalmakla seküler danışmanlıkla temelde benzerlik gösterir. Psikolojik danışmanlığın amacı; hayatının zorlu dönemlerini yaşayan danışanları teselli etmek, onlara ümit ve cesaret vermek gibi duygusal yardımlarda bulunmaktır. Bu genel çerçeve içinde kalmak üzere MDR, gerek dinden gerekse hayattan kaynaklanan birtakım psikolojik sorunları yine dinin kendi içinden veya manevi dünyadan alınan verileri kullanabilmektedir. Danışmanlık sürecinde dinsel kahramanlar ve öyküler ile dinsel motif ve sembollerden yararlanılabilir. Bundan dolayı MDR'de, danışanın inandığı dinin temel inanç ve davranış kurallarının bilinmesi gerekmektedir (Şahin, 2018: 38).

Maneviyat ve dinsel inanç ile geleneklerin, insanların sigara ve alkol içme, uyuşturucu kullanımı ve riskli cinsel ilişkilerden kaçınma şeklinde seksüel davranışlardan uzak durma gibi sağlıklı davranışları benimsemesine katkı sağladığı söylenilebilir (Yılmaz, 2011: 65). MDR, geçirdiği evrelerden sonra daha derli-toplu bir tanımlama kazanmıştır. Hastalık, ölüm, yas, kaza gibi psikolojik bakımdan hassas süreçler geçiren ve ev, hastane, cezaevi ve huzurevi gibi belirli mekanlarda yaşayan insanlara, içinden geçmekte oldukları süreçlere eşlik edilmesidir. Öte yandan manevi danışmanlığın, sadece krizlerde değil, insanın mutlu ve sevinçli anlarına da eşlik edebileceği de söylenilebilir. Zira mutlu ve huzurlu zamanlarında maneviyatla hemhal olan bir kişinin, kötü anlar yaşadığı süreçlerde de maneviyata sığınması daha mümkün olur (Şahin, 2018: 25, 26).

1.2. MDR’NİN ÖNEMİ VE GEREKLİLİĞİ

MDR’nin ortaya çıkmasını sağlayan en önemli etkenlerden biri, dini ve maneviyatı dışlayan seküler nitelikli danışmanlık türlerinin yetersizliği olduğu söylenilebilir. Klasik psikoloji yaklaşımları ve psikiyatri, hem teorik tanı anlayışlarında hem de araştırma ve uygulamalarında, dini ve manevi yaklaşımlara gereken ilgiyi göstermemişlerdir. Nitekim seküler içerikli danışmanlıklar, gerek patolojik gibi ileri vakalarda gerekse sıkıntı, yas gibi psikolojik sıkıntılarda danışanlarına yeterince etkili danışmanlık yapamadıkları ifade edilebili. Bu yetersizliğin bir kısmı, seküler danışmanların dini ve manevi konularda yeterince bilgi sahibi olmamaları ya da bu bilgilerini danışmanlıkta iyi bir biçimde kullanamamalarıdır. Bu nedenle sözü edilen danışmanlar, maneviyatı veya dini önemseyen, varoluşsal ve ruhsal sıkıntıları bulunan danışanlarına yeterince rehberlik yapamamışlardır (Ok, 2008: 555). Nitekim Amerikan Psikiyatri Birliği, 1994 yılında “dinsel ya da manevi sorun” meselesini gündemine almış; değer karmaşası ve kimlik sorunu yaşayan insanlara yardım etmede inanca dair bilgi birikimine ihtiyaç duyulduğunu ifade etmiştir.

Seküler psikolojinin ve danışmanlığın kimi konularda yetersiz kalması, psikolojinin ve psikoterapinin artan bir oranda insanın dini ve maneviyat anlayışını önemsemeyi getirmiştir. Bu nedenle günümüzde daha çok sayıda psikolog, psikolojik sorunların anlaşılması, teşhisi ve çözümünde dini ve manevi olanın etkisinin göz önüne alınması gerektiğini kabul etmektedir. Bunun bir yansıması olarak da din psikolojisi disiplini, maneviyat psikolojisi (pastoral psychology) adıyla yeni bir alan ortaya çıkmaya başlamıştır. Böylece psikolojik danışma ve rehberlik alanında edinilen birikim, dinî ve manevi açıdan da zenginleştirilerek danışanların psikolojik sorunlarının çözümüne yeni bir kapı aralanmıştır (Şirin, 2013: 22, 42-43).

Hastaların sağlık hizmeti alırken istedikleri uzmanları seçme haklarına bağlı olarak danışanların da danışma türlerini seçme haklarının bulunduğu söylenilebilir. Buna göre dini ve maneviyatı kendi hayatında yer veren bir danışanın, seküler içerikli danışmanlığa başvurmayıp manevi danışmanlık talep etmesi son derece normal bir durumdur. Dindar veya maneviyata önem veren danışanlar, seküler bir danışmanlığı kendi inanç ve manevi yaklaşımlarına ihanet etme, onları önemsememe anlamına

geleceği endişesi yaşayabilirler. Ayrıca seküler danışmanların kendilerini anlamayacakları endişesi de yaşayabilirler. Bir başka açıdan, seküler bir hayat anlayışı olan birinin başka bazı gerekçelerle manevi danışmanlığa yönelmesi de mümkündür (Ok, 2008: 554; Kılınçer, 2017: 33, 34).

Manevi ve dinsel içerikli danışmanlığın ortaya çıkmasının nedenlerinden biri de, dini veya muhafazakar çevrelerde dünyevi ve seküler bir sağlık uzmanına danışmanın hoş karşılanmaması veya onun önereceği çözümlerin din ve geleneğe aykırı olabileceği endişesidir. Benzer bir çözüm önerisi aynı dini veya manevi çevreden olan bir danışmandan gelmesi halinde ise danışan herhangi bir gerilime düşmeden bu rehberlikten yararlanabilecektir. Ayrıca MDR disiplini verilen eğitim sayesinde, bir yandan din adamları diğer yandan da manevi alanda söz sahibi olan kişilerin psikoloji, antropoloji, kültür bilimleri ve iletişim gibi çağdaş bilimler alanındaki yeterliliklerinin artması yönünde etkili olabilir. Bu düzey artışı, manevi bir biçimde danışmanlık talep edenlerin, psikolojik sıkıntılarının çözülmesine de olumlu biçimde yansıyacaktır (Kılınçer, 2017: 33-34).

Belli bir dinsel inanca veya manevi yaklaşıma kendini bağlı hissetmeyen seküler psikolojik danışmanların, manevi alandaki rehberliklerindeki çekingenlik de manevi danışmanlığın ortaya çıkmasının sebepleri arasında sayılabilir. Zira seküler danışman, danışanın inanç ve değerlerine saygı duymak ve onu incitmemek adına gereğinden fazla hassas davranabilir ve böylece danışanın hurafeler gibi yanlış varsayımlarının önünü kesmek hususunda etkili bir çözüm sunamayabilir. Sözelimi onlar, bu tür inançlara dokunmakla kişinin bütün bir inancının yıkılacağı ve dolayısıyla daha derin psikolojik travmalara sebep olacaklarını düşünebilirler. Bu açıklama bağlamında anlaşılmaktadır ki manevi danışmanlar, danışanın psikolojik konumunu daha net biçimde kavrayabilmekte ve din ile manevi değerleri iyi tanıdıklarından dolayı gerekli danışmanlığı daha kesin bir biçimde gerçekleştirebilirler (Ok, 2017: 42-43).

Jung'un bilimsel birikimine dair şu açıklamaları, çağımızda MDR'ye duyulan gereksinimi temellendirebilir. Jung, son otuz yıl süresinde bakımını üstlendiği hastalarının büyük çoğunluğu Protestan, daha azı Yahudi, yalnızca altı-yedinin Katolik inancına sahip olduğunu belirtmektedir. Ayrıca o, otuz beş yaş üzerindeki hiçbir hastasının, psikolojik sorunlarını çözüme kavuşturmak için dinsel veya maneviyata

dair eğilimlerinin olmadığını, zaten dine, geleneklerine ve maneviyata dair ilgilerini kaybetmiş olduklarını ifade eder. Jung ise dinsel, geleneksel ve manevi değerleri gözetken bir danışmanlıkla onların her birinin iyileşme sürecini sağladığını itiraf eder. Nitekim Jung’a göre dindarlık ve manevi değerleri önemsemek, Freud’un iddia ettiğinin aksine insanda nevrotik bir semptom değildir. Hatta tam tersine dinsel ve manevi değerler, travmalardan kurtulmanın ve psikolojik sağlığa kavuşmanın bir aracı ve yöntemidir (Şirin, 2013: 40).

1.3. MDR’NİN AMAÇLARI

MDR’nin amacı; ölüm, yas, gibi psikolojik açıdan kriz yaşayan insanlara acı ve ıstıraplarında eşlik etmek ve acılarını hafifletmektir (Şahin, 2016: 62, 63). Nitekim Jung, sağlıklı ve huzurlu bir toplum olmanın, bireyin sağlıklı ve huzurlu olmasına dayandığını şu ifadesiyle dikkat çekmektedir: “Bireyin tutumundaki bir değişiklik ulusların ruhunda bir yenilenmeye neden olabilir.” (Jaffe, 1966: 110) Böylelikle MDR’nin temel hedefi, maneviyata değer veren kişinin birtakım psikolojik sıkıntılarının bu tür değerlerle çözülmesidir. Bir başka deyişle manevi danışmanlık, insanı tutsak eden yas, günah, hastalık gibi psikolojik travmalardan serbest kılmayı ve benliğin yeniden kurmayı amaçlar. Böylece danışanın kendine duyduğu saygı yeniden kurulur ve hayatına sağlıklı bir biçimde devam edebilir (Şahin, 2016: 63).

Bir başka açıdan manevi danışmanlık, hayatın getirdiği zorluklarla uygun bir biçimde baş etmesi ve kişisel potansiyellerini açığa çıkarması için insanlara yardımcı olmayı amaçlayan ve bunun için de manevi değerleri bir araç olarak kullanan danışmanlıktır. Böylece manevi danışmanlık; insanın sorunlarının sorumluluğunu taşıyabilecek, kişisel imkanlarını hayata geçirebilecek, kendisi ve çevresiyle uyumlu ilişkiler kurabilecek bir karakter yapısını yeniden inşa etmeyi amaçlar. Bu amaçları gerçekleştirmek adına manevi danışmanlık, bireyi toplumdan yalıtarak değil, onun toplumla birlikte ancak birey olduğunu göz önünde bulundurur. Bir başka deyişle danışmana yalnızca psikolojik değerlendirmeye tabi tutmakla yetinmez. Danışmanın psikolojik sıkıntılarının kurtulması için bir yandan onu hayatın karşısına çıkacak cesareti verirken diğer yandan da onun topluma katılmasını sağlayacak çevre

ilişkilerini de yeniden yapılandırmasına yardımcı olabilir. Tüm bunları gerçekleştirmek için de manevi danışmanlık, danışanın önem verdiği manevi ve dinsel değerleri danışmanlığın aracı ve teknikleri olarak kullanır. Böylece danışan, kendine duyduğu saygıyı yeniden kazanarak kişilik gelişiminde edindiği değişiklikler sayesinde olgunlaşma yolunda ilerlemesini sürdürebilir (Şahin, 2016: 64-65; Şahin, 2018: 34, 35).

Manevi danışmanlığın amacı, manevi ve dinsel yaşantısını düzeltmek için danışana nasihat etmek değil, onun karşılaştığı psikolojik sorunları manevi ve dinsel öğretiler eşliğinde çözümlemesine ve hayatına ilişkin doğru kararlar almasına yardımcı olabilmektedir. Manevi danışmanlık, danışanın psikolojisini ve ruhuna hitap ederek onun uyumluluğa ve mutluluğa ulaşmasını gaye edinir. Manevi danışmanlığın eğitsel bir amacı da bulunur. Buna göre danışman, danışanda bir tutum ve davranış değişikliği sağlayarak hayata yeni bir bakış ve tutum geliştirmeyi amaçlar (Coşkunsever, 2018: 187, 193).

MDR'nin amacı kısa, orta ve uzun olmak üzere üç dönem çerçevesinde değerlendirilebilir. Kısa vadeli amaç; danışmanlığın uygun bir biçimde başlatılması ve sürdürülmesiyle başlar. Bu dönemde danışanın psikolojik açıdan rahat ettirilerek semptomların kaybolması, danışanın kendini ifade edebilmesinin sağlanarak kendisinde yeni bir içgörü geliştirmenin kazandırılması gerekir.

Orta vadedeki amaç ise danışanın yeni davranışlar kazanmasıdır. Psikolojide yerine koyma adıyla bilinen savunma mekanizması harekete geçirilerek danışanın sorun doğuran dürtüler giderek dönüştürülür. Sebeplerin ortadan kalkması, çözüm sürecinin önünü açabilir. Bu noktada danışman, danışanın psikolojik sıkıntısının çözülmesi için onu sağlayacak yeni davranışları ortaya koyup bunların hayata geçirilmesi için danışanı cesaretlendirebilir. Uzun dönemli amaç ise danışanın hayatında kendi olmaklığını kazanması, değer ve hedeflerini yeniden oluşturması, yaşamın güçlükleri karşısında psikolojik yeterliliğini yeniden elde etmesi ve sevinç içinde yaşamını sürdürebilmesidir (Coşkunsever, 2018: 192-194, 209).

1.4. MDR’NİN TÜRLERİ

MDR disiplini, oldukça yeni bir psikolojik danışmanlık türü olup onun sınırları ve uygulama alanlarına ilişkin çok farklı yaklaşım biçimi bulunmaktadır. Henüz kuruluş sürecini yaşayan bir disiplinde farklı kuramların, uygulama önerilerinin olması son derece olağandır. Çalışmanın bu noktasında MDR’nin hangi yöntemlere ve uygulamalara sahip olması gerektiğine ilişkin tartışmalar, sistematik ve özlü bir biçimde alt başlıklar biçiminde tasvir edilecektir.

1.4.1. Tarihsel Gelişim Açısından Danışmanlığın Türleri

Çağdaş MDR anlayışları, temelde iki kuram arasındaki çatışma bağlamında şekillenmektedir. Bu iki kuramdan biri teolojik manevi danışmanlık ve diğeri de psikolojik manevi danışmanlık kuramıdır. İlki danışmanlığı daha çok bir tebliğ hareketi olarak görürken ikincisi ise daha çok terapötik veya eğitici yönü öne çıkarır. Teolojik manevi danışmanlık, tündengelim yöntemini kullanarak teolojiden hareketle danışmanlığı şekillendirir. Buna karşın psikolojik manevi danışmanlık, her ne kadar psikoloji biliminin ilkelerini kullansa da tümevarım yöntemini tercih eder. Böylece bu tür danışmanlık, sahadan gelen verileri daha çok önemser ve danışmanlığı bu verilere göre ayarlar. Temelleri on dokuzuncu yüzyılda atılmış olan bu iki manevi danışmanlık anlayışı, halen günümüzdeki yaklaşımları etkilemektedir. Bununla birlikte ilki 1965’lere kadar daha etkili iken ikincisi 1965’lerden günümüze değin daha etkili gözükmemektedir (Şahin, 2016: 57-58).

Teolojik manevi danışmanlık ya da pastoral psikoloji, danışanların sorunlarını belli bir din bakış açısından hareketle çözüme kavuşturmayı amaçlar. Bu nedenle pastoral psikolojiyi, kutsal din adamı sözgelimi rahibin bakış açısından psikoloji olarak tanımlamak da mümkündür. Burada psikoloji yalnızca bir araçtır. Amaç ise danışanın, dinin de temsilcisi olan danışman aracılığıyla psikolojik sorunlarının din ve manevi değerler aracılığıyla çözümlenmesidir. Bu yaklaşıma göre manevi danışmanlık, esasen İncil’in bir din adamı eliyle sözlü iletişime geçirilmesinden ibarettir. Böylece dinsel iletişimin yöntemleri olan ayin, vaaz, günah çıkarma gibi ritüeller manevi danışmanlığın da araçları olarak kabul edilir (Şahin, 2016: 50-51, 58).

Psikolojik manevi danışmanlık kuramı ise bin dokuz yüzlü yılların hemen başlarında pratik teolojiye karşı bir reaksiyon olarak kendini göstermeye başlar. Bu yaklaşım emekleme sürecinde, insanların psikolojik yapısını tanımak öncelikli hale gelir. Zira salt dinsel açıklamalar, danışanların psikolojik sıkıntılarının üstesinden gelme hususunda yeterince başarılı sonuçlar elde edememektedir. Bu durumda psikolojik manevi danışmanlık kuramının, teolojik manevi danışmanlık kuramına bir tepki olarak doğduğu söylenilebilir. Bu kuramda pratik teorinin ve psikoloji, İncil gibi dini metinlerin önüne geçer. Bu yaklaşım aynı zamanda danışmanın, kendi disiplinine özgü bir öğretim alması gerekliliğini de ortaya çıkarır (Şahin, 2016: 58-59).

Bununla birlikte psikolojik manevi danışmanlık kuramı, birtakım uygulamalarını teolojik manevi danışmanlık kuramından devşirmektedir. Nitekim teolojik yaklaşımın günah çıkartma yöntemi, psikolojik yaklaşımda yerini danışman ile danışan arasındaki görüşme olarak alınmıştır. Böylece psikolojik manevi danışmanlık, dinsel ve manevi değerler aracılığıyla insanların psikolojik sorunlarına yardım etmeyi amaçlayan bir rehberlik disiplini olarak kendini kurmaya başlamıştır. Bu disiplin, psikoterapi yöntemlerinden biridir ve bu nedenle kendine özgü bir yöntemi bulunmaz. O, ancak diğer psikoterapi türlerinden psikolojik sorunları maneviyat bağlamında yorumlama hususunda farklılık gösterir. Bu nokta ayrıca onun, seküler psikoterapi türleriyle olan ayrılığını da işaret etmektedir (Şahin, 2016: 59-60).

Stollberg'e göre bir manevi danışman; aynı zamanda hem teolog, hem antropolog hem de psikoloji biliminin verilerinden haberdar olan bir yöntem bilimci olmak zorundadır. Bu niteliklerin birinde bile oluşan eksiklik manevi danışmanlığı başarısızlığa uğratacaktır. Aynı zamanda danışman, teori kadar pratiğe yani deneyime de sahip olmalıdır. Aksi takdirde psikolojik danışmanlık, İncil dersi almamış birinin kilisede vaaz vermesi gibi bir yetersizliği ve başarısızlığı getireceği açıktır.

Psikolojik danışmanlığın dini kökenlere yüz çevirerek psikoloji, psikoterapi, psikanaliz gibi psikoloji bilimlerine yoğunlaşmasının danışmanlığı teoloji ve maneviyattan uzaklaştırdığı ve bunu bir sosyal hizmet danışmanlığına dönüştürdüğü şeklinde haklı eleştiriler yapılmıştır (Şahin, 2016: 60). Belki de tam da bu noktada, hem psikolojik danışmanlığın psikoloji bilimine ve teolojik danışmanlığın teoloji ve geleneğe vurgusunu bir arada kendi içinde eritecek danışmanlık türü olarak MDR'nin ortaya çıktığı söylenilebilir.

1.4.2. Uygulama Öznesi Açısından Danışmanlığın Türleri

MDR sürecini belirleyen üç temel başlangıç noktası bulunmaktadır. Bunlardan ilki, danışmanlığın temel öznesi olan danışan açısından yorumlanmasıdır. Buna göre danışan açısından danışma; bilgi talep etme, görüş alma, hüküm ve delil isteme şeklinde dört kategoride değerlendirilebilir. Bilgi talep etme; danışanın manevi konularda öğrenmek istedikleri şeyleri danışmana sorması ve ondan güvenilir doğru bilgiler almasıdır. Görüş İsteme; danışanın evlilik, bir işe girme gibi hayatının yönünü değiştirecek birtakım sorunları hakkında kararsızlığa düştüğünde danışmanın rehberlik hizmetinde bulunarak bir görüş bildirmesidir. Hüküm isteme ise danışanın, almak istediği bir kararın manevi açıdan anlamlı ya da doğru olup olmadığını danışmana sormasıdır. Bu durum karşısında danışman, psikolojik şartlarını da göz önüne alarak danışanın ruh sağlığına en uygun düşecek görüşü vermesi beklenir. Danışan açısından danışmanın son evresi ise delil istemedir. Buna göre danışan, danışmanın önerisine güvenmek istemekte ve bu önerinin geleneklere ve maneviyata uygun düştüğünün bilgi açısından temellendirilmesini talep etmektedir (Coşkunsever, 2018: 192-193).

MDR sürecinin ikinci temel noktası, danışmanlığın danışman açısından değerlendirilmesidir. Buna göre danışman ya bir kişiye ya bir gruba ya da tüm bir topluma rehberlik yapabilir. Kişiye yönelik danışmanlıkta, danışanın kişisel problemleri ele alınırken gruba yönelik danışmanlıkta, ortak problemleri olan bir gruba, eğitsel ve psikoterapik amaçlı bir hedef doğrultusunda danışmanlık yapılmaktadır. Topluma danışmanlık ise manevi meselelerde uzman olan danışmanların, tutum ve davranışlarıyla topluma olumlu rol model olmalarıdır. Öte yandan bunlar örnek kişilikleriyle madde bağımlılığı, batıl inançlar gibi dinsel, manevi ve seküler içerikli psikolojik sorunların çözümünde kamusal etkinlikler düzenler ve topluma yönelik rehberlik yaparlar (Coşkunsever, 2018: 193-194, 209).

1.4.3. Fonksiyonel Açıdan Danışmanlığın Türleri

MDR, fonksiyonellik açısından iyileştirme, destekleme, yönlendirme, uzlaştırma ve geliştirme gibi türlere sahiptir. Danışmanlığın iyileştirme fonksiyonu, danışanların kaygı, yas ve depresyon gibi psikolojik sorunlarının maneviyat

aracılığıyla bir çözüme kavuşturulmasıdır. Bu çerçevede danışanın bazen yeni davranışlar kazandırılarak davranış bozukluklarının düzeltilmesi, hayatındaki uyumsuzlukların ve kötü alışkanlıkların giderilmesi gibi iyileştirici rehberlik sağlanır. Danışmanlığın destekleme fonksiyonu, hayatın güçlükleriyle başa çıkmakta zorlandığı durumlarda danışanın endişe etmekten veya çaresizlik ve bıkkınlık yaşamaktan kurtarmak için manevi yönden destek vermektir. Destekleyici danışmanlık ve rehberlik, bireye sağladığı manevi destekle danışanın kendi potansiyelinin farkına vardırmak ve onu motive ederek kararlılığını arttırmayı sağlamaktadır.

Danışmanlığın yönlendirme fonksiyonu; işe girme, evlilik kararı alma gibi hayatının dönüm noktası olacak hususlarda danışanın bireysel farklılıklarını da dikkate alarak onları yönlendirmeyi amaçlayan danışmanlık etkinliğidir. Bir başka deyişle danışmanlığın yönlendiricilik fonksiyonu, danışmanın danışanını kişisel özellikleri çerçevesinde planlanan bir hedefe doğru sevk etmesidir. Bu yönlendiricilikte danışana en uygun olan hedef seçilir ve daha sonra bu hedefe nasıl ulaşılacağı belirlenir. Danışmanlığın uzlaştırma fonksiyonu dostlar, akrabalar, eşler arasında çıkan anlaşmazlıkları danışmanın manevi değerler aracılığıyla danışanı taraflar arasında uzlaştırmayı bulmasına yardımcı olmasıdır. Bu çerçevede danışman, danışanın diğerlerini sözelimi affetmeye ve bağışlamaya ikna edebilir. Danışmanlığın geliştirme fonksiyonu ise danışmanın, danışanın kendini gerçekleştirme suretiyle potansiyellerini geliştirme imkanı sağlayan motivasyonu sağlamasıdır (Coşkunsever, 2018: 193-194, 208-209).

1.4.4. Uygulama Alanları Açısından Danışmanlığın Türleri

MDR; hastanelerde hastaların iyileşmelerine imkan veren moral motivasyonu oluşturmak, cezaevlerinde hükümlü veya tutukluların manevi açıdan desteklenmelerine katkı sağlamak, yuva ve yetiştirme yurdunda yaşayan çocuk ve gençlerin kişiliklerini oluşturmalarına, yaşama ümitle tutunmalarına maneviyat aracılığıyla yardımcı olmak, huzurevlerinde hastalıklarla uğraşan, eş ve dost kayıpları ile kedere kapılan ve ölüme yaklaştığı endişesi taşıyan yaşlı danışanlara maneviyatla moral destek vermek gibi uygulama alanlarına sahiptir.

Hastalığa yakalanan kişinin, hayatını yeniden değerlendirecek ve varoluşunu gözden geçirecek hem bir bilinç durumuna erişebilir hem de bunları düşünecek zamanı olabilir. Bu durumda hasta, hastalığa neden yakalandığını kendine sorar, Tanrı'yı gücendirmek için ne yapmış olabileceğini tartabilir, ölürse eğer öldükten sonra kendisine ne olacağını, geriye bıraktığı ailesinin nasıl yaşamını sürdüreceği endişesine kapılabilir. Öte yandan bazı hastalar, hastalıklarından dolayı şiddetli ağrılar ve acılar çekiyor olabilir. Bütün bu durumlarda manevi danışmanlık, manevi değerleri önemseyen hastalara, hastalıklarının acıların ve hayata veya varoluşlarına dair sıkıntıların üstesinden gelme ve onları iyileştirme süreçlerinde maneviyata dayanan rehberlik sunar (Daştan, 2010: 74-75).

Cezaevlerinde tutuklu veya mahkum olarak bulunan insanların tamamı suç işleyen insanlar olmayabilir. Öte yandan hukuk tarafından verilen cezaları hak etmiş mahkumların da bulunduğu inkâr edilemez. Bu gerçeklik göz önüne alınacak olduğunda manevi danışmanlığın, tutuklu veya mahkumlara yönelik maneviyat içerikli rehberliğin kişilerin durumlarına özgü olarak farklılaşacağı açıktır. Gerçek suçluları suç işlemeye yönelten psikolojik sorunların ve kişilik bozukluklarının tespit edilmesi, danışmanlığın ilk adımı olmalıdır. Maneviyat danışmanlığı mahkumların işledikleri suçları neden işlediğini incelemekle yetinmemeli, ayrıca manevi değerler aracılığıyla onları bu suçlardan pişmanlık duymalarını ve topluma uyumlu bir kişilik yapısına sahip olmalarını sağlayarak cezaevinden sonra topluma tutunmalarına katkı sağlayacak motivasyonu vermelidir (Özdemir, 2017: 241-243).

Cezaevlerinde yürütülen manevi danışmanın, tutuklu ve hükümlülerle duygusal ve yakın bir ilişki kurarak psikolojik sorunlarıyla baş etmelerinde onları güçlendirecek bakış açıları sunmalı ve yeni davranış alışkanlıkları kazandırma hususunda onları teşvik etmelidirler. Öte yandan manevi danışmanlar, kendi disiplinlerinin dışına taşan ağır travmatik durumların farkına vardığında bu sorunları sosyal çalışmacı ve psikologlara aktarmak suretiyle danışana rehberlik yapmalıdır (Kesgin, B. ve Erdem M., 2018: 78).

MDR'nin uygulama alanlarından biri de sosyal hizmet kurumlarıdır. Sosyal hizmetler, toplumda olumsuz etkilere maruz kalmış, dezavantajlı birey ve gruplara yönelik çalışmalar yapar. Sözgelimi korunmaya muhtaç olan çocuklar, ihtiyaç sahipleri, engelliler gibi bakıma muhtaç olanlar sosyal hizmetlerin çalışma alanına

girerler. Sosyal hizmetler, sözü edilen kişilerin topluma uyum sağlamaları, huzurlu ve düzenli yaşayabilmeleri için gerekli olan hizmetlerin tümünü sağlayan etkinliklerdir. MDR, sosyal hizmete konu alan danışanlarına maneviyat içerikli görüşmeler yoluyla onların hayata tutunmalarını motive eden etkinlikler sunar (Coşkunsever, 2018: 236).

Sosyal hizmetler, toplumda dezavantajlı olan kişilerin, hem maddi hem de manevi açıdan ihtiyaçlarını karşılamayı, acılarını gidermeyi, yaralarını sarmayı amaçlayan ve böylelikle bu kişilerin huzurlu ve mutlu bireyler olarak toplumu kazandırmak isteyen etkinlikleri hedefler. Bu etkinlikler sürecinde manevi değerlerin bir araç olarak kullanılmasıyla manevi danışmanlıkta, danışanların kendileri ve toplumla barışmasını sağlamak, yaşadığı maddi ve manevi problemlerle başa çıkma becerisinin kazandırılması amaçlanır (Şahin, 2018: 194).

1.4.5. Hedef Kitlesi Açısından Danışmanlığın Türleri

MDR'nin hedef kitlesi; çocuk, yetişkin ve yaşlı olmak üzere yaş, kadın ve erkek olmak üzere cinsiyet, evlilik yapma göre toplumsal ilişkilere katkı sunma gibi durumlara göre türlere ayrılır. Yaşa göre manevi danışmanlığın ilk aşaması, çocukluk dönemidir. Bu dönemde çocuk, çevreye karşı savunmasızdır ve başkalarının korunmasına muhtaçtır. Önceleri çocukların, masum bir dünyalarının olduğu ve psikolojik olarak etki altında kalmadıkları sanılırdı. Oysa bilimin ilerlemesiyle birlikte çocukların, çocukça bir dünyalarının olmadığı ortaya çıkmıştır. Bu değişme çocuklara özgü psikolojik sorunları ele alan bir branşın ortaya çıkmasına yol açmıştır. Benzer bir yaklaşım, manevi danışmanlık için de geçerlidir. Öte yandan gelişim psikolojisinin bir sonucu olarak çocuklara ilişkin pedagoji konusunda da bir bilinç gerekmektedir. Bu nokta göz önüne alındığında manevi danışmanlık, çocukların bilgiyi kavrama düzeyleri dikkate alarak onların psikolojik sıkıntılarının manevi değerler aracılığıyla sağaltılmasını amaçlar. Manevi danışmanlık, çocukların güven duygusunu pekiştirerek onların kaygı, hastalık ve sosyal problemlerini manevi danışmanlığın rehberliğinde çözümlemeye çalışır (Şahin, 2018: 329-330).

Yaşa göre manevi danışmanlığın ikinci aşaması, ergen ve genç (13-18 yaş) manevi danışmanlığıdır. Ergenlik, çocukluk ile yetişkinlik arasındaki hassas bir dönemdir. Bu dönemin başat özellikleri, kimlik gelişiminin belirginleşmeye ve ergenin

birey olmaya başlamasıdır. Bu dönemde ergen kendine özgüven duymakta, geleceğine dair kararlar almakta ve bu kararlarını başarıyla uygulamaya geçirmek ister. Tam da bu noktada bazen kendisiyle, ama daha çok toplum kurallarıyla bir çatışmaya girer ve kimi zaman bu çatışmalar oldukça derin ve yaralayıcı olabilir. Gençler üzerine çalışan manevi danışmanlık, bir yandan ergenlik ve gençlik döneminin kendine özgü durumlarını teorik düzeyde bilmeli bir yandan da danışanın özel psikolojik sıkıntılarının farkında olmalıdır. Zira danışmanlık sürecinde ergen gencin, henüz kökleşmemiş özgüvenini sarsılmamalıdır. Bu hassas dengede manevi danışmanlık, manevi değerler bağlamında ergenin sıkıntılarını gidermeye katkı sağlayacak önerileri manevi değerler çerçevesinde yapabilir (Şahin, 2018: 342).

Yaşa göre manevi danışmanlığın üçüncü ve son aşaması, yaşlılık dönemindeki danışanlara yöneliktir. Bu dönemin en belirgin özelliği, insanın bedensel veya zihinsel etkinliklerinin azalmaya ve hastalıkların ise artmaya başlamasıdır. Bu durum genellikle yaşlı insanların hemen hepsinde yaşam duydukları enerji ve cesaretlerinin azalmasına ve kaygının doğmasına yol açar. Bu dönemde yaşlı insanlar sık sık ölüm kaygısına düşerler ya da sevdiklerinin ölümü karşısında yas tutarlar. Manevi danışmanlık, yaşlıların yaşam enerjilerini harekete geçirecek, fizyolojik ve psikolojik sıkıntılarının üstesinden gelecek bir rehberlik yapmalı hayatlarının geriye kalan döneminde de kendilerine ve çevrelerine yarar sağlayacak işler ve ilişkilerle geçirmelerini sağlayacak bir motivasyon vermelidir (Şahin, 2018: 344).

Manevi danışmanlık, cinsiyet faktörüne bağlı olarak da farklılık gösterir. Erkek ile kadının psikolojileri bir ölçüde farklıdır. Sözelimi erkekler, hayata daha rasyonel bakmakta, kararlarını daha çok düşünsel kesinlik ve netliğe göre vermekte, buna bağlı olarak duygulara daha az önem göstermektedir. Ayrıca psikoloji bilimi, erkeklerin de en az kadınlar kadar duygusal olduklarını, ancak onların hayatlarını düzenlemede duygudan çok aklın sesini dinlediklerini ifade etmektedir. Bu olgunun psikolojik gerekçelerden daha çok kültürel gerekçelerden kaynaklandığı söylenilebilir. Zira çocukluklarından itibaren erkekler üzüntü ve acı çekmek, ağlamak, şefkat göstermek gibi duyguların kadınlara yakıştığını, erkeklerin böyle duygular hissetmemeleri gerektiği, bu tür duygulara kapılsalar bile bunları belli ve açık etmenin erkeklığe yakışmadığı şeklinde öğretilerle yetiştirilmiştir. Manevi danışmanlık, bu bilimsel olguyu göz önünde bulundurmak zorundadır. Bu nedenle erkeğe yönelik manevi

rehberlikte, sözgelimi akla dayalı açıklamalar geliştirmeli, duygusal yaklaşımlar daha az yapılmalı ve tüm öneriler, kısa ve açık cümlelerle dile getirilmelidir (şahin, 2018: 351).

MDR'nin bir diğerk hedef kitlesi, evlilik kurma gibi bireyin toplumla kuracağı ilişki türleridir. Toplumun en temel birimi olan ailenin kurulmasında, birbirlerinden farklı karakter ve kültür çevrelerinden gelen iki cinsin evliliklerini uyumlu bir biçimde yürütmeleri, toplumsal huzurun olduğı kadar bireylerin psikolojik sağıklarını sürdürmeleri bakımından oldukça önemlidir. Günümüzde manevi danışmanlığın mesaisinin önemli bir kısmı, evlilikten doğan veya evlilikle ortaya çıkan psikolojik düzensizliklerin manevi değerler aracılığıyla çözüme kavuşturulmasına harcanmaktadır. Evlilikle ilgili problemlerin büyük birçoğı eşler arasındaki iletişimsizlikten kaynaklanmaktadır. Bu nedenle manevi danışmanlar, öncelikle eşler arasındaki bu ilişkinin yeniden tesis edilmesi, daha sonra da eşler arasındaki sorunların manevi rehberlikle ortaya çıkarılmasını ve bunların manevi-dini değerler eşliğinde bir çözüme kavuşturulmasını hedeflemişlerdir (şahin, 2018: 372, 373).

1.4.6. Kurumsal Açıdan Danışmanlığın Türleri

MDR, kurumsal açıdan hastanelerde, cezaevlerinde, orduda, emniyet teşkilatında, huzur evlerinde, yetiştirme yurtlarında, eğitim ve öğretim kurumlarında hizmet verir. Bunlardan bazıları diğerk başlıklar altında incelendiğinden burada sadece daha önce ele alınmayan MDR hizmetlerine yer verilecektir.

Okullar ve üniversiteleri, yalnızca öğretim kurumları olarak görmek onların etkinliklerini sınırlandırmak ve öğrencilerin bütünlüklü bir kişi olduklarını görmezlikten gelmek anlamına gelir. Bir başka deyişle, bu kurumlarda gerek öğrenci gerekse öğretici olarak bulunmak, birey olmanın parçalanması sonucunu getirmemelidir. Buna göre öğretim ve eğitim kurumları, içindeki insanlar için aynı zamanda bir yaşam alanıdır. Bireyler çocuk ve genç yaşlarındaysalar bu kurumlarda kişiliklerini geliştirmeye ve sağılamlaştırmaya başlamakta, başarı ve başarısızlığı ilk kez buralarda tatmakta ve hatta ilk duygusal ilişkileri buradaki çevreden edindikleri kişilerle yaşamaktadırlar. Bu durum aynı zamanda birtakım psikolojik sıkıntıların doğmasının da nedeni olur. Zira bireyler akademik başarısızlık sebebiyle

kaygılanabilmekte, arkadaşlık ilişkilerinde başarısızlığa uğrayıp özgüvenine saygıyı yitirebilmektedir. Bu ve benzeri psikolojik sıkıntılar ise öğretim ve eğitim kurumlarında manevi danışmanlığı bir ihtiyaç haline getirir. Sözü edilen kurumlarda manevi danışmanlık, çocukluktan gençliğe kadar yaş aralığına sahip olan öğrencilere, hayata ve varoluşa yönelik nihai soruları kadar yaşam durumlarına dair psikolojik sorunlarına manevi değerler açısından rehberlik etmesidir (Şahin, 2018: 416).

MDR, bir kurumsal yapı olarak emniyet teşkilatı mensuplarına da rehberlik hizmeti sunar. Toplumun huzurunu sağlamakla görevli olan polis gibi emniyet teşkilatı mensupları, hukuk açısından toplumun en sorunlu kesimleriyle uğraşmaktadırlar. Bu durum çoğu kez onların psikolojik düzenlerini etkilemektedir. Bundan dolayı emniyet teşkilatı bir kurum olarak mensuplarına, psikolojik ve manevi danışmanlığı hizmeti verilmesini önemsemektedir. Ne var ki psikolojik danışmanların hazırladığı raporların bir örneğinin teşkilata da sunulması, mesleki geleceklerini tehlikeye atması sonucu getirebileceğinden dolayı polislerin psikolojik danışmanlara başvurmadan alıkoymaktadır. Mesleki gelecek ile psikolojik rahatsızlık arasında sıkışan ve mesleğinin her anında psikolojik olarak negatif etkilere maruz kalan emniyet mensupları için MDR daha önemli bir ihtiyaç olarak kendini gösterir. Manevi danışmanlık, manevi değerler aracılığıyla emniyet mensuplarının içini dökmelerini sağlayıp onları rahatlatarak, onlara moral verip cesaretlendirerek bir rehberlik hizmeti sunabilir (Şahin, 2018: 421, 422).

MDR, bir kurumsal yapı olan orduya da rehberlik hizmeti sunar. Her ülkenin ordusu hiyerarşik bir yapılanma içindedir ve ülkeyi korumak adına en disiplinli ve acımasız kurallarla yönetilirler. Ölmeye ve öldürmeye her an hazırlıklı olmanın getirdiği psikolojik yükler gerçek bir savaşta travmalara yol açabilir. Yakın dönemlerde Ortadoğu savaşlarına katılan Batılı ülkelerin askerlerinin psikolojik travmaları, ordu içinde psikolojik ve manevi danışmanlığın ne denli gerekli olduğunu gözler önüne sermiştir. Ne var ki tıpkı emniyet teşkilatında olduğu gibi orduda da askerlerin psikolojik incelemeler sonucunda işlerinden olma endişeleri bulunmaktadır. Bu endişeye rağmen askerler arasında manevi danışmanlığa gittikçe artan bir ilgi de gözlenmektedir. Zira manevi danışmanlığın, psikolojik bir hastalık teşhisi koyma sorumluluğu ve yetkinliği olmaması askerlerin işten olma endişesini ortadan kaldırmaktadır. Böylece manevi danışmanlık askerlerin ordu hiyerarşisi içinde üstüne

boyun eğme gibi iletişim, savaşa katılma, insan öldürme gibi şiddet, ailesinden, eşinden ve çocuklarından uzak kalma gibi ilişki sorunlarının maneviyatla bir çözüme kavuşturulması rehberliği görevini yerine getirir (Şahin, 2018: 422).

1.5. MDR'NİN İLKELERİ

MDR'nin ilkeleri, biri evrensel ve diğeri yerel olmak üzere iki temel gruba ayırarak incelenebilir. Her ülkenin kendi koşullarına göre ortaya çıkacak ilkelere çalışmamızda değinilmeyecektir. Evrensel ilkelerin başında gelenleri ise gizlilik, ücret ilişkileri ve koruyucu psikolojik danışmanlık olarak ifade edilebilir.

Manevi danışmanlık, danışan ile danışman arasındaki bir diyalog ve eşlik etmedir. Bu diyalogda her ikisi birlikte düşünür, hisseder ve nihayetinde danışanın kendi yolunu bulmasında eşlik edilir. Manevi danışmanlıkta danışman yalnızca birtakım teklif ve önerilerde bulunur; bunları kabul etmek veya reddetmek danışanın tercihidir. Ayrıca danışmanlığın konularını ve sınırlarını belirlemek de danışanın hakkıdır. Her ne olursa olsun danışmanlık sürecindeki iletişim, mahremdir ve başka kişilere aktarılamazdır. Manevi danışmanlığın böylesi bir güven ortamı sağlanmadan sürdürülmesi zaten mümkün olmayacaktır (Şahin, 2016: 57; Şahin, 2018: 109).

Manevi danışmanlığın, ücretsiz olup olmaması gerektiği hususu açık değildir. Kimi araştırmacılar bu tür rehberliğin, danışana ücretsiz bir hizmet olması gerektiğini ileri sürmektedir. Buna göre danışmanlığın ücreti, sözgelimi Batı'da Kilise tarafından ödenmesi önerilir. Danışmanlığın ücretsiz olmasının esas amacı, bu hizmetin her insana açık olmasının sağlanmak istenmesidir (Şahin, 2018: 104).

Manevi danışmanlık, belki de koruyucu hekimlik gibi yürütülmelidir. Buna göre manevi danışmanlar, danışanlar kendilerini davet etmeden önce onları birtakım vesilelerle ziyarete gitmeli, psikolojik durumlarını kontrol etmelidir. Öte yandan onların bu ziyaretleri, sigorta veya pazarlama şirketlerinin müşteri ziyaretleri gibi bunaltıcı bir biçimde de olmamalıdır (Şahin, 2018: 105, 106).

1.6. MDR'NİN BAĞLAMI

MDR'nin kültürel, siyasi ve maneviyat kavrayışı gibi bağlamlarının bulunduğu söylenilebilir. Manevi danışmanlığın muhatabı belirli bir insandır. Bundan dolayı danışmanlığın belirli bir toplumu, kültürü, zamanı kısaca bir bağlamı bulunmaktadır. Danışmanlığın kültürel bağlamı; danışman ve danışanın bir toplumun üyesi olması hasebiyle ortak bir kültür dünyasını teneffüs ediyor ve paylaşıyor olmasıdır. Buna göre danışman ile danışanın ikili görüşmeleri, elbette bu kültür dünyasının kodlarıyla sınırlanmış veya en azından belirlenmiş olacaktır. Kimi kültürel kodların, danışmanlığın da sınırlarını daraltma tehlikesinin bulunduğu göz önüne alınmalıdır. Sözgelimi ayıplanma veya kınanma gerekçesi ile danışan, kendi sorunlarını açık bir biçimde danışmanına aktarmada güçlük yaşayabilir; kendini özgür ve rahat hissetmeyebilir (Şahin, 2018: 194).

Manevi danışmanlığın bir başka bağlamı, siyasi boyuttur. Danışmanlığın gerçekleştirildiği siyasi yapının, dinsel ve manevi değerlere gösterdiği yaklaşım, manevi danışmanlığın etkinliğini azaltabilir ya da arttırabilir. Sözgelimi ateizmi siyasal bir ilke olarak benimseyen bir devlet ile liberal ve insan haklarına olabildiğince açık bir devletin manevi danışmanlığa açacağı alanın aynı olacağı söylenemez (Şahin, 2018: 197).

Manevi danışmanlığın bir başka bağlamı ise dinsel ve manevi boyuttur. Manevi danışmanlığın gerçekleştirilmek istendiği dinsel ve manevi yaklaşımın, danışmanlığa ne ölçüde açık olduğu, danışmanlığın sınırlarını büyük ölçüde belirlemektedir. Sözgelimi Hristiyanlıkta papazların günah çıkartma ritüelleri, bir ölçüde danışmanlığın kökleşmesine dinsel ve geleneksel açıdan olumlu destek olmaktadır. Öte yandan İslam'da kötülüklerin üstünün örtülmesi, onlardan çok söz edilmemesi anlayışı belki de bu dinin mensupları arasında danışmanlığın ortaya çıkmasına ya da gelişmesini engelleyen bir tarih oluşturmaktadır. Nitekim tarihimizde ve geleneklerimizde manevi danışmanlığı yürüten kurumsallaşmış bir yapı ortaya çıkmamıştır. Bundan dolayı ülkemizde yapılması gerekli olan öncü işlerden biri de, manevi ve dini danışmanlığın ne olduğuna ilişkin sağlam teorilerin oluşturulması ve bunun insanlarımıza uygun bir biçimde anlatılmasıdır (Şahin, 2018: 199).

1.7. MDR’NİN TARİHSEL GELİŞİMİ

Kadim zamanlardan günümüze kadar bütün kültür ve medeniyetler, ruha özen göstermeyi öğütleyen yaklaşımlar geliştirmişler; bu konuda öğütlerle oluşan büyük bir literatür meydana getirmişlerdir. En eski dini yazıtlar olan Hindistan ve Çin merkezli kutsal metinlerde ruha özen göstermenin örnekleri, günümüz insanına hitap edecek kadar çağdaştır. Nitekim Buda’nın hayat hikayesi hükümdarlıktan vazgeçerek hayatın gayesini ruhunu arındırmak ve kurtarmak olarak gören bir anlayışa örneklik teşkil etmektedir. İnsanlığın kadim dönemlerinden yakın çağlara kadar ruhu önemseme, daha çok dinsel bir çerçevede ele alınmakta ve ruhbanlar aracılığıyla bir dini-manevi iletişim ve danışmanlık çerçevesinde gerçekleştirilmekteydi. Tıp ve psikolojinin bir bilim olarak gelişmesi insanlığın ruh meselesine bakışını büyük ölçüde değiştirmiş ve insanın ruhunu koruması anlayışı yeni bir çehre kazanmaya başlamıştır. Bu yeni dönemin en belirgin özelliği, insanın manevi yönünün dinler, teolojiler ve gelenekler değil psikoloji ve psikoterapinin verileri bağlamında değerlendirilmesi olmuştur (Şahin, 2016: 48).

Manevi danışmanlığın kökleri, antik çağdaki uygulamalara kadar gerilere götürülebilir. Bu dönemlerde şamanlar ve medyumlar gibi din insanlarının kutsal üstün güçlerle iletişime geçebildiklerine ve bu iletişimin bir sonucu olarak da insanların hem bedensel hem de ruhsal rahatsızlıklarını tedavi edebileceklerine inanılmaktaydı. Öte yandan kimi toplumlarda delilik gibi ağır ruhsal sorunların tanrısal bir gazap olduğuna inanılmakta ve bu nedenle de deliler, toplumun dışına itilmekteydi. Nitekim Batı toplumlarında on dokuzuncu yüzyıla gelindiğinde suçluların hapisanelere atılarak toplumdan dışlanması gibi deliler için de tımarhaneler inşa edilmiş ve böylece onlar da toplumun dışına itilmişlerdir. Biyoloji ve tıp alanındaki gelişmeler ile birlikte delilik gibi ağır ruhsal hastalıkların insan beynindeki birtakım hormon bozukluklarından kaynaklandığı ve ilaç tedavisiyle bu düzensizliklerin yok edileceği şeklinde bir yaklaşım gün yüzüne çıkmaya başlamıştır.

Günümüzden bakıldığında son derece pozitivist bir yaklaşım olarak değerlendirilen salt hormon düzenlenmesine dayandırılan ilaç tedavisi, insanı salt bir makineye veya sıradan bir hayvan düzeyine indirgemek bir yaklaşımın ürünüdür. Dahası bu yaklaşım, vaat ettiği başarılı sonuçlara da ulaşamamıştır. Öte yandan

pozitivist bilim anlayışı, özellikle kuantum fiziğindeki gelişmelerle birlikte evreni açıklayabilme iddiasında mevzi kaybetmeye başlamıştır. Buna psikolojinin bir bilim olarak ilerlemesi de eklenince ruh hastalıklarının yalnızca biyolojik merkezli çözülemeyeceği anlayışı yaygınlık kazanmaya başlamıştır. Batı dünyasında ruhban sınıfından ve maneviyatı önemseyen kişilerin de etkinliği bir artış gösterince psikoloji biliminden daha önce dışlanan maneviyat yeniden kabul edilebilir bir nitelik kazanmış; psikolojik danışmanlık dine ve maneviyat konularını önemsemeye başlamıştır (Parlak-Sibel, 2016: 29-30; Coşkunsever, 2018: 180).

Psikolojinin dini ve manevi değerlere yeniden itibarını iade etmeye başlamasında Hristiyan din adamlarının etkili muhalefetine de olduğu söylenilebilir. Pozitivist içerikli psikolojinin hastaları tedavi etmede yeterince başarılı olamaması bu din adamlarını da harekete geçirmiştir. Nitekim 1842 yılında Oxford Üniversitesi, ve din çerçevesinde şekillendirilen psikolojik danışmanlığı geliştirmek adına ‘Pastoral Teoloji’ adını taşıyan akademik bir disiplin kurmuştur (Coşkunsever, 2018: 181).

Günümüzde dini danışmanlık olarak adlandırılan disiplin, öncelikle Hristiyan kültüründe ve Hristiyan din adamlarınca ortaya atılmıştır. Hristiyanlıktaki günah çıkarma ritüelinin, dini danışmanlığın kendini örnek aldığı kaynak olduğu söylenilebilir. Günahını perde arkasından itiraf eden insanları dinleyen din adamları, teolojik olarak insanları bu günahlarından arındırırken aynı zamanda onların psikolojik durumları hakkında da bilgi sahibi olmalarına olanak sağlamıştır. Kimi zaman Hristiyan din adamlarının pasif dinleyici olmaktan çıkıp, insanları psikolojik açıdan rahatlatmak ve huzura kavuşturmak istemeleri, bilinçsiz bir biçimde belki de din adamlarını psikolojiye yöneltmiştir. Din eğitimiyle kendini donatmış ruhban sınıfının, psikolojiye yönelik ilgisi dinsel danışmanlık denilen yeni bir disiplinin doğuşuna yol açmıştır (Aybey, 2015: 143). Bu dönüşümün ilk örneklerinden biri olarak papaz Oskar Pfister görülebilir. Freud’un din bir nevroz olarak değerlendirmesine rağmen Pfister, dinin iyileştirici yönünün psikanalizle zenginleştirilmesiyle insanların psikolojik nevrozlardan kurtulabileceği görüşünü savunarak psikanalitik yönelimli manevi danışmanlığın uygulanmasına öncülük etmiştir (Coşkunsever, 2018: 182).

Türkiye’de MDR disiplinine dair akademik ve idari çalışmaların başlangıç tarihleri oldukça yakın dönemlerdir. Sağlık Bakanlığının ilgi alanını belirleyen 224 sayılı kanunda sağlık tanımlamasında fiziksel iyileşme yanında ruhsal iyi olmaktan da

söz edilmiştir. MDR alanının ne olduğuna dair 2012 yılında Ankara’da “Din Psikolojisi ve Manevi Bakım Çalıştayı” adını taşıyan büyük bir çalıştay düzenlenmiştir. Bu çalıştayda manevi danışmanlığın ne demek olduğunu, bu danışmanlığı yapacak olan kişilerin ne türden bir müfredatla yetiştirileceği, hangi disiplinlerle koordineli olarak çalışılması gerektiği gibi konular ayrıntılı bir şekilde incelenmiştir. Bu verimli çalışmalardan sonra bazı üniversiteler, dini ve manevi danışman uzmanı yetiştirmek amacıyla yüksek lisans programları açmıştır (Kılınçer, 2017: 39,40).

Ülkemizde MDR yavaş yavaş bir ilerleme ve gelişme kaydetmektedir. Sözelimi, Diyanet İşleri Başkanlığı ile Sağlık Bakanlığı arasında 2015 yılında imzalanan bir protokol sayesinde, manevi danışmanlık eğitimi almış din görevlilerinin hastanelerde hastalara yönelik manevi destek sağlamalarına imkân tanınmıştır (Kılınçer, 2017: 40). Yaklaşık olarak son on yılda MDR’ye yüksek lisans ve doktora düzeyinde akademik çalışmalarda büyük bir artış görülmektedir. Bu çalışmalar, ülkemizde MDR’ye ilişkin teorik birikimin zenginleşmesine katkı sağlayacağı açıktır. Öte yandan bu disiplinde yetişen bireylerin, topluma olumlu etkiler yapmasına imkan sağlamak adına kamu ve özel kurumlardan görevlendirilmesine yönelik bürokratik düzenlemeler yapılmaya devam edilmektedir.

İKİNCİ BÖLÜM

MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİĞİN PSİKO-SOSYO-TEOLOJİK TEMELLERİ

MDR disiplininin tarihsel kökeninde Batı dünyasında “pastoral counselling” kavramıyla ortaya çıkan bir olgu bulunmaktadır. “Pastoral” kavramının, Hristiyan teolojisine ve dinsel kurumlarına doğrudan doğruya atıf yapmış olması bu yaklaşımın evrensel bir çerçeve kazanmasının önüne geçmiştir (Çamur, 2013: 54-56). MDR, özelde Hristiyanlık genelde ise teoloji ile sınırlı kalmaması, bilimsel bir yaklaşımla evrensel bir içerik ve geçerliliğinin olabilmesi için, din psikolojisinin bir alt dalı olmak üzere kendini şekillendirmiştir. Din psikolojisinin; psikoloji, sosyoloji, biyoloji ve teoloji gibi pozitif ve beşeri bilimlerle yakından ilgili olması gibi MDR de bu bilimlerin birikiminden yararlanmaktadır. Çalışmanın bu bölümünde MDR’nin psikolojik, sosyolojik ve teolojik temelleri incelenmeye çalışılacaktır.

2.1. MDR’NİN PSİKOLOJİK TEMELLERİ

Bağımsız bir disiplin olarak ortaya çıkmadan önce psikolojinin, din ve maneviyat ile iç içe geçmiş olduğu bilinmektedir. Milattan önceki dönemlerde pek çok kültürde, delilik gibi birtakım anormal davranışların, insanların ruhlarına / bedenlerine cin ve şeytanların girip onlara hâkim olmasından kaynaklandığı sanılmaktaydı. Bu anlayışın sonucu olarak bu türden anormal insanların sağlıklarına kavuşması için şeytan veya cin çıkarma ritüelleri uygulanmaktaydı. Bu yaklaşım çerçevesinde psikolojinin, maneviyat ve din ile yakın bir ilişkisinin olduğu anlaşılmaktadır. Psikoloji biliminin kurucu öncülerinden olan Freud dini, babaya duyulan oedipus kompleksinden kaynaklanan bir tür histeri veya nevroz olarak değerlendirmiştir. Böylece psikoloji, bir bilim olarak daha emekleme sürecindeyken din ve maneviyat ile olan ilişkisini koparmıştır. Pozitivist karakterli bir bilim anlayışı tarafından dışlanması sebebiyle bir yandan din ve maneviyata ilişkin araştırmalar azalmış, bir yandan da bu alanların, psikolojik birtakım rahatsızlıkların giderilmesine katkı sağlamasının önü kapatılmıştır.

Bilimsel devrimin hız aldığı on sekiz ve on dokuzuncu yüzyıllarda bilim dünyası, zirvesini Newton'un temsil ettiği mekanistik, sebep-sonuç ilişkilerinin deterministik biçimde açıklandığı bilimsel bir paradigmayı benimsemiştir. Ancak yirminci yüzyılın başlarından itibaren pozitivist bilim anlayışının hem evreni hem de insanı açıklamada dar sınırlar çizmiş olduğu, bilimsel bilginin gerçeği yakalamak adına daha esnek yöntemler bulması gerektiği anlayışı yaygınlık kazanmaya başlamıştır. Evrendeki bazı olguların bağımlı ve göreceli yaklaşımlarla açıklanabilir olduğunun farkına varan yeni bir bilimsel anlayış ortaya çıkmıştır (Esendir, 2016: 20).

Sözü edilen yeni bilimsel yaklaşım, psikoloji disiplininde de etkisini göstermiştir. Bunun bir sonucu olarak psikoloji, din ve maneviyata yönelik olumsuz yaklaşımını değiştirmeye başlamış ve bu iki konuya kendisinde yer vermeye başlamıştır. Buna göre din ve maneviyat, “bir gerçeklik alanı” olarak görülmüş, bu alana ilişkin bilimsel araştırmalara girildiği gibi psikolojik rahatsızlıkların sağaltımında din ve maneviyatın yararlı katkılar sunacağı anlayışı yaygınlaşmıştır (Kılınçer, 2017: 64-67). Böylece dinden beslenen MDR, psikoloji biliminin verileriyle zenginleşerek danışanların psikolojik sorunlarının sağaltımında kullanılan bir disiplin olarak kabul edilmeye başlanmıştır.

MDR disiplininde uzman olanların, danışanların dini ve manevi hislerini önemsemesi gerektiği son yıllarda giderek yaygınlık kazanmaya başlamıştır. Teolojik temelleri önemseyen bu yaklaşım, yalnızca seküler veya ateist psikolojik terapilerin değil, aynı zamanda danışılan ile danışanın farklı teolojik inançlarda olmalarının bile rehberlikten beklenen faydayı sağlayamayacağı şeklinde derinleştirilmiştir. Yaşamını anlamlandırması hususunda dinin önemli bir yeri olduğunu kabul eden danışana, salt psikolojik danışma çerçevesinden yaklaşılması ve hatta dini inancına veya yaşama kurallarına uymayan öneriler verilmesi durumunda, danışanın salt psikolojik temelli bir rehberlikten yararlanamayacağı açıktır. Bir başka deyişle, MDR'nin başarılı bir biçimde uygulanması için her iki tarafın yani hem danışanın hem de rehberin aynı teolojik temeller hususunda –en azından bilgi düzeyinde- uzlaşmış olmaları gerekmektedir (Sarı, 2016: 135, 138).

2.1.1. Varoluşsal Kaygıların Artması

İnsan, biyolojik olduğu kadar psikolojik bir canlıdır. Bir başka deyişle insan, en az maddi olduğu kadar manevi doyumun da peşinden koşar. İnsanın doyum arzularından belki de en önemli olanı, kendini ve kendisiyle birlikte bütün bir dünyanın varoluşunu anlamlandırma ve böylece hayatına bir anlam bulma arzusudur. Bu arzunun ne kadar derin bir arzu olduğu, yokluğunda kendini açıkça hissettirir. Nitekim kendini, çevresini ve dünyayı anlamlandıramayan ya da daha önce sahip olduğu anlamı yitiren insanlar, derin bir kaygı duymaya başlarlar. Manevi danışmanlık bir bakıma, hayattaki kalıcı öneme sahip şeylerin geçici olanlardan nasıl ayrılacağı konusunda yapılan bir iletişim olması sebebiyle insanın varoluşuna yönelik anlam sorusundan kaçınmak mümkün değildir. Her insanın aslında taşıdığı bu soruları gün yüzüne çıkarmak ve bunlarla yüzleşmesini sağlamak gerekmektedir. Bu yüzleşme varoluşsal kaygıları ortadan kaldırmadığı anlarda bile insanların bunları kabullenmesini sağlamak ve hayatlarının daha derin boyutlarını keşfetmelerine yol açmak gibi bir yararı sağlarlar (Şahin, 2014: 565).

Durkheim'in kültür dünyasına kazandırdığı anomi, insanın varoluş kaygısını anlamak için anahtar bir kavram olarak görülebilir. Durkheim'e göre anomi, hem bireysel olarak bir kişinin hem de toplumsal olarak bir grubun ya da bütün bir toplumun, davranışlarını kendisine göre uyumlandıracakları kuralların çözülmesi ve buna bağlı olarak bireyin ya da toplumun bir çözülmeye düşmesi durumudur. Varoluş bunalımı ya da anlamlandırma kaybı, anominin doğmasına yol açan etkenlerden biridir. Forstmeier ve Krippner tarafından yapılan iki ayrı araştırmaya göre alkoliklerin yaklaşık yüzde doksanı, uyuşturucu müptelalarının ise neredeyse yüzde yüzü, derin bir anlamsızlık duygusundan ve şeylerin kendilerinden anlamsız gözüktüğünü dile getirmişlerdir (Ok, 1997: s. 47).

Varoluşsal anlam arayışında manevi ve dini denebilecek yaklaşımların, insana olumlu katkılar yapacağı söylenilebilir. Yuhanna İncili 'Önce Logos (kelime) vardı' cümlesiyle başlar. Yunanca asıllı bu kelime, çağlar boyunca farklı anlamlara gelmiştir. Günümüzde kullanılan biyoloji, sosyoloji, psikoloji gibi bilim dallarını ifade eden kelimelere ekli olarak gelen -loji, bilgi ve bilim anlamındadır. Doğru ve düzgün biçimde düşünme kurallarını ele alan disiplin olan mantık bilimi, İngilizcede logic

olarak ifade edilir. Bununla birlikte logosun; kelime, söz, ifade, bilim sözcükleri yanında ‘anlam’ manasına gelmesi dikkat çekicidir. Belleğin işlevselliğini ve etkinliğini ölçmek için yapılan çalışmalar, insan tarafından bir anlam yüklenmiş olan şeylerin bellek tarafından daha kolay işlendiğini ve daha uzun süre bunun korunduğunu göstermiştir. Bu tür çalışmalar, anlam arayışının insan yaşamının temel bir güdüsü olduğunu, insanın bütün hayatını kuşatan bir motivasyon sağladığını açıkça ortaya koymaktadır (Ok, 1997: 46).

Psikolojinin kuruluş dönemlerinde akademik çevrelerde daha çok pozitif bilim anlayışı etkiliydi. Bu yaklaşımdan etkilenen psikoloji, insanın psikolojik sorunlarını daha çok mekanik sebep-sonuç ilişkisi bağlamında çözümlemiş, patolojik durumların insanın ya iç dürtüleri gibi biyolojik yapısından ya da kişisel geçmişinden kaynaklandığını ileri sürmüştür. Sözü edilen yaklaşımın en büyük çıkmazı, danışanın özgür iradesi ve tercihlerinin olduğunu, bu tercihlerin onu dünyada biricik kıldığını görmezlikten gelmesidir. Özellikle ikincisi olmak üzere iki dünya savaşının ardından Batı toplumlarında her insanın biricikliğine, kendi var oluşunu kendisinin kurduğuna ilişkin görüşlerin artmasıyla birlikte iradeye vurgu yapan varoluşçuluk akımı yaygınlaşmaya başlamıştır. Öte yandan yaşadığımız yüzyılda insanların modernite karşısında birtakım açmazların ve patolojik sorunlarla daha yoğun biçimde karşı karşıya kaldıkları görülmektedir. Özgürlüğünü korumak isteyen bireyler, özgürlüğün bedeli olarak gittikçe daha çok sorumluluklar almaya başlamış; bazı sorumluluklarını yerine getirmeme durumu ise psikolojik sorunlara yol açmıştır. Benzer biçimde toplumda kendini yeterince gerçekleştirememeye gibi durumlar da insanın anlam dünyasında sarsıcı etkiler ortaya çıkarmıştır. Bu gibi sorunlar karşısında MDR, varoluşçu yaklaşımla kendini zenginleştirebilecektir. Çünkü varoluşçu yaklaşım, danışanın biricikliğine önem vermekte ve bu çerçevede o kişinin, din ve maneviyata ilişkin duygularını, bunların o kişi için anlamının ne olduğunu ve onun hayatına ne ölçüde etkilediği gibi meseleleri göz önüne almaktadır (Kılınçer, 2017: 33).

İnsanlar fizyolojik ve biyolojik hayatlarını sürdürmelerini sağlayacak ihtiyaçlarını karşılamasına karşın bir anlamsızlık duygusuna düşebilirler. Bu duygu, kısaca, insanların hayatlarını kendisi uğruna yaşayacakları amacın kaybolması şeklinde tanımlanabilir. Frankl tarafından kurulup sistemleştirilen Logoterapi adlı psikoterapi tekniğinde, varoluşuna ilişkin anlam yitimine uğrayan kişiye odaklanır ve

bu kişinin hayatına yeniden bir anlam kazandırılmaya çalışılır. İnsanın varoluşuna anlam kazandırma girişiminde atılacak ilk adım, hayatına anlam veren insanların peşinde koştukları anlamın ne olduğunu keşfetme ve bu anlamın danışan kişiye uygun dūřup dūřmediđini araştırmak olmalıdır. Bu bağlamda Frankl, insanın anlam arayışını karşılayacak üç yöntemden söz eder. Bunlardan birincisi; insanın bir iř, bir eser ortaya çıkarması, ikincisi; bir başka insanla sevgi dolu iletişime geçmesi, onunla bir ilişki türü yaşamasıdır. Sonuncu ve daha etkili yöntem ise kaderin cilvesine çarpan, kendini içinden çıkılmaz şartların bir kurbanı olarak çaresiz gören kişinin, bu trajediyi bir zafere çevirerek kendisinin ötesine geçmesi ve böylece kendini aşmasıdır (Frankl, 2019: 125). Frankl'ın bu yaklaşımı, varoluş kaygısını ařma konusunda maneviyatın önemini göstermesi bakımından ufuk açıcı gözükmektedir.

Maneviyat, insana bütünlüklü bir anlam dünyası sunar. Böylece birey kendisi, içinde yaşadığı dünya ve hatta dünya ötesi birbirleriyle ilişkilendirip bütünlüştirilerek bir anlam kazanır. Nitekim Jung, anlam arayışını “Kendisini aşamayan bir hayat gerçekten anlamsızdır. O bir yaşam değildir. Hayat sadece kendisini aştığı sürece anlamlıdır” ifadesiyle dile getirmiştir (Jung, 1989: 110). Bu anlam, insanın içine dūřtüđü yalnızlığın, varoluşsal boşluğun ve bundan doğan kaygının giderilmesinin belki de en önemli aracıdır. Sözü edilen anlamın, gerçekte bir değerler sistemi çerçevesinde meydana geldiğine dikkat çekmek gerekmektedir. Bir başka deyişle varoluş kaygısı, bir tek kavram ve kavrayışla değil, bir değerler sepeti sayesinde sağaltılabilir.

Freud, her ne kadar bir tür nevroz olarak görse de dinin, bilimin henüz gelişmediği ya da etkili olmadığı dönemlerde, insanın anlam arayışına tatmin edici cevaplar verdiğini kabul etmiştir. Freud'un tam aksine Jung, dini sağlıklı olmanın bir göstergesi olarak kabul eder. Jung, “Yaşamın en büyük ve en önemli problemleri temelde çözülemez olanlardır. Onlar asla çözülemezler sadece geride bırakılırlar” (Jung, 1962: 88) ifadesiyle din ile insanın anlam arayışı arasında olumlu bir ilişki kurmuş gözükmektedir. Ona göre Tanrı'nın varlığına inanmak, insanı psikolojik nevroza dūřmekten kurtarır. Böylece Jung dinin, insanın hayatını anlamlandırmasına olumlu katkılar sağladığı görüşünü benimsemiştir. Bu çerçevede Jung, birey olarak insanın hem fiziksel hem de sosyolojik açıdan kuşatıldığına dikkat çeker. Bu kuşatılmışlığı birey, Tanrı inancı gibi metafizik bir ilke olmadan aşamayacağını ve

kendi özerkliğini kazanamayacağını ifade eder. Bir başka deyişle din, insanın güven duygusunun beslendiği bir kaynak, sığınılacak limandır. Bundan dolayı Jung, Freud'un tam da tersine bir yaklaşımı benimsemiş; Tanrı'dan ve dinden uzaklaşmanın psikolojik nevroza sebep olacağını belirtmiştir (Çelikel, 2013: 59). Bu bağlamda Jung "Psikonevroz en nihayetinde anlamını keşfedememiş/bulamamış bir ruhun ızdırabı olarak anlaşılmalıdır" (Jung, 1975: 497) demek suretiyle Tanrı ve din inancının, insanın varoluş arayışına olumlu katkılar yaptığını vurgulamıştır.

Yalom, insanın varoluşundan getirdiği soruları keşfedilebileceğine dikkat çeker. Ona göre bir insan, hayatını dolduran günlük meşgalelere ara verip, sessiz ve sakin bir ortama geçmesi ve kendi içine dönüp eskilerin teemmül dediği derin bir kişisel soruşturma düşünceye dalmasıyla varoluşunun temel sorunları keşfedebilir. Bu temel sorunları Yalom, 'nihai kaygı' ya da 'derin yapılar' olarak adlandırır. Bunlar, yalnızca hayatın gündelik akışının bir paranteze alınıp insanın kendi üzerine teemmül etmesiyle farkına varılmaz. Aynı zamanda insanın, hayatın içinde bölünen parçalarının bir bütünlük haline getirilmesi gerekmektedir. İnsanın varoluş kaygısını sağlıklı bir biçimde kavraması, ancak ölümle ilgili derin bir hesaplaşmasına bağlıdır. Bu çerçevede Yalom, bir ortaçağ tiyatrosu olan Everyman'ı örnek verir. Bu oyunda ölüm, Everyman'a gelir ve artık onu Tanrı'nın yanına götürmesi gerektiğini söyler. Everyman ise kendini bu yolculuğa hazır hissetmediğini, Ölüm'ün kendisine merhamet etmesini söylese de bu yakarışın fayda etmeyeceğini anlar. Bu kez o, kendine eşlik etmek için birini alması için izin ister. Sırasıyla akrabalarına kendisi ile birlikte Ölüm'le yolculuk etmelerini istedikçe, her bir akrabasının bundan kaçındığını üzüntüyle görür. Onunla birlikte gitmeyi kabul eden tek şey, sevaplarıdır. Yalom'a göre ortaçağda yazılan bu tiyatro oyununda varoluş kaygısının, sevap ve dolayısıyla dinle ilişkilendirilmesi son derece olağandır (Yalom, 2018: 479-480). Bununla birlikte Yalom, ölüm endişesi ile varoluş kaygısı arasındaki bağı açık bir biçimde ortaya koymuş ve varoluş kaygısının, ancak hayatı iyi ve anlamlı bir biçimde geçirmekle giderebileceğini söylemiştir.

Bir insan için hayatın anlamını sorgulamak, bir varoluş meselesidir. Bu sorgulama, büyük ölçüde insanı diğer canlılardan farklılaşmasının da gerekçesidir. Hayatın anlamını merak etmenin insanlık için evrensel bir ihtiyaç olduğu, bu merakın giderilmemesinde ortaya çıkan psikolojik nevrozlar sayesinde anlaşılmaktadır.

Varoluşuna anlam verme kaygısı insandaki en temel güdülerden biridir. Bu anlam arayışının durdurulması, varoluşsal engelleme olarak adlandırılabilir ve bu durum insanda nevrozlara yol açar (Frankl, 2019: 113-115). Bir başka deyişle, hayatın anlamına ilişkin tatmin edici cevabı olmayan veya bireyin kendine daha önce vermiş olduğu cevabı artık yetersiz gören bireyler, bir boşluğa düşmekte, umutsuzluğa kapılmakta ve ruh sağlığı dengesini kaybetmektedir (Yılmaz, 2011: 63). Hayatın anlamına ilişkin kendine verdiği tatmin edici cevap, bireyin gerek biyolojik hastalıklar gerekse ölüm, kaygı gibi psikolojik sıkıntılara katlanma gücünü arttırmakta, hatta sağlığına kavuşmasını pekiştirmektedir (Yılmaz, 2011: 64).

Varoluşsal boşluk, Frankl'e göre yirminci yüzyılın en yaygın psikolojik olgularından biridir. Bunun en temel nedenlerinden biri, modernite ile birlikte insanların gelenekleri izleme duyarlılığının azalmasıdır. Geleneklere bağlılığın azalması insanı, karşılaştığı her durumu, sözgelimi yaşamın anlamını belirleme sorumluluğunu kendine yüklemiştir. Çağımızda "Pazar günü ya da tatil nevrozu" olarak adlandırılan olgu, çalışma hayatının rutininden arta kalan dinlenme günlerinde insanın ne yapacağını belirleyememesinden kaynaklanmakta; uyuşturucu kullanımı ve intihar vakaları da bu boşluk dilimlerinde artış göstermektedir. Frankl'e göre kimi insanlar, belki de bilinç dışı bir etkiyle bu boşluğu hazların veya daha çok para kazanma gibi yeni amaçlarla maskeler ve böylece psikolojik dengelerini koruma altına almaya çalışırlar. Oysa varoluşsal boşluk, kişinin yaşama sürecinin her anında davranışlarının anlamı üzerine bilinçli bir karar vermesi sayesinde giderilebilecek bir durumdur. Bu çerçevede Frankl, dikkat çekici bir örnek verir. Buna göre satranç oyunuyla ilgili olarak dünyadaki en iyi hamlenin ne olduğu sorusuna bir cevap verilemezdir. Olsa olsa taşların belli konumuna bağlı olarak o pozisyonadaki en iyi hamlenin ne olduğu sorusu hem sorulabilir hem de yanıtlanabilir. Bu örnekten yola çıkarak Frankl, insanın soyut ve evrensel bir anlam arayışı yerine hayatın her sorunlu noktasında, koşullu duruma bağlı olarak bir anlam bulması gerektiğine dikkat çeker (Frankl, 2019: 120-123).

MDR'de, kişinin kendi varoluşuna yönelik ve hayatına anlam verme önemli bir konudur. Bu tür sorunların teolojik bağlantıları da olmaktadır. Sözgelimi düşünce tarihinde kötülük sorunu olarak adlandırılan anlamlandırma sorunu, Tanrı'yla birlikte evrende bu kadar kötülüğün olmaması gerektiği çerçevesinde dile getirilmektedir.

Daha özel olarak ise kötülüklerin, bir insanın kendi başına gelmesini sorgulaması, esasında bir anlam sorununu göstermektedir. Öte yandan, dinsel içerikli varoluş ve anlam sorunlarının altında esasında başka sorunların bulunduğu söylenilebilir. Bu gerçeklik görmezlikten gelindiğinde insanın karşı karşıya kaldığı psikolojik görünümü daha başka sıkıntıların üzeri örtülmüş olarak kalabilir. Bu sorunlar danışanın gerçek varoluşsal sorunları ise ve bunlar çözümlenmeden bırakıldığında psikolojik sıkıntılar olarak değerlendirildiğinde, esasen teolojik olan başka birtakım sorunların göz ardı edildiği söylenilebilir. Bu tür dini-varoluşsal soru ve sorunlar, özellikle hastalarda, ölmekte olanlarda ve yas tutanlarda daha çok görülmektedir (Şahin, 2014: 562).

2.1.2. Bireysel Farklılığın Öneminin Kavranması

Bireysel farklılık, yaş veya karakter gibi özelliklere bağlı olarak insanların birbirlerinden farklı olduğunu ve bundan dolayı aynı olgular karşısında kişilerin farklı tepkiler verdiğini açıklamak için kullanılan bir kavramdır. Sözgelimi yaşlılarda din ve maneviyatın, gençlere göre psikolojik açıdan daha fazla önemli olup sağlıklarına yapıcı katkılar yaptığını araştırmalar göstermektedir. Dinsel inançların ve manevi değerlerin, yaşlıların bireysel ve sosyal yaşantılarını olumlu olarak etkilediği görülmektedir. Örneğin dinsel ve manevi inançlar, yaşlıların hayata tutunmasını sağladığı gibi yakınlarının ölümü gibi acı verici durumlarda daha sabırlı olmalarını güçlendirmektedir. Ayrıca İslâm gibi bir din söz konusu olduğunda âhiret inancı, yani ebedi olarak yaşama anlayışı yaşlı insanların ölüm endişelerini yenmesine son derece olumlu katkılar sağlar. Zira ebedi olarak hayatta kalmak, insanın yokluğa karışacağı endişesi ve bunalımına engel olacaktır. Öte yandan âhiret inancı, kendini günahkâr olarak değerlendiren insana da kaygı vereceği açıktır. Çünkü böyle bir insan, öldükten sonra bile bir şekilde cezalandırılacağını düşünmektedir (Akgül, 2009: 47). Bundan dolayı MDR, hem bireyin kendi özgünlüğünü kuran tutum ve davranışlarını hem de bunlardan kaynaklanan psikolojik sorunların çözümünde dinsel inanç ve manevi değerlerin ne türden katkılar verebileceğini göz önüne almak durumundadır.

Bireysel farklılıkların bir başka temeli de insanların kazanmış oldukları değer ve davranış farklılığıdır. Sözgelimi kilise gibi bir dinde kutsal mekanlara gidip ibadet

eden ve bunu alışkanlık haline getiren bireylerin, stres ve depresyon gibi psikolojik sıkıntılara başa çıkma hususunda, ibadet etmeyen kişilere oranla daha başarılı oldukları yapılan bazı araştırmaların sonucu olarak ortaya çıkmıştır (Çetinkaya ve diğerleri, 2007: 47).

2.2. MDR’NİN SOSYOLOJİK TEMELLERİ

2.2.1. Sekülerleşme, Anomi ve Yabancılaşma

Ülkemizdeki toplumsal ve siyasal literatürde önceleri laiklik kavramı daha çok kullanılmışken yakın zamanlarda giderek artan bir ölçüde sekülerlik kavramı yaygınlık kazanmaya başlamıştır. Dellaloğlu, öncelikle laiklik ve sekülerlik kavramlarının, birer isim değil sıfat olarak görülmesi gerektiğini belirterek (Dellaloğlu, 2019: 31) bu iki sıfatın iki farklı ismi nitelendirdiğine dikkat çekmektedir. Ona göre laiklik; kamu erkinin yani devletin bir sıfatıdır ve dolayısıyla laiklik, siyasal bir kavram olup bireyi ve toplumu nitelememektedir. Sekülerlik ise bireyi ve toplumu ilgilendiren, onu niteleyen bir sıfat olup toplumsal bir kavramdır. Bu yaklaşım çerçevesinde sekülerlik; bir toplumdaki bireylerin inançlarını yaşama biçimlerini ya da dinlere karşı takındıkları tavrı ifade etmek için kullanılan sosyolojik bir terim olmaktadır (Dellaloğlu, 2019: 34).

Ülkemizde önceleri laiklik kavramı kullanılırken yakın zamanlarda sekülerlik kavramının daha yaygınlaşmaya başlaması, Türkiye’nin modernleşme ve Batılaşma sürecinin bir yansıması olduğu söylenilebilir. Buna göre Osmanlı İmparatorluğu’nun son dönemlerinden Cumhuriyet’in kurulup kökleştiği süreçte aydınlarımız ve siyasal liderlerimiz, devletin yapısı ile vatandaşlar arasındaki din ilişkisinin niteliği üzerinde bir politikayı öncelemiş olduklarından laiklik ilkesi öncelenmiştir. Bu çerçevede laiklik, 1937 yılında Anayasamıza eklenmiş ve din ile devlet işlerinin birbirinden ayrılması şeklinde tanımlanmıştır. Bununla birlikte laikliğin, devletin din ya da dinlere karşı nötr yani tarafsız olması şeklinde tanımlanması daha uygun gözükmektedir. Bu tanımın kendisi bile açık bir biçimde laiklik kavramının, kurumlar arası bir ilişkiyi öncelediğini işaret etmektedir. Buna göre laiklik, devletin bir sıfatı olarak birey ve toplumlar için kullanılamazdır (Dellaloğlu, 2019: 35). Öte yandan devletin laiklik

uygulamalarının, bu devletin vatandaşlarının dine olan yaklaşımlarını bir ölçüde etkilemiş olabileceği de gözlerden kaçırılmamalıdır.

Sekülerlik ise bir ülkede yaşayan vatandaşların kendi inanç ve pratiklerini yaşama tarzını ifade eden sosyolojik bir kavramdır. Buna göre kendini Müslüman olarak tanımlayan kadınların, başörtüsü takmaları ya da takmamaları, başörtüsü takmayı benimseyen kadınların hangi biçimleri veya renkleri tercih ettikleri hususu, sekülerlik kavramının sınırları bağlamında incelenebilir. Böylece sekülerlik, bir toplumdan dinin soyutlanmasından çok, o toplum içinde dinin, niceliksel ve niteliksel olarak etkinliğinin araştırılması ve değerlendirilmesi anlamına gelmektedir. Bu durum, aynı zamanda, dindarlık yaşamı içinde dünyevî olan ile uhrevî olan arasındaki ilişkinin niteliğini ölçmek gibi bir işlevi gerektireceği de açıktır (Dellaloğlu, 2019: 37). Bu noktada, sosyolojide birbiriyle karşıt olan iki yaklaşım bulunmaktadır.

Sekülerleşme, öncelikle, modernleşme ile din arasındaki ilişkinin bireye ve topluma yansımaları göz önünde bulundurmaktadır. Bu üçlü arasındaki ilişkiyi yani modernleşme, din, birey ve toplum ilişkilerini sosyologlar, iki karşıt biçimde kavramsallaştırmışlardır. Klasik sekülerleşme teorisi olarak adlandırılan ilk yaklaşıma göre din, moderniteyle girdiği ilişkide büyük ölçüde yıpranmıştır. Bu nedenden dolayı din, tüm tezahürleriyle birlikte toplumsal hayattan geri çekilmeye başlamış ve bu çekiliş gittikçe artan bir hızda devam etmektedir. Bu teoriye göre toplumsal hayatı kuşatmakta bir anlam ve işlev kaybı yaşadığından dolayı dinin, bireylere ve topluma verebileceği katkı gün geçtikçe azalmaktadır. Modern dünyada insanların bireyciliğe önem vermeleri, rasyonel düşünce alışkanlıklarını kurmaları ve bunu hayatın her alanına doğru genişletmeleri, ayrıca demokrasi anlayışıyla birlikte toplumun çok sesliliğe ve renkliliğe daha açık hale gelmesi dinin, insanları ortak bir inanç ve anlam dünyası içinde bütünleştirici gücü olmasını azaltmıştır. Birey ve toplumun anlam dünyasını kurma düzeyinin düşmesi, aynı zamanda dinin, toplumun bütünleştirici bir unsuru olmasına yani toplumsallığa meşruluk kazandırması işlevinin de gerilemesine yol açmıştır (Şahin, 2019: 71-72).

Klasik sekülerleşme teorisinin tam karşısında konumlanan ikinci yaklaşıma göre ise din, modernleşmenin ilk dönemlerinde bireyin ve toplumun hayatında bir gerileme dönemi geçirmiş olsa bile, son yarım yüzyıldır kaybettiği mevzileri yeniden kazanmaya başlamıştır. Bu yaklaşıma göre din, dünyanın hemen her bölgesinde

bireyin hayatına ve toplumsal ilişkilerin içinde yeniden yeşermeye başlamıştır. Nitekim dinin gündelik hayattaki görünümü gittikçe artmaktadır. Bu durum da dinin, başta ibadetler olmak üzere dini ritüeller aracılığıyla bireyin kimlik dünyasını inşa etmekte daha etkili olduğu görülmektedir. Bu yaklaşımı savunanlara göre dinsel etkinin yükselen grafiği, toplumsal ilişki ve düzen anlayışının dinin lehine olacak biçimde yeniden geliştiğinin işaretidir (Şahin, 2019: 72). Bu bağlamda dinin, bireyin anlam dünyasını etkilemekte moderniteden rol çalmaya başladığı ve toplumsal görünümünün yükseldiği vurgulanmaktadır.

Dinin, insanın anlam arayışında yeniden etkili olmaya başladığının en önemli göstergesi, ülkemizde tasavvuf düşüncesi yayınlarının ve bu yayınların okurlarının artması, bu düşüncüyü yaşama geçirmeye çalışan toplulukların yaygınlık kazanmaya başlamasıdır. Birey; bu evrende bulunuşunun nedenini sorgulamaya girişmekle hayatının anlamını felsefi bir derinlikle sorgulamaya adım atar. Bu süreçte tasavvuf, bütün bir dinsel içerikle uyumlu olmayı gözetmekle birlikte, modernlikle kendini gösteren yabancılaşma ve yalnızlaşmaya bir cevap olarak insanın hayatına bir anlam kazandırır. Bu dini-tasavvufi anlam dünyası, bireye yalnızca bir iman alanı açmakla kalmamakta, ayrıca Allah ile insan ilişkisini oldukça yakınlaştırmak suretiyle yalnızlaşmanın getirdiği psikolojik ve sosyolojik sorunları büyük ölçüde gidermektedir (Kirman ve Sarı, 2019: 203-205). Öte yandan din, sadece anlam arayışına katkı sağlamakla kalmamış, toplumsal ilişkilerin ve görünümünün içinde daha fazla görünür olmaya başlamıştır.

Yaklaşık son elli yıllık bir süreçte ülkemizde olduğu gibi tüm dünya ölçeğinde dinsel tezahürlerde görülen bu yükselme eğilimi, dinin ne gerilemesi ne de ilerlemesi olarak değil, dinin farklı kültürel formlarda kendini yeni biçimleriyle göstermesi şeklinde yorumlanabilir (Kirman ve Sarı, 2019: 200). Buna göre sekülerleşme, dini inançları ve manevi değerleri yok etmemiş ancak onu yapısal olarak bir değişmeye de uğratmıştır (Darende, 2019: 61). Sözgelimi Dellaloğlu, benzer ekonomik koşullara sahip olan ve biri tesettürlü olan ve diğeri olmayan iki kadının, aynı markalardan giyinip aynı model cip arabalarına binerek aynı kafede buluşmalarının bu yeni tarz sekülerleşmenin bir örneği olarak değerlendirmektedir (Dellaloğlu, 2019: 41). Benzer bir biçimde Ertit, son elli yıllık süreç göz önüne alındığında Türkiye’de sekülerleşmenin ilerlediğini ve bununla birlikte dinsel tezahürlerin toplumda

görünürlüğünü koruduğuna dikkat çekmektedir. Nicel birtakım araştırma bulgularına dayanarak Ertit namaz kılan, başörtüsü kullanan, oruç tutan Müslümanların sayısında bir azalmanın görüldüğünü belirtmekte, ancak bu ritüellerin hâlâ önemini koruduğunu vurgulamaktadır. Öte yandan Müslüman kimliğini benimseyen Türk toplumunda boşanma oranlarının artması, evlilik dışı ilişki türlerinin görülmeye başlanması, gündelik hayatta ortaya çıkan sorunların çözümü için dini otorite kabul edilen kişilerden daha çok seküler meslek uzmanlarından yardım istenmesi gibi olguların ülkemizde sekülerleşme sürecinin sürekliliğini gösterdiğini ifade eder (Ertit, 2019a: 275-282; Ertit, 2019b: 231-233). Sonuç olarak günümüz Türkiye'sinde bir yandan camilerin minarelerine kandiller asılmaya devam etmekte bir yandan da alış-veriş merkezleri hafta sonlarında hınca hınç dolmakta, modernleşme sürecine din ve dolayısıyla manevi değerler de ayak uydurmaktadır.

Modernleşmenin en temel dayanaklarından birinin sekülerlik olduğu bilinmektedir. Sekülerlik ise insanın yaşamında geleneklerin, özellikle dinsel geleneklerin önemini kaybetmesi anlamına gelmektedir. Bu gerekçenin mantıksal sonucu olarak sekülerlik, dilimizde dünyevileşme olarak da anlaşılmaktadır. Böylece dinin sekülerliği, dünyevileşme olması açısından yabancılaşmayı derinleştiren bir tehlike olarak görmesi olağandır. Öte yandan sekülerliğin, dünyayı kutsal olandan ve kutsallıktan arındırma çabasının, insanın anlam arayışını erozyona uğratıp zarar vermesi, uzun zamanlar sürdürülebilecek bir tavır değildir. Bu nedenle sekülerlik ne denli etkili olursa olsun, insanoğlu anlam arayışından vazgeçemez ve bu anlam arayışı dinin ve maneviyatın yeniden popülerlik kazanmasına yol açmıştır (Kirman ve Sarı, 2019: 197-198). Din, insanlık tarihinde yeniden parlamaya başlarken birkaç yöntem izlemiş gözükmektedir.

Anomi, insanın bir amaca sahip olmaması, insanın arkadaşlarına ve çevresine ilgisini kaybederek yabancılaşmasıdır. Kısaca o, anlamsızlık hastalığı olarak anlaşılabilir. Böylece anomie, insanda amacın kaybolmasından veya değerlerin yıkılmasından kaynaklanan bir psikolojik dengesizlik halidir. Bu durumdayken insan, bir yandan sahip olduğu değerler hususunda kuşku duymakta veya büsbütün yitirmiştir diğer yandan da yeni değerler çerçevesini ise henüz kurmamıştır. Bu ise kişilerde duygusal boşluk, umutsuzluk ve amaçsızlık gibi psikolojik gerginliklere yol açar. Zira

anomiye yaşıyan birey, neyi neden yapacağı konusunda kararsızdır ve bu nedenle nereye yöneleceğini bilmemektedir (Çelimli, 2010: 99).

Anominin mi yabancılaşmayı yoksa yabancılaşmanın mı anomiye ortaya çıkardığı sorulabilir. Nesnelerinin farklı olması sebebiyle, bu iki olasılığın da birbirini gerektirdiği söylenilebilir. Buna göre bir konuda anlamsızlığa düşen birey, topluma karşı yabancılaşmaya başlarken, yabancılaşma da diğer başka hususlarda anomiye pekiştirebilir (Çelimli, 100). Bu noktada din ve maneviyatın, insanın anlam arayışını bulmasına ve hayata değer atfetmesine büyük bir katkı sağladığı görülür. Ayrıca aynı dine bağlanmaktan doğan toplumsal çevre, kişinin sosyalleşmesine ve bu sosyalleşme içinde bireyin kimlik edinmesine de katkı sağladığı açıktır (Çelimli, 2010: 108).

Günümüzde insanların yüzleşmek zorunda kaldıkları en büyük sorunlarından biri, kendisine, topluma ve doğaya karşı yabancılaşmasıdır. Bu yabancılaşma kişinin, hayata ilişkin anlamın ve amacın kaybolmasını tetiklemektedir. Hayatının anlamını kaybetme şeklindeki sorunun çözümünde, kişilerin manevi duygularının yeniden canlandırılmasının olumlu etkiler yaptığı söylenilebilir. Zira hayatın anlam ve amacı gibi varoluşsal sorunları, diğer sosyal bilimler değil MDR disiplininin ilgi alanına girmektedir (Kesgin, Erdem, 2018: 70).

Yabancılaşma terimi farklı bilim dallarında, bu dilim dallarının problem ve çözümlemelerinde kullanılan bir kavramdır. Psikoloji biliminde yabancılaşma, biri kişisel ve diğeri kişilerarası olmak üzere iki boyutta ele alınmaktadır. Yabancılaşmanın kişisel boyutunda insanın zihinsel ve duygusal sağlığını etkileyen psikolojik süreçler; yabancılaşmanın kişilerarası boyutunda ise bireyin toplumla kurduğu ilişki öne çıkmaktadır (Ertoý, 2007: 26). Her iki boyutuyla ilgili olmak üzere yabancılaşma, bireyde birtakım duyguları ortaya çıkarmaktadır.

Yabancılaşmanın yol açtığı duygulardan biri anlamsızlık duygusudur. Anlamsızlık, bireyin toplumsal olaylar ve sorunları kendi hayatı çerçevesinde anlamını bulamaması durumudur. Modern dünyada üretim ve sosyal ilişkiler gittikçe daha kompleks bir profesyonelliğe doğru dönüşmüştür. Gerek üretim bantlarında yapılan işlerin atomize nitelikte olması gerekse toplumsal ilişkilerin işe yönelik olarak şekillenmesi, kişileri işlerine ya da diğer insanlara yabancılaştırır. Charlie Chaplin'in sessiz dönem kısa filmleri, komedi türü filmler üzerinden bireyin işlerine karşı yabancılaşmalarını anlatan en çarpıcı örneklerdendir. Benzer bir durum, toplumsal

ilişkilerin, ekonomik ve iktisadi ticaret anlayışına göre düzenlenmesinde kendini göstermektedir. Sözgelimi alış-veriş yapılan marketin kasasında görevlinin sıradaki bireye tebessüm etmesi; iki birey arasındaki insani bir ilişki değil; satıcı ile alıcı arasındaki ekonomik bir ilişkinin göstergesidir (Ertoyl, 2007: 28). Yabancılaşmanın insanın hayata bakışını anlamsızlaştırması, bir başka psikolojik sürece insanın kendini yalnız hissetmesine ve böylelikle toplumdan soyutlanmasına yol açar.

Marketteki tezgahların gülümsemesinin ekonomik gerekçeye dayanıyor olması örneğinin de gösterdiği gibi toplumsal ilişkiler yapaylaştıkça birey kendini yalnız hissetmeye başlar. Çünkü ilişkiler; sıcaklık, samimiyet, dostluk gibi insani boyutuyla değil, ekonomik, mekanik, formal ve gayri şahsi ilkeler üzerine inşa edilmektedir. Bu olgusal değişiklikler bireyi toplumun dışına itmekte ve yalnızlığa düşürmektedir (Ertoyl, 2007: 28-29) Yabancılaşmanın bir sonucu olarak toplumda kendini yalnız hisseden birey, normlardan uzaklaşmak gibi bir başka psikolojik süreci yaşamaya başlar.

İçinde yaşadığı topluma yabancılaşan, bu toplumda kendini yalnız hisseden birey, kendini toplumsal normlara uyma hususunda bir zorunluluk olmadığını düşünmeye başlayacaktır. Bu kavrayış değişikliği temel olarak iki unsura dayanır gözükmektedir. Bunlardan ilki, topluma yabancılaşan birinin bu topluma karşı saygısını yitirmiş olmasıdır. Zira bu birey, bu toplumda kendini yeterince iyi hissedememiş, huzuru ve mutluluğu bulamamıştır. Bundan dolayı söz edilen toplumun normlarına uyması gerekmemektedir. İkinci olarak ise bireyin mutlaka kendi hayatına bir anlam verme arayışından kaynaklanır. Buna göre her insan hayatının bir anlamı olmalıdır ve toplum ise kendisine bu anlamı vermemiştir. Bu durumdaki birey, toplumu adeta kendisinin gelişmesini engelleyen bir yapı olarak görmekte; bu yüzden de toplum normlarının dışında kendine yeni bir anlam dünyası ve hayat alanı açmak istemektedir. Toplumların modernlikten post-modernliğe geçiyor olduğu şeklindeki toplumsal olgu, modern dünyada yabancılaşan bireylerin toplumsal normlara karşı gösterdikleri tepkinin bir ürünü olarak değerlendirilebilir (Ertoyl, 2007: 28, 29).

Yabancılaşma kavramı, esasen din temelli bir kavramdır. Yahudilik, Hristiyanlık ve İslâm, Hz. Adem ile Havva'nın cennette yaratıldıklarına, İblis'in onları kandırdığına, yasak meyveyi yemiş olmalarından dolayı Allah'ın Hz. Adem ile Havva'yı cennetten çıkarıp dünyaya gönderdiğine yani insanın bu dünyaya "düşmüş

olduğu” anlayışına inanmaktadır. Buna göre insanoğlunun bu dünyadaki yaşamı, aslında insanın kendine yabancılaşmasıdır. Zira insanın gerçek yurdu, cennettir; bu dünyada ise o bir misafir ve bir yabancısıdır. Hz. Adem ile Havva kıssasının öğrettiği bu inanç, aynı zamanda insanın Tanrı ve din ile ilişkisini de açıklığa kavuşturmuştur. Buna göre Tanrı, insanı hiçbir zaman terk etmemiştir. O, cennetteyken de dünyadayken de insanın ve her şeyin yaratıcısı ve koruyucusudur. Dünyaya “düşmüş” insanın yeniden vatanına yani cennete kavuşması için de “din” denilen bir yaşam kılavuzu göndermiştir. Bu bakış açısından hareketle din, insanın yabancılığını ortadan kaldırarak hayata anlam kazandıran en değerli kılavuzdur.

2.2.2. Kuşaklararası Çatışma

Din, yaşlıların sosyalleşmelerinde diğer beşeri etkinliklere göre daha etkili olmaktadır. Çünkü her din, kendine inanan insanlar arasında bir tür kardeşlik duygusu inşa etmekte; bu ise insanlara bir topluluğa ait olma duygusu kazandırmakta ve sosyal bütünleşmeyi zenginleştirmektedir. Sözgelimi Müslüman bireylerin camiye gitmeleri, cemaatle kılınan namazlara katılması, bireylere toplumla kucaklaşma fırsatını vermektedir. Öte yandan yaşlıların bu tür ibadetlere katılmaları, yalnızlık duygusundan uzaklaşmalarını sağlar. Zira yaşlılık dönemindeki en büyük sorunlardan biri de yalnızlık duygusudur. Bu sosyal ortam, ayrıca yaşlılara/bireylere kendine güvenmelerini ve kendilerini değerli hissetmelerini sağlar (Akgül, 2009: 48).

MDR’de danışanlar farklı yaşlarda olabilir. Modern dönemin, bir hız çağı olduğu ve buna bağlı olarak kuşaklar arasında büyük farklılıkların olduğu bilinmektedir. Yakın zamanlarda daha dikkate alınan konu, kuşak kavramının yaş sınırının gittikçe düşmesidir. Sözgelimi yüz yılın başlarında kuşaklar ile, dede-baba-oğul arası zamansal ayrımlar anlaşılırken günümüzde kuşak farkının, büyük abi ile kardeş arasında olduğu bile düşünülmektedir. Bir başka deyişle kuşak farkının, beş - on yıllık zaman dilimine düştüğü ifade edilmektedir.

2.3. MDR’NİN TEOLOJİK TEMELLERİ

Dinsel inançlar ve maneviyat ya da manevi değerler gibi soyut kavramların, çeşitli zaman dilimlerinde ve değişik kültürlerde farklı biçimlerde tanımlanmış olması son derece doğaldır. Comte’un insanlık tarihini mitolojik, metafizik ve pozitif olmak üzere üç döneme ayırmış olduğu göz önüne alındığında dinsel ve manevi değerler, hem her üç dönemde varlığını koruyacak hem de dönemlerin her birinde farklı bir anlam içeriğine sahip olacaktır. Maneviyat kavramı, maddiyat kavramına zıt olarak anlam kazanmıştır. Buna göre maneviyat, iyilik, adalet, adalet gibi insanlığa yaraşır olan soyut değerleri ifade eder. Bu soyut değerlerin, kutsal olanla ilişkisinin, bireyin ve toplumun dinle kurduğu ilişkiye göre belirleneceği açıktır.

Comte’un ayrımı çerçevesinde konuşacak olursak, mitolojik dönemde yaşayan birey ve toplumlar, maneviyat kavramının içeriğini neredeyse tamamen inandıkları dinlere göre belirlemişlerdir. Buna karşın pozitif dönemde, dinlerin bireyler ve toplumlar üzerindeki etkisi neredeyse tamamen ortadan kaybolacaktır. Bununla birlikte maneviyat kavramı ortadan kalkmayacak fakat yeni ve başka bir anlam alanı kazanacaktır. Comte’a göre pozitif dönemde bireyler ve toplumlar, zihinsel ve kültürel birikimleri üzerine kurdukları insanlık dinini yaşayacaklardır. Onun bu ütopyasına göre maneviyat kavramının, insanlığın tarih boyunca kazandığı birikime dayalı olarak seküler bir içerikle tanımlayacağı söylenilebilir.

Comte’un bu yaklaşımı, günümüzde yaşanan olguyu açıklamak adına bir yaklaşım olarak değerlendirilebilir. Comte, insanlığı belli bir doğrultuda ve belli bir içerikle ilerleyen bir süreç şeklinde düşünmüştür. Oysa insanlık tarihinin determinist bir tarzda gelişip evrilmediği herkes tarafından gözlemlenebilir bir olgudur. Buna göre aynı toplumda yaşayan bazı bireyler mitolojik, diğer bazı bireyler ise metafizik veya pozitif yaklaşımı benimsemiş olabilir. Bir başka deyişle her üç yaklaşım da aynı zaman diliminde yaşayan bir toplumda gözükmemekte olabilir. Nitekim ülkemizde yapılan ankete dayalı bir araştırmada, katılımcılara maneviyatı kendilerince nasıl tanımladıkları ve maneviyatı hangi disiplinler ilişkilendirdikleri şeklinde açık uçlu bir soru yöneltilmiştir. Katılımcıların %31 gibi bir oranının maneviyatı; Allah’a yakınlık duyma ve ibadet etme gibi dini inanç ve ritüelle tanımlarken, katılımcıların yaklaşık % 22’si maneviyatı; ruhsallık ve iç doyum kavramları ile ilişkilendirmişlerdir

(Kılınçer, 2017: 78). Büyük sanayi dönüşümüyle birlikte kentlerin büyümeye başladığı, ticaretin ve bilim dünyasının devasa atılımlar yaptığı, dünyanın büyüünün bozulup sekülerliğin ve hatta ateizmin arttığı açıktır. Bu olgu dikkate alındığında danışmanlık ve rehberliğin dini mi yoksa manevi merkezli mi olacağı konusunu aydınlatmak mümkün gözükmemektedir.

Modern dünyamızda bireylerin kişisel tercihleri çeşitlenmiş ve dolayısıyla toplumsal farklılıklar daha kabul edilebilir bir düzeye erişmiştir. Bu yaklaşıma din açısından bakıldığında kimi bireyler Comte'un mitolojik dönemi açıklamasında kullandığı gibi dinle olan yakın ilgilerini korurlarken, kimi insanlar da Comte'un pozitivist dönem için tahayyül ettiği gibi kurulu ve yerleşik dinlerle olan ilişkilerini koparmışlar, hümanistik değerlere bağlanmışlardır. Ancak her ne olursa olsun her iki insan karakteri de aynı toplumda ve birlikte yaşamayı sürdürmektedir. Bu durumda bireyin karşı karşıya kaldığı bazı psikolojik sorunlarının çözümü olarak sistemleştirilen danışmanlık ve rehberliğin, dinsel mi yoksa manevi mi temelli olarak kurulması gerektiği sorunu ortaya çıkmaktadır.

Kendini dindar olarak gören bir kişinin yani danışanın, dini danışmanlık ve rehberlik hizmeti almayı talep etmesi kadar ateist/deist/agnostik gibi kurulu dinlere öyle ya da böyle uzak duran bir insanın da MDR hizmeti almayı tercih etmesi son derece doğaldır. Buna göre dindar insana salt manevi, buna karşın dine uzak duran bir insana da salt dini içerikli danışmanlık ve rehberlik yapmak amaç edinilen yararı sağlamayacaktır. Danışılan açısından düşünüldüğünde ise danışmanlık ve rehberlik yapacak kişinin hem o toplumun dinsel inanç ve pratiklerini hem de maneviyata ilişkin o toplumun ve bütün insanlığını birikimlerine sahip olma gibi bir sorumluluk ve yeterliliğin olması gerekeceği açıktır. Burada tartışılması gereken bir diğer konu ise dini veya manevi danışmanlığın hangisinin diğerinden daha genel ve kapsayıcı olduğu meselesidir.

Kanımızca MDR, salt dini olan danışmanlık ve rehberlikten daha genel ve kapsayıcıdır. Çünkü dini danışmanlık, her ne kadar psikolojinin verilerinden yararlanmış olsa da belli bir dinin inanç ve yaşam tarzı önerileriyle sınırlı kalmak durumundadır. Esasen bu sınırlılık, dindar insanların danışmanlık sorunlarına doyurucu çözümler sunsa bile bütün bir insanlığın birikiminden yoksun olmak ve toplumdaki dindar olmayan insanlara hitap edememek gibi bir sonuca yol açmaktadır.

Buna karşın manevi danışmanlık, psikoloji başta olmak üzere bütün bir insanlığın birikimine daha açıktır. Bu birikimin içinde dinler de bulunduğundan dolayı MDR'nin, dini olandan daha kapsayıcı olduğu ortaya çıkmaktadır. Öte yandan manevi ile dini danışmanlığın birbirine rakip olmaktan çok, birbirini destekler biçimde uygulanmasının da mümkün olduğu söylenilebilir.

MDR bağlamında danışılan, danışanın dinî hassasiyetleri olduğunun farkına varınca danışmanlığını dinsel içeriğe doğru kaydırması beklenir. Benzer bir biçimde dini danışmanlık ve rehberlik bağlamında danışılan, danışanın dine karşı bir tavır aldığının farkına varınca danışmanlığını seküler içerikli manevi içeriğe doğru yönlendirmesi gerekecektir. Bu sürecin başarılı bir şekilde olması için danışılanın hem psikolojik hem de o toplumun dini bakımından birikiminin yetkin olması gerektiği açıktır (Kılınçer 2017: 68, 70). Sonuç olarak, MDR uygulamalarının başarılı olması için yetkin bir teolojik temele dayanması bir zorunluluk olarak gözükmektedir. Manevi danışman, yeri geldiğinde bir teolog gibi düşünebilmeli, bunun için de önceden gerekli bilgi donanımına ve yeterliliğe sahip olmalıdır (Şahin, 2014: 60).

Teolojik açıdan bakıldığında manevi danışman, Tanrı'nın insandan ve insanın Tanrı'dan bekledikleri arasında aracılık konumunda bulunan bir görevli gibidir. Sözgelimi danışanın teselli edilme ve kaygı gibi sıkıntılarında manevi danışmanlık, Tanrı'nın bağışlayıcılığının ve rahmetinin enginliğinden söz ederek teselliyi Tanrı'da bulacağı şeklinde rehberlik yapabilir. Bu yaklaşım göz önüne alındığında MDR'nin gerçek öznesi Tanrı, danışılan ise bir haberci/aracı konumundadır. Danışan ise rehberliğin, nesnesi konumundadır. Bir zamanlar manevi danışmanlığın nesnesi, daha büyük oranda yalnızca günahkâr insanlar olarak görülürdü. Oysa günümüzde inançsal krizler yaşayanlar kadar, psikolojik yardıma ihtiyaç duyan sıradan insanlar da manevi danışmanlığa muhatap olmaktadır (Şahin, 2014: 61).

MDR'nin temel ilkelerinden birini, Thurneysen çok açık bir şekilde formüleştirmiş gözükmektedir. Buna göre danışanın, insan hakkındaki görüşlerinin neler olduğunu öğrenmek, bu kişinin nasıl bir manevi danışmanlıktan fayda sağlayacağını anahtarını vermektedir. MDR'nin, danışanın kişisel özelliklerine göre çeşitlenmesi gerektiği söylenilebilir. 1937 yılında basılan bir ansiklopedide, danışanın cinsiyetine, yaşına ve medeni durumuna göre manevi danışmanlığın verilmesi

gerektiği belirtilmektedir. Sözelimi erkeklere daha sert ve güçlü, kadınlara ise daha hassas bir danışmanlık yaklaşımı önerilmektedir (Şahin, 2014: 61-62).

MDR'nin amaçları, anlayış ve yaklaşımlara göre çeşitlilik kazanmaktadır. Mesele dinsel inanç bağlamında ele alındığında manevi danışmanlığın amacı danışanı, Tanrı inancına götürmek ve görevi ise Tanrı-insan arasında olumlu bir ilişki kurmaktır. Ancak rehberliğin amacı, acı ve ıstırap gibi danışanın yaşadığı çeşitli psikolojik sorunların çözümüne katkı sağlamak ise bu durumda danışman, sözü edilen kişinin yanında ve tarafında olma görevini üstlenir. Bu dünyanın mutlak bir iyilik ve mutluluk yuvası olmadığı, insanın imkan ve şartlar ölçüsünde bunlara ulaşılabilceği vurgulanır. Bu açıdan bakıldığında manevi danışmanlık, bir sağaltma ve iyileştirme amacı taşır. Danışmanla yaptığı görüşme sürecinde danışan cesaretlendirilir. Böylece bu kişinin, - sözelimi dini geleneği izleyerek- başkalarının başarmış olduğı şeyleri kendisinin de yapabileceğine inandırılması sağlanarak benliğini yeniden bütünleştirmesine kapı aralanabilir. Bu sayede danışan, kendini tutsak almış olan günah, kaygı ve ıstırap gibi psikolojik sıkıntılara bir son verip kendi özgürlüğünü ve saygınlığını yeniden kazanabilir (Şahin, 2014: 63).

MDR'nin evrensel ilke ve yöntemler bulunmakla birlikte, teolojik boyut göz önüne alındığında, belli bir dinin göz önüne alınması gerektiği açıktır. Bir başka deyişle danışan, hangi dine mensupsa manevi rehberliğin bu dinin kutsalları bağlamında şekillenmesi normal bir durumdur. Ülkemizde en yaygın din İslâm olduğı için, danışan büyük bir olasılıkla Müslüman bir birey olacak; manevi rehberlik İslâm'ın inanç, ibadet ve uygulamaları çerçevesinde gerçekleşecektir.

2.3.1. Kutsal Kitabın Doktrinel Yorumu

Kutsal kitap; kullarına yol göstermek için elçilerine vahiy yoluyla Allah'ın gönderdiklerinin yazıya geçirilmiş halidir. Kutsal kitaplar, Tanrı'nın bir lütfu ve armağanı olarak görülebilir. Zira insan, kendisi için doğru inanç ve yaşam yolunu bulmak veya bu yolu disiplinli bir şekilde izlemek hususunda kusurlu ve zayıf bir canlıdır. Bu zayıflığın kendini gösterdiği bir başka husus ise kutsal kitabı anlamadaki yetersizliklerdir.

Kur'an-ı Kerim'de Tevrat; İnsanlar için bir hidayet (Al-i İmran, 3/4; Mü'min, 40/53) ve akıl sahipleri için bir öğüt ve doğruluk rehberi (Mü'min, 40/54) olarak nitelendirilmiştir. İncil'i de içerisinde hidayet ve nurun bulunan; Allah'a karşı gelmekten sakınanlar için doğru yola ileten ve öğüt içeren (Maide, 5/46) bir kitap olarak tavsif etmiştir. Kur'ân-ı Kerim kendisini; hak ve kendisinden öncekileri doğrulayıcı (Al-i İmran, 3/3-4), insanlar için bir hidayet rehberi, doğru yolun ve hak ile batılı birbirinden ayırmanın apaçık delilleri (Bakara, 2/185), huşû sahiplerine bir öğüt (Taha, 20/2-3), öğüt veren (Sad, 38/1), Allah'a karşı gelmekten sakınanlar için yol gösterici (Bakara, 2/2), mübarek bir öğüt (Enbiya, 21/50) olarak nitelendirilmiştir.

MDR'nin, genelde din ve özelde ise bu dinin kutsal kitabıyla ilişkisinin, biri olumsuz ve diğeri olumlu olmak üzere iki yönlü olduğu ifade edilebilir. Olumsuz yön ise kendi içinde iki açıdan ele alınabilir. Bunlardan birincisi; ülkemiz başta olmak üzere İslâm dünyasında bir bilim dalı olarak psikolojiye uzak kalmayı önceleyen soğuk bir yaklaşım sergilenmesidir. Bu yaklaşımın birkaç nedeni bulunur. Psikolojinin bir bilim dalı olarak ortaya çıkmasını sağlayan en önemli şahsiyetlerden olan Freud'un dini, bireyin kurtulması gerektiği bir tür rahatsızlık ve nevroz olarak nitelendirmesi, dindar insanların psikolojiye önyargılı yaklaşımlarına yol açmıştır. Her ne kadar Jung, Adler gibi sonraki bilim adamları psikolojinin dine bakışını yumuşatmış olsalar da, dindarların psikolojiye yaklaşımları çok fazla değişmemiştir. Bunun sebebi ise daha çok dindarların, Batı'ya karşı tutumları ile din ve kutsal kitap tasavvurları etkili olmuştur. Buna göre psikoloji, Batı kaynaklı bir bilim dalıdır; bu nedenle İslâm inancı ve ibadet anlayışları ile uyuşmayan ilke ve yöntemlerle kurgulanmıştır. Bu yaklaşımın bir adım sonrası ise İslâm'ın her açıdan yeterli olduğu anlayışıyla müslüman olanın psikoloğa ve dolayısıyla psikolojiye ihtiyaç duymayacağı şeklinde bir düşüncenin oluşmasıdır. Zira, iman ve ibadet açısından eksiklikleri bulunan biri psikolojik hastalıklara yakalanır (Kılınçer, 2017: 69, 70). Bu bakış açısına sahip olan dindar birinin, bir bilim olarak Psikolojiye saygı duyması beklenemez.

MDR'nin, din ve kutsal kitapla olumsuz ilişki kurmasının ikinci yönü dindarlığın bazı durumlarda psikolojik birtakım rahatsızlıklara yol açmasıdır. Bu bağlamda kutsal kitabın yanlış yorumlanması özellikle dikkat çekicidir. Bu çerçevede Maun suresinin çevirisi bir örnek olarak verilebilir. Nitekim bu surenin ilk kısmında dini inkâr ederek yalanlayan bir kişilik söz konusu edilmekte bu kişinin aynı zamanda

yetimi itip-kaktığı ve yoksulu yiyip-içermeye yanaşmadığı belirtilmektedir. Surenin ikinci kısmında ise bağlam birdenbire değişir. Bu kısım ise namaz kılanların bazılarına yönelik sert bir kınama ile başlar. Bu namaz kılanlar, iyiliğe engel olan, insanlara gösteriş için namaz kılan ve bu nedenle de aslında namaz kılmamanın özünden uzak kalmış olan insanlardır. Maun gibi kısa bir surenin iki temel konuya ayrılması, ilkinde yetime ve yoksula yardım etmekten kaçınan dini inkâr edenlerden söz edilirken, ikinci kısımda iyilik yapmaktan kaçınan –münafıklık gösteren- ve namaz kılan Müslümanlardan söz edilmesi psikolojik olarak dindar bir insanı kaygıya sevk etmektedir. Kanımızca bu kaygının temelinde Kur’ânı Kerim’in kendi metni olmaktan çok, Arapça metnin Türkçeye yanlış çevrilmesinden kaynaklanmaktadır. Zira Mekke’de inen bir surede, münafık gibi namaz kılan bir sahabenin olması makul gözükmemektedir. Nitekim metinde geçen “musallin” kelimesi, yalnızca namaz kılanlar anlamına gelmemekte ve daha çok ibadet edenler anlamına gelmektedir. Bu durumda Maun suresi esasen iki ayrı özneye değil tek bir özneye ve tipe hitap etmektedir. Buna göre bazı insanlar yalnızca dini inkâr etmek gibi bir inanç sapkınlığı yapmakla kalmamakta, onlar yetimi itip-kakmak, yoksulu yedirip içirmemek ve iyiliklerin yapılmasına engel olmak gibi kötü ahlaki davranışları işlemekte ve bundan dolayı –kendi dinlerine göre- yaptıkları ibadetlerin de kendilerine bir yarar sağlamadığı ifade edilmektedir. Bu açıklamalar sayesinde anlaşılmaktadır ki bir kutsal kitabın yanlış bir biçimde çevrilmesi ya da yorumlanması, insanın psikolojik sıkıntılara düşmesine yol açabilmektedir.

MDR’nin, din ve kutsal kitapla olumlu ilişki kurması ise iki yönlü olarak değerlendirilebilir. Bunlardan birincisi, başta kutsal kitap olmak üzere dini anlamada hatalı olan algı ve yorumların düzeltilmesiyle danışanın psikolojik sorunlarının çözümlenmesi, kişinin sağlıklı bir hayata yeniden kazandırılmasıdır. Sözgelimi abdest alma, gusül etme gibi dini ritüeller hususunda obsesyonlar geliştiren bir dindarın, manevi danışmanlık aracılığıyla bu obsesyonlardan kurtulması, huzurlu bir şekilde namaz kılmasını sağlayacaktır. MDR ile kutsal kitap arasındaki olumlu ilişki türünün ikincisi; depresyon, travma, asosyalite, anksiyete gibi psikolojik sorunların çözümüne kutsal kitapların katkı sağlamasıdır (Kılınçer, 2017: 72).

Kutsal kitapların yorumlanmasının bir başka boyutu ise bu kitapların bazı biyolojik veya psikolojik ihtiyaçlar açısından kullanılması oluşturmaktadır. Sözgelimi

cin çarpması, nazar değmesi gibi psikolojik sorunların çözümü için bazı ayet ve surelerin seçilip danışana şifa olarak okunmasıdır. Orta çağlarda bu uygulamanın, günümüzde tıbbi olarak tedavisi oldukça kolay olan biyolojik ve fizyolojik hastalıklar için de kullanılmış olduğu gözden uzak tutulmamalıdır. Tüm bu uygulamalar, dinsel veya geleneksel iyileştirme yöntemi olarak adlandırılmaktadır. Ayrıca bu durum, “dua okumak” şeklinde daha genel bir kavrayış çerçevesinde de temellendirilebilir (Sarı, 2016: 136).

Hayatı anlamlandırmada dini kavramlardan biri, imtihan anlayışıdır. Bu tasavvur çerçevesinde insan, hayatta yüz yüze kaldığı sorunların Allah tarafından kendisine yöneltilmiş bir sınav olduğunu; bu sorunların üstesinden gelmekle bu sınavı başarmış olacağını düşünebilir. Kur’ân-ı Kerim’de Hucurat 49 /3 ve Mümtehine 60/10 gibi iki yerde imtihandan söz edilir. Hucurat suresindeki ayette, sahabenin Peygamberimizin huzurundayken seslerini yükseltmeden konuşmalarının Allah’ın, kalplerini takva ile imtihan ettiği kişiler şeklinde tanımlar. Mümtehine suresinde ise imanlarıyla imtihan edilip hicret eden kadınlardan söz edilir. Bu iki ayette de, iman ile imtihandan söz edilmesi, hayatın anlamı ile iman ve yaşam arasındaki ilişkiyi perçinlemektedir (Kula, 2016: 49-50).

Öğrenen, tecrübe eden ve anlayan ve bir varlık olarak insan, karşılaştığı olayları bu tür birikimiyle çözümlemek ister. Kur’ân-ı Kerim’de söz edilen kıssalar, insanlığın yüz yüze geldiği varoluş sorunlarından ve bunların ahlakî çözümlerinden söz etmekle kişinin bilgi dağarcığını zenginleştirmektedir. MDR açısından bu tür kıssalar, kişinin hastalık, iftira, toplum baskısına uğrama gibi zorluklar karşısında nasıl ve ne türden bir tepki vermesi gerektiği hakkında örneklikler sunar (Kula, 2016: 50).

MDR’de bir diğer önemli kavram, kader anlayışıdır. Allah’ın her şeyi belli bir plana göre yaptığını anlatmak için kullanılan kader kavramı, aynı zamanda kişinin başına gelen olayları anlamlandırmasına katkı sağlayacak niteliktedir. Kader, bir yandan yaşanan bir olayın belli bir kuraldan kaynaklandığını anlamak gibi uyandırıcı bir bilinç kazandırır. Diğer yandan kader anlayışı, gerçekleşen ve ortaya çıkan her şeyin Allah’ın bir takdiri olduğu fikriyle Allah’a sığınma yaklaşımını ve bu durumu kabullenme anlayışını da ortaya çıkartır. Öte yandan Kur’ân-ı Kerim’in temel yaklaşımına ters düşme pahasına insandan sorumluluğu kaldıran ve her şeyin Allah’ın bir fiili olarak yorumlanan bir kader anlayışı da yaygınlık kazanmıştır. Esasen dini

anlayışa ters düşmekle birlikte bu kader anlayışının da insana bir savunma mekanizması kurması bakımından olumlu bir yanının olduğu söylenilebilir.

Savunma mekanizmaları psikolojide insanın engellemelere karşı direncini güçlü tutması ve böylece hayatını sürdürmesini sağlaması bakımından yararlıdır. Bununla birlikte, kontrolsüz biçimde savunma mekanizmalarını kullanmak, insanın kendini aldatarak hayattan kopmasına ve çevreyle uyumsuzluğa düşmesine de yol açabilir. MDR ise kişinin kaderi bir savunma mekanizmasının ötesinde kullanıp kullanmadığı hususu incelikle takip edilmelidir. Bu bağlamda dini metinlerdeki kader anlayışını öne çıkarmak anlamlıdır. Zira Kur'an-ı Kerim'deki anlamıyla kader; Allah'ın evrendeki her şeyi bir ölçü ve düzen içinde ve belli bir amaca yönelik olarak yarattığını ifade eder. Böylesi bir yaklaşım ise insana, eylemlerinin sorumluluğunu alma ve sorunları gerektiği gibi çözümleme bilinci verir ve kişinin depresyona düşmesinin önünü kesebilir. İnsanların yüz yüze geldiği olayları Yüce bir varlığın bilgisi ve kudreti sayesinde vuku bulduğu şeklinde kavramak, yani olaylara maneviyat ve dindarca yaklaşmak, Stark'ın hikmet hipotezi olarak isimlendirdiği bir depresyon önleyici çerçeve sunmaktadır. Her işin ve olayın bir hikmeti olduğu tarzındaki bir kavrayış, insanın yaşadığı sorunları acı, üzüntü ve ıstırap gibi negatif bir algılamaktan çıkarmakta ve iyimser ya da olumlu bakışa doğru çevirmektedir (Kula, 2016: 51-52).

2.3.2. Peygamber Uygulamaları ve Dinsel Gelenek Kavramı

Bireyin dini veya manevi gelişiminde rol modellerin önemi yadsınamaz. Nasreddin Hoca'nın bir fıkrası, Anadolu irfanında rol modelin öneminin nasıl kavranmış olduğunu gösterir. Bir gün Nasreddin Hoca'dan, çok şeker yiyen bir çocuğa nasihat vererek şekerini azaltmasını sağlaması istenir. Nasreddin Hoca, bu istekte bulunanlardan çocuğu kendisine bir ay sonra getirmelerini ister. Bir ay boyunca şeker yemeyen Nasreddin Hoca, sürenin sonunda kendisine getirilen çocuğa, çok şeker yememesini öğütler. Bu fıkranın kıssadan hissesi, maneviyatta rol modelin etkisini ve önemini göstermesidir (Meydan, 2015:318).

Hz. Muhammed Müslümanlar için dini, bütün bir insanlık için ise manevi bir rol modelidir. Hz. Muhammed'in küçük yaşlarında iken yetim ve öksüz kalmasına rağmen ahlaklı ve güvenilir bir insan olarak kendini yetiştirmesi, hatta müşriklerin bile

kendisine güvenmeleri onun manevi bir rol model olarak görülmesini anlaşılır kılmaktadır. Öte yandan bir peygamber olmasına rağmen Hz. Peygamber'in zor günler yaşaması, onun da güçlüklerle karşı sabretmesi ve çabalaması yalnızca Müslümanlar için değil tüm insanlar için de bir rol model olarak görülmesini kolaylaştırmaktadır (Meydan, 2015: 319).

Yaparak ve yaşayarak öğrenme, günümüzde etkin olarak kabul edilen en önemli öğretim yöntemlerinden biridir. Dini ve manevi uygulamaları gerçekleştirmek de kişinin manevi duygularını güçlendirir. Dindar bireyler için Allah'ın elçileri olarak peygamberlerin uygulamaları, psikolojik sıkıntıların çözüme kavuşturulmaları hususunda birer örneklik sunmaktadır. Bunun gerekçelerinden biri de, bizzat peygamberlerin kendi sıkıntı ve sorunlarının bizzat Allah tarafından vahiy yoluyla çözüme kavuşturulmuş olmasıdır. Sözelimi Kur'an-ı Kerim'de Hz. Muhammed için "Rabbin seni yolunu şaşırmış olarak bulup da seni doğru yola iletmedi mi?" (Duha 93:7) demek suretiyle Allah'ın peygamberlere yol gösterdiği ifade edilmektedir. Bu açıdan bakıldığında peygamberlerin de insanoğlunun sıkıntılarına çözüm getiren uygulayıcılar olduğu söylenilebilir.

Hayatta karşılaşılan sıkıntı, stres, bunalım kısaca insanın yaşadığı tüm acılar evrenseldir. Henüz vahiy sürecinin ilk aşamalarında Hz. Peygamber'in bir tedirginlik yaşamış, yolda aldığı vahiyden sonra hemen evine gidip üstüne bir örtü alarak yatmış ve sevgili eşi Hz. Hatice'nin Hz. Peygamber'in bu durumunu çözüme kavuşturması için akrabası olan Varaka b. Navfel'e danışmak için götürmüştür. Bu tarihsel gerçeklik, Hz. Muhammed'in de bizzat sıkıntı yaşadığının ve danışmanlıkla bunu çözmek istemesinin bir örneği olarak görülebilir.

Hz. Muhammed'in Müslümanlar için rol model olduğuna, Kur'an-ı Kerim'de değinilir. "Andolsun, Allah'ın Resûlünde sizin için; Allah'a ve ahiret gününe kavuşmayı uman, Allah'ı çok zikreden kimseler için güzel bir örnek vardır" (Ahzab, 33/21). Hz. Peygamberin yetim doğması, annesini çocuk yaşta kaybetmesi, bazı akrabaları tarafından kötü muamelelere maruz kalması, inandığı değerler uğruna hicret etmek zorunda kalması, evliliği, çocukları, dostları, yaşadığı acı ve kayıplar gibi konuların her biri aslında bütün bir insanlık için örneklik ve rol modellik sunmaktadır.

Hz. Peygamber bazı konularda hiçbir şey söylemeden direk yaşantısı, hal ve hareketleriyle ashabına örnek olarak gereken rehberliği yapmıştır. Bu çerçevede Hz.

Muhammed'in çocuklara yaptığı şakalar dikkat çekicidir. Hz. Peygamber, on yaşından beri yanında olan Enes'e 'iki kulaklı' diyerek şakalaşmıştır (Tirmizî, Birr ve Sıla, 57; Ebû Dâvûd, Edeb, 84). Arada sırada Enes'in ailesini ziyaret eden Hz. Peygamber, çok sevdiği kuşunun ölmesinden dolayı Enes'in kardeşi Umeyr'i üzgün görür. Bunun üzerine kelime oyunuyla 'Ey Umeyr! Ne oldu Nuğeyr'e? (serçeye)' diyerek şakalaşmış ve çocuğun üzüntüsünü dağıtmıştır (Buhârî, Edeb, 112; Müslim, Âdâb, 30). Bir başka gün de Hz. Peygamber kovadan ağzına aldığı suyu, beş yaşlarında olan Mahmûd b. Rebi'nin yüzüne püskürterek şakalaşmış ve oynamıştır (Buhârî, İlim, 18). Bu şakalaşma örnekleri Hz. Muhammed'in asık suratlı bir yasa koyucudan çok, insanlığın bütün sorunlarına ilgi gösteren bir elçi olarak algılanmasını sağladığı söylenilebilir.

Hz. Muhammed, bir peygamber olmakla birlikte insanların iradesi üzerinde bir hükümlerlik kurmayı talep etmemiştir. Nitekim Kur'ân-ı Kerim'de bu husus şöyle vurgulanır: "Size Rabbinizden apaçık belgeler gelmiştir. Kim bunları görürse kendi lehine, kim de körlük ederse aleyhinedir. Ben sizin üzerinizde bekçi değilim" (En'am, 6/104). Bu yaklaşım, modern danışmanlık ve rehberlik yaklaşımıyla uyumludur. Zira dini terminolojiyle tebliğ ve MDR terminolojisiyle yol gösterme, insanın özgürlüğünü ve yeteneklerini göz önüne alarak o kişinin durumuna göre en iyi olanı göstermedir.

Yahudilik ve İslâm inancında peygamberlik anlayışı, özellikle doğu dinleriyle karşılaştırıldığında son derece önemli gözükmektedir. Bu iki dinde peygamberler, âlemlerin tek yaratıcısının, elçileridir. Bu elçiler, insanları Tanrı'nın istediği biçimde yaşamaları için kılavuzluk yapacak ve böylece cennette O'na yakın olmalarını sağlayacaklardır. Ayrıca onların sözleri, emirleri ve uygulamaları ya bizzat Tanrı'dan gelmektedir ya da Tanrı'nın onayından geçmektedir. Hristiyanlıkta ise peygamberlik tasavvurunun dolaylı olarak zirveye çıktığı görülür. Zira Yahudilik ve İslâm'da peygamberler, insanlar arasından seçilirken Hristiyanlıkta Hz. İsa, bir insan değil bizzat Tanrı'nın oğlu olarak görülmektedir. Sonuç olarak bu üç dinde peygamberlik tasavvuru, MDR'nin yeryüzündeki en iyi örnekliği olarak görülür.

MDR'nin teolojik dayanağı, Tanrı'nın insana olan merhameti ve sevgisidir. Öyle ya da böyle psikolojik kriz yaşayan dindar insanlar, hem bu krizlerin gerçek sebebinin Tanrı olduğunu kabul ederler hem de bu krizlerden çıkış yolunu O'nun

vereceğine inanırlar. Bu çıkış ise ancak Tanrı'ya ve O'nun insanlara gönderdiği elçilerin hayatlarını izlemekle mümkün olacaktır.

Hız. Muhammed, bir Müslüman için, en güvenilir bir danışmandır. Başta Hız. Muhammed olmak üzere Kur'an-ı Kerim'de kendilerinden söz edilen peygamberlerin başlarından geçen olaylar, acı dolu günler manevi rehberlikte kişiyi güçlendiren örnekler olarak görülebilir. Bu noktada, sevgi kavramı en belirgin temel kavram olarak gözükmektedir. İslam'da Hız. Muhammed'in bir insan olduğu kesin bir dille vurgulanmakla birlikte, özellikle tasavvufun ve Nur-u Muhammedî anlayışıyla onun, Allah'ın en sevgili ve değerli yaratılanı olarak görülür. Bir başka deyişle Allah ile Hız. Muhammed arasında derin bir sevgi ilişkisi kurulur. Ayrıca "Biz seni alemlere rahmet olarak gönderdik" (Enbiya 21:107) ayeti çerçevesinde Allah ile Hız. Muhammed arasındaki bu sevgi köprüsü, Allah'tan tüm yaratılmışlara, ama özellikle Müslümanlara doğru olmak üzere genişletilir.

Sevgi üzerinden kurulan bu köprü, MDR'de danışanın Hız. Muhammed'in söz, fiil ve uygulamalarına bağlanmanın temel motivasyonunu sağlamaktadır. Bir başka deyişle danışan, Hız. Muhammed'in önerilerini adım adım izlemesi sayesinde, kendisinin de Allah'ın sevgili kulları arasına katılma şansının doğabileceğini düşünür. Bu bağlamda Hız. Muhammed'in günde yetmiş ya da yüz kere "estağfirullah / Allah'tan bağışlanma diliyorum" şeklinde teşbih çektiği şeklindeki hadis önemli gözükmektedir. Müslümanlar, Hız. Peygamber'in ismet sıfatına sahip olduğuna yani hiçbir bakımdan günahsız olduğuna inanmaktadır. Buna rağmen peygamberin her gün Allah'tan bağışlanmasına yönelik dua etmesi, kendisi için değil, Müslümanlara örnek olması içindir. Bu yaklaşım bağlamında danışan, Hız. Muhammed'in tespih çekme fiilini aynen taklit ederek, onun rehberliğine bağlanarak Allah ile kendisi arasında sevgiye dayalı bir iletişimi kurmuş olmaktadır.

Gerek peygamberlerin kendi öneri ve uygulamaları gerekse kendisinden sonraki dönemlerde kültür hayatına eklenen dinsel içerikli uygulamalar, kısacasıyla bütün bir dinsel gelenek sepeti, insanın aşkın varlıkla iletişim kurma yöntemleri olarak algılanır. Yüce ve aşkın olanla tecrübesine güvenilen peygamberin yolunu izleme tecrübesi, insanın anlam arayışını olumlu anlamda etkiler.

Maneviyatın, insanların yaşamlarına ne türden bir anlam sağladığını keşfetmenin yöntemlerinden biri, manevi sembollerin hayatı dönüştürmede veya

sürdürmedeki etkisidir. MDR, ibadetler gibi dinsel ritüellerin ve dinsel geleneklerin, insanın psikolojik yapılarına ve duygularına etkisini göz önüne almalıdır. Bu etki, ibadetlerin birtakım fiziksel hareketler olmasından öte kişinin duygu dünyasına etkisi açısından değerlendirilmesini gerektirir. Buna göre namaz kılan birinin el-kol hareketleri ya da oruç tutan birinin gün boyunca aç ve susuz kalmasının ötesinde ve bütün bu davranışları gerçekleştirirken neler hissettiği dikkate alınmalıdır.

Dini geleneklere bağlılığın, özellikle yaşlılık döneminde arttığı ülkemizde kolaylıkla gözlemlenir. Zira yaşlıların dinsel geleneğe dair davranışları gerçekleştirmek için daha çok zamanları vardır ve daha da önemlisi, âhiret inancı sayesinde dinsel geleneklere gösterilen ilgi yaşlılığın getirdiği bazı psikolojik sıkıntılara göğüs germeyi daha kolay bir hale getirmektedir. Yaşlıların ibadetler gibi dinsel geleneğe dair davranışlarla meşgul olmaları, onlara huzur ve sevinç duygusu vermektedir (Akgül, 2009: 46).

Frankl, hayatı anlamlandırma isteğini insanın temel güdülerinden biri olduğunu; insanlara bir kurtuluş öğretisi ve buna uygun bir hayat tarzı vadetmek yoluyla dinlerin, bu anlam arayışına pozitif katkılar yaptığını belirtmiştir. Bu çerçevede Frankl, dinsel içerikli uygulama ve geleneklerin insanın psikolojik sıkıntılarını gidereceğini ifade eder (Çelikel, 2013:64-65).

Peygamber uygulamalarının bir kısmı, ibadetler ve dinsel geleneklerdir. Bu tür uygulamalar, Müslüman olan danışanların, MDR etkinliklerinin dinsel çerçevede şekillenmesine yol açmaktadır. Sözgelimi doğan bir çocuğa kültürel-dini gelenek ve törenlerle isim verilir. İslâm geleneğinde doğan çocuğun sağ kulağına ezan ve sol kulağına kamet okunur, ardından da hem sağ hem de sol kulağına doğanın isminin söylenir. Bu dinsel ritüel, bilince sahip olmaması dolayısıyla yeni doğmuş çocuğa ilişkin gözükmemektedir. Buna karşın manevi danışmanlık açısından dinsel kültür çerçevesinde isim vermek, anne-baba başta olmak üzere yakın aile çevresi için psikolojik, geniş aile ve toplum nezdinde ise sosyolojik bir temel sağlamaktadır. Evlenme ve ölüm törenlerindeki dinsel-kültürel uygulamalar için de benzer değerlendirme geçerlidir (Şirin, 2013: 202).

Peygamber uygulamaları ve dinsel gelenek bağlamında ibadetler, MDR'ye psikolojik bir temel sağlamaktadır. Buna göre ibadetler, Tanrı ile kul arasındaki inanç ve duygusal bağlılığın ritüel olarak ifade edilmesini sağlamaktadır. Sözgelimi namaz

kıldığı süre boyunca bir Müslüman, dünyayla tüm ilişkisini keser ve tabir-i caizse yalnızca Allah ile konuşur. Dinsel kültürde namaz kılmak, borcu ödemek kavramıyla da ifade edilmektedir. Bu deyim de kendini işaret ettiği gibi namaz kılmak, hiçbir günahı olmasa bile Müslümanın, Allah'ın verdiği cana ve bütün nimetlere karşı şükranının bir ifadesidir. Kaldı ki genel olarak bir Müslüman, günahı olmadığını ileri sürece kadar kibirli değildir. Bu çerçeveden değerlendirildiğinde namaz kılmak, Müslüman birey ile Allah arasında bir iletişimin yanı sıra kendini günahkar hissetme ve bundan dolayı Allah tarafından affedilme umudu taşımanın bir göstergesidir (Şirin, 2013: 202-203).



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİĞİN TRAVMA TÜRLERİNE ÖZGÜ TEMELLER

MDR'nin, dinsel bir çerçeve içinde ele alınması, ülkemiz söz konusu olduğunda İslâm inancı bağlamında incelenmesi anlamına gelecektir. Bu durumda, İslâm'ın teolojik inançları ve günlük hayata dair önerileri, kısaca dinin bilişsel yönleri, danışanın manevi sorunlarının çözümü için hem bir çerçeve hem de kabul edilebilir öneriler sunma imkanı sağlayacaktır. Bu bağlamda; yaşanan bu hayatın geçici olduğunu kavrama ve dolayısıyla ahiret hayatını da yaşamın bir parçası haline getirme, danışanın çeşitli konularda duyduğu kaygıların daha büyük bir amacı olduğunu kavrayarak bu kaygılarla yaşamasını öğrenmesine ya da bütünüyle bu kaygılardan dan kurtulmasına bir fırsat tanıyacağı söylenilebilir (Sarı, 2016: 136).

Manevî danışmanlık ve rehberlik, teorik yaklaşımı yanında uygulama alanı da bulunan bir disiplindir. Bu disiplinin uygulaması temel olarak bir danışma ilişkisi olup teorinin danışan/danışılan diyalogu çerçevesinde gerçekleştirilmesidir. Klasik psikiyatri danışmanlığından farklı olarak manevî danışmanlık ve rehberlik uygulamasında, danışmanlığın spiritüel yani manevi boyutu öne çıkmaktadır. Böylece manevî danışmanlık ve rehberlik, danışanların stres, depresyon ve kaygı gibi psikolojik durumlarla baş etmelerinde manevi alanın katkısını devşirilebilecektir.

Manevî danışmanlık ve rehberlik uygulamalarının çeşitli boyutlarından söz edilebilir. Bu boyutlardan biri, danışanın desteklenmesidir. Hastane, huzurevi, yetiştirme yurdu ve cezaevi gibi toplumun dışında kalmaya yol açan yerlerde yaşayan, bu nedenle psikolojik ve sosyolojik açıdan desteklenmesi gereken bireylerin manevi olarak desteklenmesidir. Diğer bir boyut ise yönlendirmedir. Bu yönlendirme iş ve eş seçme gibi toplumsal sorunlar olabileceği gibi hayatın anlamını kaybetme gibi psikolojik ve teolojik meseleler de olabilir. Bir başka deyişle yönlendirme boyutuyla danışma, psiko-sosyo-teolojik alanlara doğru uzanmaktadır Çalışmanın bu bölümünde MDR'nin uygulama alanlarına özgü birtakım temeller tahlil edilecektir.

MDR disiplininin, dini bir destek olarak görülmesi doğru bir yaklaşım değildir. Manevi danışmanlık ile din arasında konu benzerliği yadsınamaz. Bununla birlikte MDR disiplini, dinsel konularda yaşanan sıkıntıları da kapsayan daha geniş bir

perspektif sunmaktadır. Bir başka deyişle dinsel literatür, insanların yaşadığı psikolojik sorunlara ilişkin olmak üzere kendi geleneği çerçevesiyle sınırlı kalırken manevi danışmanlık, bütün dinsel gelenekler ve psikoloji biliminin verileri de dahil olmak üzere insanlığın bütün birikiminden yararlanmaktadır. Öte yandan dinsel danışmanlık, yalnızca kendi müminlerine yönelik bir hizmet sunarken manevi danışmanlık, hayatın anlam ve amacı konusunda şüpheler yaşayan veya bütünüyle kaybeden bütün insanlarla ilgilenir. Bu durumda manevi danışmanlığın, acı ve kederle kuşatılmış danışanlarına bütüncül bir biçimde yaklaşacağı açıktır (Kesgin, Erdem, 2018: 71).

Yaklaşık son iki yüzyıldır din ve maneviyat gibi kavramlar, pozitivist bilim anlayışı çerçevesinde bilim çevrelerinden dışlanmış. Pozitivist bilim anlayışına göre dinsel ve manevi / metafiziksel yaklaşımlar, ölçülebilir bir bilgi veremez ve bu nedenle de bilimsel ölçütleri karşılayamaz. Bilimi oldukça katı sınırlara hapseden pozitivist bilgi ve bilim anlayışında son dönemlerde bir çözülme yaşanmaktadır. Aleyhlerine pek çok eleştiri yapılmış olmasına karşın dinsel inançları ve manevi veya metafizik anlayışların, intihar eğilimli veya bazı kanserlerden kurtulma süresinde hastalara iyileştirici katkılar sağladığı pek çok araştırma tarafından doğrulanmıştır. Bu türden vakalar, psikolojik sorunları bulunan danışanlara MDR'nin önemini göstermektedir (Kesgin, Erdem, 2018: 80).

Pozitivist karakterli dar bilim anlayışından sıyrılmasıyla birlikte psikoloji, insana daha bütüncül bir yaklaşım çerçevesinde incelemeye girişmiştir. Bu çerçevede insanın, biyolojik yanı kadar psikolojik yanının da bulunduğu; birindeki sağlıksızlığın diğerini de tetiklediği şeklinde bütüncül bir paradigma benimsenmiştir. Benzer bir tavır, dindar insan söz konusu olduğunda da gösterilmektedir. Buna göre insan, yalnızca Tanrı'ya karşı sorumluluklarını yerine getiremeyen, günah işlemekten kaçınmayan ve bu yüzden Tanrı karşısında mahcup ve zavallı olan bir kul olarak görülmemektedir. İnsanın aynı zamanda, hayatını anlamlandırmaya çalışan, hayatın zorlukları karşısında hem ruhunun hem de bedeninin ihtiyaçlarını karşılamaya gayret gösteren, manevi yönü de bulunan bir canlı olduğu anlayışı yaygınlık kazanmıştır (Esendir, 2016: 21). Nitekim Dünya Sağlık Örgütü'nün (WHO), insan sağlığını, hastalık veya bedensel özür lülüğün bulunmayışı şeklinde değil, bedensel, psikolojik ve sosyal bakımdan tam bir iyilik durumu olarak tanımlar. Bu tanıma göre insanın

manevi boyutunun göz önüne alınması, sağlığını korumanın bir parçası olarak görülmektedir. Bu çerçevede insan, ruhuyla ve bedeniyle bir bütün olarak anlaşılmalı ve sağlığı da bu bütünlüğün iyi ve düzenli çalışması olarak görülmelidir (Esendir, 2016: 22).

3.1. GİDENİN ARDINDAN: KAYIP VE YAS

Psikolojide kayıp ve yas, birbirini gerektiren iki durumdur. Buna göre kayıp; kişinin sahip olduğu bir şeyi yitirmesi yas ise kişinin hayatında önem ve değeri bulunan bir şeyin kaybolmasından sonra yaşanan elemli süreç anlamına gelir. Bir insanın kaybettiği şeyler; ölüm, kalıcı hastalık veya sakatlık, boşanma, göç gibi somut kayıplar olabileceği gibi saygınlık, güven, özgürlük, hayal kurma kaybı gibi soyut kayıplar da olabilir. Hangi türden olursa olsun bir kaybın arkasından kişinin hem kendine hem de çevrelerine ya da hayata bakışında bir değişme ortaya çıkar. Bu değişimin ise yas sürecinin sonunda yeni bir uyuma doğru evrilmesiyle sonuçlanması beklenir. Bir başka deyişle kişi, bir şeyi kaybetmiştir; o şey artık hayatından çıkmıştır, kişinin hayatını bu yeni duruma uyarlaması gerekmektedir. Böylece yas; elden giden kayıptan sonra yaşanacak psikolojik sıkıntılarla başa çıkma ve yeniden hayata uyum sağlama sürecidir (Apaydın, 2017: 1).

Yas sürecinin psikolojik, sosyolojik, kültürel ve manevi boyutları bulunmaktadır. Yasın psikolojik boyutu; yas sürecinde insanın tecrübe ettiği duygular ve düşüncelerdir. Yasın sosyolojik boyutu; kaybolan şeye bağlı olarak kişinin uyum sağlamak zorunda kalacağı değişimi, toplumsal çevrenin kolaylaştırıcı ya da zorlaştırıcı unsurlarla etkilemesidir. Yasın manevi boyutu; kayıp ve yas karşısında bireyin yaşama verdiği anlam dünyasındaki değişimdir (Apaydın, 2017: 1-2). Yasın teolojik boyutunun ise yukarıda dile getirilen bütün boyutların dinin bakış açısından zenginleştirilmesi, desteklenmesi olarak tanımlamak mümkün gözükmemektedir.

Kayıp ve yas sürecinde kişinin gösterdiği psikolojik tepkilerden ilki, düşünsel tepkilerdir. Bu tür tepkiler, bir insanın kaybettiği bir şeye karşı geliştirdiği düşüncelerdir. Değer verdiği bir şeyi kaybeden kişide depresyon, kişisel kontrolünü kaybetme, odaklanma ve hatırlama gibi bilişsel tepkiler ortaya çıkabilir. Kayıp yaşayan kişilerin hissettikleri düşünsel tepkilerden en göze çarpanı, inanamazlıktır.

Sözelimi sevdiği bir insanın öldüğünü öğrenen biri, kendisinin rüyada gibi hissettiğini ya da haberin gerçek olmadığını veya kendisine şaka yapıldığını iddia eder. İnanama, sevdiği birini kaybeden kişinin bilinçli ya da bilinçsiz bir biçimde kendi ruh sağlığını koruma çabası olarak değerlendirilebilir. Böylece söz konusu kişi, kayıptan sonra ortaya çıkacak psikolojik tepkilerden kendini korumak, yas tutma gibi acı veren duygulardan kaçınmak istemektedir (Apaydın, 2017: 11).

Bilişsel olarak inanamama aşamasını geçen ve bir sevdiğini kaybeden kişilerde, kafa karışıklığı ya da zihnin sürekli olması gibi başka birtakım bilişsel tepkiler ortaya çıkar. Bu tepkilerden en dikkat çekici olanı, zihnin kaybedilen kişiyi düşünmekle meşgul olmasıdır. Yas sürecindeki kişi, çoğu kez farkında bile olmayarak kaybedilen kişiyle ilgili hatıralarını anımsar. Kimi zamanlarda da bu kişi, gelecek zamanlarda kaybedilen kişiyle ilgili anılarını hatırlayamayacağı endişesine kapılarak bunları zihnine kazımak için sürekli hatırlama çabasına girer. Bu tür bilişsel bir tepki, başka bir bilişsel tepki olan kafa karışıklığını davet eder. Kafa karışıklığı tepkisi, yas sürecinde insanların düşüncelerini bir düzene koyamadıklarından kaynaklanır. Bu da odaklanma sorununa ya da hatırlama güçlüğüne yol açar.

Kayıp ve yas sürecinde kişinin gösterdiği bilişsel tepkiler, psikolojik tepkilerden ikincisi olan duygusal tepkileri tetikler. Zira kaybedilen şeye yönelik olarak oluşan düşünceler yani bilişsel tepkiler, kaybı yaşayan kişide birtakım duyguların tepkilerin doğmasına yol açar. Sözelimi ölüm gibi bir kaybın ardından kişi, o kişi olmadan yaşamından hiçbir tat alamayacağı şeklinde bir düşünce geliştirmekle, bu kaybın üzüntü ve öfke gibi duyguların doğmasına zemin hazırlamış olur (Apaydın, 2017: 10-11). Duygusal tepkilerden en sık görülenlerinin üzüntü, öfke, suçluluk, özlem ve yalnızlık duyguları olduğu söylenilebilir.

Kayıp ve yas yaşayan insanların en sık duydukları duygu, üzüntü duygusudur. Bu duygunun temelinde, kaybedilenden dolayı ve bu kaybın ardından artık kişinin yaşamının değişeceği endişesi bulunmaktadır (Apaydın, 2017: 4-5). Üzüntü duygusunun kaygı ile yoğunlaşması ise başka bir duyguyu, öfkeyi ortaya çıkarır. Öfke, kimi zaman kaybedilen kişiye bazen danışanın kendisine bazen de başka insanlara ve hatta Yaratıcıya yöneltilebilir. Sözelimi kaybedilen intihar etmişse danışan öfkesini kaybedilene yöneltebilir. Bu intihar olayından çevresini sorumlu tutarsa öfkesini

çevreye, kendini sorumlu tutarsa öfkesini kendine çevirir (Apaydın, 2017: 5). Bu son tepki, gerçekte başka bir duygusal tepkiye yani suçluluk duygusuna yol açar.

İntihar örneğini sürdürecek olursak suçluluk duygusu; danışanın, kaybedilen kişinin intihar etmesinin önünü kesecek davranışları yeterince yapıp-yapmadığından, hatta intihara kendisinin davranışlarının yol açıp-açmadığından bir türlü emin olamaması, hatta bu hususlarda yetersizliğini hissederek kendini suçlamaya yöneltmesinden doğar. Bu suçlama, haklı ya da haksız yani rasyonel veya irrasyonel olabilir. Sözgelimi alkollü araç kullanan bir babanın yaptığı kaza sonrasında aile bireylerinden birinin ya da birkaçının ölümünden dolayı kendine öfke duyması, rasyonel ve haklı bir suçlamadır. Buna karşın kahvaltısını yaptırıp saçını düzelttiği kızının okul servisinin kaza yapması sonucu, kızının ölümünden annenin kendini suçlaması, haksız ve rasyonel olmayan bir suçlamadır (Apaydın, 2017: 5).

Kayıp ve yas sürecinde kişinin yaşadığı önemli duygusal tepkilerden diğer ikisi de özlem ve yalnızlık duygularıdır. Özlem duygusu, kaybedilenin ardından yas sürecinde en yoğun yaşanan duygulardandır. Yas sürecinin başında oldukça yoğun olarak yaşanan bu duygu zaman içinde yoğunluğunu azaltır; günlük yaşamı etkilemekten çıkması, aynı zamanda yas sürecinin de sona erdiğinin bir işaretidir. Bununla birlikte kaybı yaşayan kişide özlem duygusunun bütünüyle bitmesi de beklenemezdir. Çünkü kaybedilen ve özlenen eğer bir insansa, danışanın onunla geçirdiği fiziksel temasları ve etkinlikleri artık gerçekleştirememektedir. Sözgelimi danışan, bu kişinin elini tutmak, ona sarılmak gibi fiziksel temaslardan artık yoksundur. Ayrıca kaybindan dolayı danışan, bu kişiyle tatile gitmek, yaş günlerini veya evlilik yıldönümlerini kutlamak gibi etkinlikleri de yitirmiştir. Yas sürecinin sonunda özlem duygu, yoğunluğu azalmakla birlikte danışanın hayatı boyunca varlığını koruyacaktır (Apaydın, 2017: 8-9).

Özlem duygusu ile yakın ilişkisi olan diğer psikolojik tepki yalnızlık duygusudur. Bu duygu; özellikle eş gibi danışan tarafından sevilen kişinin kaybindan ortaya çıkar. Çünkü bir insanın eşi, sevgi gibi duygusal bağlar, cinsellik gibi biyolojik, topluluklara ve topluma kabul edilmeyi sağlamak gibi toplumsal gereksinimlerin gerçekleştirilmesine en çok katkı sağlayan kişidir. Eşini kaybeden kişi, bu tür ihtiyaçlarını artık karşılayamayacağını düşünür; hem kendi duygu dünyasına hem de çevreye karşı duyarlılığını yitirir (Apaydın, 2017: 7-8).

Kayıp ve yas sürecinde kişinin gösterdiği psikolojik tepkilerden sonuncusu ise davranışlarda ortaya çıkan değişikliklerdir. Kayıp yaşayan kişi, genellikle toplumsal geri çekilme, kaçınma gibi toplumdan uzaklaşma tarzında kimi davranışlar geliştirir. Yas sürecinde kişinin yalnız kalmak istemesinin bir yansıması olarak toplumsal çevresinden uzaklaşması bir ölçüde normal bir tepkidir. Yalnız kalma tepkisi ile toplumsal geri çekilme birbirini tetikleyen bir kısır döngüye dönüştüğünde ise ağır psikolojik sorunlar çıkabilir. Öte yandan yakınıni kaybeden birinin, kaybedilen kişiyle olan duygusal bağıni birbirine zıt iki davranışla dengelemeye girişebilir. Bunlardan ilki, kişinin kaybedileni hatırlatacak yerlerden, durumlardan, yerlerden ve nesnelerden kaçınmasıdır. Yas sürecini yaşayan kişi, kaybedilen kişiyle ortak olduğu arkadaşlarla ilişkisini kesebilir, birlikte gittikleri restoranlara, kafelere, otellere gitmemeye özen gösterir. Birlikte dinledikleri şarkıyı dinlemez, hatta mezarını ziyarete gitmez. İkinci davranış türü ise ilkinin tam tersi şeklinde ortaya çıkar. Bu ise kişinin, mezarı dahil olmak üzere kaybedileni hatırlatan yerlere gitmesi ve onu hatırlatan nesneleri saklamasıdır.

Bir kaybın ardından ortaya çıkan yas sürecinde birey yalnızca psikolojik tepkiler göstermekle kalmaz, aynı zamanda topluma da yansıması olan bazı tepkiler verir. Sözgelimi sevdiğini kaybeden kişinin üzüntü duymasının sosyolojik uzantıları vardır. Buna göre yas sürecinde kişinin üzüldüğünü duygusal ve davranışlar bakımından göstermesi, çevresindekilerin kendisine yardımcı olmak, acısını paylaşma şeklinde destek vermesini sağlayabilir (Apaydın, 2017: 4-5). Benzer bir durum, yalnızlık için de geçerlidir. Yas sürecindeki kişi, duygusal yalnızlığını elbette kendi başına yaşayacaktır. Bununla birlikte sözü edilen kişinin sosyal yalnızlığı, duygusal yalnızlıktan farklı bir şeydir ve birinin azalması, diğerinin de azalmasına yol açmak zorunda değildir (Apaydın, 2017: 8). Bundan dolayı yasın, aynı zamanda sosyal bir süreç olduğu gözden uzak tutulmamalıdır.

Yasın toplumsal boyutu, yakınıni kaybeden kişinin duygusal tepkilerini sağaltmasında biri olumsuz ve diğeri olumlu olmak üzere birbirine ters iki açıdan etkilendiği görülmektedir. Sosyal çevrenin yas tutan kişiyi olumsuz etkilemesinin temelinde, çevrenin samimi olmayan basmakalıp yaklaşımları ifade etmekle yetinmeleridir. Sözgelimi eşinden boşanan birine, “yeni birini bulur ve onunla evlenirsin”, “güçlü olmalısın”, zamanla geçer” şeklinde dillendirilen basmakalıp

ifadeler yas sürecinin sağlıklı bir biçimde atlatılmasına yardımcı olmamaktadır (Apaydın, 2017: 19). Ayrıca kaybedilen kişi hakkında farklı düşüncelerin olması da kişinin yas sürecini olumsuz etkileyebilir. Sözgelimi kendisi için yas tutulan, çevredeki diğer insanlar tarafından nefret edilen biri olabilir. Bu durum, küçük aile yapısında bile kendini gösterebilir. Buna göre çocuklardan biri, babası için yas tutmakta iken, diğer kardeşler babadan nefret ediyor olabilir ve bu nedenle bu kardeşin yas sürecine olumsuz etkileyebilirler (Apaydın, 2017: 20). Öte yandan aile, arkadaş ve yakın toplumsal çevre yas tutan kişiye olumlu destek de sunabilir.

Sosyal çevrenin içten yaklaşımları, samimi duygularını göstermeleri ve bu desteği uzun süreli tutmaları, kaybı yaşayan kişinin yas sürecini makul bir biçimde geçirmesine katkıda bulunur. Ayrıca kaybı yaşayan kişinin toplumsal olarak çeşitli kimliklere sahip olması, çevrenin de artmasına yol açacağından dolayı olumlu bir etmendir. Bir başka deyişle bu kişi, bir baba, eş, amca olduğu kadar meslek erbabı, farklı derneklere üye olduğunda çevresindekiler de değişik açılardan meseleye yaklaşarak destek vereceklerdir. Örneğin destek grupları, bu açıdan oldukça anlamlı gözükmektedir. Sözgelimi şehit ailelerinin oluşturduğu bir destek grubunda, herkes benzer bir kaybı yaşamı olduğundan yas sürecinin sağaltımına önemli yardım sağlar.

Destek gruplarının temelinde, özgecilik duygusu veya tavrı bulunmaktadır. Bu gruplarda birkaç yıl önce oğlunu savaşta/terörde kaybeden bir anne, kocası şehit olan bir kadına bütün kalbiyle ve uzun bir zaman sürecince desteğini esirgemez. Bu tam da, toplumsal çevrenin yakınıni kaybeden birinin yas sürecini atlatmasında yapılabilecek en iyi katkıdır (Apaydın, 2017: 18, 20).

İnsanın sahip olduğu bir şeyleri hayat yolunda ilerlerken kaybetmesi doğaldır. Bu kayıplar, insanın sevdiği birinin ölümü gibi duygusal ya da mal-mülk veya iş kaybı gibi fiziksel olabilir. Her tür kaybın ardından insanın bir süre üzülmesi doğaldır. Psikoloji biliminde bu üzüntü dönemi, ‘yas süreci’ olarak adlandırılmaktadır. Sevdiği birini kaybeden ve yas döneminde olan biri, birtakım olumsuz duygu ve düşüncelere kapılabilir ya da bazı olumsuz tutum ve davranışlarda bulunabilir. MDR, yas tutan kişinin makul biçimde yas sürecini tamamlaması ve normal hayatına yeniden dönmesine yardımcı olmayı amaçlar.

İnsanın sevdiği birinin ölümünden doğan kayıp duygusu yaşama süreci, literatürde dört kavram çerçevesinde ele alınmıştır. Birincisi, kayıp olgusudur. Bu

durum, bir insanın sevdiği birinin ölmesi ya da ondan ayrılması gibi duygusal ya da bir mülkünü kaybetmesi gibi fiziksel olabilir. İkincisi ise keder ve acıdır. Bu, kayıp yaşayan kişinin hissettiği duygudur. Üçüncüsü ise yalnızca ölüm durumuna özel olan kayıptır. Sonuncusu ise yas ve matemdir. Bu, ölüm veya kayıp sonrasında kaybı yaşayan kişinin üzüntü duyma sürecidir (Kara, 2016: 252-253).

Bu sınıflandırmada ölümden doğan kaybın özel ilgi görmesi, kayıp ve yas konusundaki danışmanlığı iki gruba ayrılmasını gerektirmiştir. Birincisi ölüm danışmanlığı (bereavement counselling) ve diğeri ise yas danışmanlığıdır (grief counselling) (Kara, 2016: 253).

İster ölüm isterse yas olsun MDR, biri dini ve diğeri seküler olmak üzere iki boyutta yürütülebilir. Kaybı yaşayan dindar bir insan, inandığı Tanrı anlayışı ve din çerçevesinde bu kaybın anlamını sorgulama ve değerlendirme ihtiyacı hissedebilecektir. Bu durumda MDR'nin, kaybı yaşayan bireyin inandığı dinsel inanç ve davranışlar çerçevesinde şekillenmesi gerekmektedir. Dinlerin çoğu yalnızca bu dünya ile değil, cennet/cehennem veya tekrar doğum (tenasüh) anlayışlarıyla başka türlü dünya formları hakkında da konuşmaktadırlar. Bu tür anlayışlar, ölen kişinin diğer yaşamda yerinin ne olduğu, bu dünyada kalan ve kaybı yaşayan kişinin ne tür tavır ve tutumlar göstermesi gerektiği ve belki de böylelikle onunla yeniden buluşmasını nasıl sağlayacağı gibi soruların cevaplarını verebilirler. Bu cevaplar, yas tutan kişinin bu süreci makul biçimde geçirmesi için manevi danışman için gözetilmesi gereken bilgilerdir.

Kayıp ve yas durumlarında MDR, sabrı bir yöntem kullanır. İnsanı üzen bu tür durumlarda sabır duygusu, zorluklar karşısında dayanma gücü verdiğinden dolayı bir motivasyon sağlayabilir. Çünkü sabır insanın kendine hakim olmasını, isyankâr ve öfkeli davranışlardan kaçınmasını, sıkıntılı ve üzücü durumları soğukkanlılığını korumasını ve tahammül çıtasını yükseltmesini güçlendiren bir duygudur. Öte yandan sabır kavramının, kültür dünyamızda birbirine zıt iki ayrı biçimde değerlendirildiği görülmektedir. Bakara suresinde sabır, insanın yüz yüze kaldığı zorluklara karşı direnmek, bu tür olumsuzluklara karşı çıkmak için Allah'tan yardım istemek anlamına gelmektedir (Bakara 2/156). Oysa kültürümüzde sabır, karşılaşılan baskı ve kötü olaylara boyun eğme, bunu ilah-i takdir olarak kabul ederek direnişten ve çabalamadan geri durma şeklinde anlaşılmıştır. Kültürde kazandığı anlamıyla sabır, bireyin

yüzleşmek durumunda kaldığı kayıp ve yas durumlarını kabullenmesini kolaylaştırmaktadır. Öte yandan Kur'ân-ı Kerim'deki anlamıyla da sabır, bireye ödev ve sorumluluk yüklemekte; zorluklara karşı aktif biçimde direnme ve dayanma motivasyonunu sağlamaktadır (Kula, 2017: 148-149).

Ölüm, hayatın zıddıdır. Zıtların birbirini dengelemesi gibi ölüm, hayata bir denge getirmekte ve ona bir anlam katmaktadır. Kaybı yaşayan biri, bir yandan ölümle kendisinin karşılaşacağı kaygısını yaşarken bir yandan da ölen kişinin kendisinde yarattığı bir anlam kaybıyla yüzleşmek zorunda kalır. Bu durum, yas denilen bir süreci ortaya çıkarır. Yas; sevdiği kişinin kaybına verilen üzüntü gibi tepki ile kayba karşı bir uyum sağlama süreci olarak tanımlanabilir. Dolayısıyla bu süreç kaybedilenin, kaybı yaşayan kişideki anlamıyla yakından ilişkilidir. Buna göre kaybedilenin, kişinin birinci dereceden akrabası olmasıyla iş çevresindeki ya da ya da sınıf arkadaşı olması yas sürecinin ağırlığını belirlemede önemlidir (Işık, 2018: 41).

Yas, doğal bir süreçtir: kaybı yaşayan biri, üzüntü duyacak ve sonunda bundan kendini kurtaracaktır. Yas sürecinin sonunda kaybı yaşayan, hayatını yeni durumuna göre anlamlandırır ve sosyal hayatına ve ilişkilerine döner. Yas tutma ile fiziksel bir yaranın iyileşmesi arasında bir benzerlik kurulabilir. Kesikliğin derinliğine göre yaranın iyileşme sürecinin değişken olması gibi kaybedilen kişinin, kaybı yaşayan kişideki anlamına ve bu kişinin psikolojik durumuna göre yas tutma sürecinin derinliği ve süresi farklı olacaktır (Işık, 2018: 43).

Yas sürecinin atlatılmasında kişinin hayatına yeniden anlamlandırması yani kendini yeniden kurması kaçınılmazdır. Bu, kaybedilen kişiye karşı duyulan bir üzüntüden farklı olarak hayata karşı aktif bir duruş sergilemek demektir. Sözü edilen aktif tavrın ilk adımı, kaybı olduğu gibi kabullenmekten geçmektedir. Bir başka deyişle kayıp, geri döndürülemez bir olgudur ve yaşam enerjisi, hayatın sürdürülmesine döndürülmelidir. Yas sürecini sözü edilen yaklaşımla geçirmek, sağlıklı bir yas süreci geçirmektir. Buna karşın kişi, kaybı geri getirmeye odaklanır veya hayatına yeni bir akış vermeye odaklanmazsa patolojik veya anormal denilen bir yas süreciyle karşı karşıya kalacaktır (Işık, 2018: 44).

Yas sürecini sağlıklı bir biçimde geçirmenin nirengi noktası, kaybı yaşayan kişinin hayatının anlamını yeniden kurmasıdır. Bu çerçevede kayıpla ilgili olarak kişinin, bu kayıpla başa çıkması gerekmektedir. Bir başka deyişle başa çıkma; bir

anlam arayışı mücadelesidir. Buna göre kişi ya kayıptan önce sahip olduğu anlamı koruyacaktır ya da bu mümkün olmuyorsa, hayatına yeni şartlara göre düzenlediği yeni bir anlam verecektir. İnsanoğlu, kurallarını her zaman kendisinin koyduğu bir dünyada yaşamamaktadır. Bu nedenle hayatımız mutluluk ve üzüntüler arasında gidip gelen duygu değişimleriyle birlikte ilerler. Tüm bunların gerisinde kişinin yapabileceği şey ise kendisinin hayata kattığı değer yani anlamdır. Buna göre hayatın anlamı, şiddetli rüzgarlara ve fırtınalara karşı kişinin kendini güven içinde hissettiği liman konumundadır. Sevdiğini kaybeden kişi, limanı yıkılan veya yıkıcı darbeler alan gibidir. Güvenliğinin böylece sarsıldığının farkına varan şehrin limanı onarması gibi kaybı yaşayan biri de kendi anlam arayışını tamir ederek ya da yeniden yapılandırarak güvenliğini yeniden sağlayabilir ve ancak böylelikle hayata yeniden dönebilir (Işık, 2018: 45).

Kayıp ile karşılaşmış olan kişi, yeni bir anlam arayışına girecektir. Bu çerçevede kayba uğrayan kişi, hayatın anlamını yeniden düşünecek; zihinsel yapıları ve dini veya manevi inançları bağlamında dünya ve yakın çevresiyle ilişkilerini yeniden gözden geçirerek yeni bir anlam dünyası kurgulayacaktır (Kılavuz M. A., Kılavuz E. 2018: 17).

Konu üzerine yapılan deneysel araştırmaların hemen hepsinde, kayıp yaşayan kişilerin sıkıntılarını azaltmada dinin, sağaltıcı bir etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Dinlerdeki özellikle ahiret anlayışı çerçevesinde filizlenen ölümsüzlük tasavvuru, kaybedilen kişi ile buluşma imkânını vererek, kayıp yaşayan kişilerin travma yaşamaktan kurtarmakta ya da travmaya düşülmesinin önünü kesmektedir (Kılavuz M. A., Kılavuz E. 2018: 35).

Hayata yeniden anlam verme noktasında din, olumlu katkılar sunabilir. Sözelimi ölümü, Allah'ın takdiri olarak görmek kaybı yaşayan kişinin kaybı kabullenmesini kolaylaştırır. Öte yandan ölümsüzlük ve ahiret anlayışı inancı da kişinin hayata yeniden tutunmasını güçlendirebilir. Çünkü ahiret anlayışı kişinin, kaybedilenle yeniden karşılaşma umudu verir ve kişi kendini bu karşılaşmaya hazırlayabilmek adına hayata yeniden sarılabilir. Nitekim 17 Ağustos depremini yaşayanlar üzerinde yapılan araştırmalar sabır, şehitlik, tevekkül gibi dini ve manevi içerikli kavramların depremzedelerin yas tutma süreçlerini sağlıklı bir biçimde geçirmelerine katkı sağladığını göstermiştir (Işık, 2018: 46).

Ölümün olduğu yerde yas da olur. Bu nedenle manevi danışmanlar, ölümle karşılaştıkları her durumda bir yasla da karşılaşır. Bununla birlikte yas, yalnızca ölüm durumunda kendini gösteren bir tecrübe değildir. Taşınma, boşanma veya işten ayrılma gibi ayrılık veya vedalaşma durumları; mal-mülkün elden çıkması, sağlığın yitilmesi gibi bir kazancın kaybolması tecrübeleri de beraberinde bir yas sürecini ortaya çıkarabilir. Sözü edilen tüm bu örneklerdeki ortak nokta, daima bir ayrılığın var olmasıdır. Buna göre yasın, bir şeyin kaybına verilen duygusal tepki olduğu söylenilebilir. Yas sürecinin içeriği, süresi ve şiddeti her insanda farklı düzeylerde kendini gösterir. Bununla birlikte yasın, insanın bütününi yani hem bedenini hem de psikolojik yapısını etkilemesi tüm insanlarda ortaktır. Bundan dolayı yas, hemen her insanda farklı düzeylerde olmak üzere bedensel, ruhsal, sosyal ve manevi sonuçlar doğurur (Şahin, 2014: 527).

3.2. TERK EDİLMİŞLİK VE YALNIZLIK DUYGUSUYLA BAŞA ÇIKMA

Yalnızlık; toplumsal ilişkilerin ve buna bağlı olarak da toplumsal desteğin giderek azalması sonucu ortaya çıkan bir olgudur. Bu olgu; bireyin diğer insanlara karşı sevgi duymasını, insanların birbirlerine duygusal olarak bağlanıp şefkat göstermesi ve kendini değerli hissetmesi gibi duyguların ortaya çıkmasının önünü kesmekte ve böylece bu kişi güvenli bir ilişki kuramaz hale gelmektedir. Bir başka deyişle bu durumdaki bir kişi, duygusal ve sosyal ilişkiler açısından bir izolasyon sürecine girmekte ve yalnızlık duygusunun içine düşmektedir. Bu yalnızlık duygusu da kişilerde endişe, boşluğa düşme ve ayrılık gibi duyguları tetiklemektedir (Kılavuz M. A., Kılavuz E. 2018: 29-30).

Dini unsurları da içinde barındıran manevi danışma ve rehberlik, kişinin içine düştüğü yalnızlık duygusundan kurtulmasına olumlu katkılar sağlayabilir. Zira hem dinler hem de manevi içerikli kavrayışlar, kendi bakışlarından hareketle insanlar arası ilişkileri destekler. Sosyal ilişkiler ağının genişlemesi demek, insanın yalnızlıktan kurtulması ve kendine güven duymaya başlaması demektir (Kılavuz M. A., Kılavuz E. 2018: 32).

Bir insan, sevdiği bir insandan, konumdan, çevreden ayrılmak zorunda kalabilir. Bu türden değişiklikler kendisinde terk edilmişlik ve yalnızlığa itilmiş olmak

gibi psikolojik olarak bir sıkıntıya sokabilir. MDR'nin, ilk olarak ortaya çıkan durumun gerçekten bir terk edilme ve yalnızlığa itilme olup olmadığı hususunu açıklığa kavuşturması gerekir. Bir başka deyişle danışanı psikolojik sıkıntıya sokan olgu, terk edilme gibi bir gerçekliğe mi yoksa danışanın olguyu bu tarzda değerlendirmesinden mi kaynaklandığı belirlenmelidir. İlk durum söz konusuysa yani danışan gerçekten terk edilmiş ve yalnızlığa itilmişse ve bu danışan aynı zamanda dindar bir kişiliğe sahipse bu durumda dinsel inanç ve davranış kurallarından yardım alınması mümkün olabilecektir.

Bir din olarak İslâm, insanın Allah ile sevgi ve iman bağında buluşmasını ister. Bunun anlamı, bir insanın çevresinde hiçbir insan kalmadığı zaman bile kendini yalnız hissetmemesidir. Öte yandan İslâm'da Allah ile insan arasındaki ontolojik ayrım ve bu ayrımdan doğan farklılıklar dikkatli bir biçimde korunur. Terk edilmişlik endişesi yaşayan dindar bir danışan için şu ayet dikkat çekicidir: “Hakkınızda hayırlı olduğu halde bir şeyden hoşlanmamış olabilirsiniz. Sizin için kötü olduğu halde bir şeyden hoşlanmış da olabilirsiniz (Hakikati) yalnızca Allah bilir, siz ise bilemezsiniz.” (Bakara, 2/216). Ayetin son cümlesi, özellikle dışardan bir okumayla, psikolojik olarak Allah ile insan arasındaki sevgi ilişkisini dışlayıcı nitelikte olarak gözükebilir. Ancak bütüncül olarak ayete bakıldığında son cümlelerin insanı rahatlatmış olduğu oldukça açıktır.

Çevresinden, makamından ya da eşi-dostu gibi sevdiği birisinden ayrılmak zorunda kalan ve bu durumundan dolayı terk edildiğini, yalnızlaştığını düşünen insana, bakış açısını değiştirmesi bir çıkış yolu olarak görülebilir. Buna göre bu insanın bakış açısının mutlak olmadığı vurgulanabilir. Nitekim bir insanın iyi ve hoş sandığı bir durum gerçekte kötü ve çirkin; kötü ve çirkin olarak gördüğü bir durum da aslında iyi ve hoş olabilir. Ayetin son cümlesi insanın kendi yargısının hatalı olabileceğini, her şeyi en iyi bilen Allah olduğunu vurgulamakta ve böylece insanın durumunu bilişsel açıdan değiştirmesine kapı aralamaktadır. Bilişsel değişim, insanın içinde bulunduğu psikolojik sıkıntıdan çıkmayı sağlayabilir. Buna göre sevdiği biri tarafından terk edilen veya çevresinden dışlanarak yalnızlığa itilen kişi, Allah'ın kendisi için yeni bir dünya açacağını düşünerek geçmişe takılı kalmaktan kurtulup geleceğe umutla bakmanın yollarını gözlemeye başlayabilir.

Terk edilmişlik duygusu yaşayan dindar kişi, kendini haksızlığa uğramış olduğunu düşündüğü sürece yalnızlığa itilmişliğinin acısını dindiremeyecektir. Oysa insanların kendisini terk etmesinde ya da işinden veya çevresinden dışlanmasında kendi davranış ve tutumlarının etkisinin olduğu durumlar da söz konusu olabilir. Dahası, insan bunun farkında olmadığı sürece yeni gireceği ilişkilerden veya işlerden de bir süre sonra kopacak ve bu terk edilme duygusuyla yeniden yüzleşmek zorunda kalacaktır. Bundan dolayı terk edilmişlik durumu ile karşılaşan birinin kendi tavır ve tutumlarını gözden geçirmesi bilişsel açıdan son derece önemli gözükmektedir. Sözü edilen kişinin dindar biri olduğu varsayıldığında, “Kaybettiklerinize üzülmeysin ve O’nun size verdikleriyle şımarmayasınız diye (böyle yapmıştır). Allah kendini beğenen, böbürlenen hiç kimseyi sevmez.” (Hadid, 57/23) ayeti oldukça ufuk açıcıdır. Zira bu ayet, terk edilme veya yalnızlığa düşme gibi kayıplar yaşayan kişiye, bu durumun kendisinden kaynaklanmış olabileceği şeklinde bir uyarı yapmakta gibidir.

3.3. ÖLÜM KORKUSU VE KAYGISI

Ölüm kaygısından kurtulmanın en basit ilkesi, bu kaygıya daha başından sahip olmamaktır. Bunun için de öncelikle dünyadaki her canlının ölümlü olduğu bilincine derinden sahip olmak gerekmektedir. Bir insanın sanki ölümsüzmüş gibi yaşamaya kalkışması, bu dünyada asla huzur ve mutluluk bulamaması anlamına gelecektir. Buna göre insanın, ölümü tıpkı hayat gibi doğal bir olarak görmesi ve kabullenmesi gerekmektedir. Nitekim dinler insanı aynı zamanda hem ölüme hem de ölümsüzlüğe hazırlayarak bu dünyadaki ölüm kaygısını ortadan kaldırmaya olumlu katkı sağlamaktadırlar. Bir başka deyişle, ahiret inancı ölüm kaygısını büyük ölçüde kaldırmakta, ölümü bir yok oluş değil yeni bir yaratılışın hazırlayıcısı olarak görmekle insanın boşluğa düşmesini önlemektedir (Köylü, 2017: 66-67).

Kaygı duygusu, büyük ölçüde bağlanma duygusunun kavranması sayesinde daha anlaşılır olmaktadır. Bağlanma duygusu, belki de bir insanın tanıştığı en erken duygulardan biridir. Bebek daha doğar doğmaz, annesine karşı bir bağımlılık hissi duyar. Annesinin kokusunu duymadığında, annesinin kendisini emzirmesini kestiğinde yani bir biçimde annesi ile ilişkisinin koptuğunu hissettiğinde bebek,

duygusal olarak kaygılanmakta ve buna tepki vermektedir. Benzer bir durum, küçük yaşta çocuklukta çalışan anneler örneğinde de görülür.

Çocuklar, annelerinin kendilerinden ayrıldığı kaygısı sebebiyle işlerinden dönen annelere gece ve hafta sonlarında şımarıklık yapmak suretiyle tepki verirler. Bu tür tepkilerin temelinde daha bebeklik dönemlerinden itibaren insanların, güvenli bir sığınakta, limanda demir atmak gibi bağlanma duygusunun bulunduğu söylenilebilir. Güvenli bir limandan ayrılmak durumunda kalma, kontrol etme duygusunu kaybetme ve gelecekte emin olmama endişesine yol açarak kaygının ortaya çıkmasına sebep olmaktadır (Apaydın, 2017: 7). Ölüm kaygısının da aslında, bebeğin annesinden ayrılma endişesinin kılık değiştirmiş hali olduğu söylenilebilir.

Ölüm korkusunun, insanlığın varoluş sancılarında biri olduğu açıktır. Diğer canlı türlerinden farklı olarak yalnızca insanlar, ölümün bilincindedir. Bu nedenle insanlığın bıraktığı en eski arkeolojik buluntularda bile ölüme ilişkin özel törenlerin izleri bulunmaktadır. Ölüme ilişkin bu varoluşsal bilince rağmen insanlar, ölümü her zaman başkasının başına gelen bir olgu olarak görme eğilimindedir. Bir başka deyişle insan, hiçbir zaman kendisinin ölümünü düşünmek istemez. Ne var ki çevresinde bulunan ve de özellikle sevdiği birinin ölümü karşısında birey, ölümü yakınında hissederek ve bu durum onda bir kaygının oluşmasına yol açar. Bu kaygıyı yas ile karıştırmamak gerekir. Zira sevdiğini kaybeden kişinin, kaybedilen kişiye olan özlemi, yas olarak adlandırılır. Buna karşın kişinin ilgisi olguya yani ölüme odaklanmış olursa, bu durumda hissedilen duygu kaygıdır.

Ölüm kaygısının temelinde kişinin kaybedilen kişiden sonra kendi güvenliğini garantiye alma endişesi bulunur. Tıpkı çocuğun annesinden kopması durumunda nasıl besleneceği ve yaşayacağı hususunda bir güven bunalımı yaşamasından ve bu nedenle güvenli bir liman olarak annesini yeniden bulmaya odaklanması gibi, ölüm kaygısı da esasen bireyin kaybettiği kişinin ardından yaşama nasıl tutunacağı endişesinden kaynaklanmaktadır (Apaydın, 2017: 7).

Ölüm korkusu ve kaygı duygusuna bağlı olarak kişinin ruhsal açıdan dengesizliğe düşmesine, teolojik temeller engel olabilir. Irwin Yalom, “Ölüm Korkusunu Yenmek” başlıklı kurgusal romanında, varoluşsal çözümleme açısından ölüm kaygısını tahlil etmektedir. Her ikisi de tıp fakültesinden aynı sene mezun olan iki arkadaş, mezuniyetlerinin ellinci yılı kutlamalarında bir konuşma gerçekleştirirler.

Bob, bir cerrah olmuş, cerrahide devrim niteliğinde çalışmalarıyla ünlenmiştir. Irwin ise tıp eğitiminden sonra psikiyatri eğitimi almıştır. Kurguya göre Bob, Yahudi'dir. Nazi işgali sırasında Macaristan'da yaşamaktadır. Din değiştirme belgesi almış, böylelikle da Almanlara öykünen Macar milis örgütlerinin militanlarından kendini sakınmıştır. Bir gün bu milislerden biri, iki yaşlı Yahudi'yi yakalar, bir an Bob ile bu iki yaşlı göz göze gelir ve milis, Bob'u da onların arasına katarak yürümeye başlarlar. Bob, bu yürüyüşün sonunda yaşlı iki Yahudi'nin öldürüleceğinden emindir. Hristiyan olduğunu gösteren belgenin cebinde olması onu rahatlatmamaktadır, çünkü her Yahudi erkeği gibi o da sünnet olmuştur. Eğer kendisinin de Yahudi olduğu anlaşılırsa öldürüleceğinin bilincindedir. Tek bir kurtuluş ümidi olduğunun farkındadır; yolun sonuna kadar gitmemeli, Nazilerin kapalı mekanına girmemelidir. Bir ara polis görür, bağırarak milisin, Hristiyan bir genci ne hale soktuğunu ve kendisini bu milisten kurtarıp polis karakoluna götürmesini ister (Yalom, 2017b: 50). Polis, Nazi kılıklı milislerden rahatsızlık duyan biridir, Bob'u milisten kurtarır, birkaç sokak birlikte yürüdükten sonra da Bob'u serbest bırakır.

Bu öykünün özgün adı I'm Calling the Police yani Polis Çağırıyorum şeklindedir. Bob, polis sayesinde ölüm kaygısından kurtulmuştur. Bir başka deyişle Bob için polis, güvenli bir liman ve sığınak olmuştur. Varoluşçu Psikoterapi başlıklı eseriyle aynı adla anılan psikiyatri dalının kurucusu olan Yalom, aynı zamanda kendini bir ateist olarak tanımlamaktadır. Varoluşçuluk, yirminci yüzyılda Sartre ile popülerlik kazanmış felsefi bir akımdır. Bir ateist olarak Sartre, insanın varoluşunu gerçekleştirebilmesi için bütünüyle özgür olması gerektiğini, bunun için de kendisine bir kader çizmiş olan Tanrı'nın olmamasını gerektiğini ileri sürmüştür. Buna karşın dindar bir filozof olarak Jaspers, insanın özgürlüğünü ancak Tanrı sayesinde kazandığını ileri sürmüş ve buradan hareketle insanın varoluşunu ancak Tanrı inancıyla gerçekleştirebileceğini ifade etmiştir. Varoluşçu temelde hemfikir olmalarına rağmen bu iki düşünürün Tanrı fikrinde iki zıt kutba ayrılmaları, aynı zamanda ölüm kaygısının da Tanrı inancı ve teolojik temellerle sağaltılmasının imkanına kapı aralamaktadır.

Sevdiği bir yakını kaybeden kişide, varoluşsal bir sorun olarak anlam arayışı kendini yeniden gösterebilir. Bu noktada her insanın ölümle yüz yüze kalacağı olgusu yanında, manevi bir kavrayış çerçevesinde ölümün her şeyin sonu olmadığı anlayışı

bireylerin kayıplarla ve bu kayıplardan kaynaklanan yasla baş edebilmesine katkı sağlar. Bu yaklaşım aynı zamanda sevdiğini kaybeden birinin, kendi ölümünü kabullenmesine ve ölüm kaygısından kurtulmasına da yardımcı olur (Bilecik 2016: 381).

İkinci bir yaşamın, öteki dünyanın var olduğuna inanan ve inandığı dinin ibadet ve geleneklerini yerine getiren kişilerin, böyle bir inancı olmayan kişilere nispetle, ölüm kaygısını daha az yaşadıklarını yapılan araştırmalar göstermektedir. Bu tür inanca bağlı olup ibadetlerini yapmakta olan bireyler, yaşlılık dönemlerinde bile hayat enerjilerini sürdürmekte; başka insanlara yararlı olacak etkinliklere katılmaya daha çok gayret göstermektedir (Bilecik 2016: 381-382).

Freud, dini bir tür nevroz olarak kabul etmekle birlikte, insanın hiçbir zaman çözüm üretemeyeceği ölüm kaygısını giderme hususunda işlevini her zaman koruyacağını ifade etmiştir (Çelikel, 2013: 59).

Terk edilmişlik üzüntüsü karşısında emanet duygusu bir araç olarak kullanılabilir. Dini anlayışta emanet anlayışı, insanın kendi varoluşu ve tüm kazanımlarını içerir. Buna göre insan, kendi hayatını bile bir emanet olarak görmeli; maddi ve manevi olarak sahip olduğu sandığı her şeyin gerçek sahibinin Allah olduğunu kabul etmelidir (Bakara 2/131; Maide 5/28; En'am 6/45,; Ahzab 33/72). İnsanın gerçekte hiçbir şeyin gerçek sahibi olmadığını ve her şeyin gerçek sahibinin Allah olduğunu içten hissetmesi, gelen nimetler karşısında aşırı sevinme duygusu kadar giden nimetler karşısında da aşırı öfkelenme, üzülme gibi duyguların insanda oluşmasını, bu duyguların insan benliğini esir almasının önüne geçer. Çünkü insanoğlunun her kazancı ve ilişkisi, esasen kendisinin sahip olduğu bir şey değil, geçici olarak kendisine emanet edildiği bir nimettir. Emanet sahibi ise emanetini istediği zaman ve biçimde geri alma hakkına sahiptir (Kula, 2017: 147).

3.4. GÜNAHKARLIK VE SUÇLULUK DUYGUSU

İster çok tanrılı ister tek tanrılı olsun teistik tanrı tasavvuruna sahip olan bütün kültürlerde dua, son derece önemli bir dinsel davranıştır. Zira duada insanoğlu, yaratıcısı ya da yaratıcılarıyla konuşmakta ve bir şeyler talep etmektedir. İlk bakışta duanın, kuldan yaratıcıya yönelik tek kanallı bir iletişim olduğu sanılabilir. Ne var ki

bu değerlendirme, teistik tanrı tasavvuruna sahip kültürler için doğru bir değerlendirme olarak gözükmemektedir. Zira bu tür kültürlerde, tanrı ya da tanrıların duayı duyduğundan asla kuşku duyulmaz. Merak edilen konu, tanrının ya da tanrıların insanın dualarına olduğu gibi karşılık verip vermeyecekleridir.

İslâm açısından bakıldığında, Müslüman dua etmek suretiyle Allah'tan bir şeyler istemekte, Allah bu isteği duymaktadır. Ancak kulun talebinin olduğu biçimde kabul edilip edilmeyeceği bizzat Allah'ın iradesine bağlıdır. Bu durumda Müslüman kul, yalnızca Allah'ın duasını kabul etmesi için bir umut taşımaktadır. Nitekim Kur'ân-ı Kerim'de, "Rabbimiz şöyle buyurdu: 'Bana dua edin, duanızı kabul edeyim'" (Mü'min, 40/60) ayeti, duanın Allah ile olan karşılıklı bir iletişim olduğu vurgusu yapılmıştır.

Dua, kulun isteyebileceği her talebi kapsadığına göre affedilme umudunun da her günahı kapsayacağı açıktır. Affedilme duygusu ise ahlaksal olarak bir terbiyesizliğin, hukuksal olarak bir suçun ve dinsel olarak bir günah karşısında insanın duyduğu pişmanlığın göstergesidir. Öte yandan duanın öznesi, kişinin kendisi olabileceği gibi sevdiği biri de olabilir. Bir başka deyişle insan, ya bizzat kendisinin ya da sevdiği birinin işlediği günahın bağışlanması, suçun affedilmesi için dua edebilir. Yine bir insan, kendi duasına başkalarının da katılmasını talep ederek duanın çok kişi tarafından paylaşılmasını ve böylece Allah'ın bu günahı affetmesini umabilir. Tüm bu yaklaşımların temelinde ise öncelikli olarak bir günahın işlenmiş olması ve ikinci olarak da bu günahın Allah tarafından affedilmesinin mümkün olduğu anlayışı yatmaktadır.

MDR'de dua, kişinin yanlış algılamalarını düzeltilmesinde veya doğru oluşmamış olan bilişsel şemaların yeniden düzenlenmesinde kullanılabilir. Sözgelimi obsesif bir kişi, olduk-olmadık biçimde kendisini günahkâr olarak görmeye başlayabilir. Bir Müslüman olarak gereği gibi huşu içinde namazını kılmadığını varsayar ve tekrar tekrar aynı namazı kılmaya devam ederek ibadeti bir işkenceye dönüştürebilir. Bir başka deyişle sözü edilen kişi, bir suçluluk duygusuna kapılır ve affedilme duygusuna ihtiyaç duyar. Bu noktada dua, böylesi bir kişinin psikolojik sıkıntısını giderecek anahtar rol oynar ve bu kişiyi duygusal gerginlikten kurtarır. Zira dua etmek suretiyle kişi; duygusal algılarını, hayata yönelik bakış açısını yeniden

düzenleyebilir, yorumlayabilir (Şirin, 2013 197-198). Böylelikle dua, pozitif biçimde kullanılarak insanın kendini günden arınmış, affedilmiş olduğu hissini sağlayabilir.

Yaşlılık dönemlerini yaşayan, ibadetlerini yapmayan fakat bu durumundan da manen huzursuz olan bir hanımefendi, bu psikolojik gerilimini azaltmak amacıyla manevi rehberlik talep eder. Rehber durumunu açıkladıktan sonra Allah ile ilişkisinin iyi olmamasından utandığını ifade eder. Danışman, Allah'ın tövbeleri kabul eden sonsuz bir merhameti ve bağışlayıcılığının olduğunu söyleyerek hanım efendiyi aydınlatıcı bilgi verir. Ardından hanım efendinin Allah'a yönelmesini, istediğı zaman O'na ibadet etmesiyle Allah'ın da kendisiyle olacağını ifade ederek onu cesaretlendirir ve teşvik eder. Ayrıca danışman, hanım efendinin zamanla namaz kılmaya alışmasıyla kendini rahatsızlık veren Allah'a mahcup olma duygusundan uzaklaşacağını söyleyerek danışana güvence vererek onu rahatlatır (Aşıkoglu, alternatif, 548-549).

3.5. TANRI TASAVVURU VE AFFETME KAPASİTESİ

Tanrı ya da üstün varlıklara inanma fenomeni, insanlık tarihi kadar kadimdir. Bir başka deyişle insanın bulunduğu her yerde, üstün bir güce inanma fenomeni var olmuştur. Öyle anlaşıyor ki insan, üstün bir varlığa inanmak suretiyle kendi varlığını anlamlandırmış, hayatına bir amaç belirleyebilmiş ve böylelikle zorlukların üstesinden gelme direnci kazanabilmiştir (Çelimli, 2010: 107). İnsanın yalnızca fiziksel-biyolojik değil ruhsal-manevi yanının bulunduğu ve her iki yanının ihtiyaçlarını gidermekle kendini tamamladığı göz önüne alındığında, Tanrı inancı sayesinde insanın manevi-ruhsal gereksinimlerini karşıladığı söylenilebilir. Bir başka deyişle Tanrı'ya veya üstün güçlere inanmak insanda güvenlik, korunma, adalet, iyilik gibi duyguların pekişmesini sağlamaktadır (Çelimli, 2010: 109).

İnsanların sayıları adedince Tanrı'ya giden yolların bulunduğu yaygınlık kazanmış bir deyiştir. Bu deyiş, bütün insanların aynı Allah'a inanmakla birlikte, O'nu kavrayışımızın öznel olduğunu dile getirmektedir. Öte yandan Tanrı inancını yadsıyan insanlar da dünyamızda yaşamaktadır. Sözü edilen deyiş ateist kişiler için, ateistlerin sayıları adedince Tanrı'ya giden yolların kapalı olduğu şeklinde ifade edilebilir. Bu bakış açısından hareketle Tanrı tasavvurlarının, insan olmamızdan kaynaklandığı açık olmaktadır. Affetme kapasitesi ile ilgili hususun Tanrı'ya inananlar için bir anlamı

olduğu ve Tanrı'ya inanmayanları ilgilendirmediği söylenilebilir. Öte yandan, Tanrı'ya inanan herkeste affetme kapasitesi ile ilgili olumlu bir yaklaşımın ortaya çıktığı da söylenemez. Bu bağlamda teistler ile deistler arasında bir ayrım yapmak gerekmektedir.

Yahudilik, Hristiyanlık ve İslâm dinlerinde dile getirilen Tanrı fikrinin felsefedeki karşılığı teizm olarak adlandırılır. Buna göre teizm; ezeli, şuurlu, âlemi bilen, yaratan ve yaratması devamlı olan, irade sahibi, aşkın, tek, mutlak ve zorunlu bir varlık olana Tanrı'ya inanmaktır. Teizme tepki olarak on yedinci yüzyıllarda ortaya çıkan deizme göre ise Tanrı, âlemin yalnızca yaratıcısıdır. O, âlemi yaratırken kanun ve kurallarla bir kez yaratmış ve yarattıktan sonra da ona artık müdahale etmemiştir. Deizmin bu Tanrı anlayışı dua, tövbe, ibadet ve affetme gibi davranış ve tutumları anlamsızlaştıracağı açıktır. Böylece affetme kapasitesinin teistik tanrı tasavvurlarıyla yakından ilgili olduğu söylenilebilir.

Teolojik temelli bir yaklaşım olarak Tanrı tasavvurları, İslâm dini geleneği çerçevesinde, tasavvuf aracılığıyla kişinin affetme duygusuyla barışmasına katkı sağlayabilir (Sarı, 2016: 136). İslam inancındaki insanın doğuştan günahsız olarak dünyaya gönderildiği, hiçbir insanın günahsız olmasının mümkün olmadığı ve bundan dolayı kulun daima Allah'tan işlediği günahlara karşı tövbe etmesi gerektiği şeklindeki anlayış, affetme yönüne olumlu katkı sunduğu söylenilebilir (Sarı, 2016: 137). Buna göre tıpkı kulun / danışanın Allah'a karşı yanlışından dolayı af dilemesi gibi, kendisine hatalı bir davranışı olan kişiye karşı da danışan, affetme duygusunu geliştirebilir.

İslâm inancındaki Allah tasavvuru, felsefe literatüründeki teist tanrı anlayışına oldukça yakın durmaktadır. Buna göre Allah, her şeyin yaratıcısıdır; bundan dolayı olmuş, olmakta olan ve olacak olanı en iyi biçimde bilmektedir. Kısacası O, her şeyi bilir, her şey O'nun bilgisi ve izni sayesinde varlık kazanmıştır. Öte yandan Allah'ı kısıtlayabilecek hiçbir güç ve otorite yoktur. Bundan dolayı var olan her şeyi O, değiştirebilir. Böylesi bir tanrı tasavvuruna sahip olan danışan için, manevi danışmanın gerçek öznesi Allah olmaktadır. Çünkü yalnızca Allah, bu kişinin hayatını yeniden düzene sokacak gerçek öznedir. Allah, bu dünyada kendisini yalnız bırakmayacaktır; derdi veren de dermanını veren de en son noktada Allah'tır.

Hz. Peygamber, insanlar tarafından Allah'ın farklı tarzlarda tasavvur edilebileceği olgusunu onaylamıştır. Nitekim bir hadiste Hz. Muhammed, Allah için

“Ben kulumun beni tasavvur ettiği gibiyim” (Müslim, 7128) şeklinde farklı tanrı tasavvurlara izin vermiştir. Burada önemli olan husus, Müslüman bireyin her şeyin yaratıcısı olan mutlak kadir olan Allah’a iman etmiş olmasıdır. Bu iman ilkesinin bir yansıması olarak insanların Allah’ı kendi kültür ve bilgi düzeylerine göre tasavvur etmelerinde bir sakınca bulunmamaktadır.

Hız. Muhammed, Müslümanın günahkarlık duygusundan sıyrılması için Allah’a dua etmeyi tavsiye etmiştir. Hız. Ayşe’den rivayet edilen bir hadiste, kendisinin Hız. Peygamber’e kadir gecesinde yapılabilecek en iyi duanın ne olduğunu sorduğunu ve Hız. Muhammed’in bu soruya şu ifadeyle cevap verdiğini söyler: “Ey Allah’ım, Sen affetmeyi seversin. Beni de affet ve bağışla” (İbn-i Mâce, Dua, 5; Tirmizi, Deavât, 84). Bu hadisten de anlaşılacağı gibi hayat uğraşları içinde günden kaçınamayan kulun, günahlarından dolayı duyduğu suçluluk duygusundan dua yoluyla arınması mümkündür. Sözü edilen duada Hız. Peygamber, güven duygusunu yitiren Müslümanların bilgi dünyasını genişletmek ve dönüştürmek suretiyle yeni bir kapı açmaktadır. Bu çerçevede Allah’ın bağışlamayı sevdiği vurgulanmaktadır. Bu bilişsel yapılandırmanın hemen ardından insanın kendini arındırması, kendine yeniden güven duyması adına bağışlanmasını yalnızca Allah’tan istemesi gerektiği ifade edilir (Şirin, 2013: 200-201).

Aynı olay karşısında her insanın tepkisi, olayı değerlendirmesi farklı olabilir. Benzer biçimde aynı olay, bir açıdan bakıldığında iyi, bir başka açıdan bakıldığında ise kötü olarak değerlendirilebilir. Buna göre iyilik ve kötülüğün göreceli olduğu, bakış açısına göre iyi-kötü değerinin değişebileceği; mutlak olarak iyi ya da kötünün ne olduğu hususunun insanın algı ve bilgi düzeyinin ötesinde olduğu söylenilebilir. Nitekim Kur’ân-ı Kerim bu duruma şöyle değinmektedir. “... Olur ki bir şey sizin için hayırlı iken, siz onu hoş görmezsiniz. Yine olur ki bir şey sizin için kötü iken siz onu seversiniz. Allah bilir, siz bilmezsiniz (Bakara 2/216) Böylece insan için iyi ile kötü hiç olmazsa bazı zaman ve durumlar için görecelidir (Köylü, 2017: 72-73). Bu göreceli durumun, insanın suçluluk duygusunu hafifletmede ya da affetme kapasitesini arttırmada olumlu etkisi olduğu söylenilebilir. Şöyle ki bir insan kendisinin kasıtsız değerlendirmesi sonucunda günah işlediğini düşünerek, suçluluk duygusunu hafifletebilir. Öte yandan başka bir insan, diğer insanın hatalı düşüncesinden dolayı kendisine karşı bir kötülük yaptığını varsayarak bu kişiyi affetme isteği duyabilir.

Duaları istedikleri şekilde sonuçlanmayınca bu duayı yapan ve imanlı bir danışan, Tanrı'nın duasına cevap vermemesi, sessizliğini koruması durumundan yola çıkarak O'nun varlığına karşı imanını yitirir mi? Böylesi bir sonuca ulaşan birine karşı manevi danışmanın, değişenin tanrı mı yoksa duayı yapan danışanın mı olduğu şeklinde çarpıcı bir soru yöneltebilir. Bu soruya muhtemel cevaplar şöyle olabilir; Tanrı'nın sessizliği olarak tanımladığınız durum acaba sizin kendi sağırlığınız olabilir mi? Böylece danışman, sözü edilen sessizliğin bir başka açıdan yorumlanabileceğini gösterebilir. Sözgelimi vicdanının sesi, aslında Tanrı'nın sözü olarak yorumlanabilir ve böylece danışanın, meseleye vicdanına göre tarafsız biçimde değerlendirmesini önerebilir.

Duanın kabul olmaması durumu bir kişiye imanına kaybettirebilir ve bu durumda bir kriz ortaya çıkmış olur. Bu krizi aşmanın bir yolu, duaların kabul edilmemesine dair rasyonel bir açıklama geliştirmek ve böylece kişinin inancına dair uyanan uyumsuzluğu gidermektir. Nitekim kişi, çevresinde veya tarihten örneklerle duaları kabul olunan kişilerin olduğunu bilmek suretiyle bir rahatlama ve tutarlılığa kapı açar. Ya da kişinin yüzleşmek durumunda kaldığı güçlükler, Tanrı'nın bir imtihanı, üstesinden gelmesi gerektiği ve böylece derecesinin yükselmesini sağlayacak olan bir fırsat olarak görmesi mümkün olur (Baş, 2017: 190-192).

Sabretme, şükretme, merhamet duyma, affetme gibi kavramlar da MDR'de insanın karşılaştığı olaylar karşısında olumsuz duygular hissetmelerinin önün kesmekte ve kişinin sıkıntılarını aşmasına destek vermekte olan manevi ve dini kavramlardır. Duygular, insanın doğaya ve topluma uyum sağlamasını kolaylaştırır. Buna göre insanın sevgi duyması, korkması, nefret etmesi gibi duygular, onu harekete geçirmekte ve yaşamını sürdürmesi için gerekli olan motivasyonu sağlamaktadır. Hastalık, ölüm, günah gibi türlü sorunlarla yüzleşmek zorunda kalan kişi, öncelikle duygularıyla bu durumu kavrar ve duygusal tepkiden sonra yeni durumuna uygun düşecek davranışlar gösterir (Kula, 2016: 53).

Affetme, kişinin kendisinin veya başkalarının hatasını bağışlama, ilgili olaya veya duruma kin veya nefret duymaktan kendini alıkoyma ve buna bir karşılık vermekten vaz geçmek demektir. Bu tür bir yaklaşım, kişinin kendisiyle veya diğerleriyle barışmasını, ilişkilerini yeniden düzenleyip kurmasını sağlar. Bundan dolayı da nefret ve intikam duyguları yerini hoşgörü ve empatiye bırakır. Öte yandan

bağışlamanın, yapılan şeyin hata olduğunu reddetmeyi ya da bunları örtmeyi gerektirmez. Burada yapılan şey, artık bu tür hataların bedelini istemekten vaz geçmektir. Kur'ân-ı Kerim'in Allah'ı tanımlarken O'nun çok affedici olduğunu vurgulaması (Bakara, 2/173), Müslümanların da Allah'ın ahlakı ile ahlaklanmalarının öğütlenmesinin bir sonucu olarak affetmenin de inananlar için teşvik edilmesi (Al-i İmran, 3/134, Şura 42/40) manevi danışmanlıkta dinin olumlu anlamda işlevselliğini gösterir. Zira bir hatadan dolayı kişinin kendini ya da başkasını affetmesi, kaygı, depresyon, intikam alma ya da nefret gibi olumsuz duygulardan kurtulma, azalan toplumsal ilişkileri yeniden kurma ya da geliştirme gibi pozitif duygu ve davranışların filizlenmesine imkan tanır (Kula, 2016: 57).

3.6. MANEVİ İSTIRAP VE KRİZ

Bir bilim olarak psikoloji, pozitivist ve materyalist bilim anlayışının yaygınlık kazandığı zamanlarda Batı dünyasında doğmuştur. Pozitivist bakış açısı; nesnel olarak gözlenebilen ve deney aracılığıyla test edilebilen olgulara dair bilgileri, bilim anlayışının temeline koymakla, her türlü metafizik veya din anlayışının verilerini bilimin dışına atmıştır. Materyalist bakış açısı ise madde dışında bir gerçeklik alanı tanınamamak, her türlü olgu ve olayı en nihayetinde maddi olanla açıklamak anlamına gelmektedir. Bir bilim dalı olarak meşrutiyetini kurmak isteyen psikoloji, ilk dönemlerinde pozitivist ve materyalizmin etkisi altında, doğrudan gözlenemeyen ve test de edilemeyen zihinsel süreçleri, manevi ve dini olguları görmezlikten gelmiş, bu konuları ilgi alanının dışında tutmuştur (Ekşi ve diğerleri, 2016: 13).

Yaklaşık son elli yıldan itibaren, pozitivist ve materyalist eğilimlerin psikolojinin gelişimini engellediği şeklinde görüşler ortaya çıkmaya ve etkinlik kazanmaya başlamıştır (Merter 2011: 7, 8-9, 13). Ruh kavramının farklı kültürlerde hangi kökten türetilmiş olduğu, psikolojinin kendini pozitivistten kurtarmasının gerekçesini kavrama hususunda anlamlı olacaktır. İbranicede ruach, Arapçada rūh, Latince de spiritus terimleriyle ifade edilen ruh; hava, esinti, rüzgar (Arapçada rîh) kavramlarıyla akrabadır. Bir başka deyişle ruh, sabit olana karşı hareketliliği, maddi olana karşı manevi olanı imler. Nitekim bundan dolayı kadim düşünce okullarında ve

dinlerde ruh, bedende konuşlanan ama bedenden olmayan bir varlık türü olarak kabul edilmiştir (Perry, 2011: 116).

Kriz sözcüğü Çince, ilginç biçimde iki ayrı anlama gelmektedir. Bunlardan biri, tehlike ve diğeri ise fırsattır. Muhtemelen kelimenin bu iki anlamı taşıması, Çin'in tarih boyunca kendisinde taşıdığı kültür ve dinlerden kaynaklanmaktadır. Gerekçesi ne olursa olsun, bu çift anlamlılık kriz kavramının aynı zamanda olumlu olarak görülmesine kapı aralamaktadır. Buna göre krizler, bir yandan tehlikeli ve zorlayıcı olay ve olgular olmakta iken diğeri yandan da kendi içlerinde bir değişimin, dönüşmenin ve iyileşmenin imkanını taşımaktadır. Bu yaklaşım dilimize daha çok iktisat bağlamında "kirizi, fırsata çevirmek" şeklinde geçmiş gözükmektedir. Çince ise durum daha açıktır: Kriz, zaten fırsatın tam da kendisidir (Grof C., Grof S. 2011: 38).

Manevi krizlerin öncelikle doğru biçimde anlaşılıp tanımlanmaları gerekir. Bunun ardından krizin, fırsat yönünü göz önüne alınarak bir krizin ne türden duygusal ve psikosomatik bozuklukları çözebileceğini ve böylece insanın kişiliğinde hangi bakımlardan iyi yönde değişikliklere yol açabileceğini incelemek gerekmektedir. Kriz durumlarının hem tehlikeli hem de değişim fırsatını sunmuş olması, manevi ıstırap ve kriz sürecinin, bu tür deneyimleri yaşamış olan veya bu tür deneyimler hakkında birikimi bulunan yetkin kişiler tarafından sürdürülen bir danışmanlıkla geçirilmesi önemlidir. Bu husus, özellikle krizin fırsat yönünü yakalamanın en temel noktalardan biri olarak gözükmektedir. Zira geleneksel psikolojik yöntemler bağlamında, yaşanan manevi bir krizin patolojik olarak nitelendirilmesi ve bu çerçevede kişinin ilaç tedavisine başlaması mümkündür. Tam da bu ilaçlar, yaşanan krizin insanın kişiliğine iyi gelecek fırsat yönünün işlenmesinin önünü kesecektir. Bu nedenle kişinin yaşadığı ıstırap ve krizin "manevi" olarak tanımlanması son derece önemlidir (Grof C., Grof S. 2011: 38-39).

Manevi krizleri ortaya çıkaran gerekçeler oldukça çeşitlidir. Fiziksel gerekçeler; hastalık, kaza gibi tüm insanları etkileyen durumlar ile doğum, düşük yapma veya kürtaj gibi sadece bazı insanları etkileyen gerekçeler olabilir. Manevi krizler ise ölüm, boşanma, işini veya mülkünü kaybetme gibi duygusal bir deneyim sonucu ortaya çıkar. Bazen basit gibi duran duygusal deneyimler de manevi krize yol

açabilir. Bu gibi durumlar, bardağı taşıran son damla olarak değerlendirilmelidir (Grof C., Grof S. 2011: 39).

Manevi krizlerin teolojik temelli olarak sağaltılmasında biri doğal ve diğeri yapay olmak üzere ikili bir yöntem izlenebileceği söylenilebilir. Doğal olanı, kişinin başına hastalık gibi fiziksel, işini veya eşini kaybetmek gibi duygusal tepkilerden kaynaklan manevi ıstırap ve krizlerdir. Manevi krizlerin, aynı zamanda kişiliğin geliştirilmesinin bir fırsatı olduğu şeklindeki anlayış, bazı insanların krizleri kendisinin doğurmasının önünü açmıştır. Bu yaklaşımla insanlar meditasyon ve yoga, tasavvufta zikir çekme, Hristiyanlıkta manastıra çekilme gibi teolojik ya da manevi temelli uygulamalara yönelmişlerdir (Grof C., Grof S. 2011: 39). Bu husus, suni yolla doğurtulan bir krizin teolojik temelli olarak çözülmesi şeklinde değerlendirilebilir.

Daha çok dinsel ibadetlerin kendilerinden kaynaklanan veya dinlerle ilişkilendiren uygulamalarda, ruhun maddi olana zıt, bir tür hareket veya enerji olarak kavranmasının etkileri görülmektedir. Bu çerçevede teolojik uygulamalar, beden içinde sıkışıp kalan ruhu önce uyandırmayı, sonra da onu hareketlendirip kendi özünü gerçekleştirmesini sağlamayı hedef almaktadır (Perry, 2011: 117). Dünyanın pek çok kültüründe görülen ölüm ve yeniden doğuş mitosları, manevi ıstırap ve krizlerin acının yanı sıra yeni bir fırsatı göstermesi bakımından dikkat çekici örnekler olarak değerlendirilebilir.

Manevi ıstırap ve krizleri sağaltmak üzere danışanın Allah'ın yardımını istemesi, O'na güven duyması inancı ile kader ve irade anlayışının karışımından ibaret olan tevekkül kavramı yararlı bir şekilde kullanılabilir. Kur'ân-ı Kerim'de çok kez kendisinden söz edilen tevekkül (Al-i İmran, 3/159), kulun bir iş ve amaç için elinden geleni yaptıktan sonra sonucu Allah'tan beklemesi ve ayrıca hangi sonuç ortaya çıkarsa çıksın bunu kabullenmesi anlamına gelmektedir.(Sarı, 2016: 139).

İçinde yaşadığımız dünyada hiçbir insan, her zaman iyilikler ve mutluluklarla dolu bir hayat sürmemektedir. Fakirler kadar zenginler, kadınlar kadar erkekler, işçiler kadar patronlar da manevi ıstırap ve kriz yaşamaktadır. Sözü edilen grupların sadece ıstırapları ve krizleri farklı olmakta, ancak bunlar hayatın gerçekleri olarak her kesime dokunmaktadır. Bir başka deyişle keder, acı, sıkıntı, kaygı, hastalıklar bu dünyanın kaçınılmaz parçalarıdır. Müslüman olan birinin bu tür manevi ıstırap ve krizlere karşı

kendi psikolojik dengesini korumasına yardımcı olacak inanç unsurları bulunmaktadır. Nitekim Kur'ân-ı Kerim'de geçen şu ayetler, mümin insana güç vermektedir:

“And olsun ki sizi biraz korku ve açlıkla; mallardan, canlardan ve ürünlerden eksiltmekle sınavacağız. Sabredenleri müjdele! Onlar, başlarına bir musibet geldiğinde, ‘Doğrusu biz Allah’a aitiz ve kuşkusuz O’na döneceğiz!’ derler. İşte rablerinin lütufları ve rahmeti bunlar içindir ve işte doğru yola ulaşmış olanlar da bunlardır.” (Bakara 2/ 155-157). Bu ayetlerde öncelikle, insanların başlarına sıkıntıların geleceği hususu daha baştan bir veri olarak kabul edilir. Bir başka deyişle bu dünyada insanın huzurunu kaçırarak olayların olması olağandır. Bu olgu karşısında ise Müslümandan, Allah’a sığınması, O’na dayanması, bu tür ıstırap ve krizlere katlanması önerilir ve bunun karşılığı olarak Allah’ın kendilerine lütuf verip rahmetini yayacağı söylenir (Altaş, 2017: 133-135).

İnsanın üstesinden gelmekte zorlandığı zamanlarda ise durumu kabullenmesi, yaşanan manevi ıstırapı hafifletmesine yardımcı olabilir. Bu durumda olan dindar birine kader anlayışı fayda sağlayabilir. Sözgelimi “Yeryüzünde vuku bulan veya başınıza gelen hiçbir musibet yoktur ki, biz onu yaratmadan önce bir kitapta yazılı olmasın. Kuşkusuz bu Allah’a göre kolaydır (Hadid, 57/22) ayeti, manevi ıstırap içindeki birine bilişsel açıdan iki noktaya dikkat çekmektedir. Bunların birincisi, yaşanan durumun başa gelmesi mukadder bir olay olarak tasavvur edilmesidir. İkincisi ise tüm bu durumların Allah’ın bilgisi ve izni ile gerçekleştiğini bilmekten kaynaklanır. Böylece manevi ıstırap ve kriz yaşayan kişi, içinde bulunduğu durumun Allah’ın bildiği ve izin verdiği, belki de kendi kişisel gelişimine gerekli olan bir süreç olarak algılayabilecek yani bilişsel bakış açısını değiştirerek bu sürece yeni bir anlam çerçevesi çizebilecektir.

SONUÇ

MDR disiplininin, Batı dünyasında “pastoral counselling” olarak adlandırılan dini temelli bir danışmanlık uygulamasından hareketle ortaya çıktığı anlaşılmaktadır. “Pastoral” teriminin genel olarak dini özel olarak ise Hristiyan teolojisini çağrıştırması, hem dinsel hem de manevi danışmanlığını daha evrensel bir bakış açısıyla ele alınması gerekliliğini açığa çıkartmıştır.

MDR, öncelikle psikoloji ve teoloji olmak üzere iki köklü alanın sınırları ile yakın bir ilişki içindedir. Kuramsal olarak teolojinin mi psikolojiyi yoksa psikolojinin mi teolojiyi beslediği bir başka inceleme konusu olsa da, tarihsel süreçte psikolojinin teolojik temellere dayandığı görüşü daha yaygın şekilde kabul edilir. Pozitif bilim anlayışının bilimsel çevrelerde yaygınlaşmasının yanı sıra, belki de psikolojinin teolojik temelli olması durumu, bağımsız bir disiplin olarak doğuşu döneminde dinden kendini uzak durmaya yönelttiği söylenilebilir. Akademik bir disiplin olarak kabul görmesinden bir süre sonra ise psikolojinin dine olumsuz yaklaşım göstermede geri adım atmaya başladığı ifade edilebilir.

Jung ve arkadaşlarının etkisiyle din, insan psikolojisini anlamanın ve böylece psikolojik travmalarının çözülmesinin bir aracı olarak değerlendirilmeye başlanmıştır. Psikolojinin dine yaklaşımının, manevi değerlerin yalnızca sosyolojik ve seküler bakış açısıyla yorumlanamayacağı şeklinde bir anlayışa da kapı araladığı söylenilebilir. Bununla birlikte manevi değerlerin yalnızca teoloji sayesinde meşruluk kazanacağı tarzındaki aşırı bir genellemeden de kaçınmak gerekir.

İnsanlık tarihinin büyük bir bölümünde din, manevi değerlerin kaynağı olarak görülmüştür. MDR’nin, pastoral yani dini danışmanlık disiplini içinden doğduğu hususu göz önüne alındığında, dinlerin manevi değerlere meşruiyet sağladığı daha açık bir biçimde anlaşılır. Ne var ki modernite ile birlikte insanlık, -en azından- kurulu dinlere karşı olumsuz bir tavır takınmaya başlamıştır. Tarih içinde kurulu dinler arasında ortaya çıkan din veya mezhep savaşları, bazı din adamlarının bilimsel ve toplumsal gelişmelerin karşısında durmaları gibi hususların, insanlığın önemli bir bölümünü, kurulu dinlerden uzaklaştırmış olduğu toplumsal bir gerçekliktir. Öte yandan, insanların giderek dinden uzaklaşması anlamında sekülerlik, aynı biçimde manevi değerlerden uzaklaşma anlamına gelmek zorunda değildir.

İnsanlığın bir yandan sekülerleşmesi bir yandan da manevi değerlere önem vermeye devam etmesi, ancak manevi değerlerin din dışı bir alandan meşruiyetini sağlaması ile mümkün olabilir. Bir başka deyişle manevi değerlerin, gerek bireyselliğimizden gerekse toplum olarak yaşamımızdan beslendiği kabul edilmek durumundadır. Manevi değerler ile insanlık, yani psikoloji ve sosyoloji içinden bir temel bulmuştur denilebilir. Böylece manevi danışmanlığın teoloji, psikoloji ve sosyoloji içinden ve bu disiplinlerin birbiriyle ilişkisinden ortaya çıkması mümkün olmuştur.

Akademik bir disiplin olarak MDR'nin en önemli temellerinden biri psikoloji bilimidir. İnsanı salt bir canlı olarak gören biyolojiden farklı olarak psikoloji, bütünlüklü bir insan anlayışını inceler. Psikolojiye göre insanın, bedenini beslemek ve korumak yanında maddi gerekçelerle açıklanamayan birtakım ihtiyaçları bulunmaktadır. İnsanın maddi koşullarla açıklanamayan bu ihtiyaçlarının başında ise varoluşunu açıklama arzusu gelebilmektedir. Bu arzu, birey olarak insanın bu dünyada neden yaşadığını, hayatın anlamının olup-olmadığını, eğer varsa bu anlamın ne olduğunu ikna edici bir biçimde cevaplandırmakla tatmin edilebilir. Bu arzunun insan açısından ne derece hayati olduğu, tatmin edilmediği durumlarda kendini gösterebilir. Nitekim dünyanın ve kendisinin burada varoluşunun anlamını bulamayan veya sahip olduğu anlamı artık değersiz görmeye başlayan insanlar, kaygı duymaya başlarlar.

Öteden beri varoluş kaygısını gidermeye yönelik cevaplar daha çok dinler tarafından verilmiştir. Ne var ki insanların sekülerleşmeleri ve dinlere bir mesafe koymuş olmaları, dinlerin insanlığın varoluşuna yönelik açıklamalarına ilgi göstermemeleri sonucuna yol açmıştır. Öte yandan pozitivist bir bakış açısıyla psikoloji, insanın var oluş arzusunu yeterince tatmin edemediği ifade edilebilir. Bu çetrefilli durum karşısında MDR, kısmen psikolojinin bilimsel yaklaşımını ve kısmen de teolojinin metafizik açıklamalarını, insanın manevi değerlere duyduğu ilgiyi harmanlayarak varoluşa bir anlam vermeye çalışmaktadır. Bu yaklaşım insanı, varoluşa yönelik bir anlamsızlığa düşmek şeklinde gösteren kaygıdan da kurtarabilmektedir.

MDR'nin sosyolojik temelleri ise modern dönemde insanlığın yüzleşmek zorunda kaldığı sekülerleşme ve yabancılaşma olarak nitelendiren olgulara dayanır. Ortaçağdan yeniçağa doğru evrilirken insanlık tarihinde birbirine zıt iki olgu kendini

göstermeye başlamıştır. Bunlardan ilki coğrafi keşiflerle birlikte insanlara farklı coğrafya ve kültürlerin açılması ile bilimin gelişmesi ve buna paralel olarak üretim araçlarının değişmesidir. Diğer olgu ise dinlerin, daha doğrusu Hristiyanlığı temsil eden din adamlarının bu tür değişimlere karşı takındığı olumsuz yaklaşımdır denilebilir. Kilise, tüm bu bilimsel devrimlerin ve toplumsal dönüşümlerin neredeyse hepsine karşı çıkmıştır. Böylesi bir çatışma, aynı zamanda bilimle birlikte dönüşen sosyal ilişkilerin daha güvenli bir dünya kurması insanları, dinlere karşı daha az ilgi göstermeye, dinlerin öğütleri dışında yeni bir dünya kurmalarına yol açabilmiştir.

Günlük hayatın nasıl yönlendirileceğinin artık dinlerin bakış açısına göre düzenlenmemesi, sekülerleşme denilen bir olguyu ortaya çıkarmıştır. Ne var ki bu durum yani sekülerleşme, yalnızca dini değil insanın anlam arayışındaki cevaplarını da buharlaştırmıştır diyebiliriz. Nitekim sekülerleşme, insanın bu dünyada kendini yalnız hissetmesine yani yabancılaşmaya yol açmıştır. Zira hayatın anlamına dair bir çerçeve sunan dinlere mesafe koymak, insanların kendilerini bu dünyada yalnız hissetmelerine sebep olabilmektedir. Bir başka deyişle birey, birdenbire kendisinin de toplumunun da ve hatta dünyanın da tekil olduğunu ve birbiriyle bir ilişkisinin olmadığını tasavvur etmeye başlamıştır. Bu bağlamda MDR, manevi değerler aracılığıyla insanlığın içine düştüğü yabancılaşma kaygısından kurtarmak ve hayatına bir anlam kazandırmak gayretini bir hedef olarak kendisine ilke edinmiştir.

MDR'nin teolojik temelleri ise dinlerce kutsal kabul edilen metinlerin yorumlanması ve din kurucularının veya tebliğcilerinin örneklik teşkil eden davranışlarından meydana gelmektedir. Genel anlamda dünya üzerinde var olan dinler, din kurucuları veya tebliğcileri çoğu kez ahlaki önceleyen öğütler vermiş, insanları ahlaki tavır ve davranışlara yöneltmişlerdir diyebiliriz. Bu noktalar göz önüne alındığında dinlerin kutsal kitapları ve kurucularının öğütleri yalnızca o dinlere bağlı olan insanlar için değil, bütün insanlık için değerli bir birikim olarak görülebilir. Öte yandan insanlığın dinlerin bu birikiminden yararlanabilmesi için hem kutsal kitapları hem de din kurucularının veya tebliğcilerinin hayat tecrübelerinin hümanistik açıdan yorumlanması ve değerlendirilmesi gerektiği söylenebilir.

Tevrat, İncil ve Kur'ân-ı Kerim gibi kutsal kitaplarda anlatılan kıssalar, tarihin belli bir anına dair bilgi vermekten çok, insanlığın ıstırabını çektiği bir konu olarak hayatın anlamını aydınlatacak biçimde yorumlandığında, MDR'ye teolojik bir temel

sağlayabilir. Böylece bu disiplin, kutsal kitaplarda bahsi geçen kıssalar aracılığıyla manevi değerlere ilişkin bir temel bulabilir. Benzer bir değerlendirme din kurucu veya tebliğcilerinin öğütleri ve yaşam tecrübeleri için de geçerlidir. Sözgelimi Hz. Muhammed'in Mekke'deki düşmanları tarafından bile güvenilir bir şahsiyet olarak kabul edilmesi, Medine'de hem müşriklerin hem de Yahudi ve Hristiyanların kendisini şehir devletinin başkanı ve hakemi olarak onaylamaları, MDR'nin din önderlerinin hayat tecrübelerini manevi değerleri temellendirmede bir olanak sunabilmektedir. Böylece kutsal kitapları ve önder kişileriyle dinler, MDR'nin manevi değerleri temellendirmesini güçlendirmekte ve insanlığın psikolojik sorunlarının çözümüne teolojik zemin sağlayabilmektedir.

MDR, insanların psikolojik sorunlarına çözüm bulmayı amaçlayan ve bu nedenle de uygulamaya ağırlık veren akademik bir disiplindir. Bu disiplin, yalnızca uygulama sahasını temellendirmek ve bu uygulamalarına bir gerekçe sağlamak adına teoriyi önemser. Bu nedenle MDR disiplinin teorisi ile uygulaması arasında anlamlı bir ilişkisi bulunmalıdır. MDR teorisinin psikolojik, sosyolojik ve teolojik temellerinin olmasına koşut olarak uygulama alanlarında da sözü edilen disiplinlerle yakın bir ilişkinin olması doğal gözükmemektedir.

İnsanı psikolojik açıdan sıkıntılara düşüren olgulardan biri yakınının kaybetmesi ve bu kaybın ardından kişinin yas tutmasıdır. Bir ilişkinin bitmesi, evlilerin boşanması, işlerin bozulması veya sevdiği bir insanın ölümü insanda kayıp duygusunu yaşatır. Bu kaybın ardından her insan belli ölçüde bir acı duyar ve bir yas sürecine girebilir. Yas sürecinin en önemli faktörlerinden biri, kaybın ardından insanın hayatının değişecek olması ve kişinin bu yeni hayata nasıl uyum sağlayacağı konusunda tedirginlik duyabilmektedir. Bu açıdan bakıldığında yas sürecinin, kayıpla birlikte insanın karşı karşıya kaldığı yalnızlık, umutsuzluk ve endişe gibi kaygılarla başa çıkma ve hayatla yeniden uyum kurmak olduğu söylenilebilir. Dinler tarafından dile getirilen hayatın bir sınav olduğu ve kader anlayışı insanın karşı karşıya kaldığı yas kaygısıyla başa çıkmada olumlu katkı sağlayabilir.

Hiçbir insan hayatının her anında mutlu ve başarılı olmayabilir. Kimi durumlarda insan sahip olduğu pek çok şeyi yitirebilir ve bunun sonucu olarak iş çevresi ve hatta ailesi tarafından bile bir kenara itilebilir ya da kişi, bunun böyle olduğunu sanabilir. Terk edilmişlik duygusuna kapılan bir insan yalnızlık duygusuna

kapılabilir. Yalnızlık duygusu, toplumdaki insanların kendisine ilgi ve şefkat göstermediği şeklinde bir acınmaya ve kedere, bu şefkatsizliğe tepki olarak ise kişide öfke duygusunun doğmasına yol açabilir. Dinsel temeller sayesinde manevi danışma ve rehberlik, insanı yalnızlık kaygısına kapılmaktan koruyabilir. Bu bağlamda Tanrı'nın kendisini yarattığı, bu yaratmanın ancak sevgi ve şefkatten kaynaklandığı şeklindeki bir açıklama, insanın kendini yalnız hissetmemesi gerektiği düşüncesini ortaya çıkarır. Öte yandan dinlerin ilk aşamada kendi bağlılarını ve son aşamada da tüm insanları kardeş olarak görmesi, insana sosyal bir ilişkiler ağı sunar ve böylece onu yalnızlığa terk edilme endişesinden kurtarabilir.

İnsan diğer tüm canlılardan farklı olarak öleceğinin bilincine sahiptir. Ne var ki bu bilinç, kimi insanda bir kaygıya yol açabilir. Hayatını sürdürmek için sürekli bir çaba harcamak zorunda olan bir insan, sonunda öleceğini ve tüm bu çabaların bir anlamı olmayacağını düşünebilir. MDR, öncelikle hayat kadar ölümün de doğal bir süreç olduğunu; bir insanın hayat kadar ölümü de olağan karşılaması gerektiği şeklinde bir açıklama sunabilir. Bu bağlamda manevi danışmanlığın, dinlerin ahiret anlayışından teorik bir temellendirme yapması da mümkündür. Zira dinler, ölümün bir yok olma anlamına gelmediğini, onun aslında yeni bir yaratılışın başlangıcı olduğunu dile getirirler. Öte yandan Sartre gibi ateist düşünürler, ölümle birlikte bilincin de yok olacağını vurgulayarak hayatın anlamını yaşamın değerli geçirilmesine dayandırır. Böylece manevi danışmanlık, gerek dinlerin ölümsüzlük anlayışı gerekse ateizmin bu hayatı değerli geçirme değerlerini öne çıkararak danışanlarının ölüm kaygılarına psikolojik çözümler sunabilir.

İnsanoğlu her zaman mükemmel bir hayat yaşamaz; kimi zamanlarda bir sevdiğini kırabilir, kimi zamanlarda ahlaka, hukuka, töreye ve dine göre hatalı kabul edilen davranışlar sergileyebilir. Bu tür davranışlar insanda suçluluk duygusuna, günahkar ve affedilemez bir varlık olduğu kaygısına yol açabilir. Bu tür kaygıların nesnesi başka insanlar olabileceği gibi Tanrı da olabilir. Tanrı'ya yöneltilmiş olan suçluluk ve günahkar olma kaygısını manevi danışmanlık, dinlerde çeşitlilik gösteren tanrı tasavvurları sayesinde bir çözüme kavuşturabilir.

Yahudilik, Hristiyanlık ve İslâm inançlarına göre Tanrı'nın sıfatlarından biri de affetmektir. Böylece dinler, daha baştan insanların Tanrı'nın bazı isteklerini yerine getirmeyeceklerini, ancak bundan dolayı da büyük bir suçluluk duygusuna

düşmelerinin gerekmediğini genel olarak söyleyebiliriz. Bu dinlere göre Tanrı, otoritesi inkâr edilmediği sürece bazı emirlerinin yerine getirilmemesinden dolayı en değerli yaratması olan insanı cehennem çukuruna gönderecek değildir. Öte yandan da dinler, insanın hatalarına karşı kayıtsız kalmalarının da doğru bir tavır olmayacağını ifade ederler. Suç ile affetme arasındaki bağ ise dinler tarafından dua aracılığıyla kurulur. Buna göre insan, Tanrı'ya yönelik suçluluk ve günahkarlık endişesinden Tanrı'ya dua etmekle ve O'ndan af dilemekle kurtulabilir. Dua ve tövbe etmek, insanın insana yönelik suçluluk duygusundan kurtulmanın da bir yöntemi olarak bütün insanlığa bir örnek teşkil ettiği söylenilebilir.

İnsan, hatalı bir davranışından dolayı bir başka insana karşı suçluluk duyar. Bu tür bir davranışı yapan insan, eğer Tanrı'ya inanan bir insansa, Tanrı'ya karşı gösterdiği tavrı insana da gösterebilir. Bir başka deyişle bir günahtan dolayı dua ve tövbe ederek Tanrı'dan özür diliyorsa, hatalı bir davranıştan dolayı da bir başka insandan özür dilemesi olanağı artar. İnsana karşı işlenen hatalı davranışın türüne göre özrün niteliği belirlenebilir. Bu özür kimi zaman sözle olur, kimi zaman ise ortaya çıkan zararın karşılanmasıyla olur. Böylece dindar insanların günahkarlık endişesinden kurtulmak için Tanrı'nın affedici niteliğine sığınmaları tavrı, yalnızca dindarlar için değil aynı zamanda ateist insanlar için de özür dileme ve hatayı telafi etme şeklinde bir manevi değer olarak ortaya çıkabilir. MDR ise dinsel nitelikli birtakım uygulamaların hümanistik çerçevede yorumlanmasını, ister dindar isterse ateist olsun bütün insanların psikolojik sıkıntılarını çözümlemede bir araç olarak kullanabilmektedir.

KAYNAKÇA

Akgül, A. (2009). *Yaşlılarda Sosyal ve Manevi Bakım* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Altaş, N. (2017). Hastanelerde Dinî Danışmanlık Hizmetleri. *Dinî Danışmanlık ve Din Hizmetleri* (ss. 127-140). Editörler: Altaş N., Köylü, M. İstanbul: Dem Yayınları.

Apaydın, S. (2017). Kayıp ve Yas. *Yas Danışmanlığı* (ss. 1-50). Editörler: Erdur-Baker Ö., Aksöz-Efe İ. Ankara: Anı Yayınları.

Aybey, S. (2015). Dini Danışmanlık Bağlamında Aile ve Dini Rehberlik Büroları. *Gaziosmanpaşa Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 3 (2): 137-152.

Baş, S. (2017). Manevi Danışmanlıkta Duanın Bir Destekleme Metodu Olarak Kullanımı: *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* (52): 161-198.

Bilecik, S. (2016). Huzurevlerinde Dini Danışmanlık ve Din Hizmetleri; İhtiyaçlar, Beklentiler, Sorunlar. *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik II* (ss. 377-400). Editörler: Ayten A., Koç M. Tınaz, N. İstanbul: Dem Yayınları.

Coşkunsever, A. (2018). Yetiştirme Yurtları ve BSRM’lerde Manevi Danışmanlık ve Rehberlik: (Bursa ve Şanlıurfa Örnekleri). *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik II* (ss. 187-212). Editörler: Ayten A., Koç M. Tınaz, N. İstanbul: Dem Yayınları.

Çamur, F. Y. (2013). Küreselleşen Dünyada İrşat Hizmetlerinde Yeni Bir Alan: Dini Danışmanlık –Türkiye ve İngiltere Örneği-. *Vaaz ve Vaizlik Sempozyumu II Kitabı* (ss. 54-73), Düzenleyen: Diyanet İşleri Başkanlığı. Ankara. 11-12 Aralık 2011.

Çelikel, B. (2013). Dinî Danışmanlık: Psikoterapi ile Din Eğitiminin Buluşma Noktası: *Marife Dini Araştırmalar Dergisi*. 13 (3): 55-68.

Çetinkaya, B., Altundağ, S., Azak A (2007). Spiritüel Bakım ve Hemşirelik: *ADÜ Tıp Fakültesi Dergisi*. 8 (1): 47-50.

Darende, Ö. F (2019). Sekülerleşme Teorisine Metaforik Yaklaşımlar. *Sekülerleşme Tartışmaları* (ss. 31-70). Editörler: Kirman, M. A., Ertit, V. Ankara: Kadim Yayınları.

Daştan, N. B., Buzlu S (2010). Meme Kanseri Hastalarında Maneviyatın Etkileri ve Manevi Bakım. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi*. 3 (1): 73-78.

Dellaloğlu, F. B. (2019). “Lâik” ve “Seküler”in Politik Teolojisi. *Sekülerleşme Tartışmaları* (ss. 31-47). Editörler: Kirman, M. A., Ertit, V. Ankara: Kadim Yayınları.

Ekşi, H., Kaya, Ç., Çiftçi, M. (2016). Kavramsal Çerçeve: Maneviyat ve Psikolojik Danışma. *Manevi Yönelimli Psikoterapi ve Psikolojik Danışma* (ss. 13-28). Editörler: Ekşi, H., Kaya Ç. İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Ertit, V. (2019a). Türkiye’nin Sekülerleşme Pratiği. *Sekülerleşme Tartışmaları* (ss. 267-330). Editörler: Kirman, M. A., Ertit, V. Ankara: Kadim Yayınları.

Ertit, V. (2019b). *Sekülerleşme Teorisi*. Ankara: Liberte Yayınları.

Esendir, N. (2016). *Sağlık Çalışanlarının Maneviyat ve Manevi Bakım Algısı, İstanbul Örneği* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çanakkale: Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Frankl, V. E. (2019). *İnsanın Anlam Arayışı*. Çev. Selçuk Budak. İstanbul: Okuyan Us Yayınları.

Grof, S., Grof, C. (2011). Manevi Kriz: Gelişimsel Krizleri Anlamak. *Manevi Kriz* (ss. 31-63). Çev. Ahu Ayan. Editörler: Grof S., Grof C. İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Hustoft H., Hestad. K. A., Lien, L., Moller, P., Danbolt, L. J. (2015). “İnancım Olmasaydı Kendimi Öldürürdüm” Şizofreniden Muzdarip Hastalarda Manevi Başa Çıkma. *Karadeniz Teknik Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 2 (1): 159-188.

Işık, Z. (2018). Bebek Kaybı Yaşayan Ailelere Yas Sürecinde Manevi Danışmanlık Neden Gerekli? *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik II* (ss. 41-65). Editörler: Ayten A., Koç M. Tınaz, N. İstanbul: Dem Yayınları.

Jaffe, A. (1966). From the Life and Work of C. G. Jung. Princeton: Princeton University Press.

Jung, C. G. (1962). Commentary on “The Secret of the Golden Flower: A Chinese Book of Life”. Trs. Cary F. Baynes, London: Lund Humphries Press.

Jung, C. G. (1975). Psychology and Religion: West and East. Trs. R. F. C. Hull. Princeton: Princeton University Press.

Jung, C. G. (1989). Nietzsche's Zarathustra. London: Routledge Press.

Kara, E. (2016). Yas Süreci ve Dini Danışmanlık: *Dokuz Eylül Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* (Din Psikolojisi Özel Sayı): 251-270.

Kesgin, B., Erdem, M. (2018). Türkiye’de Manevi Destek Hizmetlerinin Kurumsallaşması: *Bingöl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 8 (16): 69-92.

Kılavuz, M. A., Kılavuz E. (2018). Yaşlanma Döneminde Kayıplarla Başa Çıkma Manevi Danışmanlık Hizmetlerinin Önemi. *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik II* (ss. 17-39). Editörler: Ayten A., Koç M. Tınaz, N. İstanbul: Dem Yayınları.

Kılınçer, H. (2017). *Tıp, Psikoloji ve İlahiyat Öğrencilerinin Türkiye'deki Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Uygulamalarına Yönelik Tutumları Üzerine Bir Araştırma* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kirman, M. A., Sarı H. (2019). Post Seküler Toplumda Anlam Arayışını ve Tasavvufu Yol Metaforu Üzerinden Okumak. *Sekülerleşme Tartışmaları* (ss. 197-329). Editörler: Kirman, M. A., Ertit, V. Ankara: Kadim Yayınları.

Köylü, M. (2017). Kur'an ve Ruh Sağlığı. *Dinî Danışmanlık ve Din Hizmetleri* (ss. 55-79). Editörler: Altaş N., Köylü, M. İstanbul: Dem Yayınları.

Kula, N. (2017). Bakıma Muhtaç Kişilere Yönelik Sosyal Hizmetler ve Dinî Değerler. *Dinî Danışmanlık ve Din Hizmetleri* (ss. 141-154). Editörler: Altaş N., Köylü, M. İstanbul: Dem Yayınları.

Kula, N. (2016). Manevi Danışmanlıkta Kullanılan Bazı Dini Kavramların Anlam Alanı ve Fonksiyonelliği. *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik I* (ss. 45-61). Editörler: Ayten A., Koç M. Tınaz, N. İstanbul: Dem Yayınları.

Merter, N. M (2011). Sunuş (ss. 7-16). Editörler: Grof S., Grof C. İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Meydan, H. (2015). *Din Eğitiminde Manevi Boyut*. İstanbul: Dem Yayınları.

Ok, Ü. (1997). *Dinsel Danışmanlığın Teorik Çatısı* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Ok, Ü. (2008). İnanç Bakım ve Danışmanlığı: Bir Model Geliştirme Denemesi. *I. Din Hizmetleri Sempozyumu Kitabı II* (ss. 550-574), Düzenleyen: Diyanet İşleri Başkanlığı. Ankara. 3-4 Kasım 2007.

Ok, Ü. (2017). Dinî Danışmanlık: Tanımı ve Tarihi. *Dinî Danışmanlık ve Din Hizmetleri* (ss. 35-54). Editörler: Altaş N., Köylü, M. İstanbul: Dem Yayınları.

Özdemir, Ş. (2017). Cezaevlerinde Din Eğitimi ve Dinî Danışmanlık. *Dinî Danışmanlık ve Din Hizmetleri* (ss. 241-270). Editörler: Altaş N., Köylü, M. İstanbul: Dem Yayınları.

Perry, J. W. (2011). Manevi Kriz ve Yenilenme. *Manevi Kriz* (ss. 113-129). Çev. Ahu Ayan. Editörler: Grof S., Grof C. İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Sarı, E. (2016). İslami Değerleri Yaşama Biçiminde Öncelikli Danışanlara Yönelik Psikolojik Danışma: İslami Psikolojik Danışma Model Önerisi. *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik I* (ss. 135-155). Editörler: Ayten A., Koç M. Tınaz, N. İstanbul: Dem Yayınları.

Seyyar, A. (2012). Manevî Sosyal Hizmetlerin İslâmî Çerçevesi. *Dinî Danışmanlık ve Din Hizmetleri* (ss. 140-170). Editörler: Altaş N., Köylü, M. Ankara: Gündüz Yayınları.

Şahin, İ. (2019). Sosyolojik Bir Bilginin Soy Kütüğü: Sekülerleşme Teorileri. *Sekülerleşme Tartışmaları* (ss. 71-115). Editörler: Kirman, M. A., Ertit, V. Ankara: Kadim Yayınları.

Şahin, Z. A. (2014). *Federal Almanya Cumhuriyeti'nde Dini Danışmanlık: Teori – Eğitim - Uygulama* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Şahin, Z. A. (2016). Hristiyan Gelenekte Manevi Bakımın Teorik Temelleri. *Spiritual Psychology and Counseling*, 1 (1): 47-77.

Şirin, T. (2013). *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi Yaklaşımıyla Bütünleştirilmiş Dini Danışmanlık Modeli* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Sakarya: Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yalom, I. D. (2017a). *Din ve Psikiyatri*. Çev. Zeliha Babayiğit. İstanbul: Pegasus Yayınları.

Yalom, I. D. (2017b). *Ölüm Korkusunu Yenmek*. Çev. Zeliha Babayiğit. İstanbul: Pegasus Yayınları.

Yalom, I. D. (2018). *Varoluşçu Psikoterapi*. Çev. Zeliha Babayiğit. İstanbul: Pegasus Yayınları.

Yılmaz, M. (2011). Holistik Bakımın Bir Boyutu: Spiritüalizm, Doğası ve Hemşirelikle İlişkisi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*. 14 (2): 61-70.