



SPİRİTÜEL ARAYIŞLAR BAĞLAMINDA YOGA
PRATİĞİ İLE İLİŞKİLİ BİREYLERİN NİTEL ANALİZİ:

ESKİŞEHİR ÖRNEĞİ

Yüksek Lisans Tezi

Reyhan Türkuzan

Eskişehir 2025

**SPIRİTÜEL ARAYIŞLAR BAĞLAMINDA YOGA PRATİĞİ İLE İLİŞKİLİ
BİREYLERİN NİTEL ANALİZİ: ESKİŞEHİR ÖRNEĞİ**

Reyhan TÜRKUZAN

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Sosyoloji Ana Bilim Dalı

Danışman: Prof. Dr. Nadir SUĞUR

Anadolu Üniversitesi

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Temmuz 2025

Eskişehir

JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI

Reyhan TÜRKUZAN'nın “Spiritüel Arayışlar Bağlamında Yoga Pratiği İle İlişkili Bireylerin Nitel Analizi: Eskişehir Örneği” başlıklı tezi 20/06/2025 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından değerlendirilerek “Anadolu Üniversitesi Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliği”nin ilgili maddeleri uyarınca, Sosyoloji Anabilim dalında Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

	Unvanı Adı Soyadı	İmza
Üye (Danışman):	Nadir Suğur.....	
Üye:	Temmuz Genç Şavran.....	
Üye:	Kurtuluş Cengiz.....	

Prof. Dr. Nafiz Öncü Can
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürü

ÖZET

SPİRİTÜEL ARAYIŞLAR BAĞLAMINDA YOGA PRATİĞİ İLE İLİŞKİLİ BİREYLERİN NİTEL ANALİZİ: ESKİŞEHİR ÖRNEĞİ

Reyhan Türkuzan

Sosyoloji Ana Bilim Dalı

Anadolu Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Haziran 2025

Danışman: Prof. Dr. Nadir SUGUR

Modernleşme, kentleşme ve bireyselleşme dinamiklerinin keştiği toplumsal koşullarda, din ve maneviyatın anlamı bireyler için farklılaşmıştır. Yeni dini hareketler bünyesinde değerlendirilebilecek spiritüel arayışlar, geleneksel dinlerle olan mesafesinin artmasıyla oluşan maneviyat boşluğunu ikame eden bir yönelim olarak karşımıza çıkmaktadır. Bireylerin spiritüel bir arayış dinamiği içerisinde yogaya yükledikleri anlam; dini, ekonomik ve toplumsal açıdan değerlendirilmiştir. En az 6 aydır aktif olarak yoga yapan 22 görüşmeci ile Eskişehir örneğinde gerçekleştirilen çalışmada, yarı yapılandırılmış soru formu üzerinden derinlemesine mülakat tekniği ile görüşmeler yapılmıştır. Gömülü teori yöntemi kullanarak alanın kendi dinamikleri ve verileriyle oluşturulmuş kodların, kategorize edilmesi ile 4 farklı tema üzerinden tartışma yürütülmüştür. Görüşmecilerin yogayla temaslarında ve kurduğu ilişkilerin içerisinde ilk tema “Maneviyat, Din ve Yoga”, ikinci olarak “Kolektif Deneyim ve Sosyal İlişkiler”, üçüncü olarak “Yoga ve Yargılar” ve son tema “Ekonomi ve Yoga” başlığı altında incelenmiştir. Çalışma verilerinin analizinde 42 adet kod ve 14 adet kategori işlenmiştir. Tartışma kapsamında bireylerin yoganın ticarileşmesi, gündelik kaygılarla kesişmesi ve felsefesi arasındaki gerilimli çatışma ilişkisine yönelik bağdaştırmacı kabullenişlerinin varlığı görülürken; yoga felsefesinin manevi yönüne olan yoğun aidiyet duygularına dayanarak katı direnişlerini gözlemlemek de mümkündür. Tartışma alanları, içinde yaşadığımız toplum dinamikleri ile birlikte kimlik belirleme stratejileri, bedeninin metalaşması, geliştirilen sermaye biçimleri, habitus ve alan teorileri, iktidar ve denetim ilişkileri, ontolojik güvenlik ve risk toplumu erozyonu, kültür endüstrisi, otantik kimlik, akışkan modernite, duygusal kapitalizm ve gösteri toplumu gibi önde gelen teorilerin tartışılmasına olanak vermiştir.

Anahtar Kelimeler: Yoga, Spiritüalizm, Yeni Dini Arayışlar, Kimlik, Modernizm

ABSTRACT

A QUALITATIVE ANALYSIS OF INDIVIDUALS ENGAGED IN YOGA PRACTICE IN THE CONTEXT OF SPIRITUAL QUESTS: THE CASE OF ESKİSEHİR

Reyhan Türkuzan

Department of Sociology

Anadolu University, Graduate School of Social Sciences, June 2025

Supervisor: Prof. Dr. Nadir SUĞUR

In the social context where the dynamics of modernization, urbanization, and individualization intersect, the meaning of religion and spirituality has transformed for individuals. Spiritual pursuits, which can be categorized within the framework of new religious movements, have emerged as a response to the crises of modern life and as a substitute for the spiritual void created by the growing distance from traditional religions. The meanings that individuals attribute to yoga within the dynamic of a spiritual quest have been evaluated from religious, economic, and social perspectives. In a study conducted in Eskişehir, in-depth interviews were held with 22 participants who had been actively practicing yoga for at least six months. The interviews were guided by a semi-structured questionnaire and carried out using the in-depth interview technique. Employing the grounded theory method, codes derived from the field's own dynamics and data were categorized, and the analysis was structured around four main themes. The participants' engagements and relationships with yoga were examined under the following themes. The first one is Spirituality, Religion, and Yoga, the second one is Collective Experience and Social Relations, the third one is Yoga and Social Judgments and the forth one is Economy and Yoga. In total, 42 codes and 14 categories were analyzed during the data evaluation process. Within the scope of the discussion, the participants' reconciliatory acceptance of the tension between the commercialization of yoga, its intersection with daily concerns, and its philosophical foundations became evident. At the same time, a strong sense of spiritual affiliation led to firm resistance toward deviations from yoga's philosophical essence. These areas of discussion opened up space for engaging with prominent theoretical frameworks, including identity formation strategies, commodification of the body, forms of capital, habitus and field theories, power and surveillance relations, ontological security and the erosion within risk

society, the culture industry, authentic identity, liquid modernity, emotional capitalism, and the society of the spectacle.

Keywords: Yoga, Spiritualism, New Religious Movements, Identity, Modernism



TEŞEKKÜR

Bu tez çalışması, yalnızca üzerine düşündüğüm ve emek verdiğim bir akademik konunun değil; aynı zamanda hayatımda eşzamanlı olarak sürdürdüğüm işimin ve en kıymetlisi olan evladımın da bir parçası oldu. Zorlu ama bir o kadar da dönüştürücü bu süreçte, çalışmama katkı sunan, düşüncelerini ve deneyimlerini benimle paylaşarak araştırmamı zenginleştiren tüm değerli görüşmecilerime içtenlikle teşekkür ederim. Bu süreçte sabrını, ilgisini ve yönlendirmelerini hiç eksik etmeyen sevgili danışmanım Prof. Dr. Nadir Suğur'a sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum. Ne kadar geç kalmış ve yetersiz olduğumu düşünerek girdiğim her görüşmeden, mutluluk ve inanç içerisinde ayrılışımı da kendisinin büyülü dokunuşu olarak nitelendirmeden geçemeyeceğim. Ayrıca tüm duygusal çöküşlerimi sakinlikle karşılayarak beni her zaman yüreklendiren, destek olan ve bu süreçte hep arkamda olan eşim ve aileme ne kadar teşekkür etsem az kalır. Ve en özel teşekkürüm, bu sürecin en sessiz ama en güçlü eşlikçisi olan canım oğlum Ahmet Ege'ye... Annesinin yokluğunu sevgiyle karşılayan, her dönüşümde beni gülümseyerek kucaklayan güzel yüreğinle, bu çalışmayı sana küçük bir akademik hediye olarak adanmak istiyorum. En büyük teşekkür sana, teşekkür ederim sevgili oğlum.

ETİK İLKE VE KURALLARA UYGUNLUK BEYANNAMESİ

Bu tezin bana ait, özgün bir çalışma olduğunu; çalışmamın hazırlık, veri toplama, analiz ve bilgilerin sunumu olmak üzere tüm aşamalarında bilimsel etik ilke ve kurallara uygun davrandığımı; bu çalışma kapsamında elde edilen tüm veri ve bilgiler için kaynak gösterdiğimi ve bu kaynaklara kaynakçada yer verdiğimi; bu çalışmanın Anadolu Üniversitesi tarafından kullanılan “Bilimsel İntihal Tespit Programı”yla tarandığını ve hiçbir şekilde “intihal içermediğini” beyan ederim. Herhangi bir zamanda, çalışmamla ilgili yaptığım bu beyana aykırı bir durumun saptanması durumunda, ortaya çıkacak tüm ahlaki ve hukuki sonuçları kabul ettiğimi bildiririm.

Reyhan TÜRKUZZAN

Evrak Kayıt Tarihi: 13.05.2024 Protokol No: 732450

Tarih: 28.05.2024



ANADOLU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL VE BEŞERÎ BİLİMLER BİLİMSEL ARAŞTIRMA VE YAYIN ETİĞİ KURULU
KARAR BELGESİ

ÇALIŞMANIN TÜRÜ:	Yüksek Lisans Tez Çalışması
KONU:	Sosyal Bilimler
BAŞLIK:	Spiritüel Bir Arayış Pratiği Olarak Yoga: Eskişehir Özelinde Nitel Kapsamlı Bir Çalışma
PROJE/TEZ YÜRÜTÜCÜSÜ:	Prof. Dr. Nadir SUĞUR
TEZ YAZARI:	Reyhan TÜRKUZAN
ALT KOMİSYON GÖRÜŞÜ:	-
KARAR:	Olumlu

TANIMLAR

Akış: Bir dizin şeklinde uygulanan duruşların bir araya geldiği yoga seansına verilen isimdir.

Asana: Tüm yoga duruşlarına verilen isim

Çakra: İnsan omurgasının başından sonuna kadar tüm bölümlerini içeren enerji bölgeleridir. Her biri başka bir sembol ve anlam taşımaktadır. Yedi temel çakra vardır. Bunlar kökten başlayarak Mulandhara, Svadisthana, Manipura, Anahata, Visuddha, Ajna, Sahasrana olarak isimlendirilmektedir

Hatha yoga: Modern dönem yoga içerisinde en yaygın olarak kullanılan yoga türüdür. Daha çok fiziksel duruşlara ve dengelenme sistemine dayanmaktadır.

Mantra: Özellikle meditasyon pratikleri sırasında farkındalığı artırmaya ve odağı toplamaya yönelik tekrarlanan belirli kelime veya cümlelerdir. Ezgili ve ritimle ilişkilendirilerek tasarlandığı biçimler de vardır.

Meditasyon: Zihnin, düşünceleri devre dışı bırakarak belirli bir odak noktası geliştirerek yürütülen sessiz faaliyet, bilinçli bir konsantrasyon aşamasıdır.

Modifikasyon: Özellikle zihnin modifikasyonlardan arınması biçiminde kullanılmaktadır. Bireylerin geçmiş deneyimleri ve toplumsal yaşantı da edindiği tüm norm ve kuralların sınırlandırıcı etkisi olarak tarif edilmektedir.

Mindfulness: Bilinçli farkındalık.

Yoga Sutraları: Patanjali'nin yoganın anlamı ve pratiği üzerine aforizmalar içeren klasik metni. Dört bölüm ve 196 aforizmadan oluşur.

Yogi: Çalışma içerisinde yoga felsefesi veya fiziksel ilgi alanına yönelik ilgi çeşitlerinden bağımsız biçimde, yoga ile ilgilenen ve pratik eden kişiler için kullanılmıştır. Yogi, benliğine aşmış ve bütünlüğe ulaşmış kişi anlamına gelmektedir.

Yogin: Erkek yoga uygulayıcısı olarak kullanılmaktadır.

Yogini: Kadın yoga uygulayıcısı olarak kullanılmaktadır.

Gurukula: Eğitim sisteminin öğretmen, eğitici, aktarıcı rolündeki aktörü. Guru olarak da geçmektedir.

Guruparampara: Nesilden nesile bilginin aktarıldığı bir sistemli yoldur. Guru öğrenci ilişkisinin devam eden dinamiğini anlatmaktadır.



İÇİNDEKİLER

BAŞLIK SAYFASI	i
JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI	ii
ÖZET	iii
ABSTRACT	iv
TEŞEKKÜR	vi
ETİK İLKE VE KURALLARA UYGUNLUK BEYANNAMESİ	vii
TANIMLAR	ix
İÇİNDEKİLER	xi
TABLolar DİZİNİ	xiii
GÖRSELLER DİZİNİ	xiv
GİRİŞ	1
BİRİNCİ BÖLÜM	5
1.1 Yoganın Felsefi Temelleri ve Geleneksel Yoga	5
1.2 Yoganın Modern Dönem Tezahürü ve Spiritüel İlişkiler	12
İKİNCİ BÖLÜM	19
2.1 Yeni Dini Hareketler Bağlamında Modernleşme Krizi, Sekülerleşme ve Dini Çeşitlenme	19
2.2 Yeni Dini Hareketler Bağlamında Spiritüel Arayış Dinamikleri	31
2.1 Yeni Dini Hareketlere Bakış	31
2.2. Spiritüalizmi Anlamak	37
2.3 Tarihsel Bağlamın Kıyısından	39
3. Yeni Dini Hareketlerin Kesişim Noktaları	42
3.1 Kimlik	42
3.2 İnanç sistemleri ile İlişki	44
3.3 Beden	46
3.4. Ekonomi ve Tüketim	48
4. Yeni Dini Hareketler Bağlamında Modern Dünyada Cemaatleşme ve Kolektif Deneyim Dinamikleri	52
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	57
3.1 Yöntem ve Teknikler	57
3.2 Amaç	63

3.2 Önem	65
3.4 Kapsam/ Sınırlılıklar	67
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM	69
BULGULAR VE TARTIŞMA	69
Katılımcıların Cinsiyeti	69
Katılımcıların Yaş Değişkeni	70
Araştırma Tema ve Kategorilerinin Tasnifi	72
1.1 Maneviyat, Din ve Yoga.....	74
1.1 Birliktelik ve yoga	75
1.2 Yoga yolculuğu	87
1.2 Yoga ve denge	104
1.4 Ölüm ve Yaşam /Din	119
1.5 Spiritüalizm ve yoga.....	136
2. Kolektif Deneyim Ve Sosyal İlişkiler	159
2.1 Tüketim, medya ve yoga	159
2.2 Kolektif ve yoga	176
2.3 Motivasyonlar	193
3. Yoga ve Yargılar	203
3.1 Toplumsal yargılar/protesto.....	203
3.2 Cinsiyet kalıpları ve yargıları	207
3.3 Yoganın geleceğine bakış.....	213
3.4 Bilimle kurulan ilişkiler	218
4. Ekonomi ve Yoga.....	222
4.1 Kapitalist sistemle ilişki	223
4.2 Sosyo- ekonomik ve sınıfsal bir bağlam	228
SONUÇ.....	235
KAYNAKÇA	243
EKLER.....	252
ÖZ GEÇMİŞ.....	256

TABLÖLAR DİZİNİ

Tablo 4.1 Katılımcıların Cinsiyeti.....	81
Tablo 4.2 Verilerin Tematik Analizi 1. Ve 2. Tema.....	84
Tablo 4.3 Verilerin Tematik Analizi 2. Ve 3. Tema.....	85
Tablo 5 Görüşmecilerin Demografik Bilgileri	252

GÖRSELLER DİZİNİ

Görsel 4.1 Hanuman Pozu.....	96
Görsel 4.2 Dağ Duruşu, Kartal Pozu ve Ağaç Duruşu.....	160



GİRİŞ

Toplumsal yaşamın her anı ve içinde gelişen tüm örgütlenme ağları, arkasında yatan dinamikler ve oluşum sebepleri bakımından başka temellere dayanmaktadır. Bireylerin yaşantısı içerisindeki tutum, davranış ve eğilimlerini anlayabilmek için, toplumsal manada gerçekleşen sosyo-ekonomik, politik ve dini arka planın değerlendirilmesi gereklidir. Modernizm ve sekülerleşme gibi başat yön değişikliklerin yalnızca toplumsal norm ve değerleri değiştirmekle kalmayıp bireylerin anlam ve deneyim dünyası üzerinde de bir takım kırılmalara sebep olmuştur (Giddens, 2010). Geleneksel toplum yapısından, rasyonel aklın ve tutumun ön planda olduğu modern dönem düşünce sistemine geçişle, bireylerin hem toplumla hem de geleneksel kurumlarla olan ilişkilerinde çözümler olmuştur. Çok eski bir tarihe sahip olan manevi ve dini yönelimlerin böylesi bir kırılmadan pay almadığını düşünmek imkânsızdır. Özellikle modern toplum yapısının bileşenleri, geleneksel toplumlardakinden farklı olarak daha çok bireyselleşme ve daha etken bir akıl yürütme üzerinden gelişmektedir. Bu çerçevede mistik ve dini olana yönelik sorgulama, bireylerin din kurumu ile aralarına koydukları mesafe ile sonuçlanmıştır. Elbette modernizm tek başına bu sürecin açıklayıcısı olamayacaktır. Tüm bu süreçte yaşanan toplumsal değişim ve dönüşümler, kitle iletişim araçları, teknoloji ve internet kullanımının yaygınlaşması, gerçekleşen savaş, salgın gibi etkenler bireylerin düşünce sistemleri üzerinden oldukça etkilidir. Tüm bu değişkenlerle birlikte, insanların “eskisi gibi” düşünmediklerini söylemek mümkündür.

Eskisi gibi olmayan tek şey düşünce sistemleri değildir. Tarihsel gelişim içerisinde bireylerin kolektif deneyim ve anlam arayışının değişmesiyle din kurumu da değişime uğramıştır. Aydınlanma ile ivmelenen modernleşme süreciyle birlikte insanların bilgiye ve hakikata ulaşma biçimlerinde de köklü değişiklikler olmuştur. Bireylerin yaşantı dünyaları üzerinde derin etkiler yaratan bu süreçler Weber(1905)’in ifade ettiği gibi “dünyanın büyüünün bozulduğu” savı ile ilişkili biçimde kutsalla ve evrenle kurulan bağın dönüşümüne yol açmıştır. Geleneksel dini açıklamaların yerini rasyonel akıl yürütmelere bırakması, bilimsel bilginin değerinin yükseldiği bir “akılcılaşma” süreciyle karakterize edilmektedir. Elbette “din” alanının boşluğunu doldurmak kolay değildir. Durkheim (2014) dinin toplumsal işlevini önceleyen yaklaşımında, kolektif bir bilinç biçimi olarak işlevselleştiğini aktarmaktadır. Modern dönemde bu işlev seküler kurumlar tarafından üstlenilerek; eğitim, hukuk ve ekonomi ile ilgilenen üst kurumlar bütünleştirici

işlevi yansıtmıştır. Toplumsal manada kurumsallaşmış din olgusunun çözülmesi, dinin daha bireysel eğilimlerle, seçmeci ve birleştirmeci bir tutumla öne çıkmasını gerektirmiştir (Luckman, 2000). Böylece modernizmin içerisine dâhil olan sekülerleşme teorisiyle dini yapı daha özel bir alanda gerçekleşmek üzere dışlanmıştır (Berger, 2002). Ancak bu süreç tek bir çizgisel hatta ilerlemediği gibi modernizmin kendi içerisinde yaşadığı krizlerin ve çıkmazların da büyümesiyle bambaşka yollardan seyretmiştir (Giddens, 2010). Dini aidiyetlerin yerini bireysel anlam arayışlarına terk ettiği düşünce sisteminde din, esnek ve eklektik biçimde spiritüel ve manevi yeni yol haritalarının bir kolu olarak işlevselleşmiş ancak tahayyül edilenin aksine tamamen yok olmamıştır. Bauman (2000)'ın *akışkan modernite* teorisi üzerinden düşünüldüğünde; modern dönem yalnızca yapılar üzerinde değil, bireylerin kimlik, aidiyet ve toplumsallaşmaya yönelik tüm alanlarını saydamlaştıran bir akışkanlığın devreye girmesine neden olmuştur. Bu bağlamda geleneksel dini yapının çözülmesiyle birlikte bireylerin anlam arayışları, yeni dini hareketler bünyesinden spiritüel arayış pratiklerine yönelik ilginin artmasıyla seyretmiştir. Spiritüel arayışlar kimi zaman Doğu mistisizmi, kimi zaman New Age inançları, kimi zamanda bireysel keşif pratikleri şeklinde ortaya çıkmıştır. Hangi yoldan olursa olsun Heelas ve Woodhead (2005)'in tanımlamasıyla bu durum “dinselden spiritüele kayış” biçiminde tanımlanabilecek bir yönelimdir. Bireylerin kutsalla kurduğu temas, dışsal otorite ve kurallarla değil, tamamıyla içsel sezgi ve kişisel deneyimleri ile açığa çıkmaktadır. Böylece geleneksel dini biçimlerden farklı olan spiritüel yönelimlerin dini olanla ilişkisi bireysel deneyimi incelemektedir. Bireysel deneyimlerin açığa çıktığı arenada bireylerin alışkanlıkları, tutum, değerlendirme ve eylemleri çok büyük öneme sahiptir. Bu nedenle spiritüel arayışlara yönelen bireylerin toplumun geneline yaygınlaşmamış bir sınıfsal tercih olduğu da görülmektedir. Kentli, üst sınıf ve iyi eğitilmiş bireylerin daha çok tercih ettiği bir anlam arayışı sahası olarak öne çıkmaktadır (Cengiz vd., 2021). Yoga bu anlamda son dönemlerde hızla artan biçimde popülerleşmektedir. Özellikle orta-üst sınıf yaşantı mekanlarında hızla yaygınlaşan yoga stüdyoları modern kentli yaşamında vazgeçilmez bir mekânsal ve bireysel deneyim sahasıdır (Cengiz vd., 2021). Bu sahada gerçekleşen her türlü eylem ve düşünsel aktivite bizlere modern insanın sayıltılarını ve eylemsel dışavurumunu göstermekle kalmayıp zihinsel süreçleri tanımaya yönelik pek çok öngörü de barındırmaktadır. Yogaya yönelmiş bireylerin yaşamındaki değişim ve dönüşümlerin mercek altına alınması aynı zamanda bireysel norm ve değerlerin kabuğu olan toplumsal görünümünde de önemli

değişiklikleri kapsamaktadır. Modern bireyi yogaya ve onun mekânsal tezahürü olan yoga stüdyolarına yönelten öğretinin anlaşılması oldukça önemlidir. Dolayısıyla yoga antik bilgelikten beslenen felsefi alt yapısı ve modern yaşamdaki görünür olduğu fiziksel pratikleri ile bütün olarak günden güne artan bir ilgi odağı olmuştur. Yoga, fiziksel egzersizleri kapsayan bir pratikler bütünü olarak görünümünün yanı sıra özellikle Hint felsefi metinlerinde bir yaşam biçimi hatta kurtuluş yolu olarak tasvir edilen spiritüel bir alandır. Bireylerin içsel ve ruhsal yolculuklarında rehber olma potansiyeli ile manevi bir yeniden var olma alanı olarak da görülmektedir (Erdoğan, 2015). Bu çerçevede yoga, dogmalardan uzak, deneyim merkezli spiritüel pratikler sunmaktadır. “Kendini gerçekleştirme”, “özüne dönme” “kendini bulma” gibi vaadleri ile bireylerin kutsalla doğrudan temas kurma arzusuna yanıt vermektedir. Bu anlamda yoga Weber (1905)’in “dünyanın büyüünün bozulması” olarak tanımladığı modern dönemde ki dine yönelik artan mesafeye karşı bir “yeniden büyülenme” alanı sunmaktadır. Yoga, çıkışı itibarıyla Doğu felsefi sistemi içerisinde yer bulmakla birlikte, günümüzde özellikle modern yoga uygulamaları ile birlikte Batı’da da görünürlüğünü artırmıştır.

Bu araştırma, yogayı toplumsal süreçlerin bir yansıması olarak, modern dünyada giderek artan biçimde görünür hale gelen spiritüel yönelimler bağlamında ele almaktadır. Bu bağlamda yoga, yalnızca bedensel bir pratik ya da sağlıklı yaşam aracı olmanın ötesinde, bireylerin anlam arayışlarını yönlendiren çok katmanlı bir deneyim alanı olarak değerlendirilmektedir. Kapitalist üretim ilişkilerinin dayattığı hız ve tüketim kültürünün birey üzerindeki baskısı, geleneksel dini yapıların dönüşümü ve bireyselleşmenin artışı gibi toplumsal dinamikler, bireyleri alternatif maneviyat biçimlerine yöneltmektedir. Bu çerçevede yoga, modern bireyin yaşadığı varoluşsal boşluklara ve psikolojik kırılganlıklara karşı sunduğu "içsel denge" vaadiyle dikkat çekmektedir.

Araştırma, spiritüel bir arayış dinamiği olarak yoganın bireylerin yaşantısındaki yerini anlamaya çalışırken, bu deneyimin nasıl algılandığını, nasıl şekillendiğini ve bireysel anlam dünyasında ne tür karşılıklar bulduğunu farklı sosyo-kültürel bağlamlarda incelemektedir. Katılımcıların yoga ile kurduğu ilişkinin derinliği, pratiğin onların yaşam tarzlarına, değer sistemlerine ve kimlik inşalarına nasıl entegre olduğu karşılaştırmalı bir yaklaşımla analiz edilmiştir. Bu analiz, yalnızca bireysel düzeyde değil; aynı zamanda yoga pratiğinin içinde yer aldığı sosyal ağlar, dijital ortamlar ve tüketim pratikleri

bağlamında da değerlendirilmiştir. Böylece yoga, hem bireysel dönüşümün hem de kolektif kültürel eğilimlerin kesişiminde konumlanan bir pratik olarak ele alınmıştır.

Mevcut tartışmaların daha iyi kavranması açısından dört bölümde gerçekleştirilen çalışmanın ilk bölümü; yoganın genel hatlarıyla felsefesi, geleneksel dönemdeki tezahürü ve modern dönemde geçirdiği dönüşümün altını çizerek bir şablon oluşturmaya yönelmiştir. Yogaya yönelik temel bilgilerin ardından yoganın spiritüel bir arayış olarak nitelendirmemize imkan veren toplumsal altyapıya değinilmiştir. Böylece ikinci bölümde yeni dini hareketlerin modernleşme, sekülerleşme ve spiritüalizmle ilişkisine tarihsel bir bağlamda değinilmiştir. Böylesine bireysel ve değişken bir sürecin anlaşılması için konunun kendi veri seti içerisinde oluşturulan kodların kullanılmasına olanak veren Gömülü Teori ya da Temellendirilmiş Kuram yöntemine ilişkin bilgi ve açıklamalar üçüncü bölümde yer bulmuştur. Aynı zamanda araştırmanın amacı, önemi, kapsamı ve sınırlılıkları yine bu bölüm içerisinde aktarılmıştır. Sonuçtan önceki dördüncü ve son bölüm araştırma verilerinin dört tema altında tasnif edilmiş biçiminin tartışmasını içermektedir. Bu bölümde, verilerde öne çıkan tema ve alt kategoriler, tekrar eden kavramlar ve katılımcıların yoga ile kurdukları ilişki biçimleri doğrultusunda oluşan kodlarla ele alınmıştır.

BİRİNCİ BÖLÜM

1.1 Yoganın Felsefi Temelleri ve Geleneksel Yoga

Yoga felsefesi antik bilgelikten beslenen derin köklere sahiptir. Çıkışı, gelişimi ve günümüzde geldiği nokta itibariyle artan bir şekilde incelenmeye devam edilmektedir. Yoganın tarihçesi, MÖ. 3000 yıllarından kalan Vedik metinlere kadar uzandığı kabul edilmekte ve binlerce yıllık bir geçmişe sahip olduğu düşünülmektedir. Ancak bazı kaynaklarda Himalaya mağaralarında çizimlerin bulunduğu ve bu çizimlerin MÖ. 8000 yılına kadar dayandığı söylenmektedir (Feuerstein, 2001). Yoga, farklı kültürlerin felsefi geleneklerinde geniş bir etki alanı bulmuştur. İnsanlığın var olmaya başladığı andan itibaren yogaya benzer geleneklerin var olduğu düşünülmektedir. Böylece yoganın yaşının insanlığın yaşı ile benzeştiren araştırmalar da mevcuttur (Feuerstein, 2001). Toplumsal yaşamın dönüşen yapısı itibariyle bu geleneklerin unutulmaya yüz tuttuğu ya da biçim değiştirerek evrildiği düşünülmektedir. Bugün daha çok üzerine konuşulan ve tartışılan yoga düşüncesi Hint coğrafyası ve düşünce sistemi içerisinde filizlendiği düşünülmektedir. Bunun en temel nedeninin bu coğrafyanın gelenek ve göreneklerine duyduğu sarsılmaz güven ve kabullenme düşüncesi olduğu söylenebilir.

Hint felsefi mistik düşüncesine göre yoga; yazılı tarihten öncesine dayanan sistemli bir öğretiy olarak değerlendirilmektedir. Ustaların çıraklarına aktararak ilerlettiği bu düşünce sistemi öze dönüş, kendini tanıma gibi biçimlere karşılık gelmektedir. Yoganın bu manada dinler ve Tanrı ile kurduğu ilişki değişik şekillerde yorumlanmıştır. Bazı araştırmacılara göre yoga; dinlerle iç içe geçmiş bir ritüel ve ibadet pratiği olarak karşımıza çıkarken, bazı araştırmacılar için açık bir ibadet biçimi olmasa dahi, aydınlanma ve üst benliğe ulaşmakta kurtarıcı bir yol rehberi olarak değerlendirilmiştir (Berry, 1971, s. 113). Hint geleneği içerisinde dünyadan el ayak çeken kimselerin, gündelik fenomenlerin aktör olarak belirlendiği değişkenlik aleminde, değişmeyen sonsuz olan dünyaya geçişinin öncülüdür. Bu anlamda Berry (1971) yogayı manevi ve dini bir uygulama olarak değerlendirmektedir. Yoga kelimesi yazılı metinler içerisinde ilk olarak Vedalar da geçmektedir. Veda kelime anlamı olarak bilgi ya da bilim anlamına gelmektedir. Yazılı en eski spiritüel metinler olarak kabul edilen Vedalar' daki bilginin vahiy yoluyla ulaştırılıp, hakikat bilgisini içeren insanlığa ebedi olarak sunulmuş bilgiler olarak kabul edilmektedir (Yitik ve Arslan, 2011). Dolayısıyla bu bilgilerin niteliği, insan eliyle oluşturulmuş bilgi türü olarak değil Tanrısal sezgi yoluyla deneyimlenmiş spiritüel

bir kaynaktan beslendiği düşünölmektedir. Vedalardaki sutraların zaman içerisinde ezgisel bir melodi ile tekrarlanarak devam ettiği ve aktarıldığı düşünölmektedir. Bu sözler Hint felsefi geleneğinde “Brahman” olarak karşılanan ebedi ruhun sözleri olarak kabul edilmiştir. Brahman Hint felsefi sistemi içerisinde yaradana karşılık gelmektedir. 4 Temel Veda olduğu düşünölmektedir (Yitik ve Arslan, 2011).

- 1- Rig Veda: İlahi bilgi anlamına gelir. En eski yazılı metin olduğu düşünölmektediri yoga kelimesinin ilk geçtiği metin olduğu bilinmektedir.
- 2- Yajur Veda: Prana ve Pranayamadan (Yaşam gücü ve nefes enerjisi) söz edilen, kurban etme tekniği olarak bilinmektedir.
- 3- Sama Veda: Ses ve müzik bilgisinden bahsedilen, ilahiler, mantaların söylendiği bir temele dayanmaktadır. Ses yogası olarak Nada yoga buradan temel almaktadır.
- 4- Atharva Veda: Sonsuzluk ve sıfır noktasına ulaşmaktan bahsedilmektedir. Ayurvedalardan söz edilen ilk veda olarak kabul edilmektedir, özellikle şifa ve şifalanmaya yönelik bilgiden bahsedilmektedir.

Her bir Veda’nın 4 temel bölümü olduğu bilinmektedir. Bunlar:

- 1- Mantra Samhita: Mantraları (gündelik dilde belki duaya karşılık gelebilir) içeren ilk bölümdür.
- 2- Brahmanalar: Dinsel uygulama ve ritüelleri anlatmaktadır.
- 3- Aranyakalar: Ormanda yaşayan rişilerin verdiği felsefi ders metinleri olarak karşılık bulmaktadır
- 4- Upanişadlar: Vedanta felsefesinin dayanağı olarak gösterilmektedir. Usta çırak ilişkisi ile öğretilen ve Brahman’a ya da sonsuz varlığın doğasını anlamaya yönelik detaylı bir anlatım sunmaktadır. Kişinin ruhunun yüce ruh ile aynılığını ileri sürmektedir. Bu bilgi öğrencinin ya da şişyanın deneyimleyerek eğitmenden (Gurudan) edindiği bilgiye karşılık gelmektedir (Feuerstein, 2001).

Böylece Vedalar’da da açıkça görölen düalizmden kurtularak tek bir ruhta bulaşma fikri oldukça mistik bir öğreti olarak karşımıza çıkmaktadır. Upanişadlar olarak adlandırılan sistem, ilerleyen denemelerde Vedanta felsefesi olarak yeni bir bilme biçiminin doğmasına sebep olmuştur. Hint felsefi sisteminde 6 farklı ekolden söz edildiği

bilinmektedir. Bunlar Darşana¹ olarak da geçen ve Vedaları temel alan felsefi görüşler olarak açığa çıkmaktadır (Eliade , 1994).

Eliade Hint maneviyatının kalbine götüren dört temel kavram olduğundan bahsetmektedir. Bunlar “karma, nirvana, maya ve yoga” dır (Eliade, 2017, s. 17). Bu temel kavramlar daha sonraları Batı felsefesi içinde vedalar olarak değerlendirilmiş, birbiriyle iç içe geçen kavramlardır. Dolayısıyla her birinin açılımını yapmak ancak diğer üçüyle olan ilişkisini açıklamaktan geçmektedir. Eliade (2017) bu dört kavramı şu şekilde açıklamaktadır:

“1- İnsanı kozmoza bağlayan ve sınırsız ruh göçüne mahkum eden evrensel nedensellik yasası karma olarak geçmektedir.

2- Kozmoz doğuran, muhafaza eden ve bunları yaparken var olanların “ebedi geri dönüşü”nü mümkün kılan gizemli süreç. Bu kozmik yanılısama mayadır. Cehalet tarafından körleştirildiği sürece insan bu yanılısamayı besler.

3- Mayanın dokunduğu kozmik yanılısamanın ve karma tarafından koşullandırılan insan deneyiminin ötesinde bir yerlerde “konumlanmış” mutlak hakikat; saf varlık, mutlak veya adına ne denirse densin: benlik, brahman, koşullanmamış, nirvana...

4- Son olarak varlığa erişmenin yolları: kurtuluşu sağlamak için uygun teknikler. Bu arayışlar bütünüyle yogayı oluşturmaktadır” (Eliade, 2017, s. 17).

Hindistan bölgesinde doğmuş olduğu düşünülen Yoga Vedalar, Bhagavad Gita, Upanişadlar ve Yoga Sutralar gibi kutsal metinlerde yer bulmuştur. Bu coğrafyada temel olarak yoga; ruhsal, fiziksel ve zihinsel bir disiplin olarak görünmektedir. Bunun yanı sıra pek çok felsefi açılımıyla birlikte yoga, sistemli bir aydınlanma yolu olarak değer bulmuştur. Yoga kavramı, etimolojik açıdan “birleştirmek”, “bağlamak” anlamına gelen “yuj” kökünden türemiştir. Bu anlamıyla yoganın içerisinde sıklıkla onunla özdeşleştirilmiş olan birlik, bütün olmak fikri başat bir öneme sahiptir. Bazıları tarafından yoga bir felsefe ekolü rolüne sahipken, bir başka görüş onun yalnızca bir felsefe olmakla kalmayıp sistemli bir yaşam vaat eden bir sistem olduğunu düşünmektedir (Yitik ve Arslan, 2011).

¹ Darşana sözcüğü: görmek, algılamak, düşünmek” gibi anlamlara tekabül eden “drs” kökünden türemiştir. Dolayısıyla darşana; görüş, bakış açısı, idrak gibi anlamlara gelir ve öğretide ki temel bakış açısını geliştirmeyi hedef alır. (Eliade, 2017, s.6)

Bu alanda yapılan çalışmalar, yoganın bireysel öz-düzenleme ve direnç kapasitelerini nasıl geliştirebileceğini anlamaya yönelik olarak, geleneksel yoga prensiplerinin çağdaş bilimsel teoriler ile nasıl birleşebileceğini keşfetmişlerdir. Aynı zamanda yoga zihnin yarattığı modifikasyonlardan kurtularak kişinin ruhunu özgür bıraktığı bir alana işaret etmektedir. Zihin modifikasyonları bireyin geçmişten itibaren getirdiği belli gelenek, görenek ve toplumsal ilişkileri neticesinde oluşan bazı önyargılara işaret etmektedir. Bu yargılar yalnızca olumsuz anlamda bir yargılama içeriğini değil her türlü olaylara ve kişilere karşı geliştirilen tutumların tamamı olarak karşımıza çıkmaktadır. Yoga sutralarında ayrıntılı biçimde açıklanan 8 basamağı ile bireyin özüne, hakikatine ve dahası özgürleşerek “Samadhiye” yani aydınlanmaya ulaştığı bir yolculuktan söz edilmektedir (Çetintaş, 2024).

Tablo 1.1

Yoganın 8 Kolu



Bu sekiz yollu yola kısaca değinmek gerekirse;

1- Yamalar: Kişinin çevresine karşı tutum eylem ve düşüncelerini oluşturmaktadır. Bunlar aynı zamanda evrensel ahlak kuralları olarak da aktarılmaktadır. Yamalar kendi içerisinde 5 başlık altında incelenmektedir.

1.1 Ahimsa: Şiddetsizlik, her şeye ve herkese karşı uygulanması gerekmektedir. Burada şiddet çok yönlü olarak düşünülmelidir.

1.2 Satya: Dürüst olmak ve yalan söylememek. Mevcut durum ve olaylara karşı kendine ve çevrene karşı doğru söylemeyi içermektedir.

1.3 Asteya: Kısaca çalmamak olarak tanımlansa da bu yalnızca rızasız olarak birine ait olanı almanın yanı sıra kendine ait olmayan herhangi bir düşünce, fikir ve eyleme karşı duruşu da ifade etmektedir.

1.4 Brahmaçarya: Özellikle bedensel tüm zevk ve arzuların dizginlenmesi,

1.5 Aparigraha: Başkalarının malına göz dikmemek, ihtiyacından fazlasını biriktirmemek olarak tanımlanmaktadır. Her bir yamanın içeriği yaşamda büyük dönüşümlere neden olabilecek bazı eylemlerin kısıtlanmasını gerektirmektedir. Bu anlamıyla felsefi bir öğreti olmanın yanı sıra eylemsel bir dönüşüm öğüdünü de beraberinde getirmektedir (Eliade, 2017).

2- Niyamalar: Yamalardan farklı olarak niyamalar dış dünya ve çevreye yönelik sorumlulukları değil bireyin öz denetimsel bir açıdan kendine yönelik sorumluluklarını hatırlatan ve geliştirmeyi amaçlayan kurallar dizisidir. Niyamalar da kendi içerisinde 5 kola ayrılmaktadır.

2.1 Sauça: Sıfırlık, temizlik gibi anlamlara gelmektedir ve bu yalnızca saf düşünme olarak anlaşılmaz. Zihne alınan her türlü gereksiz ve yanlış bilgiden de bertaraf olmayı içermektedir.

2.2 Santoşa: Memnuniyet ve şükür halini anlatmaktadır. Bu anlamda mevcut durumuna şükretmeyi de barındırmaktadır. Santosayı avuntu gibi değerlendirmemek gereklidir. Öyle ki mutluluğa ulaşmada statü, gelecek kaygısı ve başarılı olma çabası gibi etkenlerin gerekliliğinin bir zorunluluk olmadığı anlatılmak istenmektedir. Böylece şükrederek bir yaşam sürmenin önemi anlatılmaktadır.

2.3 Tapas: Mutluluğa ulaşmada gösterilen gayretin ve ateşin tanımıdır. Öyle ki çaba bu yolun en önemli noktalarından birisidir. Öz disiplin, beden ve zihnin asana ve meditasyon aracılığıyla terbiyesiyle çabada kalmayı anlatmaktadır.

2.4 Syadhyaya: Kişisel gelişim yoluyla kişinin kendi kendini eğitmesi ve bilgilenmesi anlamına gelmektedir. Geleneksel yoga içerisinde mantralar ve dualar söylemek olarak da aktarılmıştır.

2.5 İshvara Pranidhana: Zihin beden ve ruhun bütünlüğünde guruya veya kendinden üstün olduğunu kabul ettiğin bir varlığa adanmayı anlatan bu kavram guru- öğrenci birliğini de yansıtmaktadır.

3- Asanalar

Yoga'nın gündelik ve modern uygulamalarında en çok karşımıza çıkan kavram olan asanalar zihin ve bedenin birlikteliğinin ruhu özgürleştirilmesi amacıyla hareketle, bedeni bazı noktalarda terbiye etmeyi amaçlayan hareketler bütünü olarak tanımlanabilmektedir. Yoga duruşları olarak da adlandırılan asanalar fiziksel bedenin enerji bedeni arasındaki ilişkiyi güçlendirmeye yönelik olarak farklı dizinlerde gerçekleştirilen hareketler bütünüdür. Asanaların yapılış biçimleri, süreleri, sınırları ve çeşitlilikleri özellikle modern yoga uygulamaları içerisinde çeşitlenmektedir. Ruhun özgürlüğe ulaşmasında ilk terbiye edilmesi gereken enstürüman olan bedenin asanalarla terbiyesi, aynı zamanda bedeni bir deneyim sahası olarak da karşımıza çıkarmaktadır. Patanjali'nin sabit ve gevşemiş olarak oturmayı öngördüğü meditasyon aşamasının öncülü olarak asana, bedeni meditasyona hazırlamak için bir ön koşul olarak da görünmektedir (Patanjali, 2009, s. 148). Asana uygulamaları başlangıçta meditasyon pozisyonlarını destekleyici nitelikte olup, Patanjali'nin

eserinde doğrudan egzersiz amaçlı olmasa da, fiziksel bedenin meditasyona hazır hale getirilmesi amacı taşımaktadır. Ancak zamanla, özellikle Hatha Yoga geleneği içinde asanalar genişleyerek fiziksel sağlık ve zindelik için düzenli egzersiz haline gelmiştir (Çetintaş, 2024).

Klasik yoga öğretisi temel alınarak farklı yoga duruşları ve tarzları bulunmaktadır. Asana ağırlıklı bir yoga biçimi olarak karşımıza çıkan temsili ise Hatha Yoga'dır. Yoga duruşları yalnızca belirli bedensel hareketlerin referansı değil, hizalanmanın, dengenin, nefes alış verişin kontrolünün, dolayısıyla farkındalık biçimlerini de içermektedir. Bedenin, omurganın ve anatomik olarak kasların yerine getirdiği fonksiyonların iyileştirilmesi, felsefi olarak meditasyonun önkoşulu olarak görünse de aynı zamanda sağlık sektöründe pek çok tedavi edici uygulamaları da içermektedir. Bunun yanında asanalar iki özelliğiyle karşımıza çıkmaktadır. Bunlar; Sthira ve Sukha'dır. Bunlar pozisyon içerisinde ki sabitliği ve hareketliliği içermektedir. Sthira, pozisyona girmek olarak tanımlanırken; Sukha, pozisyondaki dinginleşme ve rahatlığı ifade etmektedir. Dolayısıyla bir asana içerisinde, farkındalık her zaman aktif biçimdeyken, bir yandan da pozisyona adanma ve rahatlama bir arada bulunmaktadır (Iyengar, 2012).

- 2- Pranayama: Yaşam enerjisinin (prana)enerji bedenin tüm noktaların sirayet etmesi için önemli olan nefes farkındalığı hem asanalar sürecinde hem de meditasyon sürecinde aktif tutmayı amaçlamaktadır. Böylece farklı nefes teknikleri ve uygulamaları zihin beden birleşimi içerisinde önemli bir yer tutmaktadır.
- 3- Pratyahara: Duyusal farkındalık olarak tanımlanmaktadır. Fiziksel hazırlığın son aşaması olarak görülmektedir. Tüm çevresel faktörlerin bilincinde olmak ve onlardan arınmak olarak da özetlenebilmektedir. Bir teslimiyet ve meditatif bir bilinçlilik halini de içermektedir.
- 4- Dharana: Zihnin ve bedenin tüm odağını tek noktasına getirmesini sağlamayı amaçlamaktadır. Bu aşama acıdan özgürleşmeye doğru çıkılan yolun ilk basamağı olarak görünmektedir.

- 5- Dhyana: Zihni herhangi bir obje kullanmaksızın tek bir noktaya taşıyarak yapılan meditasyonu anlatmaktadır. Bu basamak tüm öncüllerini kapsayan bir biçimdir.
- 6- Samadhi: Aydınlanmaya ulaşmayı anlatmaktadır. Dolayısıyla tüm süreçlerden geçerek ulaşılan özün özgürlüğüne ulaşmasını da tarif etmektedir. Bazı kaynaklarda “Nirvana” olarak da aktarılan bu aşamada artık evrendeki tüm nesne, canlı, cansız ve tanrısal olan herşeyle tam bir bütün olma, birleşmenin yaşandığı aşamadır. Egonun tamamen ortadan kalktığı ve nihai hedef olan aydınlanmanın deneyimlendiği safhadır.

Bu temel bilgilerin hatrında yoga, tasavvufi temellerle de benzeşen tekamül yolculuğunu barındırmaktadır. Geleneksel yoga felsefesi, ayrıca Samkhya ve Vedanta felsefeleri ile de yakından ilişkilidir. Samkhya, evrenin iki temel unsurdan; Purusha (ruh) ve Prakriti’den (madde) oluştuğunu savunurken, Vedanta bireyin evrensel bilinçle birleşmesi üzerine yoğunlaşmaktadır.

Sonuç olarak, yoganın felsefi temelleri, bireysel ve bütüncül refah ile kendini gerçekleştirme sürecinde bireylere ilham veren, kadim bilgelik, etik ilkeler, spiritüel içgörüler ve terapötik değerlerden oluşan zengin bir mozaiktir. Geleneksel yoga, zengin felsefi temelleri ve sistematik uygulamalarıyla ruhsal gelişim ve fiziksel sağlığı bir arada ele alan bütünsel bir disiplin iken; Modern yoga ise, özellikle 20. yüzyılda fiziksel uygulamaların öne çıkmasıyla küresel ölçekte popülerlik kazanmıştır. Türkiye’de yoga, akademik ve uygulama alanında gelişmekte olup, sağlık ve yaşam kalitesi açısından önemli bir uygulama olarak kabul edilmektedir. Aynı zamanda toplumsal manada bireylerin değişim ve dönüşümlerinin anlamlandırılmalarında ve yaşam tarzına yönelik algının değişmesinde önemli bir inceleme alanı olmuştur.

1.2 Yoganın Modern Dönem Tezahürü ve Spritüel İlişkiler

Modern yoga, 19. yüzyılın sonlarından itibaren Hindistan’da geleneksel öğretilerin Batı’ya taşınması süreciyle başlamıştır. Swami Vivekananda, 1893’te Chicago’daki Dünya Dinler Parlamentosu’nda yoga felsefesini tanıtarak Batı’da yoga

anlayışının şekillenmesinde öncü olmuştur. 20. yüzyılda özellikle klasik yoga olarak bilinen Raja Yoganın 3. Basamağı olan Asana duruşları ile fiziksel yönü ön plana çıkmıştır. Bu dönemde Krishnamacharya ve öğrencileri Pattabhi Jois ile B.K.S. Iyengar gibi isimler yoga duruşlarını (asanaları) sistematik hale getirmiştir. Bu yaklaşım, yogayı sadece bir ruhsal disiplin olmaktan çıkarıp, fiziksel sağlık ve zindelik aracı olarak da popülerleştirmiştir (Sevinç, 2014). Aynı zamanda 20. Yüzyılın ikinci yarısında Osho olarak tanınan Amerikalı bir aktörün popülerleşmesi ile Amerika’da tanınmasına katkı sağlamıştır. Osho’nun yoga felsefesine yönelik kendi söylemleri ile oluşturduğu tarzı oldukça dikkat çekmiştir.

Farklı yoga türleri ve içerikleri mevcuttur. Raja olarak bilinen Kral yogası, zihin kontrolünü sağlayarak meditasyon yoluyla spiritüel özgürleşmeyi hedeflemektedir. Yoganın sekiz aşamalı yolu burada da öne çıkmaktadır (Eliade, 2017). Hatha yoga ise modern dünyada en çok karşılaşılan ve uygulanan yoga türüdür. Fiziksel duruşlar ve nefes tekniği üzerine kurulu olan bu yoga türünde, bedensel zihinsel dinginliğe erişmek temel hedef olarak belirlenmiştir (Feuerstein, 2001). M. Ö. 3000 yıllarına dayandığı düşünülen Mahabharata destanının bir parçası olarak Bhagavad Gita metninin, Bhakti Yoga ve Karma Yoga’ya kaynaklık ettiği düşünülmektedir (Vyasa, 2016). Bhakti Yoga Tanrı’ya veya ilahi güce, sevgiyle ve teslimiyetle bağlanmayı temel almaktadır. Dualar, mantralar, ritüeller gibi pratikler bu yoga türünün uygulamaları arasındadır. Bhagavad Gita pratiği bu yoga türünü içermektedir (Baba, 2009). Karma Yoga, eylem yolu olarak da bilinen bir yoga türüdür. Bireyin egodan arınmış ve kendini aşmış biçimde yaşamasını öne çıkarmaktadır. Bhagavad Gita’da ayrıntılı biçimde açıklandığı gibi, bireyin eylemlerini karşılık beklemeden yapmasına dayanmaktadır (Baba, 2009). Jnana Yoga, bilgelik yolu olarak tasvir edilen öz-benliğin doğasını anlama ve illüzyonları aşma yolu olarak değerlendirilmektedir. Advaita Vedanta felsefesi ile de bağlantılıdır. Kundalini yoga; enerji merkezlerini yani çakraları uyatarak zihin enerjisini harekete geçirmeyi hedeflemektedir. Nefes, meditasyon ve mantra teknikleri ile uygulanmaktadır. Mantra ve Tantra yoga ise, görece ikincil olarak görülen ancak önemli kollarıdır. Mantra yoga; ilahi ses titreşimleri ile zihin kontrolünü amaçlarken, Tantra yoga; enerjinin dönüştürülmesi, semboller , ritüeller ve görselleştirmeler kullanmaktadır (Akkaya, 2015).

Tüm bu biçimleri ile yoga, modern dönemde farklı uygulama ve pratikleri içeren bir kurtuluş reçetesi olarak hizmet etmektedir. Huzur ve dinginliğin yanısıra ilahi güç ile

kurulan bağı önemli bir koludur. Tüm bunların yanında Patanjali'nin klasik öğretisi, modern yoga kavrayışının temel referans noktası olarak görülmektedir. Böylece yoga felsefesinin mistik yorumunun uygulabilir bir pratiğe dönüşmesi söz konusudur.

Modern yoga, Batı'da hızla yayılarak spor, sağlık ve yaşam biçimi haline gelirken, Doğu'da ise geleneksel felsefi boyutlarını koruyarak farklı formlarda gelişmeye devam etmiştir (Öztürk, 2019). Batı'da gelişen modern yoga içerisinde 4 temel stil dikkat çekmektedir. Bunların her biri kendi içerisinde bazı noktalara odaklanmaktadır. Ashtanga Yoga; dinamik ve disiplinli biçimde yapılan seri bir uygulama pratiği iken, Iyengar Yoga; hizalanmayı ve odaklanmayı ön plana çıkarmaktadır. Vinyasa veya Power Yoga olarak bilinen yoga stilinde ise akışkanlık ve fiziksel yoğunluk öne çıkmaktadır. Dolayısıyla güç, bu yoga pratiklerinde oldukça önemlidir. Yin yoga ise akışta daha pasif duruşların sergilendiği bir dinginlik yogasını andırmaktadır. Böylece derinlikli olarak pozlar içerisindeki uzun süreli beklemler, dinginleşme ve sakinleşmeyi temel almaktadır (Günay, 2007).

Yoga uygulamaları ve çeşitliliği, Hint düşünce sistemi içerisinde filizlenen ve gelişen yoga felsefesinin modern seküler uygulamaları arasında köprü mahiyetindedir. Yoganın çeşitlenmesi, modern dünyada değişen ihtiyaç ve yönelimlere karşı herkesin kendisine yakın gördüğü bir yoga türünün var olmasına imkan tanımaktadır. Böylece birey, kendi ihtiyacı ve yönelimiyle bağlantılı bir yoga uygulamasını tercih etme fırsatı bulmaktadır. Modern dönemde fiziksel uygulamalar temelinde açığa çıkan yoganın aslında yalnızca bedensel bir faaliyet değil, spiritüel bir kurtuluş sistemi içerdiği bilinmektedir. Eliade (2017) bunu bir varoluş biçimi olarak da tanımlamaktan geri kalmamıştır. “Kozmosla daha çok kenetlendikçe insanın içindeki özgürleşme arzusu da artar, selamete daha da muhtaç hale gelir. O halde kozmik yanılsamalar ve cisimler de böylelikle en üstün amacı özgürleşme, selamet olan insanın hizmetine girerler” (Eliade, 2017, s.36).

Türkiye’de yoga uygulamaları ise 1980’li yıllardan itibaren kent merkezlerinde yaygınlaşmaya başlamıştır. İlk dönemlerde, yoga daha çok zihinsel rahatlama ve stres yönetimi aracı olarak görülmüş, ilerleyen yıllarda fiziksel sağlık açısından da tercih edilmiştir (Yalçın, 2017). Türkiye’de yoga alanında akademik çalışmalar ve örgütlenmeler de artmıştır. Özellikle üniversitelerde yoga ve meditasyon üzerine yüksek

lisans ve doktora tezleri yapılmakta, sağlık merkezlerinde yoga terapileri uygulanmaktadır (Güneş, 2020). Türkiye’de yoga, farklı stil ve disiplinleriyle uygulanmakla birlikte, Hatha Yoga ve meditasyon ağırlıklı olmak üzere, Vinyasa ve Kundalini gibi formlar da popülerlik kazanmıştır (Yalçın, 2017). Yoga eğitimleri genellikle İstanbul, Ankara ve İzmir gibi büyük şehirlerde yoğunlaşmakla birlikte, internet ve sosyal medya aracılığıyla yaygınlaşmaktadır. Toplumsal algı açısından yoga, zamanla salt bedensel egzersizden ziyade ruhsal bir pratik olarak kabul görmeye başlamış, ancak daha çok orta-üst gelir grubunda ve eğitilmiş kesimler arasında yaygınlık kazanmıştır (Yalçın, 2017).

Yoga ile ilgili literatür incelendiğinde 1998 yılı itibarıyla çok farklı alanlarda araştırmaya tabi tutulduğu görülmektedir. Bu araştırmayı yıllardır yapılan diğer çalışmalardan ayıran Türkiye’de yeni dini hareketler kapsamında değerlendirilebilecek olan spiritüel arayışlar alan yazının yoga ile olan ilişkiler, yoga yapan bireylerin spiritüel tutumları, eylemleri, düşünceleri, söylemleri kısmına kaynaklık etmeyi amaçlamaktadır. Literatürde yogaya ilişkin çalışmaların daha çok hemşirelik, tedavi ve rehabilitasyon, halk sağlığı, travmatoloji gibi medikal alanlarda yoğunlaştığı görülmektedir. Bunun yanı sıra sahne sanatları, edebiyat, spor gibi alanların çalışmalarına dahil ettiği gözlenmektedir. Ayrıca antropoloji alanında yoga eğitmenleri üzerine etnografik birkaç çalışma, eşitlik ve topluluk kavramları üzerinde “Ashtanga Yoga” üzerine bir çalışma, büyükşehirlerdeki yaşam tarzları ve “trend” olarak yoganın “Ankara örneği” üzerinden incelenmesinin yapıldığı bir çalışma, söylemsel bir kendilik pratiği olarak modern yoganın incelendiği bir çalışma, tüketim kültürü ve ontolojik güvenlik oluşumu açısından bir akım olarak yoganın incelendiği bir çalışma, benlik sunumu çerçevesinde instagram üzerine bir vaka çalışması ve modern yoganın toplumsal sınıf ve cinsiyet bağlamında niteliksel analizinin yapıldığı bir çalışma bulunmaktadır.

Yoga ile ilgili çalışmaların tarihsel tasnifiyle işe başlayacak olursak yogayı tek başına araştırma nesnesi olarak kullanan çalışmaların 1998 yılına kadar dayandığı görülmektedir. Gökçül’ün 1998 yılında yaptığı araştırma da bankacılık sektöründe üst düzey yöneticilerle gerçekleştirilmiştir. Çalışma yoga programı uygulanarak stres kontrolünün sağlanması, tükenmişlik ve kaygı düzeylerindeki azalmanın arasında ilişkinin anlamlı olup olmadığı sorusuna yanıt aramış ve iki ayrı grupta farklı zamanlarda yaptığı çalışmalar neticesinde yoga tekniğine dayanan stres denetleme programı verilen

uygulama grubu'nun stres hissindeki azalma oranı ile hiçbir stres yönetim programı uygulanmayan kontrol grubu'nun stres düzeyindeki azalma oranı arasındaki fark, beklendiği gibi yüksek çıkmıştır. İşletme alanında yapılan bu çalışmanın ardından takip eden yıllarda yogaya ilişkin çalışmalar daha çok sağlık bilimleri, rehabilitasyon, hemşirelik bir medikal alanlara yönelmiştir. Yoganın sağlıklı beden, postür, duruş bozuklukları, bel ve eklem ağrıları gibi pek çok alanda rehabilite kapasitesini ölçen çalışmalar yapılmıştır. Bunun yanı sıra din alanının da Derin (2011) tarafından “Sahaja Yoganın içeriği ve Türkiye’de ki faaliyetleri” alanında yapılmış bir çalışma, Arslan (2013) tarafından “Hint dinlerin bir arınma ve aydınlanma olarak yoga” çalışmaları yapılmıştır.

Ayrıca spor, sahne sanatları, psikoloji, turizm, eğitim bilimleri, müzik, beslenme ve diyetetik, fizyoterapi gibi farklı alanlarda da yogayla ilişkili çalışmalar yapılmıştır. Bu araştırma özelinde sosyoloji ve antropoloji alanında yapılan çalışmalar kaynak niteliğindedir. Türkiye’de henüz modern yoga pratiğinin sosyolojik tahlillerine yönelik yeterli sayıda çalışma bulunmasa da yoga, hem deneyim hem de araştırma sahasında artan bir ilgi odağı haline gelmektedir. Nazlı Beril Özer’in 2015 yılında kaleme aldığı “Postmodern zamanlarda yoga deneyimi: alternatif bir yaşam tarzı” başlıklı araştırma oldukça kıymetlidir. Bir kitap bölümü olarak yayımlanan bu çalışmada, yoga deneyimi postmodern yaşam pratikleri bağlamında ele alınmıştır. Çalışma, yoganın bireysel anlam arayışıyla iç içe geçen, alternatif bir yaşam tarzı olarak nasıl deneyimlendiğini analiz etmektedir. Sonuçlar, yoganın günümüz toplumunda hem bir manevi ihtiyaç hem de tüketim kültürüne dahil olmuş bir ürün olarak konumlandığını ortaya koymaktadır. Yoga, bireyselliğin ön plana çıktığı çağdaş toplum yapısında, içsel dönüşümün yanında sosyal kimlik inşası açısından işlevsel bir rol üstlenmektedir.

Bu alandaki dikkat çeken bir diğer çalışma, Çoknaz ve arkadaşları tarafından hazırlanmış ve 2018 yılında Antalya’da düzenlenen 16. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi’nde sunulmuştur. “Aummm! Yoga Yolunda Algı ve Motivlerin Sesini Dinlemek” başlıklı bildiride sunulmuştur. Türkiye’de yoga uygulayıcılarının yogaya dair algıları ve motivasyonları nitel yöntemle analiz edilmiştir. Elde edilen bulgular, yoga deneyiminin iki temel algısal eksen etrafında şekillendiğini göstermektedir: Spiritüel algı, yoganın felsefi ve içsel boyutlarını öne çıkarırken; materyalist algı, yogayı popüler bir tüketim nesnesi ve endüstriyel bir yapıya dönüşmüş bir uygulama olarak tanımlamıştır.

Bu alandaki bir diğerk çalışma Arslan ve Bulut tarafından yürütölen ve “Yoga etkinliğı ile uğraşan yetişkinlerin profilleri ve yoga ile ilgili görüşlerinin analizi” başlığını taşıyan nicel araştırmadır. Bu çalışmada, Ankara’daki özel spor merkezlerinde yoga etkinliğine katılan bireylerden elde edilen veriler analiz edilmiştir. Katılımcıların yoga hakkındaki görüşleri; fiziksel ve ruhsal iyileşme, psikolojik katkı, özdoym, başarı arayışı ve sosyalleşme gibi çok boyutlu motivasyonlara dayanmaktadır. Bulgular, yoga uygulamasının yalnızca fiziksel sağlığı destekleyen bir etkinlik değil, aynı zamanda bireysel gelişim ve sosyal etkileşim aracı olduğunu ortaya koymaktadır.

Bu alanda 2017 yılında Gölge tarafından yoga uygulayıcılarının instagram da çevrimiçi sunumuna ilişkin bir çalışma yapılmıştır. Goffman' ım *benlik sunumu* kavramsallaştırması üzerinden yapılan çalışma yoganın online alanda varlığının önemine de vurgu yapmaktadır. 2019 yılında Aydınar tarafından yapılan çalışmada Neoliberalizmin yoga öğretmeni yetiştirme kurslarının neoliberalizm etkisiyle görünüşüne yönelen etnografik bir çalışmadır. Çalışma boyunca kaçış ihtiyacını doğuran neoliberal dinamikler sorgulanırken, yoga ve yoga eğitmenliği programlarının ticarileştirilmesi ve kurumsallaşması da analiz edilmiştir. Yoga eğitmeni olma sürecinin ve mevcut yoga piyasası dinamiklerinin bireylerin en başta kaçmaya çalıştıkları neoliberal ideolojilerle tekrar karşılaşmalarına ve uyum sağlamalarına neden olduğunu iddia edilmektedir. Yine aynı yılda Duman(2019) modern yoganın toplumsal sınıf ve cinsiyet bağlamında eylem kuramı ve postyapısal feminist kuram üzerinden bir inceleme gerçekleştirmiştir.

Aynı yılda Gürsoy (2019) yogayı ontolojik güvenlik erozyonunda yükselen bir akım olarak niteleyen bir çalışma gerçekleştirmiştir. Özdenar (2019) ise Ashtanga yoga uygulayıcıları arasında eşitlik ve kolektif eşitliğin nasıl kurulduğuna ilişkin bir çalışma gerçekleştirmiştir. 2021 yılında Ertürk söylemsel bir kendilik pratiğı olarak yogayı neoliberal yönetimsellik pratiğıyle yeniden incelemeye tabi tutmuştur. Bu çalışmanın bir yıl sonrasında ise Götl (2022) modern yogayı kentsel bir trend olarak değerlendirip yaşam tarzı içeriğini değerlendirerek Ankara’da bir çalışma gerçekleştirmiştir. Almanca olarak yayınlanan çalışma yoga ve mekan arasındaki ilişkiyi analiz etmesi açısından önemlidir. Takip eden 2023 yılında Kübra Elnabarawy “İnanç pratikleri bağlamında yoga: nitel bir araştırma” başlıklı yüksek lisans tezinde inanç pratikleri bağlamında ele alınan yoganın inanma ve aidiyet ile keşistiğı noktalarla birlikte ele almıştır. Bireylerin

inanmaya yönelik bu arzulu yönelimleri, modern öncesi ve sonrası toplumsal izdüşümde farklılaştığı belirtilmiş ve inanmaya yönelik ihtiyacın biçim değiştirerek devam ettiği savı üzerinden kurgulanmıştır. 2024 yılında Nur Meryem Özbek tarafından yapılan “ Seküler yaşamda manevi bir grup arayışı olarak yoga: İstanbul Nişantaşı örneği” çalışması ise, görece orta-üst sınıfı temsil eden bir alan olarak Nişantaşı’nda sürdürülen yoga pratiğinin sınıfsal ve seküler görünümünü ortaya koyması açısından kıymetlidir. Aynı yıl Merve Bahadır (2024) “Sosyal medya ve din ekseninde çevrimiçi ritüeller: Sahaja Yoga örneği” adlı çalışmasında, yoga deneyiminin özellikle medyalaşmış biçimini ele alarak, yoganın medyadaki sunumunu ve bireyin bu sunuşta kendini kurguladığı kimlik stratejilerini anlamak açısından önemlidir. Sağlıklı yaşam biçiminin yansıması olarak Sahaja Yoga hareketi İstanbul Nişantaşı’nda bulunan özel bir merkezde yapılan çevrimiçi yoga sunumuyla ilişkilendirilerek çevrimiçi/çevrimdışı din tartışması yürütülmüştür. Tüm bu tez çalışmalarının yanı sıra çalışmamızı hem çıkış noktası itibariyle spiritüalizm ve spiritüel arayışlar bünyesinde kaynaklık eden yayın 2021 yılında basılmış Cengiz, Küçükural ve Gür’ün “Türkiye’de Spiritüel Arayışlar” kitabı olmuştur. Ayrıntılı bir içerik sunan çalışma Türkiye’de yeni dini hareketler ve spiritüel arayış alanının farklı pratik ve düşünsel sistemlerle ilişkilendirilerek sosyolojik manada ayrıntılı bir inceleme alanı sağlamıştır.

İKİNCİ BÖLÜM

2.1 Yeni Dini Hareketler Bağlamında Modernleşme Krizi, Sekülerleşme ve Dini Çeşitlenme

Tarih, yaşamın devam eden biçimi içinde daima döngüsel bir ilerleme kaydetmiştir.² Bu döngü toplumsal yaşamın kıyılarında dolaşan, onu aşan ve onunla kaynaşan pek çok toplumsal olayı içine hapsedmektedir. Devam eden bu döngüde çeşitli karşılaşmalar tarihin çizgisini ve seyrini de değiştirmiş beklenenin ya da niyet edilenin³ aksine bambaşka aksiyonlar yaratmıştır. Yeni dini hareketler; ortaya çıkışı, gelişimi ve bugün ulaştığı ve taşıdığı anlam değerlendirildiğinde bu niyet edilmemiş beklentinin bir yansıması gibi görünmektedir.

Yeni dini hareketlerin tarihsel arka planı ve cereyanında pek çok farklı görüş ve tartışma yürütülmektedir. Araştırma kapsamında bu tartışmaları bazı ortak başlıklar altında inceleyerek değinilmesi tercih edilmiştir. Öyle ki hem Dünya literatürü hem de Türkiye’de çok kapsamlı tartışmaların yürütüldüğü göz önüne alınırsa, bu çalışma nacizhane bir değinmeden daha fazlasını yapma iddiasında değildir. Bu tartışmalardan ilki modernizmin çıkmazlarının ve bu cereyanın krizlerinin sosyal yaşamdaki tezahürleri üzerinden yürütülürken buna paralel biçimde sekülerleşme ve sekülerleşmenin açıklanması ve toplumsal algı üzerinden konumlandığı noktanın değerlendirilmesi sayılabilir. Bir diğer tartışma olarak yeni dini hareketlerin arka planında Türkiye özelinde sahneye çıkışının değerlendirilmesi oldukça kıymetlidir. Bu anlamda ilk tartışmanın modernleşme ve postmodernizm⁴ tartışmaları üzerinden incelemek yerinde olacaktır.

Giddens’a göre modernlik 17. Yy’da Avrupa’da başlayan ve daha sonra neredeyse tüm dünyayı etkisi altına alan toplumsal yaşam ve örgütlenme biçimidir (Giddens, 2010).

² Hegel’ci anlamda tarih çizgisel bir hatta değil, spiral bir döngü halinde ilerlemektedir. Bu döngü hem diyalektik biçimin ve zıtlıkların çarpışması hem de onların çarpışarak ilerlemesiyle Gaiya’ yı açılar. Karşıtlıkların birliği ve tarihin yorumlanmasında ki bu kıymetli yorumlama için bknz: (Hegel, 2010)

³ Modernleşme teorisyenleri modernleşme ve rasyonelleşmenin toplumsal yaşamda ciddi bir dönüşümü gerçekleştireceği ve bu dönüşümün hayatın tüm alanına sirayet edeceğini ön görmekteydi. Ancak Yeni dini hareketlerin toplumsal yaşamda edindiği yer niyet edilmemiş bir gelecek tasavvuru içerisinde yer bulmaktadır.

⁴ Post modernizm kavramı halen daha kullanımı ve anlamı itibariyle tartışmaya açıktır. Post modern dönemin modernizmden kopuş mu, yoksa onun devamı niteliğinde bir süreç mi olduğu tartışmaları felsefi anlamda çok tartışılabilir da bu çalışma özelinde post terimi sonrası yani modernizmin ötesinde onu aşan ve onun eksiklikleriyle var olmaya çalışan bir süreci kastetmektedir.

Bu örgütlenme 17. Yy' da yaşanan sanayi devrimi, rönesans ve reform hareketleri, coğrafi keşifler ile keşfedilen yeni yaşam alanları gibi dönüşümlerin toplumsal yaşamın işleyişine etkisi olarak değerlendirilebilir. Araçsal aklın yaşamın her noktasına sirayet etmesi ve rasyonel yaşam anlayışının kabul edilmesi geleneksel toplumsal işleyişin değişmesine sebep olmuştur. Modernleşmenin aynı zamanda teknolojik ilerlemelerin hızlanması ile keşişmesi modern dünyada aklın ve bilimin rolünün büyümesine sebep olmuştur. Paralel biçimde gelişen kitle iletişim araçlarının toplumun her bölümüne nüfuz etmesi bilgiye ulaşmanın biçimlerinin değişmesine sebep olmuştur. Bilgiye ulaşmada yaşanan bu kolaylık, kapalı bir toplum yapısından açık toplum yapısına doğru geçişin önemli izleridir. Bu gelişmelerle birlikte geleneksel döneme ait olduğu düşünülen din, gelenekçi yaklaşımları, hurafeler ve bir takım öğretilerin çökeceği ve bunların yerini tüm dünyayı anlama ve değiştirme kapasitesine sahip olan aklın alacağı ön görüşü hâkim olmuştur. Bu öngörü, sosyoloji camiasında oldukça tartışmalıdır; özellikle din olgusunun modernleşme süreciyle birlikte dönüşeceği yönündeki görüş, farklı yaklaşımlar arasında yoğun bir tartışma konusu olmuştur. Marksist sosyologlara göre modernleşme ile birlikte dinin toplumsal yaşamdaki öneminin ve yerinin değişeceği ve hatta değersizleşeceği iddia edilirken, Weber' yan bakış açına sahip çevreler tarafından modern dönem çıkmazı, bireyi ve failleri başka formlarda yeniden canlanacak olan dine yönlendirmektedir. Bu dini canlanmalardan kasıtın geleneksel dini yönelimlere doğru olduğu düşünülmemektedir (Berger, 2002).

Markist öğretinin dinin modern dönemde de araçsal biçimde kapitalist sisteme hizmet eden bir yapı olarak değerlendirildiği görülmektedir (Marx, 2011). Sermayenin kendini sürekli olarak büyütmesinin bir olanağı olarak karşımıza çıkan din yapısı, insanların sınıfsal statülerinde bir değişime olanak tanımadan mevcut sistemin sürdürülmesi için araçsallaştırıldığı görüşüne dayanmaktadır. Bu bağlamda Berger şöyle bir tanımlama yapmıştır.

“Marx açısından din, belirli toplumsal koşulların ürünüdür. Ve toplumsal koşulların ortadan kalkmasıyla, bir toplum teorisi olarak bütün topluma düzen veren ve toplumu şekillendiren dinin, bir üstyapı teorisi olma niteliğini yitireceğine dikkat çeker. Dolayısıyla Marx'a göre, sorun dini eleştirmek değil, dini doğuran toplum ve devleti aşmaktır. Bu anlamda Marx, dini “ortadan kaldırma”yı (Abschaffung) değil, dini ve dinsel bilinci “aşmayı” (Aufhebung) savunur.” (Berger, 2002)

Nitekim modern dönemin hızlı toplumsal gelişmeleri beraberinde getirmesi kaçınılmazdır. Ancak din ve dinin toplumsal işlevine yönelik öngörüler pek haklı çıkmış sayılmazlar. Modernleşme süreci tek düze bir yönle bakılabilecek bir alanın dışına çıkacak kadar tartışmaya sebep olmuştur. Özellikle 2. Dünya savaşı ile dünyanın yeni bir buhrana sürüklenişi ve modernliğin tahayyül edilenin aksine düzen ve mutluluğu getirememiş olması gerçekleşmeyen/ yarım kalan bir modernite ya da modernliğin krizi olarak nitelendirilmiştir (Giddens, 2010). Habermas (2019)’ın da belirttiği üzere modernliğin aklın ve evrensel yasaların herkesin mutluluğuna yönelik ilerlemeci bir tutumu besliyor zannedilmesi fazlasıyla iyimser bir yanılgı gibi görünmektedir. Horkheimer ve Adorno (2002) “Aydınlanmanın Diyalektiğinde” aydınlanma ilkesinin aynı zamanda hâkimiyet ve baskı kurma mekanizması olarak işlediğini öne sürmüşlerdir. Doğaya, değişimlere ve en nihayetinde insana hakim olma arzusu, insanların kendileri üzerinde baskı kurdukları bir karabasan rejimine sürüklediği düşünülmektedir. Hal böyleyken tek çıkış yolunun saf araçsal aklın kurduğu baskıya, insan doğasına yönelerek karşı çıkışıyla çözümlenebileceğini iddia edilmiştir (Harvey, 2019, s. 26). Tüm bu diyalektik sorunsal, bireyin akılcı söylemler ve yöntemler üzerine yeniden düşünmesini gerekli kılmıştır.

Modern yaşamın dünyada cenneti getireceğine ilişkin düşünceler ve teknolojik gelişmeler ile her şeyin bilgisine hakim olma düşüncesinin patlak vermesi, modernleşme tezinin kendi içinden alevlenen post modern düşünce sistemlerinin yaygınlaşmasına olanak sağlamıştır. Asad’ın söylemiyle “Tüm bu tartışmaların ötesinde günün sonunda varılan ortak payda modernleşme düşüncesinin çizgisel bir hatta ilerlediğine yönelik anlatının artık kabul edilemeyeceğidir.” (Asad, 2007, s. 11)

Modern olmak ve modern bireyin kutsalla kurduğu ilişki düşünüldüğünde modern olmak geleneklere ve inançlara bağlı olmayan bir yaşam sürmek olarak anlaşılmış ancak bu bir yanılgı olarak görünmektedir (Touraine, 2002, s. 339-341). Modernizmin meta anlatısı içerisinde dinin kapitalist-öncesi döneme ait olduğu düşünüldüğünden modern dünyada dinin ve etkilerinin azalacağı düşünülmüştür. Teknolojik gelişmeler, araçsal aklın tutumu, rasyonel mantıkla dönüşen dünyada dinin; geçmişe ait bir anlatı olarak çöküşe geçmesi tahayyül edilmektedir. Ancak modernitenin krizi ve karşılamadığı beklentiler içerisinde dinin tahmin edilemeyen biçimde filizlenmesine olanak sağlamıştır. Din bu anlamda tarih sahnesinden çekilmek bir kenara farklı formlarla yeniden hayat

bulmuştur (Giddens, 2010) . Modernleşme yapılarındaki akılcılık ve bireysellik vurgusu, bireylerin geleneksel toplum yapılarından kopararak bir kaosun içine sürüklemiştir. Bu krizi, “anlamın yokluğu” olarak tanımlayan Berger, modernleşme ve sekülerleşme ile birlikte bireyin, manevi bir boşlukla karşı karşıya kaldığını savunmaktadır (Berger, 2002).

Bu süreçte ikinci dünya savaşının yankılarının ve ateşinin bizzat içerisinde bulunan Bauman, modernite ve postmodernite tartışmalarını bambaşka bir zemine taşımaktadır. Bauman’ ın akışkan modernite kavramı tam anlamıyla postmodernizm terimine denk düşmemektedir. Onun sosyolojisinde modernizmin büyük bir tarihsel yıkımın ardından sekteye uğraması ve dahası madalyonunun öteki yüzü, gün be gün sahneye çıkmaya başlamıştır. Bu yüz öylesine büyük bir değişimle karşı karşıya kalmıştır ki, değişimin ve hızın sınırlarının olmadığı yeni bir dönemin başladığı tahayyül edilmektedir. *Akışkan modernizm* olarak adlandırılan bu süreçte, birey tüm normların ortadan kalktığı, sınırların muğlaklaştığı dolayısıyla hakikat ile illüzyon arasındaki sınırların daha net biçimde ortaya konamadığı *akışkan bir toplum* modelini tezahür etmektedir (Bauman, 2018). Modernizmin değişen doğası üzerine önemli bir tartışma alanı sunan bu kavram, özellikle 20. Yüzyılın son çeyreğinde yaşanan kültürel, sosyal, ekonomik dönüşümleri içermektedir.

Modern ve postmodern dönemin kutsalla olan ilişkisini kavrayabilmek için Weber’in analizini de gözde geçirmek yerinde olacaktır. Bilindiği gibi Weber, toplumların akılcılaşma süreciyle birlikte geleneksel toplumdan modern topluma doğru bir geçişten bahsetmektedir (Weber, 2004). Bu süreç modern öncesi toplumların modernleşme ile birlikte geçirdiği dönüşümleri bazı temel süreçlerle ilişkilendirmektedir. Rasyonalitenin toplumun pek çok alanına sirayet etmesi, kapitalist ekonomik düzenin hakimiyetinin yaygınlaşması bireylerin içinde yaşadıkları düşünsel sistemleri de farklılaştırmıştır. Özellikle modern öncesi toplulukların din ile kurguladıkları düşünsel sistem yerini araçsal aklın hüviyetine bırakmıştır. Böylelikle Weber, akılcılaşmanın dünyayı din ve ilahi bir akıl ile yönlendirme biçiminin giderek etkisini yitirdiğini tartışmaktadır. Owen Chadwick “Bir varmış bir yokmuş; bir zamanlar, orman büyüğü imiş, ağaç gövdelerinde ve ağaç kökleri arasında ruhlar ve cinler yaşarlarmış. Ancak şimdi orman, orman idaresi tarafından işletilmektedir” şeklinde ifadesi modern dönemin dinle kurduğu ilişkinin açıklanmasında güzel bir örnektir (Robinson, 2002, s. 344).

Weber’yan bir ifadeyle dünya artık gizemli, büyü ve ilahi bir karakterden dışarı çıkıp daha rasyonel bir yöne evrilmiştir. Dolayısıyla bireylerin hayatının idaresi dinin yönlendirmelerinden kurtularak tartışmalı biçimde başka modern tahakkümün yönlendirmeleri altına girmiştir.⁵ Dolayısıyla modernleşme süreci ile birlikte insanın yaşamında Tanrısallığın yönünün değişmesi daha öngörülebilir ve hesaplanabilir bir yaşam alanı açtığına inanılmıştır. Modern dönem bireyin Tanrı ile kurdukları ilişkisinin görece serbestleşmesi, modern bilim ve tıbbın yaşam alanlarına nüfuzuyla daha da hızlanmıştır. Bilimin pek çok alanda güvenilir bilgileri sunuşu bireylerin tatmin eden bir bilgi stokuna sahip olmalarında oldukça kıymetlidir. Tüm bunların yanı sıra modern bireyin yalnızca neden sonuç ilişkilerine dayalı bilgiyle yaşamını devam ettiren bir robot olmadığı tartışması, inşaların yeni sorgulamaları ile gün yüzüne çıkmıştır. Her şeyin bilgisine bilimin sınırlarında sahip olmaya başlayan insanoğlu, Berger’in deyiimiyle “*evsiz ve yurtsuz*” hissetmektedir (Berger ve Luckmann, 2015). Bu sürecin ardından modern bireyin buhranının git gide netleştiği görülmektedir. Bu mutsuz ve kaotik sürecin devamında bireylerin bazı yeni ihtiyaçlarla yola çıkarak bir arayışta olduklarını söylemek yanlış olmayacaktır. Bazı kavrayışlara göre bu arayış kapitalist sistemin devamlılığı ve mevcut düzenin kaidesini bozmamak adına yine tekellerce öne sürülmüş olabileceği gibi, bizzat bireylerin kendilerini bulmak için yeni bir alan arayışında olmaları şeklinde de açıklanabilir. Büyüsü bozulan dünyanın yeniden büyülenmesini bu şekilde ele alan fikirler olduğu gibi, bunu yeni dini hareketlere öncülük edecek bir kavrayışla ilişkilendiren açıklamalar da bulunmaktadır. Robert J. Wuthnow, “yamalı/bohçalı din “ tabirini kullanarak, insanların artık eskiden olduğu gibi yalnızca tek bir dini merkez veya gelenekten etkilanmediklerini, bunun yerine çeşitli dini geleneklerden alınan unsurları birleştirerek yeni bir "bireysel dindarlık" anlayışını oluşturduklarını ifade etmektedir. Wuthnow (2020), dinin modern dönemde kesinlikle yok olmadığını, yalnızca bir dinin özelliğiyle sınırlandırılmış şekliyle değil, daha fazla ve çeşitlendirilmiş dini kaynakların etkilanerek yeni bir inanç biçiminin ortaya konulduğunu belirtmiştir. Bu bağlamda, dini inançların çok daha esnek ve özelleştirilmiş bir biçiminden bahsedildiği aşıkardır. Amerikalı sosyolog Daniel Bell ise, Durkheim ve Marx’ın dinin toplumdaki rolüyle ilgili

⁵ Dünyanın büyüünün bozulmasıyla birlikte bireylerin geleneksel dinin baskıcı tutumundan sıyrılarak modern toplumun özgürleştirici kanatlarında vuku bulacağı iddia edilmekteydi. Ancak modern aklın zaman içinde araçsallaşarak kapital sisteme hizmet etmeye başlaması, özgürleşme tezlerini çürütmesinin yanısıra yeni bir tartışma alanı yaratmıştır. Modern dönem bireyinin pek çok farklı düşünür tarafında başka tahakküm biçimlerine maruz kaldığı literatürüne göz atmak oldukça kıymetlidir.

öngörülerinin gerçekleşmediğine dikkat çekerek, özellikle dine karşı olumsuz bir tutum sergilenen modern dönemi "kutsala saygısızlık dönemi" olarak adlandırmaktadır. Bell(2008) dinin varoluşsal bir olgu olduğunu ve bireylere yalnızca ruhsal bir rehberlik sunma olarak tanımlamayıp, aynı zamanda bu bütünleşik varlıkların amacımızı anlamamıza yardımcı olduğunu savunmaktadır. Bell(2008)'e göre, dinin toplumsal yapısının tamamen toplanması kesinlikle mümkün değildir; çünkü din, insanın varoluşuna dair temel bilgileri yanıtlayarak toplumsal ve bireysel anlamda önemli bir işlev görmektedir. Böylelikle modern dünyanın diliyle dinin hiçbir zaman dünyadan el etek çekmeyeceğine dikkat çekmektedir. Aynı zamanda Bell (2008) insanların 'dindar' olma hissini yaşayabilecekleri yaşam arayışının yeni dini hareketlerin yükselişini kolaylaştırdığını ve yerleşik dinlerin kurumsal sistemi parçalamaya başlayarak, bu kurumlar başarısız olduklarında gerçekleştiğini ileri sürmektedir. Ayrıca Bell, sekülerleşmenin, dinin yeni biçimlerini bulmaya çalışmada bireyleri motive ettiğine inanmaktadır. Wilson da, bu hususta Bell ile aynı fikirdedir; fakat o, Bell'den farklı olarak, ezoterik yeni dini hareketlerin ortaya çıkış ve yükselişini, sekülerleşmenin zayıflığı veya sekülerleşme tezini tersine çevirmenin bir işareti olarak görmeden yeni dini hareketlerin yükselişini, sekülerleşmenin boyun eğmezliğinin tezahürü olduğunun altını çizer. Wilson'a göre yeni dinler, sekülerleşmenin bir ispatı gibidir. Böylece bu aynı zamanda dini bir uyanışı da çağrıştırmaktadır. Ancak yeni dünya düzeninin teknolojik imkanları, modern dönemdeki çoğu ilişki biçiminde görülen değişmeyi din üzerine yansıtmış ve ahlakın gerilemesiyle dini bulmuştur. Dinin fonksiyonlarının gerilemesi ile bireylerin din ihtiyacının azaldığını söyleyen Wilson, bugünün yeni dinlerinin ise tam anlamıyla bu ihtiyacı karşılamadığını düşünmektedir. Yeni dine hareketlere yönelik bu bakış açısı, onları toplumsal tüketim ürünlerine indirgenmiş biçimleriyle ele alarak, toplumsal bütünleşmeye yönelik her hangi bir katkı sunmadığını aktarmaktadır (Uluç, 2013, s.60).

İkincil olarak yeni dini hareketlerin cereyanını anlayabilmek için süregiden tartışmalardan Sekülerizm tartışmasını yürütmek anlamlı olacaktır. Seküler olan sıklıkla dindar olanın karşıtı gibi görünmektedir. Ancak sekülerizm geleneksel din ve dindar yaşam tarzının yeni bir yorumu olarak görebilmekte mümkündür. Özellikle 20. yüzyılda yaşanan teknolojik gelişmeler ve iletişim araçlarının gelişimi toplumsal dönüşümlerin ve bilinç düzeylerindeki farklılaşmanın hızlı biçimde yayılmasını kolaylaştırmıştır. Modern insanı böylesi bir harekete ya da arayışa iten bir diğer sebepse modernizmin bireyi

yalnızlaştırdığı ve kendine, doğaya yabancılaşmış bireyin yeni bir anlam arayışında olması iddiasıdır (Giddens, 1999). Bu anlamda sekülerizasyon kavramı da oldukça ilişkili görünmektedir. Bu kavramın tarihsel arka planı oldukça girift görünmektedir. Kavram Berger'in anlatımıyla ilk defa din savaşları sonrası arazi ve emlakın kilise otoritesinden çıkmasıyla kullanılmaya başlandığı düşünülmektedir (Berger, 2002, s. 177). Aynı şekilde roma dini hukukunda tarikatlardaki bir müridin dünyaya yönelişinin üzerine kullanılmıştır. Böylelikle sekülerizasyon, bir anlamıyla dünyaya yönelişi tarif eder biçime gelmiştir. Geleneksel çevrelerde ise dinden uzaklaşma, dinsizleşme gibi eleştirilere tabi tutulmuştur. İlerlemeci ve aydınlanmacı çevrelerde ise modern insanın dini vesayetlerden kurtuluşu olarak olumlu bir anlam yüklenmiştir. Bazı çevrelerce olumlu bir dönüşüm olarak değerlendirilirken, bazı çevrelerde ise hâlen tartışmalı bir konu olmayı sürdüren bu kavram, Berger'in yaklaşımında esas olarak toplum ve kültür alanlarında dinî kurumlar ile sembollerin otoritesini kaybetme sürecine işaret etmektedir (Berger, 2002).

İlk ortaya çıktığı dönemlerde yaşam biçimi içerisinde ahlaklı duruşun teolojiden ayrılarak özgürleşen bir alan olarak kullanılmıştır. Ancak modernleşme süreciyle birlikte sekülerizm dünyevileşme biçiminde kullanılmaya başlamıştır. Böylece bireylerin dünyaya yönelik bakış açısı geliştirme ve yaşam tarzını değiştirmesi fikri sekülerleşme ile bağlantılı görülmektedir. Gündelik yaşamda sekülerleşme ile laiklik birbiri yerine kullanılan kavramlar olmuştur ancak laiklik, siyasi ve politik nitelikler taşıyan bir kavrama karşılık gelirken, sekülerleşme daha bireysel bir formda yaşam biçimi üzerinden karşımıza çıkmaktadır (Uluç, 2013, s. 47).

Yeni dini hareketlere yönelimi anlamlandırma aşamasında bu kavram modern insanın toplumsal, kültürel ve dini tutum değişikliklerini ve yorumlamalarını anlamlandırmada oldukça önemli bir yere sahiptir. Bunun yanı sıra toplumsal düzenin sadece insani ilişkilerde değil sanat, tarih, edebiyat gibi pek çok içerikte de dini içeriklerin günden güne güç kaybına uğrayışını görmek mümkündür. Berger (2002), tartışmanın vardığı nihai noktayı anlamlandırırken, özellikle diğer toplumsal alanlarda olduğu gibi, bireysel bilincin sekülerleşmesini ifade eden 'bilincin sekülerizasyonu' kavramını merkeze almıştır. Bu en açık haliyle modern Batılı bireyin dini açıklamaları bir kenara bırakıp dünyayı ve yaşamı kendi halleriyle yorumlama girişiminde olduğu kast edilmektedir. Dünyanın ve yaşamın yorumlanması bilinç erozyonu gibi kavramlarla da

tartışılır olsa da yeni dini hareket ve yönelim tartışmalarında önemli bir yer tutmaktadır (Berger, 2002).

Modernleşme ile birlikte toplumsal hayatta pek çok değişim yaşanmıştır. Bu değişim sosyal kurumlar üzerinde de etkisini göstermiştir. Din bu fenomenler içerisinde önemli bir yere sahiptir. Özellikle geleneksel dönem sosyologları dinin modern hayattaki görünümünü daha bulanık olarak niteleyerek, toplumsal hayattan pek çok yönüyle çekilecek bir din fenomeni tahayyül etmişlerdir (Turan ve Sancar, 2014). Özellikle Marksist düşünce temelinde din halkın “afyonu” olarak nitelendirilmiş ve toplumsal yaşamdaki dönüşümlerin devrim niteliğinde ki farklılaşmaları dinin etkisinin azalarak bir noktada tamamen silineceğini öngörmüştür. Bu anlamda Marx, Durkhem gibi dinin toplumdaki işlevsel yönüne değil, yönlendirici etkilerine odaklanarak açıklama yapmıştır.

Klasik dönem sosyologlarının dini anlamlandırma biçimlerinden farklı olarak yeni dönem sosyologları da bu konuda oldukça farklı teoriler geliştirmişlerdir. Dolayısıyla din ve dinin toplumsal rolüne ilişkin tartışmalar halen sürmektedir. Özellikle 20. Yy itibarıyla *ait olmadan inanma, sivil dindarlık, görünmeyen din* gibi kavramsallaştırmalar klasik sekülerleşme kuramlarının ötesinde günümüz dindarlığını anlamak için geliştirilmiş kuramlardır (Coşkun, 2016).

Tüm bu tartışmalara geçmeden önce klasik sekülerleşme teorilerine bir bakış atmak gerekliliği doğmuştur. Sekülerleşme süreci genel hatlarıyla dinin toplumsal yaşamdan el ayak çekmesi sanrıları üzerine gelişmiştir. Bu anlamda hukuk, bilim, sanat gibi yaşamın her alanı ve tüm toplumsal kurumların kendilerini dünyevi yaşantılarıyla inşa ettiği bir sürece işaret etmektedir (Marshall, 1994, s.645-646). Bu anlamıyla sekülerleşme modernleşmeyle yakından bağlantılı görünmektedir. Modernleşme’ nin bireyselleşme, uzmanlaşma ve ayrışma ahlakı sekülerleşme dinamiklerine içkindir. Dolayısıyla modernleşmeyle dünyevi olana dönüş, zorunlu bir sekülerleşme sürecini beraberinde taşır. Tanrısal olanın dünyevi hayattan çekilmesi, toplumsal kuramların varlıklarını başka bir biçimde yeniden ifade edişiyile gelişmiştir.

Akgül’ün de ifade ettiği gibi;

“... Bir kere toplumsal kurumlar da dahil olmak üzere her şeyin temelinde bulunan Tanrı buralardan el ayak çekince artık müstakilleşen her alan temelini kendinde arayacaktır
“Örneğin akıl mantıksal tutarlılığında, doğa kendi yasalarında, insan teknik ustalığında,

devlet kendi çıkarlarında, toplum istediği yasayı bozma ve yapma gücünde ve ulus kendi egemenliğinde” kendi temelini bulmaya çalışacaktır .” (Akgül, 2012, s. 198).

Sekülerleşme ve modernleşme süreci bizim araştırmamız açısından başat bir öneme sahiptir çünkü bu dönemin dinamikleri onun ardında yaşanan toplumsal gelişimlerin açıklanmasında çok önemli bir referans olacaktır. Modern dönemin akılcı ve ilerlemeci tutumu özellikle din kurumunun hayati bir takım fonksiyonlarını dışarıya ittirerek yeni bir düşünme biçimi sunmuştur. Bu çizgide dinin ve dinsel düşüncelerin konumunu belirlemek başka bir takım teorilerin geliştirilmesine ve bu teorilerin yansımalarına odaklanmayı gerektirecektir. Din’in toplumsal yaşamdan “dışlanması” artık dini olarak adlandırılan her şeyin “beşeri” bir düzende yeniden konumlandırılmasını gerektirmiştir. Konumlandırmaların en başında “tanrı merkezli” olan her şeyin Tanrı’nın dışlandığı bir dünyada yorumlanması ve yaşanıyor olması “insan merkezli” bir tutumun yerleşmesini gerekli kılmıştır. Bilimsel araştırmaların çıkış yönlerini Tanrı’dan insana ve bilimsel açıklamalara yöneltmesi Tanrı’nın başlıca konumunda farklılaşmaların oluşmasına neden olmuştur. Tanrı’nın bilgisine ihtiyaç duymadan yapılabilen açıklamalar zamanla tüm düşünsel sistemin Tanrı’nın kudretinden “insanın muhakeme gücü ve vicdanına” terk edilmeye başlamıştır.

Modern dönemin en büyük çıktısı olan pozitivist bilim anlayışının hakim paradigma haline gelmesi, dinin özellikle Batı’da hakim olan kilise otoritesinin yerini akılcı ve bilime dayalı anlayışa bırakmıştır. Böylece modern birey pasif ve kabullenmiş bir etkilenmişlikten arınarak kendini her anlamda gerçekleştiren ve özneleşmiş haliyle “özgür bir birey” olma yoluna adım atmıştır (Berger ve Luckmann, 2015, s. 64-65). Özgür bireyin dünyasında din ve dünya keskin çizgilerle ayrılırken anlam dünyasında ki karmaşa bu kadar görünür bir ayırım sunmamaktadır. Modern dönemin bu ayırıştırma çizgisi genel hatlarıyla sekülerleşme teorilerinin de sayıltılarını içermektedir. Ancak günün sonunda klasik sekülerleşme teorilerinin diğer kurumlardaki dönüşüm öngörülerinden farklı olarak din kuramında ki sayıltılarını ne oranda gerçekleştirebildiği tartışmaya açıktır. Bu araştırma kapsamında tüm sekülerleşme teorisi ve tartışmaları değil yalnızca dinin toplumsal yaşamdaki görüşüne ilişkin bazı tartışmaların yürütüleceği unutulmamalıdır.

Athony Giddens (1999), klasik sosyologlarının din görüşlerinin Marx, Durkheim ve Weber’in etkisinde olduğunu ifade etmektedir. O, bu üç düşünürün de dindar

olmadığını ve hepsinin mantık ve bilimin “dünyanın büyüünü” bozduğunu, dolayısıyla geleneksel dinlerin aşılabileceğini düşündüklerini ifade etmektedir (Giddens, 1999). Modern toplumsal yaşamda kutsal ve kutsal dışı olan arasında net bir ayrımın ortaya çıktığı düşünülmektedir (Kirman, 2005, s. 1). En genel tanımıyla sekülerleşme olarak adlandırılan bu sürecin iç dinamikleri toplumsal yaşamda bugün var olan ve varlığını başka biçimlerde sürdürmeye devam eden din ve kutsalın etkinliğini anlamada oldukça önemli bir yere sahiptir. Sekülerleşme sürecinde din, geleneksel toplumlardan farklı olarak modern toplumda bireyselleşerek kendi öz alanına çekildiği ve bireyin iç öznel yaşantısına hapsolarak şahsi bir süreç haline geldiği düşünülmektedir (Günay, 1998). Zamanla yaşanan pek çok toplumsal, teknolojik, bilimsel gelişmelere bakıldığında dinin sanıldığı kadar özel bir alanda var olmadığı, bilim ışığında gelişen toplumsal yaşantıda yok olmadığı görmek gereklidir. Sekülerleşme terimi ve sürecine yüklenen bu beklentinin tamamıyla gerçekleşmediği ve dinin de pek çok alanda olduğu gibi kamusal alanda da varlığını devam ettirme eğiliminde olduğu görmek mümkündür. Bu şekliyle süregiden gelişmelerin son zamanlarda “sekülerleşmenin krizi” “sekülerleşmenin gerilemesi” kavramlarıyla açıklanmaya çalışılmıştır. Bu anlamıyla din ve modernlik ilişkisi diyalektik biçimde hem çok yakın hem de birbirini yeniden üreten bir yapıda karmaşık bir ilişki ağında olduğu düşünülmektedir (Berger, 2002). Sekülerleşmeyle birlikte toplumsal yaşamda dinin etkinliğini yitireceği görücü pek çok açıdan hayata geçmemiş bir teoridir. Öyle ki Berger’e göre din seküler toplumsal yaşantıda sanılanın aksine yok olmayıp sadece yer değiştirmiştir (Berger, 2002). Asad (2007)’a göre ise sekülerin, yeniden dini bir canlanmayı üretmiş olabileceğine ilişkin tartışmalar yapılırken bu yeni dinselleşme biçiminin geleneksel dinden farklı olarak hurafelerden ve mucizelerden uzak daha modern ve özgür bir din anlayışı olduğu savunulmuştur.

Berger’in modernleşme sekülerleşme ve dine yönelik görüşleri oldukça dikkate şayandır. 1960’lardan 1990’lara kadar bilim ve rasyonaliteye yönelik yoğun övgüleri oldukça dikkat çeken Genç Berger, 1990 lardan sonra dünyada olup biten genel çerçeveye bakarak düşüncelerini güncelleme ihtiyacı hissetmiştir. Genç Berger’in sekülerizm konusundaki görüşleri öylesine gür seslidir ki bu savunuyu devam ettiren Steve Bruce ve Bryan Wilson gibi isimler hala Genç Berger’in görüşleri üzerinden yankılandırmaktadır. Bu güncelleme Berger’in bir önceki görüşlerinin tam karşısına koyabileceği biçimiyle değişmiştir. Genç Berger’in bakış açısıyla dünyanın modernleşmesi ve daha ziyade sekülerleşmesiyle dine olan ihtiyacın ortadan kalkacağını savunurken sonraları bu

yaşanılan şeyin “dinin krizi” değil “sekülerizmin krizi” olduğu savını geliştirmiştir. Dolayısıyla insanlık modernleştikçe dinin ortadan kalkması bir tarafa farklı dini görüntülerin etkisinin hissedilmeye başladığına inanmıştır. Batı’da gerçekleşen modernleşme hareketleri ve toplumsal dönüşümlerin Türkiye’dekinden daha farklı olduğu bilinmektedir. Öyle ki Türk modernleşmesi Tanzimat’la başlayarak cumhuriyetin ilanıyla yapılan reformlar sayesinde hız kazanmış ve cemaat türü bir toplumsal yapıdan seküler olmaya çalışan bir cemiyet yapılanmasına doğru evrilmiştir. Bu anlamıyla Türkiye’de geleneksel, modern hatta postmodern süreçlerin bir arada işlediği düşünülmektedir (Günay, 1997). Bu değişim sürecinde farklı dindarlık biçimlerinin açığa çıktığı bilinmektedir (Göle, 2012).

Modernleşme ile birlikte özel ve kamusal alan arasında ayırım yapılmaya başlanmasıyla inancın, dini duyguların ve ritüellerin kamusal alandan özel alana doğru kayan ve tecrübe edilen bir yapısı olduğu savunulmaya başlanmıştır (Kirman, 2005, s. 23). Berger ve Luckman gibi din sosyologları klasik sekülerleşme teorisinin çöktüğüne ve dinin yükselişte olduğuna ilişkin savları göz ardı edilmeksizin bakıldığında durum görüldüğünden biraz daha karışıktır. Zira onların bahsettiği dini canlanmanın yanı sıra dinden uzaklaşma olgusunun da hayli yükselişte olduğu görünmektedir. Özellikle Batılı toplumlarda üzerinden değerlendirildiğinde din dışı, görece seküler bir yaşamın sıradanlaştığını görmek mümkündür (Berger, 1999). Batı toplumlarında görünen sıradanlaşma “sekülerliğin banallığı/sıradanlığı” kavramıyla açıklanmıştır. Klasik sekülerleşme kuramlarına yönelik eleştirilerin en başında dindarlığı anlama halimizin geleneksel dindarlık üzerinden yapıyor oluşu öne çıkmaktadır. Modern olmak geleneklere ve inançlara bağlı olmayan bir yaşam sürmek olarak anlaşılmış ancak bu bir yanılgıdır. Özellikle aşırı modernleşmiş batılı ülkelerde bireylerin araçsal aklın kriziyle yeni dini hareket ve arayışlara daha çok yöneldiği anlaşılmaktadır. Robert Bellah (2017) bunu *modernitenin krizi ve yeni dini bilinç halinin yükselmesi* şeklinde ifade etmektedir.

Sekülerleşme teorilerine karşı çıkış Luckmann’ın Avrupa ve Amerika arasındaki karşılaştırmalı incelemelerinde oldukça yoğunlaşmıştır. Mevcut verileri kullanarak en modern ülke statüsünde olan Amerika’da kiliseye katılım oranlarının Avrupa’dan daha yüksek olduğu görünmüştür (Luckman, 2000). Sekülerleşme teorisi savunucularının modernlik seviyesi ile toplumların sekülerleşme seviyeleri arasında ki doğru orantıyı açıklama girişimleri Luckman tarafından eleştirilmiştir. Bu karşı çıkışı o şu “*Bu şartlar*

karşısında, modern toplumda hiçbir basit doğrusal ve tek boyutlu sekülerleşme teorisi iddia edilemez” şeklinde izah etmiştir (Luckmann, 2016, s. 86). Ayrıca Touraine modernliğin kutsal olandan akılcı olana doğru çizgisel bir geçişi ifade etmesi görüşünü eleştirerek bunu “basitleştirici evrimcilik” olarak adlandırmaktadır (Touraine, 2002, s. 339-341) .

Tüm bu tartışmaların diğer kanadında dini, modern hayat biçimine göre evrilen bir anlayıştan başka perspektife taşıyan Luckman (2016) “Görünmeyen Din” teorisi ile dini anlama zeminimizde farklı bir anlam seti kurmaya çalışmıştır. Luckman (2016)’a göre din antropolojik bir gerçeklik olarak beşeri dünyada insanla ilişkili olan her şeydir. Luckman’ın bu din tanımı klasik sekülerleşme kuramlarında bahsedilen din anlayışından daha farklıdır. Öyle ki Luckman özellikle 2. Dünya savaşındın dine ilişkin pek çok çalışma yapıldığını kabul etmekte ancak burada sözü geçen din anlayışının kilise otoritesi altında ki kurumsal dinlere içkin bir söylem olduğunu iddia etmektedir. Bu anlamda yapılan çalışmaların oldukça zayıf ve yetersiz olduğunu söyleyen Luckman için klasik sosyologların dinin kilise etkisi azalmasıyla etkisinin azalacağına inancına da buradan vardıklarını ifade etmektedir. Böylesi bir görüş oldukça sınırlı sayılılar barındırmasının yanı sıra kurumsal dinlerin dışındaki dini açılım ve vecibeleri göz ardı ettiği düşünülmektedir. Luckman bu noktada *“İyi temellendirilmiş bir teorinin yokluğunda, sekülerleşme tipik bir şekilde kiliselere devamın azalmasıyla ölçülen dini patolojik bir süreç olarak görülmüştür”* demektedir (Luckmann, 2016, s.71-72). Luckman eleştirilerini bir üst noktaya taşıyarak modern toplumda dinin etkisinin azaldığı ve hatta dindarlığın azaldığı söylemini bir yanlış olarak görmektedir. Ona göre dinin etkisinin azaldığına yönelik tartışmalar bir yana, kilise ile dinin özdeş sayılması en büyük yanılgıdır. Luckman din algısı ve çalışmaları üzerine eleştirilerini sürdürürken bir yandan da modern dönemde kilise merkezli dinin gerilediği teorisini kabul etmektedir. Bu dönem de yapılan çalışmaların gösterdiği biçimde kurumsal dine yönelik bağlanma ve inanç büyük ölçüde zedelenmiştir. Luckmann’a göre insanların genel olarak anladığı manada kurumsal din anlayışı sembolik evrenlerin yalnızca hususileşmiş bir formudur. “Sembolik evrenler ise gündelik hayatın tecrübelerini gerçekliğin aşkın bir düzeyiyle ilişkilendirilen nesnelleştirilmiş anlam sistemleridir” (Luckmann, 2016). Ayrıca Luckmann (2016)’a göre birey, sosyal süreçler vasıtasıyla kendi ‘ben’ ini inşa etmekle biyolojik doğasını aşmaktadır ve benliğin oluşuna vesile olan tüm süreçler (örneğin sosyalleşme) ve anlam sistemleri dinî olmaktadır. Zira birey kendi başına nesnelleşmiş bir anlam sistemi inşa

edemeyeceği için o verili olan bir anlam sistemi içine doğar ve söz konusu anlamı sosyalleşme süreciyle beraber içselleştirmektedir.

Ulrich Beck (2001) ise modern bireyin gündelik kaygılar ve sürekli olarak değişen koşulların etkisiyle görünmeyen risklerle sürekli olarak karşı karşıya olduğundan ve bunun bireyi belirsizliklere bırakan bir karmaşa içerisinde konumlandığından bahsetmektedir. Dolayısıyla yeni dini hareketlenmeler bireylerin modern yaşamın riskleri ile yüzleştiği ve esasında onlardan korunabildiği bir başa çıkma strateji olarak görmektedir (Beck, 2001). Modern toplumda gelişen bu karmaşa alanının aynı zamanda toplumsal bir hızlanma ile bir şeylere yetişme ile karşılaştığı noktada, bireylerin kendilerine yabancılaştığı düşüncesi de devreye girmektedir. Rosa (2021)'in geliştirdiği “rezonans alanı” kavramı, toplumsal hızlanmanın bireyler üzerindeki tahrip edici etkisi içerisinde yeni dine hareketlere yönelik ilgi, bireyin sakinleşerek kendisinin ve çevresinin farkına vararak bir rahatlama alanı inşa etmesine imkan vermektedir (Rosa, 2021).

2.2 Yeni Dini Hareketler Bağlamında Spiritüel Arayış Dinamikleri

2.1 Yeni Dini Hareketlere Bakış

Geçmişten günümüze sosyal hareketlere baktığımızda diğer doğal olaylar gibi kendiliğinden meydana gelmemiştir. Sosyal hareketler genel olarak meydana geldikleri toplumsal koşullar üzerinde ya değişmeyi gerçekleştirmek ya da değişmeye direnmek amacını taşırlar. Tarihin bütün evrelerinde sosyal hareketlerin varlığından söz edilebilmektedir. Bugüne kadar hiçbir toplumsal sistem, toplumun her kesiminin isteğini karşılayacak bir yapılandırmayı sağlayamamıştır. Yaşanan böylesi bir durumda gerçeklikler ile istenilenler arasındaki doğrusal olmayan ilişki, sosyal hareketlerin yön ve biçimlerini de tayin etmiştir. Sosyal değişimin özel bir tezahür biçimi olan sosyal hareket, belli toplumsal kurumlarda değişim sağlamak ya da tamamen yeni bir düzen kurmak amacıyla girişilen çok değişik toplu kalkışmalardır (Türkdoğan. , 1997, s. 13).

Yeni dini hareketler tabiri ilk olarak Harold W. Turner tarafından kullanılmış, İngiliz sosyolog Eileen Barker tarafından geliştirilmiştir. Barker'a göre, yeni dini hareket kavramı çoğunluğu 1950 lerde ortaya atılan ve 70 lerde yoğun bir ruhi, felsefi ve dini söylemi coşkunu biçimde dillendiren oluşumları dile getirmek amacıyla kullanılmıştır.

Başlangıçta İngiltereye özgü olarak algılanmış ancak zamanla Avrupa ve Amerika’da takipçilerini bulan bu hareketlerin sayılarının günden güne artmıştır. Öyleki Köse’ye göre yalnızca Avrupa’da 20.000’den fazla yeni dini akımdan söz edilmektedir. Küreselleşen yeni dünya düzeninde neredeyse her toplumda bu tarz yeni akımların geliştiğini görmek mümkündür (Köse, 2006, s. 17).

1950’ler itibariyle gelişen bu kavram 1970’lerden itibaren akademik çevrelerde revaç bulmuştur. “yeni” tabirinin kullanılması Hristiyanlık, Musevilik, İslam gibi kutsal kitaplarla toplumsal dini şekillendiren geleneksel anlayıştan farklılaşması neticesinde kullanılmaya başlanması bir tarafa özellikle 2. Dünya savaşının ardından gelişimi dolayısıyla “yeni” dir. Bu tartışma halen devam etmektedir. Öyle ki yeni dini hareketlerin modern toplumsal yaşamın krizlerinden faydalanarak mı ortaya çıktığı yoksa geleneksel Doğu mistisizminin başka bir kolu olarak tarihsel bir yolda olduğunun anlaşılması gerekliliği tartışması son bulmuş değildir. Eski Ahit’in “Vaiz” kitabında “*Güneşin altında yeni bir şey yoktur*” ifadesiyle aslında toplumsal süreçteki pek çok şeyde olduğu gibi YDH’lerin de tarihsel bir alt yapısı olduğu yadsınamaz bir gerçektir (Turan ve Sancar, 2014, s. 9).

Yeni dini hareketleri tanımlama girişimlerinde farklı bakış açıları bulunmaktadır. Bunlardan en genellenebilir olanları daha ziyade Ortodoks bir din anlayışına sahip hristiyanların ve din adamlarının yapmış olduğu tanımlamalar ve daha nesnel ve ayrıntılı perspektiften açıklama girişiminde bulunan akademik tanımlamalar olarak iki bölümde incelenebilir (Turan ve Sancar, 2014).

Teolojik tanımlamalar YDH’leri “kült” olarak değerlendirme eğilimi içerisindedir. Kült daha ziyade olumsuz anlamıyla toplumsal normlara uymayan heterodoks bir grup görünümünde sunulmaktadır (Mirza, 2014). Bu anlamıyla din adamları söz konusu olgunun olumsuz yönüne daha çok vurgu yaparak onları dolandırıcılık, hilekarlık, otoriter liderlik, silah kaçakçılığı, ölümü ve intiharı teşvik etme, suça, şiddete ve uyuşturucuya teşvik etme, beyin yıkama yöntemleri kullanarak bireylerin toplumsal refah ve düzenin aksine hareket etmeye itme gibi ağır ithamlarla suçlamışlardır (Kirman, 2010). Bu anlamda Hristiyanlığın İncil’de bulunan temel doktrinleri reddeden ve toplumdan soyutlanmış bir lider tarafından bir takım esas ve anlayışlara dayalı olarak yaşamlarını idame ettiren marjinal bir grup olarak değerlendirmişlerdir (Barker, 1992).

Akademik tanımlamalar ise özellikle sosyal bilimciler tarafından “Kült” olarak değil “Yeni Dini Hareketler” olarak nitelemişlerdir. Bu kavram Barker tarafından geliştirilmiş ve 1970 den sonra yoğun bir ilgi görmüştür. YDH kavramı coşkun bir dini, ruhi ve felsefi yaşantı vaat eden farklı oluşumlar için kullanılmıştır (Barker, 1992, s. 9). Yapmış oldukları tanımlamalarda “kült”, zararlı, tehlike gibi kavramlara yer vermeden daha nesnel bir açıklama yapma girişiminde olan akademisyenler YDH’leri ortaya çıktıkları yer, zaman faktörü esas alınarak incelemeye tabi tutmuşlardır. YDH’ler başlangıçta İngiltere’ye özgü bir hareket gibi görünse de kısa zamanda ABD ve Batı Avrupa’ya yayılmıştır. Dolayısıyla YDH’leri batılı olarak görmek yanılı olacaktır. Küreselleşen dünyada tüm hızıyla yaygınlaşmaya devam eden ve dini kurallarla yönetildiği düşünülen dünya ülkelerinde dahi izine rastlanır olmuştur (Chryssides’ten aktaran Sancar, 2014). Günümüzde bu tür hareketler yalnızca İngiltere’ye ya da gelişmiş batılı ülkelere ait hareketler olarak değil, küçülen dünyanın küresel bir olgusu haline gelmiştir. Böylelikle mevcut hareketleri tanımlarken tek bir kavramla tanımlamak mümkün olmamaktadır. Tek bir toplum ya da yaşantı biçimi bu hareketlerin filizlendiği bölgeler olmaktan uzaktır. Bu minvalde teolojik tanımlamaların net çizgilerle ayırdığı “kült” kavramı yeni dini hareket sosyolojisini anlamak için yeterli değildir. Öte yandan akademisyenlerin zaman faktörünü esas alarak yaptıkları tanımlamalarda “eski” ve “yeni” olanın ayrımını yapmak hayli zordur. Öyle ki kökenini geçmişten alarak günümüzde halen varlığını sürdüren hareketler olduğu gibi başlangıcını tam olarak belirlemediğimiz pek çok hareketlilik de bulunmaktadır (Kirman, 2010, s. 59). John Hannigan bu noktada yeni dini hareketleri anlayabilmek için öncelikle yeni toplumsal hareketlerin sınırları çizmek ve dini hareketlerin hangi bağlamda onlarla ilişkiye girdiğini ya da hangi sınırlarda dini hareket olarak nitelendirildiklerini incelemenin gerekli olduğunu söylemiştir (Hannigan, 1990).

Kirman (2010), yeni dini hareketlerin tarafsız olarak anlaşılmasını sağlamak adına nesnel bir bakış açısıyla YDH’lerin temel karakteristiklerini belirlemeye çalışmıştır. Kirman YDH’lerin temel karakteristiklerinin incelenmesinde literatürdeki değerlendirmelerin daha çok olumsuz yönde nitelendirildiğini gözlemlemektedir. Bu anlamıyla teolojik tanımlamaları referans alarak “kült”, “zararlı” “tehlikeli” gibi kavramların daha çok kullanıldığı gözlemlenmektedir. Ve hatta tüm bu inanış ve hareket biçimlerinin *zındıklık*, *aklın hipotek altına alınması*, beyin yıkama teorilerinin kullanılmasına ilişkin görüşlerle ilişkilendirildiği görünmektedir. Öyle ki hareketlerin

inanç yönleri bir tarafa eylemsel olarak da dolandırıcılık, silah kaçakçılığı, intiharı ve ölümü teşvik etme potansiyeli olduğunu düşünen görüşler mevcuttur (Barker, 1992). Bu tür eylemlere yönelik girişimleri olan hareketler olduğu gibi⁶ tüm bunları genellemek büyük bir yanılgıdır.

Bunun yanı sıra Kirman toplumsal yaşamdaki bu dönüşümlerin bireylerin daha tutarsız sosyal ilişkileri neticesiyle aile kurumu üzerinde de ciddi bir tahribata yol açtığı ve bu tahribatın biyolojik ailenin yerini tutan alternatif bir aile bağı oluşumuyla yeni hareket ve cemaat türü oluşumlara yönlendirdiğine işaret etmektedir (Kirman , 2004). Yeni bir hayat tarzı, yeni bir eylemsel alan olan bu kolektif toplulukların bu hareketleri ve oluşumların modern dünyanın tahribatından kaçarak sığındıkları bir adacık olarak nitelendirmektedir (Türkdoğan, 1997).

Özellikle fonksiyonalist din teorisine göre; toplumsal değişmelerin çok hızlı seyrettiği dönemlerde⁷ toplumsal bütünlüğü sağlayan ara formların ve tampon mekanizmaların oluşumunu ve yayılmasını kolaylaştıran dönemlerdir. Böylelikle yeni dini hareket cereyanının 1950 ve sonrası döneme denk düşmüş olması tesadüf değildir. Etkisi ve önemi görece azalan din kurumunun yerini ikame edecek olan dini oluşumlar, bireyler arasında yeni bir entegrasyon süreci doğurmuştur. Öyle ki Lorne Dawson ileri sanayileşmiş toplumlarda ortaya çıkan bu hareketlenmenin kültürel devamlılığı sağlaması açısından oldukça kritik bir noktada olduğunu belirtmektedir (Dawson'dan aktaran Kirman, 2010, 25). Ancak bu yapılanmaların gerçekten dini kurumların azalan fonksiyonlarını üstlenip üstlenmedikleri ciddi bir tartışma konusudur. Nitekim bazı sosyologlarda bu tür grupların herhangi bir değişim ve entegrasyon gücü olmayan marjinal gruplar olarak nitelendirmiştir. Weber (1905) için toplumsal kültüre yeterince adapte olamayan grupların marjinal eğilimlere yöneleceği iddia edilmiştir. Bu anlamda ezilmiş, dışlanmış ya da psikolojik bir buhranın eteğinde olan bireylerin bu tip oluşumların içine gireceği de iddia edilmektedir.

Yeni dini akımların daha çok Batılı sanayileşmiş bölgelerde ortaya çıkışının rasyonelleşme ile de yakından ilgili bulunmaktadır. Rasyonelleşme; Weber'in tanımıyla ölçülebilirliğin, hesaplanabilirliğin artması, yaşanan her şeyin ciddi bir hız ile değişime

⁶ Bu anlamda bazı gazete haberleri mevcuttur. Yeni dini hareket kapsamında değerlendirilen bazı oluşumların toplu intihar gibi eylemlerle bir protesto gerçekleştirdiği görünmektedir.

⁷ 1960 sonrası dünyada ve Türkiye'de görülen siyasal hareketlenmeler, protestolar, gençlik ayaklanmaları bu türdendir

tabi olması, nedensel ve araçsal aklın her anlamıyla toplumsal yaşama hükmetmesi olarak özetlenebilirken; rasyonelleşme süreçlerinin ve onu takip etmesi beklenen sekülerleşmeye yol açması ön görülmüştür. Bu anlamda kutsal ve mistik olanın gitgide önemini yitireceği ve büyüünden arınacağı düşünülmüştür (Weber, 2017). Ancak bir önceki bölümde ayrıntılı olarak tartıştığımız bu öngörülerin ne kadarında haklı çıktıkları tartışmalıdır. Böylelikle YDH'lerin rasyonelleşme ve modernleşme çıkmazında bireylere içinde özgürce nefes alabildikleri bir alan açma iddası taşıdığı söylenebilir. Dolayısıyla YDH'lerin katılımcıları da kendilerini ait hissettikleri bu özgürlük alanının her noktasında adım adım yürümektedir. Bu süreç modernliğin krizi ve postmodern sürecin bir uzantısı gibi görüldüğü iddiaları devam ederken, mevcut hareketlerin katılımcıları kendilerini herhangi bir saptamayla ifade etmekten imtina etmektedir.

YDH' lere mensup bireylerin bu alanı tercih etme motivasyonlarına yönelik bazı ayrıştırmalar mevcuttur. Turan ve Sancar (2014) bunu, modern hayatın yabancılaştıran ve akılcılaştıran biçiminden bir kaçış olarak değerlendirmiştir. Aynı zamanda bu yabancılaşmanın, sekülerleşme süreçleriyle ortaya çıktığı düşünülen yalnızlaşmanın yönünü çevirerek yeni bir aidiyet alanı yarattığı iddiasını sunmaktadır. Bu alan modern karşıtı bir düzlemde postmodern görüşle ele ele yürümektedir. Dolayısıyla dini olanı, modern bir düzlemde yeniden var etmek ve kaynaştırma biçimi olarak yeni dini hareketleri tekrar düşünmek mümkündür. Bu düşünme biçimi geleneksel biçimi yerinden edecek güçte bir sarsılma olmasa dahi yalnızca marjinal grupların küçük sınırlarda kendilerini var etme çabalarının daha ötesinde bir derinlikte ve önemdedir.

Yeni çağ hareketleri toplumun her kesimine hitap etmeyen algı ve biçimlerden bir kopuş olarak sosyal hareketlerle ortak paydada bulunuyor olsa da, nihayetinde modernliğin krizinden ve bireyselleşmenin belirli bir sınıfsal biçiminden doğmuştur (Kirman, 2000). Öyle ki yeni dini hareketlerin temsilcileri de ve özelde spiritüel bir arayışın yolunda olanlar toplumsal bir değişim ve dönüşüm yaratmak niyetinden ziyade daha mikro, özel bir alandaki dönüşüm stratejilerinden bahsetmektedir. Bu anlamda spiritüel inanç ve tutumların temsilcileri toplumun geneline yaygınlaşan bir topluluktan ziyade sınırları ve özellikleri bulunan bir sosyal sınıfa işaret ediyor gibi görünmektedir. Bu sınıf Marksist bakış açısıyla geliştirilen yalnızca ekonomik ayrışmalara dayanarak oluşmuş bir grup değildir. Dahası belki de onlar bir grup değildir. Biz yalnızca bu tarz hareketlere katılan bireylerin ortak paydalarından yararlanarak bir sınıflandırma

girişimine girmiş bulunmaktayız. . Bu toplulukta bulunan bireylerin kendi bakış açıları, yaşam biçimleri, eylemsel yönelimleri kendine özgüdür. Dolayısıyla herhangi bir sınıf bilincinden bahsetmek pek mümkün değildir, ancak bu bireysel görünen pratiklerin topluluk dinamiği ile kesişerek bir *ritüel* olarak kolektif bilinç geliştirmeye yönelik biçimlerinde söz etmek mümkündür.

Bunun yanı sıra Mirza'ya göre yeni dini hareketlerin temsilcileri kendi açtıkları sınırların (ki bunlar sekülerleşme çizgileri ya da toplumsal konumları olabilir) dışına taşmadan bir dönüşüm stratejisi geliştirdiklerini dile getirmektedir (Mirza, 2018). Yeni dini hareketlere mensup olan grupların çoğu küçük gruplar halinde kalma eğilimindedir. Dolayısıyla bu küçük grupların kendi dinamikleri eklektik biçimde sürekli olarak yeniden üretmeleri nedeniyle çok uzun ömürlü olmadığı düşünülmektedir. Küçük ve yayılma biçimi içerisinde olmamaları yeni dini hareketlere katılan bireylerin daha marjinal biçimde yaşamlarını sürdürme eğiliminde olduğunu göstermektedir. Bir önceki bölümde ayrıntılı olarak tartışılan seküler ve sözde rasyonel dünya görüşünün içerisinde böyle bir oluşumu görmek alternatif bir dünya görüşü ve yaşam biçimi olarak geliştiğini düşündürmektedir (Turan & Sancar, 2014, s. 9).

Yeni dini hareketler literatürünün yoğun tartışmalarının yanı sıra bu çalışma kapsamında kullanılacak olan “din” terimine de yakından bir bakmak gerekliliği doğmuştur. Din kavramı bu çalışma özelinde yalnızca geleneksel kurumsal dinlere yönelik bir kapsamın ötesindedir. Öyle ki dinden kasıt daha genel anlamıyla tüm kutsalın ya da kutsala atfedilmeyenin, ruhi biçimde oluşumunun alt metinlerini takip eden bir şemsiye kavram olarak değerlendirilmiştir. Şemsiyenin altında din denince ilk akla gelen bazı tanımlamaların yanı sıra, geleneksel ve kutsalın taşıdığı pek çok nitelikte birlikte dışarıdan çok sıradan görünen, bireysel bir inanç tanımlaması da sığmaktadır. Böylelikle yalnızca kitaplar, peygamberler ve bazı temel kuralları neticesiyle kurumsallaşmış din görünümünü aşan bir ilahi söylemler dizini olarak kabul edilebilir. İlahi olan yalnızca tanrısal olmakla kalmayıp, yaratıcı, tanrı, Allah, Ra' ya da enerji denilen bir yaratım figürünün bireylerin iç dünyalarında tasarruf ettiği biçimiyle değerlendirilmiştir. Dinden uzaklaşma meselesine odaklanan bazı yeni din sosyolojisi çalışmalarında spiritüel inanışlar “kadim bilgi” nin ötesinde bir şey değildir (Akman, 2019, s. 167). YDH'ler bir yönüyle insanların zihinsel ve ruhsal sağlığı ile sosyal istikrarına katkıda bulunurken; insanların yaşamlarına bazen geçici bir süreyle de olsa anlam kazandırmaktadır. Bununla

birlikte insanın en derin sorunlarına temas ederek onları körüklemektedir. Hatta insanı öz-yıkıma götüren; toplumu kaosun asıl nedeni olabilirler.

Yeni dini hareketler ortaya çıkışı pek çok farklı dinamiği barındırmaktadır. Modernleşme ve sekülerleşme süreçleri ile bireyin içinde yaşadığı kaotik durum, postmodern dönem veya akışkan modern dönem saydamlığının kırılğanlıkları, dini alanda ortaya çıkan çoğulculuşmanın bireylerin manevi anlamda bir anlam krizine sürüklemiş olması gibi pek çok toplumsal dinamik etkilidir. Tüm bu toplumsal süreçler yaşanmaya devam ederken, dinin toplumsal ve bireysel manada yaşadığı anlam kargaşası “yeni” diyebileceğimiz bir arayış alanının temellerini atan bir bağlam olmuştur. Bu süreçte sekülerleşme teorileri içerisinde dinin kaçınılmaz olarak toplumsal manasını ve önemini kaybedeceğine yönelik görüşler olmakla birlikte, dinin yaşadığı bu sürecin bir biçim değişikliği olarak görüşlerde mevcuttur. Bu manada Berger gibi sosyologlar ise, dinin kamusal alandaki otoritesinin sarsılarak bireysel bir alana çekilmiş olduğu varsayımını yürütmüştür. Luckman ve Wilson’un da desteklediği biçimiyle dinin geleneksel toplumsal bağlamından başka bir zemin içindeki görünümü bireyin, geleneksel din tanımının dışarısında gelişen bir inanç sistemi geliştirdiğini göstermektedir. Berger (2003) “dini pazarın çoğulculuşması” üzerinden bahsettiği biçimiyle geleneksel dini formların zayıflamasıyla, bireylerin geleneksel dini formların anlam setleri üzerinden anlama ve yaşama deneyimi ile tatmin olmadıkları gözlenmektedir. Kendi dünyası içerisine çekilen bireyin, bu yeni dünyada kurguladığı kimlikler, aidiyet halleri, bedensel pratikler, ekonomik ve tüketim süreçleri ve cinsiyet temelli yaklaşımlarında bazı değişiklikler olmuştur. Bu değişiklikler spiritüel arayış içerisinde olan bireylerin kemdi yaşam formları üzerinden anamlanarak geliştirdikleri bir yeni norm düzeni inşa etme girişimi olarak okunabilmektedir. (Turan & Sancar, 2014, s. 9).

2.2. Spiritüalizmi Anlamak

Spiritüel arayışlar ⁸kimilerine göre kurumsal din örgütlenmelerinin(rehber bir kitap eşliğinde tanışık olduğumuz şekliyle ilahi dinler) dışında kalan; kimilerine göre onlara karşı hareketlenen, kimilerine göre; onların içerisinden türeyen ve gelişen, kimilerine göreyse; bambaşka bir perspektiften dünyaya bakmayı tahayyül eden tüm fikri

⁸ Arayış kelimesi literatürde oldukça tartışılan bir mesele olmasına karşın bizim çalışmamız açısından en uygun kullanım biçimi bu şekildedir.

açılımları içinde bulundurmaktadır (Kirman, 2000). Bireylerin değiştirme ve dönüştürme kapasitesi göz önünde tutulduğunda hareket olarak değerlendirmek de oldukça anlamlıdır (Cengiz vd., 2021). Aynı zamanda ruh ve inancı içeren her şeyi de araştırma nesnesi olarak kavramsallaştırmıştır. Başlangıcı 1950 li yıllardan itibaren özellikle Avrupa’da olgunlaşan New Age akımına kadar dayandırılmaktadır. Spiritüalizm (Türkçe çevirisiyle Ruhçuluk) Dünya literatüründe en çok New Age (yeni çağ akımları) biçimiyle karşımıza çıkmaktadır. Avrupa ve ABD’de özellikle 2. Dünya savaşı sonrası yeni bir yönelim biçimi olarak ortaya çıktığı düşünülmektedir (Kirman, 2010). Batı literatüründe özellikle Yeni Çağ Hareketleri ve yoga, meditasyon, reiki gibi kavramlar yoğunluğuyla tartışılmaktadır (Derin, 2011, s.109). Ortak kanaatler çerçevesinde dünyada yaygınlaşmasının ikinci dünya savaşının ardılı olarak görülen Yeni dini hareketler son yüzyılın temel inceleme kalemlerinden birisidir. Başlangıç noktasında pek çok farklı düşünceyi barındırsa da temel hatlarıyla, modernizm, sekülerleşme, değişen birey ve tahakküm alanları, düşünsel süreçte geçirilen değişimler; ekonomik, teknolojik gelişmeler ve ilerlemeler modern dünya insanını bireyselleşme kaderine sürüklemiştir (Kirman, 2010, s.16). Modernleşme sürecinin kendi içindeki dinamiklerinden de yoğun olarak etkilenen birey, sistemin rasyonelleşme eğiliminin dışına çıkabileceği akımlara doğru yönelmiştir.

Kirman (2010) bu bağlamda;

“...yeni dini akımların ileri düzeyde sanayileşmiş batılı toplumlarda ortaya çıkmasında en etkili faktörlerden biri de, modernleşme sürecine rengini veren “rasyonelleşme” eğilimidir. Aydınlanma döneminin akılcı felsefesinin etkisiyle ortaya çıkan, bilincin ve düşüncenin aklileştirilmesini ifade eden bu kavram büyü, doğaüstü ve dinle ilgili fikirlerin toplumda kültürel önemini yitirdiği, bilim ve pratik hesap üzerine kurulu fikirlerin egemen olduğu süreci niteler” şeklinde yorumlamıştır.

Avrupa’nın uzun zamandır tanışık olduğu bu kavramlar ve düşünsel biçimin Türkiye’ye gelişi ise 1980 ve sonrası dönemler olduğu tahmin edilmektedir (Mirza,2014, s.10) Türkiye’de hızla gelişmeye başlayan spiritüel inanış biçimleri ilk başlarda fazla önemsenmese de⁹ Türkiye literatüründe de artan biçimde yer bulmaya başlamıştır. Bu konuyu Mirza (2014,s.10) “Seksen sonrası dönemde benimsenen dışa açılma politikalarının sonucu, ekonomik ve kültürel bağlamda sınır ötesi alışverişin

⁹ Daha önceleri yoğunluk olarak kutsal inanç çalışmaları raflarda yerini bulmuştur (Kirman,2010).

hâkimiyetiyle ve kitle iletişim araçlarının kullanımının artışıyla bu eğilimlerin giderek yaygınlaşmakta olduğunu söylemek yanlış olmayacaktır.” şeklinde ele almıştır.

Tüm bu öncüllerle birlikte spiritüel arayış olarak konumlandırılan yönelimlerden bir tanesi de yoga ve meditasyon pratiği olarak karşımıza çıkmaktadır. Yoga geldiği felsefe neticesiyle, fiziksel iyiliğin, zindeliğin, beden ve ruh sağlığının yanı sıra ruhsal arayış literatürüyle ilişkili görünmektedir. Bu anlamda maneviyat kavramını tartışmaya açmak gereklidir. Maneviyat çoğu kez, kurumsal dinin dışında gelişen bireysel, içsel ve deneyimsel yönelimleri ifade etmektedir. Zinnbauer ve Pargament (1999) maneviyatı “kutsal olana kişisel ve bireysel bir yönelim” olarak tanımlamaktadır. Din ise kurumsal yapı, ritüel ve dogmalarla ilişkili sistematik bir inanç biçimi olarak düşünülmektedir (Küçükcan, 2005). Dolayısıyla maneviyat; içsel ve bireysel bir deneyim sahası olarak dinin yapısal ve dışsal yönlerinden ayrılmaktadır. Heelas ve Woodhead (2005) postmodern dönemde maneviyatın dine kıyasla yükselişte olduğunu aktarmaktadır. Bireysel deneyim, enerji, dönüşüm gibi temalarla açığa çıkan bu yönelim spiritüel arayış içerisinde olan bireyin arayışı ile benzeşmektedir. İnsanın anlam arayışı içerisinde maneviyat önemli bir noktadır. Özellikle geleneksel yapısal din anlayışının içerisinde kendini konumlandıramamış veya konumlandırmaktan imtina eden bireyler için maneviyat pek çok boşluğu doldurmaktadır. Bireylerin dindar olmadan, Tanrı ile kurdukları etkileşim, bireysel bir deneyim sahası olarak öne çıkmaktadır. Taylor (2012) modern bireyin özneleşme pratikleri içerisinde maneviyat ile kurduğu etkileşimi “otantiklik” üzerinden ifade etmiştir. Geleneksel dinleri ikame edecek biçimde Manevi arayışlar, spiritüel deneyim sahasına açılan bir kapıdır. Modern bireyin geleneksek dini yapılardan kopuşu, kendi kimliğini maneviyat sahasında spiritüel arayış dinamikleri ile doldurmaya yöneldiğinin bir göstergesidir. Heelas (2005) bu durumu özneye yönelmiş maneviyat alanı olarak tanımlamaktadır.

2.3 Tarihsel Bağlamın Kıyısından

Yeni dini hareketlerin kökleri 19. yüzyılda Batı’da ortaya çıkan spiritüalizm, okültizm, teozofi gibi hareketlere dayanmaktadır (Kirman, 1999). Genellikle geleneksel Hristiyanlığın doğmacı ve katı kurallarına bir tepki biçiminde gerçekleşen bu hareketler, Doğu mistisizminin bazı dini kavramlarında Batı’ya taşınmıştır. Yoga, meditasyon, reenkarnasyon, şifa gibi düşünce ve eylem sistemlerinin Batı’ya taşınması 1960’lar

itibariyle yeni dini hareklere yönelik yükselen bir ilgiyi doğurmuştur (Başkaya, 2006). Geleneksel pek çok norma karşı gelişen bu hareketlerin bir çoğu geleneksel din çevrelerince sakıncalı olarak değerlendirilerek, tedirginlikle karşılanmıştır. İçsel aydınlanma, evrensel barış gibi temaları merkeze alan bu düşünce sistemlerinin Batı ile kesişimi, zaman içerisinde sekretik bir yapı geliştirmiş ve daha bireysel bir düşünce ve pratik sistemine dönüşmüştür. Özellikle 1980 sonrası neoliberalizmin yükselişi ve ticarileşmenin toplumun her kesimine sirayet ettiği bir alanda, spiritüel arayış biçimleri de pastadan payını alarak kendi başına yapılan manevi bir pratiğe evrilmiştir. Spiritüel arayış dinamiklerinin bireysellik vurgusuyla bireyin vicdanına bırakılan bir felsefi sistem olması, geleneksel otoritelerden bağımsız bir inanç biçimi olarak yaşanmasına sebep olmuştur. Heelas (2008)'in adlandırdığı biçimiyle *yeni çağ maneviyatı* olarak düşünülen alana yönelik özellikle kentli, orta sınıflar tarafından yoğun bir ilgiyle karşılanmıştır. Özellikle kurumsal dinin baskıcı yapısından sıyrılan bu yeni maneviyat alanı bireylerin “inanma ihtiyacı”na yönelik önemli bir ihtiyacı gidermekle, hayatı anlamlandırma biçimini bireysel bazda, kendi dinamikleri ile yeniden inşa edilmektedir. Yeni dini hareketlerin Türkiye’deki gelişimi, diğer coğrafyalardan farklı bir tarihsel bağlama sahiptir. Özellikle din kurumunun devlet tarafından kontrol eden bir biçimde işletiliyor olması ve Türkiye’ye özgü toplumsal, siyasal ve dini bağlam bu hareketlerin ifade biçimlerini ve meşruiyet alanlarını sınırlandırmıştır (Turan ve Sancar, 2014).

Türkiye’de özellikle erken Cumhuriyet döneminde, 1924 yılında Diyanet İşleri Başkanlığı'nın kurulması ve 1925 yılında tekke ve zaviyelerin kapatılmasıyla birlikte dinin kamusal alandaki görünümü oldukça sınırlandırılmış ve devlet kontrolünde yeniden düzenlenmiştir. 1925 yılında tekke ve zaviyelerin kapatılması, tarikat olarak işlev gören yapının bastırılması tek tip bir dini yaşam biçiminin sürdürülmesini gerektirmiştir. Bu ortamda çoğulcu din anlayışları yer altında sessizce sürdürülmekle birlikte Bektaşilik, Mevlevilik gibi marjinalleşen alanların tamamen yok olmadığı görülmektedir (Günay ve Ecer, 1999). 1950-1980 yılları arasında görülen dini canlanma ile dini duygular ve yaşam tarzları görece daha görünür biçimde hareket etme fırsatı bulmuştur. Bu dönemde özellikle Nurculuk ve Süleymancılık gibi cemaatler etkili olmaya başlamış, dini söylem kamusal alanda daha görünür hale gelmiştir (Mardin, 1983). Ancak yine de bu süreç hala yeni dini hareketlerin kurumsal ve örgütlü biçimde ortaya çıkışını göstermemektedir. 1980 dönemi askeri darbesi ile toplumsal yeniden yapılanma süreci, Kültürel İslamlaşma

şeklinde tezahür eden yeni bir dini canlanmayı beraberinde getirmiştir. Bu dönemde popülerleşmiş islami söylemle ve maneviyat teması birlikte ilerleyerek alternatif arayışların emekleme adımlarına zemin hazırlamıştır. Bu dönemde Türkiye'nin küresel kültürle daha yoğun bir etkileşime girmesi, yeni düşünce sistemlerinin özellikle kentli üst sınıflar için ilgilerini cezbeden bir süreci yansıtmaktadır. Bu süreçle birlikte maneviyat zemini yeniden geleneksel islam söyleminin yanında gelişen bireysel bir manevi pratik olarak görünür olmaya başlamıştır. Kitle iletişim araçlarının yaygınlaşması ve popülerleşmesi bu süreçte gelişen yeni dinamiklerin ulaşılabilirliğini hızlandırmıştır. 2000'lü yıllarla birlikte teknolojinin gelişmesi, internetin yaşamda aktif rol almaya başlamasıyla birlikte medya önemli bir paydaş olmaya başlamıştır. Bu bağlamda dijitalleşme ve yeni medya ortamları, bireysel maneviyatın yaygınlaşmasında belirleyici bir araç haline gelmiştir (Arslan, 2020). Özellikle medya üzerinden gelişen ve yaygınlaşan spiritüel söylemler, “enerji uzmanı”, “şifa terapisti” gibi yeni mesleki grupları ortaya çıkarmıştır. Aynı zamanda yoga ve meditasyon gibi seküler görünen pratiklerin manevi bir alanda spiritüel söylemlerle ortaya çıkması alternatif bir manevi zeminin doğuşunu göstermektedir. Bu hareketler bazı kesimler tarafından içselleştirilerek bir yaşam biçimi haline dönüşürken, kapitalist üretim süreçleri ile iç içe girerek piyasalaşma biçiminde de tazahür etmiştir. Yoga stüdyoları, inziva merkezleri, şifa seansları gibi ücretli hizmetler, bireylerin manevi buluşma noktalarını oluşturmuştur. Bu tür hizmetlerin piyasalaşması, alternatif maneviyatın ticarileşme eğilimiyle ilişkilendirilmiş ve bu olgu literatürde çeşitli şekillerde ele alınmıştır (Türkmen, 2021). Aynı zamanda yeni dini hareketler, geleneksel islami çevreler tarafından zararlı, sapkın inanış biçimleri olmaktan uzaklaşmamıştır (Kirman, 2010). Bazı kesimler tarafından deistlik, ateistlik gibi dini reddeden yapılanmalar içerisinde değerlendirilirken, bu yaklaşım Türkiye'deki yeni dini hareketlere yönelik toplumsal algının biçimlenmesinde önemli bir rol oynamaktadır (Bilgin, 2011). Bireylerin yeni dini hareketler ile kurdukları ilişki, bazı temel mesafeleri doğurmuştur. Nihai olarak yeni dini hareketlerin Türkiye'deki görünümü batı yaklaşımıyla benzer olarak iyi eğitilmiş, kentli orta-üst sınıfların ilgi odağı olsa dahi, tamamıyla sekülerleşmiş değildir. Geleneksel dini yapılarla kurduğu ilişki bağlamında bireylerin yeni spiritüel inanışlara yönelik temasları değişkenlik göstermektedir.

3. Yeni Dini Hareketlerin Kesişim Noktaları

Yeni dini hareketler literatürü bireysel deneyim ve pratik alanını kapsamakla birlikte sosyolojik olarak pek çok tartışma alanıyla yakından ilişkilenebilmektedir. Bu bağlamlara kısa kısa deyinerek spiritüel arayış dinamiğini kavramak daha kolaylaşacaktır.

3.1 Kimlik

Yeni dini hareketler içerisinde değerlendirdiğimiz spiritüel arayış dinamikleri modernleşme, bireyselleşme, küreselleşme gibi toplumsal dinamiklerin ve dönüşüm süreçleri ile birlikte düşünülmelidir. Tüm bu dinamikler spiritüel arayış dinamiklerini dönüştürmüştür. Bireylerin yöneldiği alternatif manevi yapılar, onların kimliklerinin oluşum, dönüşümlerini de etkilemiştir. Özellikle Bauman'ın "akışkan modernlik" olarak adlandırdığı toplumsal yapı içerisinde bireyler "akışkan kimlikler" edinme girişimi içerisinde olmuşlardır (Bauman, 2003). Yalnızca sistemin değil, toplumsal tüm ilişkiler ağının hızlı bir akışkanlık içerisindeki değişimi, bireyin kimliği üzerindeki sabitliği de yok etmektedir. Böylece bireyin geçici olarak üstlendiği kimlikler işlevsel biçimde kullanılıp daha sonra terk edilen kalıplaşmış kimliklerden uzaklaşmıştır. Bu durum yeni dini hareketlerin bağlayıcılık arz etmeyen esnek görünümü üzerinden geçici ve kırılgan kimlik inşası sürecini doğrulamaktadır. Dolayısıyla Bauman (2003)'in bahsettiği manada akışkan kimlikler bireyin kendine ait bir kişisel anlam dünyası geliştirerek aidiyet geliştirdiğini göstermektedir. Postmodern toplumda bireyin kimliği sabit değil, akışkan bir yapıdadır. Zygmunt Bauman (2003)'in "akışkan modernlik" (liquid modernity) kuramı, bireylerin yoga gibi alternatif pratiklerle kimliklerini yeniden kurduklarını vurgular. Yoga, bu bağlamda hem bir kendini gerçekleştirme pratiği hem de bir "yaşam tarzı seçimi" olarak görülür. Özellikle New Age söylemlerle birleşen yoga uygulamaları, bireyin kendi ruhsal yolculuğuna özerk bir biçimde yön verme arzusunun yansımasıdır.

Türkiye'de özellikle kentli, iyi eğitilmiş, orta-üst sınıfa mensup bireylerin, yeni dini spiritüel inançlara doğru yönelimi, geleneksel kimliklerinden uzak duran ama bir anlamda ilişkisini tamamıyla yitirmeyen bir kimlik inşa ettiklerini göstermektedir. Bu melez kimlik, spiritüel ama dindar olmayan bir biçimle birlikte, dindar ve spiritüel kimliğini bir arada üstlenen bireylerin alana yönelik ilgilerini cezbeden bir saha

olmaktadır. Gür (2019) Türkiye özelinde bu sürecin, geleneksel dinlerden uzaklaşma değil, onunla yeni bağlar kurmak biçiminde de tezahür ettiğinden bahsetmektedir. Dolayısıyla seküler bireyin, geleneksel yapıdan kopuşu değil, başka anlam setleri ile ona eklemlenişle kişiselleşmiş bir dini tecrübe alanı olarak ortaya çıkmaktadır. (Cengiz ve Gür, 2021).

Spiritüel inanışlara yönelik ilgileri olan bireylerin geleneksel dini kurumlarla mesafesini koruyan ancak spiritüel yönelimi içselleştirerek bireysel bir anlam dünyası ve kimlik geliştirdiğini söylemek yanlış olmayacaktır. Dolayısıyla Weberyan anlamda birey, kendisini bir otorite figürü olarak benimseyerek kendi deneyim sahası üzerinden kimlik geliştirme süreçlerini inşa etmektedir. Bu Giddens'ın "refleksif benlik" olarak tanımladığı manevi deneyim ağları ve kendi hayat hikayeleri üzerinden geliştirilen biçimde anlam çerçeveleri sunmaktadır (Giddens, 2010). Bireylerin kendi kimliklerinin oluştururken tamamıyla bireysel bir yönelimle gerçekleştirdikleri kişisel alan olmakla birlikte manevi deneyim anlatıları, dijital ağlar ve ortaklaşan kolektif maneviyatlar ekseninde bir topluluk kimliğine dönüşme ihtimalini de barındırmaktadır. Goffman (2020) ve Butler (2014) 'ın kimliğin yapısına yönelik tartışmalarında, kendilik performansının oluşması, kimliğin bireysel bir ayrışma sahası olarak sunumuna işaret ederken, topluluk kimliği ile sergilenen rollerin ya da gösterinin meşrulaşması ile kolektif bir yaratım ve tüketim sahasına denk düşmektedir (Demir, 2011). Yeni dini hareketler içerisinde bireyler tarafından inşa edilen ama sonrasında ortaklaşabilen deneyimlerle geliştirilmektedir. Aynı zamanda oluşan spirütüel kimlikler neoliberal piyasa dinamikleri içerisinde tüketim nesnesi haline de dönüşmektedir. Özellikle spiritüel kimliklerle katılımcısı olunan alanların piyasanın kapital ve ekonomik süreçlerine dahil olması, spiritüel kimliklerinde alanda faaliyetini devam ettirmek üzere tüketim dinamikleri kimliğinin bir paydaşı olarak görme eğilimindedir. Bu bağlamda spiritüel bir deneyim sahasına yönelik satışa çıkan giyim, beslenme gibi fizyolojik ihtiyaca yönelik tercihlerden; eğitim, inziva, çember gibi ruhsal ihtiyaç nesnelerinin hepsi kimlik içerisinde anlamlı bir karşılık bulmaktadır. Öyle ki araştırmamız özelinde yoga pratiği yapan bir görüşmecinin yoga yapan kadın kimliğine yönelik şu söylemi dikkat çekicidir:

“Yoga yapan kadının bir görünüşü ve bir duruşu var. Ve ona göre giyinip yapıyor... Estetik ve esnek gözüküyor. Yoga yapan birini sokakta görsem tanırım, ona göre giyinir, ona göre durur.” (Görüşmeci 7, kadın, 24).

Bu bağlamda oldukça manevi bir arayış zemini içerisinde kimliğini inşa etmiş bireylerin dahi, popüler kültürel piyasa dinamikleri ile ilişki kurduğu görünmekteydi. Aşut (2018) bu süreci, piyasada spiritüellik olarak tanımlayarak, bireyin manevi kimliğini de metalaştırma eğiliminde olduğundan ya da bu eğilimle birlikte yaşamak zorunda olduğundan bahsetmektedir.

3.2 İnanç sistemleri ile İlişki

Yeni dini hareketler; ortaya çıkışı, popülerleşmesi ve orta sınıf, kentli yaşamında önemli bir hale gelmesi daha önce de tartıştığımız biçimde pek çok faktörün etkisiyle gerçekleşmiştir. Modernleşme sürecinde geleneksel otoritenin zayıflaması, bu dönemde açığa çıkan manevi ve simgesel boşluk ile geç modernleşme ya da post modernleşme döneminde bireyin karşı karşıya kaldığı anlam krizi, bu tip arayışlara eğilimindeki en başat etki olarak karşımıza çıkmaktadır (Kirman, 1999). Bu eğilimler yalnızca bireysel ve manevi bir yönelim değil, toplumsal, sınıfsal, ekonomik bir çok faktörün de süreçte aktif rol almasına ve bu arayışların eyleme dönüşmesinde etkili olmuştur. Durkheim (2014) 'ın bahsettiği biçimde, modern toplumda geleneksel kolektif bilincin azalması ile, bireyler yeni türden aidiyet arayışlarına girişmişlerdir. Bireysel temelli spiritüel pratiklere yönelmek “seküler bir din” formu üretmekle ilişkilendirilmektedir. Arayışların yeni dini olarak adlandırılabilen bu formu, bireylerin ritüeller, semboller gibi kolektif bilinç eksikliğini tamamlayacak noktalarda birleşmeler yaşadığı düşünülmektedir (Bilgin, 2011).

Bireylerin sadece bir tek dine mensup olmaları durumu günümüzde geçerliliğini yitirmekte, bu durum “din, genetik miras gibi değiştirilemeyecek bir olgu değil, artık daha ziyade bireyin dünyasını ve benliğini kurup yapılandığı sürecin ürünü” şeklinde açıklanmaktadır (Schüle, 2008, s. 51). Buna göre Berger, “Dinin, toplumun genel bütünleştiricisi olmaktan, belirli toplumsal grupların özel bütünleştiricisi olma durumuna dönüştüğünü söyleyerek mevcut toplumsal manzaranın daha iyi bir tasvirini yapmış oluruz.” demektedir (Berger, 2002, s. 150-151). Din ve manevi öğretiler; önerdikleri rutinlerin (namaz, cami, kilise ve gidiş ritüelleri, yoga asanaları, meditasyon vs.) de katkısıyla süreklilik hissinin tesisi ile ontolojik güvenliğe katkıda bulunmaktadır.

Ülkemizde yayımlanan GEO Dergisi'nin Aralık 2008 sayısı "İnsan Neden İnanır?" kapak konusu ile maneviyata ayrılmıştır. Derginin Editörü Melih Kalfa'nın "Maneviyatın Yükselişi" konusunda yazdıkları günümüzdeki durumu oldukça tam bir şekilde resmetmektedir (Kalfa, 2008).

"Geçtiğimiz yüzyılda pek çok sosyolog, modern toplumlarda inancın gitgide zayıflayacağı, siyasi ve kültürel ağırlığının zamanla kaybolacağı tezini savunuyordu. Bugün çevremize baktığımızda, bunun doğru olmadığını görmek için uzman olmak gerekmiyor. Tersine, 30-40 yıl öncesine kıyasla çok daha inanç yoğun bir dünyada yaşıyoruz. Latin Amerika'da, Kuzey ve Güney Kore'de, Çin'de Hristiyanların, başta Asya olmak üzere dünyanın pek çok ülkesinde Müslümanların sayısı hızla artıyor. Batılı, laik toplumlarda durum farklı değil. Büyük dinlerin çatısı altına girmeyenler, neredeyse köşe başlarında sunulan bir Uzakdoğu öğretisi yorumunu hayatına katarak tinsel bir boşluğu doldurmaya çalışıyor. Geniş kesimlerden insanlar, laik, akıl merkezliliğin salık verdiği evrensel doğrulara inat, kendi başlarına 'enerjilerle' ilişki kurmanın yollarını arıyor. Boş zamanını, olağan hayatından daha esaslı şeylere dokunabileceğini vaat eden kurslarda, toplantılarda geçiriyor. Hatta din serbestisinin olduğu demokratik ülkelerde, çağın insanı farklı inanç sistemlerini ve ritüelleri harmanlayarak kendi dinî potpurisini oluşturma eğiliminde. Hem Müslüman, hem biraz Zen Budist olup şık bir Noel ayinine katılmak artık tuhaf karşılanmıyor."

Sonuç olarak modern toplumda bireyin kutsal olanla kurduğu ilişki, giderek bireysel bir nitelik kazanmış; bu durum, kişinin manevi anlamda daha fazla yalnızlaşmasına yol açmıştır. Durkheim'ın ritüel ve kolektif bilinç üzerine çalışmaları, dinsel pratiklerin yalnızca metafizik değil, aynı zamanda toplumsal dayanışmayı pekiştiren işlevsel bir boyut taşıdığını göstermektedir (Durkheim, 1912). Toplu ibadetler ve ortak dini ritüeller, bireylerin yalnızlık hissini hafifletmenin ötesinde, toplumsal düzenin sürdürülebilirliğini sağlayan ortak anlam çerçeveleri sunar. Weber ise modernleşmenin etkisiyle dinin toplumsal rolünde meydana gelen dönüşüme dikkat çeker; ona göre birey, kutsal olana daha kişisel ve içsel bir düzlemde yönelmeye başlamıştır (Weber, 1922). Giddens'ın "ontolojik güvenlik" kavramı bağlamında değerlendirildiğinde ise, dinsel ritüellerin bireye belirsizlik karşısında bir tür istikrar ve güvenlik hissi sağladığı söylenebilir (Giddens, 1991). Bu ritüeller, yalnızca bir inanç ifadesi değil, aynı zamanda bireyin dünyayı anlamlandırma çabasına eşlik eden düzenleyici yapılardır.

3.3 Beden

Yeni dini hareketler ve onların cereyanında yaygınlaşan spiritüel arayış pratikleri yalnızca inanç sistemlerine yönelik ilişkileri değil bireylerin kendisi, bedeni ve kimliği ile de kurmuş olduğu ilişkileri yeniden düzenleyen deneyimler sunmaktadır (Turner, 1996). Bu yönüyle modern bireyin bedeni ile kurduğu ilişkinin düzenlenmesinde ve dönüştürülmesinde de etkili olmuştur. Beden sosyolojisi özellikle son dönemlerde yapılan dikkat çekici tartışmalarla birlikte sosyoloji literatüründe oldukça kapsamlı tartışmaları bulundurmaktadır. Bu bölümde beden sosyolojisi alanının yalnızca spiritüel arayışlar üzerinden yeniden anlamlandırılmasına yönelik nazikane bir değinmeyi içerebilmektedir. Öyle ki beden, toplumsal ya da bireysel her türlü izdüşümde anlamlı tartışmaları içermektedir. Özellikle spiritüel arayış bağlamında beden, yalnızca fiziksel bir varlık olarak değil, anlam yüklü bir maneviyatın taşıyıcı olarak ortaya çıkmaktadır. Kimlik performanslarının, manevi deneyimlerin ve anlam setlerinin performans bağlamında somutlaştığı bir zeminde yer tutmaktadır (Aşut, 2018). Özellikle bedensel deneyim temelli arayışlarda, beden ile kurulan ilişki, farklı anlam inşalarının taşıyıcısıdır.

Yoga, meditasyon, reiki gibi bedensel pratiklerle meydana gelen spiritüel deneyimlerde beden yalnızca iyileştiren değil ruhun ve maneviyatın kutsalla buluştuğu bir yapıya dönüşmektedir. Turner'e göre beden geç modern toplumların aşkın donanımlarla donatılarak sekülerleşmiş bir kutsal alan haline gelmektedir (Turner, 1996). Özellikle “çakra sistemi”, “enerji alanı”, “tanrısal özden bir parça taşıyan alan” olarak beden, kutsalı yeniden üreten merkezi bir konuma evrilmektedir (Aşut, 2018). Bedensel aktivitenin ön plana çıktığı pratiklerde, beden özellikleri ön plana çıkan bir diğer nokta olmaktadır. Fiziksel ve bedensel görünümün yansımaları, sağlık, gelişme, kusursuzluk gibi niteliklerin bedenle özdeşleşmesi, geliştirilmeye ve dönüştürülmeye açık bir beden inşasını doğurmuştur. Böylece beden, birey için yalnızca ruhunu taşıyan araçsal bir mekanizma olarak işleminin yanısıra dinginleşip, sakinleşen, düzenlenen ve farkındalıkla kontrol altında tutulan bir nesneleşmeyle karşı karşıyadır (Bordo, 2015). Bedenin yönetilmesinin farkındalıklı bir öz-disiplin pratiğine dönüşmesi, beden üzerinden kurulan tahakkümün sınırlarını belirlemiştir. Dolayısıyla birey, arzularını, düşünce ve duygularını düzenlerken, bedenini ve davranışlarını da sıkı sıkıya takip ederek düzenlediği bir ahlaki gelişim alanına dönüştürmüştür (Foucault, 2013). Dolayısıyla beden manevi bir arayış alanında ilerlemenin öncülü olarak “izlenebilir ve denetlenebilir”

bir hale gelmiştir. Bu bireysel anlamda bedeninin farkına varma mekanizmasının ön denetime dönüşerek beden üzerinde kurduğu mutlak otoritenin yansıması olarak da değerlendirilebilir (Bordo, 2015). Yeni dini hareketlerdeki bedensel performansların yalnızca spiritüel olarak değil estetik ve performatif bir unsur haline gelerek sergilendiği alanlar da mevcuttur. Bu, gündelik yaşamdaki ya da spiritüel deneyim sahasında gerçekleşebileceği gibi, dijital bir alanda da sergilenme ve denetlenme şansı bulunmaktadır. Butler (2014)'a göre tekrar eden bedensel eylemler yalnızca performans değil, kimliği inşa eden önemli bir parçadır. Bu manada bireyin kendini tanımlamak için kullandığı kimliği toplumsal bir aidiyet arenasında kendine yer bulacağı spiritüel kimliğinin inşası, bedensel deneyimin sergilenmesi ile kurulmaktadır. Sergilenme, bedenin “aydınlanma” ve “zindelik”, “esneklik”, “dengede” olan halleriyle görünürlüğün bir aracı haline de gelebilmektedir (Bayramoğlu,2013). Yani bedenin gelişimine yönelik açığa çıkan görünümünün bedenin spiritüel alanda tüketim objesine dönüşmesini savını doğrulamaktadır (Turner, 1996).

Dolayısıyla beden bireysel bir yapı olmanın ötesinde toplumsal olarak habitus örüntüsünün dinamiklerini barındırmaktadır. Yeni dini hareketlerin bedenle kurduğu temasta bedenin aldığı biçim, görünüm içinde olduğu habitusun pratiklerine uyumlu biçimde gelişmektedir (Bourdieu, 2018). Bedenin böylesine ön kabullerle dolu bir alandaki görece özgür dolanımı, bedensel sermaye ile ilişkisi açısından da önemlidir. Bedensel sermaye özellikle, arayışın bedenle sergilendiği noktalarda sembolik olarak bir sermayeyle uyumlanmaktadır. Dolayısıyla özellikle yoga gibi alanlarda “esnek ve fit olmak” gibi maddesel bir noktanın sermayesi ile “ farkında ve bilinçli olma” gibi ruhsal bir deneyim sermayesini bir arada bulunmaktadır. Kendinin farkında olan bedenin edindiği tüm nitelikler, bireyin içinde bulunduğu alan içerisinde ki statü ve kimliğini geliştiren ve yücelten bir etkiye sahip olmaktadır. Ayrıca bedensel sermayenin niteliği içinde bulunduğu toplumsal deneyim sahasındaki görünüme göre değerlendirilmektedir.

Beden deneyimi toplumsal cinsiyet kalıpları ile iç içe geçmiş biçimde yaşanmaktadır. Özellikle yoğunluklu katılımının kadınlar tarafından olduğu bilinen spiritüel arayışlar yönelimlerinde kadın ve erkek cinsiyetinin arayışa yönelik dinamikleri anlama ve eyleme de önemli bir fark yattığı söylenebilir. Özellikle ataerkil sistemle devam eden düzende kadınlar, metalaşmış beden görünümüne aşmaya yönelik bir karşı duruş gerektirirken alan içerisinde yeniden üretilen bedensel formlara dahil olmaktan

kaçınmamışlardır. Bireylerin beden kurgularına yönelik gösterdiği dirençle birlikte, geleneksel toplum savlarını aşmaya yönelik önemli bir mücadele içerisinde oldukları görülmektedir. Butler (2024) bu manada toplumsal cinsiyetin de bir performans nesnesi olarak üretildiğinden bahsetmektedir. Spiritüel alanda özellikle yoga, reiki, meditasyon gibi bedensel pratiklerde yine kadınların ön plana çıkması, bedeni yeniden anlamlandırma girişimi olarak görülmektedir. Bu görüntü “duygusal emek” ile “bedensel özerklik” arasında gerilim yaratmaktadır. Duygusal emek Arlie Hochschild (Hochschild, 2008) tarafından geliştirilen ve özellikle bireylerin iş ortamlarında duygularını işinin bir parçası olarak görme, sunma ve kontrol etme mekanizmaları ile iç içe geçtiğinden bahsetmektedir. Dolayısıyla spiritüel bir bireyin gündelik yaşantıda, kendini zinde tutma, bedensel olarak enerjik ve aktif olma deneyiminin ile “iyi hissetme” halini yansıttığının bireylere bedensel ve ruhsal manada duygusal emekleri ile iç içe geçen bir eylem kurma zorunluluğu getirmektedir. Diğer taraftan bedensel özerklik, spiritüel dönüşümlerle birlikte bireyin kendi bedeni üzerinden tahakkümleri dışarıda bırakarak, sınırlarını kendisinin çizdiği bir özgürlük alanına geçişi anlatmaktadır. Beden sınırlarının fark edilmesi ve yeniden düzenlenmesi ile bireyin özneleşmesi arasında kuvvetli bir bağ kurulmaktadır (Foucault, 2003).

Özellikle bedensel pratiklerin duygular ile iç içe geçerek sergilenişi, bedenin özerkleşme ve özgürce eyleme motivasyonunun sıkıştığı bir alana denk düşmektedir. Böylece birey bedenin toplumsal yaşamda bir sahne sunuşu esnasında benliğinin taşıyıcısı olarak bedenini performe etmekte ve böylelikle eylemektedir (Goffman, 2020). Bireyin, bedeninin alanıyla uyumlu biçimde bir gösteri şeklindeki sunuşu, sosyokültürel bir uyumlanma aracı olarak bedenin kullanılmasının en önemli göstergesidir.

Başka bir açıdan beden sosyolojisi içerisinde “bedenselleşme” kavramı dikkat çekmektedir. Bireyin deneyimlerinin anlaşılması ve kavranmasında yalnızca zihinsel değil bedensel bir içselleştirme olduğunu savunan Csordas (1994) ’a göre, yeni dini hareketler içerisinde beden, ruhsal deneyimin mekanıdır. Dolayısıyla beden dünyayı algılama da bir bilgi nesnesi olarak işlev görmektedir.

3.4. Ekonomi ve Tüketim

Yeni dini hareketler özellikle modernliğin çözüldüğü geç modern toplumlarda bireysel kimlik arayışı, manevi boşlukların doldurulması, aidiyet hissinin yeniden üretilmesi gibi pek çok konuda toplumsal ihtiyaçlara yanıt vermiştir (Berger ve

Luckmann, 2015). Bu hareketler, bireyin geleneksel dini yapılar dışında, daha esnek, bireyselleşmiş ve öznel bir manevi deneyim yaşamasını olanaklı kılarken; aynı zamanda neoliberal ekonomik yapıyla eklemlenerek ticarileşmeye açık bir alan yaratmaktadır (Heelas ve Woodhead, 2005).

YDH' ler temel amaç olarak içsel huzurun ve dengenin korunmasına hizmet ederken, aynı anda yeni bir yaşam tarzının da filizlenmesini sağlamaktadır. Yeni yaşam tarzları pek çok manada spiritüel hareketlere özgü biçimlerde açıklanan ve onun yaşam stiline uygun biçimde düşünme, eyleme ve tutum sergileme ile bir araya gelmektedir. Özellikle neo-liberal toplum düzeni içerisinde daha çoğunlukla var olan bu tip hareketler ekonomik süreçlerle yakından ilişkilidir. Özellikle Doğu menşeli olarak Batı'ya yayılmış hareketlerin felsefesi ve olmasını öngördüğü yaşam biçimi kapitalist toplum düzeninde sağlanması mümkün olmayan bir hali ile karşı karşıya gelmiştir. Mistik ve manevi arayışın arayüzü, öylesine sınıfsal ve tahakküm kuran bir kapitalist sistem karşısında mecburi bir dönüşüm ve yeniden düzenlenmeye yönelmiştir. Özellikle modern kentli yaşamına entegre olmuş bu tip arayışların, yaşam ve tüketim biçimleri içerisinde anlam kazanma çabası, kimileri için onu içkin olduğu manevi bağlamından koparıırken, bazıları için, bireyin anlam dünyasını içinde yaşadığı dünya içerisinde yeniden üretmesine sebep olmuştur (Akıncı, 2019). Aynı zamanda spiritüel arayış ve pratikler, içsel bir dönüşüm aracı olma misyonunu korumakla birlikte, piyasa içerisinde dolaşıma giren “ürünler” haline gelmekten kaçamamıştır. Bu bağlamda spiritüel yaşam pratikleri, tüketim toplumunun dinamikleriyle iç içe geçerek “yaşam tarzı olarak maneviyat” biçiminde yeniden üretilmektedir.

Özellikle bedensel faaliyet olarak açığa çıkan arayışlar, (Reiki, meditasyon vb.) belirli bir alanda icra edilme ihtiyacını karşılamak için merkezler üreten bir sistemi gerektirmiştir. Böylelikle arayışlar deneyim temelli tüketim kültürü ile birleşerek kendi koşullarını yeniden üretmişlerdir (Yıldız, 2023, s.85). Bu çerçevede spiritüel pratiklerin “satın alınabilir” biçimde dolaşıma girmesi ile semboller yüklü tüketim nesnelerini üretmektedir. Özellikle spiritüel takı, tütsü, taş gibi materyallerin sembolleri ile anlam kazanarak tüketilmesi, spiritüel alanın metalaşması üzerinden de okunabilmektedir (Featherstone, 2005). Tütsüler, taşlar, yoga giysileri, çakra bileklikleri gibi nesneler yalnızca sembolik anlamlar taşımakla kalmayıp; aynı zamanda ait olunan sosyal sınıfı,

yaşam tarzını ve kültürel zevki dışavurmaktadır. Böylece maneviyat, sadece bireysel bir ihtiyaç değil; sınıfsal bir pozisyon almanın da aracı haline gelmektedir.

Yeni dini hareketlerin bireyselleşmiş yapısı, onu kurumsal, geleneksel dinlerin pazarından uzaklaştırarak, kendine ait bir tüketim biçimi oluşturmaya imkan vermektedir. Öyle ki ekonomik sermaye biçimi olarak karşımıza çıkan bu tip dinamiklerin bireylerin kimliği ve ayırt edici sınıfsal konumu ile yakından ilişkisi bulunmaktadır. Bireylerin spiritüel pratiklere yönelirken hareket ettikleri sosyal konum ve tüketimleri bir statü göstergesi olarak da okunabilmektedir. Özellikle bazı eğilimlerin yalnızca yaşam biçimi olarak değil, “aydınlanmış ve farkındalıklı bir yaşam biçimi” olarak kodlanması, spiritüel pratiklerin kendilerinin kültürel ve ekonomik sermayeye dönüşümünün göstergesidir (Bourdieu, 2017). Bu bağlamda bu tip arayışlara yalnızca materyallerin dönüştüğünü söylemek yanılgı olacaktır. Anthony Giddens (1991)’in “geç modernlikte benliğin dönüşümü” tezi, bireylerin sürekli olarak kimliklerini yeniden inşa etme çabalarını vurgulamaktadır. Spiritüel pratikler bu çabanın bir parçası iken; aynı zamanda bireyin yaşam öyküsünü anlamlandırmasına ve anlatmasına hizmet eden bir araç haline gelmektedir.

Adorno ve Horkheimer “kültür endüstrisi” kavramı ile günümüzde yeni dini hareketler olarak adlandırılan içsel ve manevi öğretilerin kitlelere arz edilen bir “inanç endüstrisi” olarak kavramsallaştırmıştır (Köse, 2002, s. 135). Dolayısıyla spiritüel pratiklere yönelmenin ve onları deneyimlemenin kendisi bir marka gibi sunulurken prestij kazanmak, gösteri kültürünün bir parçası olmak ve etkilemek gibi alanlara da hizmet eden bir metaya dönüşmektedir (Debord, 1967).

Bununla da kalmayıp, bireylerin kendi yaşam yolculuklarını tarif etmelerine imkan sağlayan ve bu topluluklara yönelik aidiyet duygularını geliştiren simgesel kodları taşıma imkanı vermiştir. Pratikler, yalnızca içsel dönüşüm mekanizmaları değil; aynı zamanda sınıfsal aidiyetin ve ekonomik ayrıcalığın göstergesi haline gelmiştir (Harvey, 2019). Spiritüel pratiklere yönelik ürünlerin tercih edilmesi ve tüketilmesi Veblen’in “ayrıcalıklı sınıf” tüketimi kavramıyla yakından ilişkilidir. Thorstein Veblen (1899)’in ortaya koyduğu “ayrımcı tüketim” (conspicuous consumption) ve “ayrıcalıklı sınıf” (leisure class) kavramlarıyla doğrudan ilişkilidir. Veblen (1899)’e göre üst sınıflar, yalnızca ihtiyaç temelli değil, sosyal statülerini görünür kılacak biçimde tüketime yönelmektedirler. Bu türden tüketim, maddi gerekliliklerden ziyade, toplum içinde prestij

ve statü göstergesi olarak işlev görmektedir. Bu çerçevede, spiritüel ürünlerin ve hizmetlerin tüketimi de bireyin sadece içsel bir doyum arayışı değil, aynı zamanda dışsal bir kimlik inşası ve sınıfsal konumlanma stratejisi haline gelmektedir. Dolayısıyla bireyin kendine yaptığı bir yatırım aracı olarak sınıfsal bir konum işgal etmektedir. Bir gruba ait olma, bu grubun normlarına yönelik hareket etme ihtiyacı, ontolojik güvenlik erozyonunda bir kimlik koruma stratejisi gibi değerlendirilebileceği gibi, risk toplumlarında ayakta kalmak ve kendisini sürekli geliştirerek koruma altına alma biçiminde işlev görebilmektedir (Illouz, 2007).

Neoliberal kapitalist toplumlarda birey, yalnızca ekonomik değil aynı zamanda psikolojik ve spiritüel düzeyde de kendi “projesi” haline gelmiştir (Rosa, 2021). Birey, kendi üzerinde sürekli çalışması, kendini geliştirmesi ve dönüştürmesi gereken bir varlık olarak sunulmakta; bu durum spiritüel gelişimi bir tür "benlik yatırımı"na dönüştürmektedir (Foucault, 2013). Bu bağlamda, spiritüel gelişim ideali, başarı ve yeterlilikle özdeşleştirilmiş; yetersizlik ise kişisel çaba eksikliği gibi sunulmaktadır. Bireyin sürekli kendini dönüştürmeye zorlandığı bir pazar mantığı oluşturmuştur. Bir şeyin başarmaması ile kendini yeterince geliştirememesi arasında kurulan özdeşlik bağ, kendini geliştirmeye yönelik ihtiyacın da, pazar olarak ihtiyaç nesnesi haline gelmesini sağlamıştır. Kadın çemberleri, inziva kampları, yoga stüdyoları, astrolojik harita yorumlamaları gibi ruhsal inanç pazarına yönelik geliştirme stratejilerinin kapitalist düzen içerisinde para karşılığında sağlanabilmesi, bireyin içinde bulunduğu sınıfsal merkezi ön plana çıkarmaktadır. Bu ruhsal merkezler, herkes için cazip bir alan değildir (Türkmen, 2021, s. 102). Özellikle kendi farkındalığına, gelişmesine, duygusal ve fiziksel ilerlemeye yönelik bu ihtiyacın oluşabilmesi öncelikli olarak bunu ihtiyaç olarak gören sınıfsal bir topluluğu oluşturmaktadır. Öyle ki gündelik yaşam, maddi kaygılar içerisinde olan alt sınıf bilinci, tüm düşünme ve eyleme motivasyonunu hayatta kalma mücadelesi olarak idame ettirmektedir. Dolayısıyla küresel kapitalist kültürde karşılığı olan bu tip eğilimlerin gündelik yaşamın maddi kaygılarından bir adım kadar uzakta konumlandığı söylenebilir.

4. Yeni Dini Hareketler Bağlamında Modern Dünyada Cemaatleşme ve Kolektif Deneyim Dinamikleri

Toplumların zaman içinde geçirdiği değişimlerin toplumsal örgütlenme biçiminde de bir takım değişikliklere yol açtığı aşikardır. Bunu hem Durkheim'ın toplumsal dönüşüm açıklamalarında hem de Tönnies'in yazdığı "Cemaat ve Cemiyet'te" görmek mümkündür. Ferdinand Tönnies (2020) geçmişte kalan cemaati, uğruna bu mücadelelerin başlatıldığı modern bir cemiyetten ayıran şeyin tüm bireylerin ortak bir anlayışta buluşması olduğunu öne sürmüştür. Cemaatin kendi içinde oluşturduğu bu samimi alan, esasında ne anlatmak istediğini açıklamadan da anlaşılmayı imkanı kılması neticesiyle oldukça kıymetlidir. Bu beraberlik halinde bireyler içinde yaşadıkları şeyin çoğu zaman normalleştirerek kabule yatkınlardır. Tönnies bunu "örtük" terimiyle açıklarken Rosenberg bunu "sezgisel" olarak karşılamaktadır. Bu örtük kabullerin zaman içinde bir uyumlanmayla da gerçekleşebileceği düşünüldüğünde; cemaatin niteliği olarak değerlendirmenin çok çelişkili görülse dahi, Tönnies'in de ifade ettiği biçimiyle bu örtük kabuller sonradan alışlagelmiş değil bizzat cemaatin "doğası gereği" böyledir. Hatta bunu bir adım öteye taşıyarak cemaatin samimiyet ve uyumunun bu anlamda oldukça içten gelen ve yapay bir gerekliliğin dışarıda bırakması neticesiyle gerçekliğini sürdürdüğü anlaşılmalıdır. Tönnies cemaat hayatını;

"Her türlü samimi, mahrem ve bize münhasır olan müşterek hayat cemaatte hayat olarak anlaşılır. Cemiyet ise kamusal hayattır, dünyadır. İnsan, doğumundan itibaren acısıyla tatlısıyla kendi cemaati içindedir. Cemiyete ise yabancı bir yere gider gibi gidilir" olarak tanımlamaktadır(Tönnies, 2020, s.42).

Bu hayata içkin olan ve doğal olan doğal iradeyle özdeşleşmiştir. Ve hatta cemiyet hayatını bu yaşam ve anlayış biçimini karşısında duran bir kavrayış olarak "rasyonel irade" ile açıklanmaktadır. Bu duruşun Hegel'in aile ve sivil toplum karşıtlığı biçiminde geliştirdiği toplumsallaşma biçiminin geliştirilmiş bir tezahürü olduğunu söylemek yerinde olacaktır. Buradan yola çıkarak bu araştırma "cemaat" kavramının bugün anlaşıldığı biçimiyle tarikatlaşmış bir dini görünüşten ziyade bir topluluklaşma, birleşme ve kaynaşma biçimi olarak tanımlamaktadır. Böylece cemaate içkin gibi görünen dini/ilahi birleşimleri aşan ve yalnızca bu manada birleşen insanlar bütününden ziyade kendilerine "sıcak yuva" arayan her türlü birleşmenin bir cemaatleşme girişimi olabileceği tartışmasının üzerinde durmak istemektedir. Böylece esasen konuşmaktan imtina edilen bu kavramı, başka bir zeminde yeniden diriltme niyetini sürdürmektedir.

Tönnies (2020) 'in cemaat kavramına içkin olarak bahsettiği bir diğer konu ise bu tür toplaşmaların bir süreci takip ettiği şeklindedir. Dolayısıyla pek çok düşünür gibi o da toplum yaşamını canlı organizma gibi değişip dönüştüğünden bahsetmektedir. Cemaatten cemiyete geçiş sürecini de kırsaldan, kent yaşamına; komün ilişkilerden daha bireysel ve kopuk ilişkilere dönüştüğünün altını çizmektedir. Bu değişim sürecinde değişen tek şey bireylerin kurdukları ilişkinin niteliği değil aynı zamanda bu birleşmelerin amaçlılığı ve sürdürülebilirliğidir. Cemaat hayatı doğallığı ve doğası gereği samimiyeti içerdiği neticesiyle failerin anlam dünyasında güven, huzur ve ortaklığa işaret etmektedir. Cemiyet yaşamı dış dünyanın yani kamusal yaşamın araçsallaşmış bir ilişkiler zincirini taşıdığı iddasını barındırmaktadır. Ve hatta Tönnies (2020, s. 41) bu iki gerilimin sınırlarını iyice netleştirerek “*Cemaat, süregelen ve gerçek birlikte yaşamdır; cemiyet ise geçici ve görünüşte olandır. Buna göre, cemaatin kendisi canlı bir organizma, cemiyet ise mekanik bir küme ve yapay olarak anlaşılmalıdır.*” demekten kendini alıkoymamıştır. Tönnies cemaat ilişkilerinin oluşma biçimine pek çok farklılaşma olduğundan bahsetmektedir.¹⁰ Bunlardan ruh cemaati beşeriliği en yüksek cemaat türü olarak açıklanmıştır. Ruh cemaatinin ortak bir İlah’a yönelmenin biraradalığı ile oluştuğu düşünülmektedir. Tönnies cemaat oluşumunun yalnızca insanlar arasında değil tüm organik varlıklar arasında kurulduğundan söz etmektedir. Ancak sosyal olan ve olmayan hayvanlar ve insanlar kategorisiyle bir ayrışmaya gitmiştir. İnsanlar arasında kurulan cemaat ilişkilerinin birleşmesi ve dağılmasına ilişkin şu açıklamaları önemlidir.

“Her grup, bölünmesine rağmen, ayrılan parçalarda bu paraların unsuru olarak kalma, etkili olma ve etkili unsurlarda kendini gösterme eğilimi ve imkanına sahiptir. Eğer bu sebeple merkezden değişik yönlere giden çizgiler olarak bir gelişim şeması düşünürsek, burada merkezin kendisi, bütünün briliğidir. Ve bu bütünün irade olarak görülmesi ölçüsünde, bu irade bütünden ayrılan her parçada açıkça mevcut olmalıdır” (Tönnies,2020, s.64).

Tönnies'in cemiyet teorisi bir arada yaşayan ama bağımlı olmayan insanların oluşturduğu bir topluluk olarak düşünülmüştür. “İnsanlar, cemaatte onları ayıran her şeye rağmen bağlı kalırlarken, cemiyette onları bağlayan her şeye rağmen ayrı kalırlar” (Tönnies, 2020,s. 81). Böylesi bir görüntüde günümüzde ve hatta yeni dini hareketler içerisinde kurulmuş olabileceğine inandığımız cemaatleşme dinamiğine içkin olan irade,

¹⁰ Tönnies'in cemaat kavramsallaştırması tek bir cemaat türünden bahsetmemektedir. Ona göre hem oluşum şekilleri hem de biraraya gelme motivasyonları neticesiyle pek çok farklılık vardır. Kan cemaati, mekan cemaati, akrabalık, komşuluk cemaati, arkadaşlık cemaati bunlardan bazılarıdır(a.g.e 53)

bireysel tercih ve ayrılmaların sonrasında dahi korunmaya açıktır. YDH'lerin temsilcilerinin içinde oldukları konsensusun belli temsil biçimleri olduğunu bunu tek başlarında olduklarında dahi sergilemeye devam ettikleri söylenebilir. Yoga özelinde dengede kalma ve farkında olma deneyimi bireyler için yalnızca yoga yapma anında başlayan ve o anın sonrasında dağılan bir tutum olmayıp bizzat bilinçli biçimde tercih edilen bir özelliğe dönüşmektedir. Bauman (2017) cemaat üzerine yaptığı tanımlamalarda içinde olmayı arzu edeceğimiz biçimiyle dünyadaki cenneti yarattığına işaret etmektedir. Bu alana kaçış öncelikle güvenli olmayan bir dünyadan daha güvenli, özgür sıcak bir alanın varlığına denk düşmektedir. Bunu tanımlarken yalnızlığın sancılı duygularından sıyrılarak bir ortaklığa girişmenin (ve bu birçok manada duygudaşlıkla da örtüşür) oldukça huzur verici olduğunu anımsatmaktadır. Bildiğimiz anlamda bir dini cemaatten farklı olarak bireylerin bazı yönlerden hem güvenli hem de kendi içinde oldukça özgür bu ortaklığa girişmesinin çok pek nedeni olabilir. Foucault (2013)'nın kavramsallaştırdığı manada modern yaşam bireyinin hapsediği modern bir hapishaneye benzeyen kent yaşamı, gözetimlerle çevrili bu algı süreçlerinin boğuculuğu, bireyselleşmenin bir başka formu olarak cemaatleşmeye kapı aralıyor olabilir. Tüm bunların yanında Bauman (2017) cemaatin tüm bu özgürlükleri sağlama alanının aynı zamanda benzer duygu ve eylemleri gerektirdiğini de açıklamaktadır. Burada sahip olunan bu sıcak güvenli yuvanın devamlılığı için pencerelerin sürekli kapalı tutulmasının gerekliliğinden de bahsederken bu sürecin cemaati zaman içinde havasız bir ortama sürükleyeceğinin altını çizmektedir. Peki ya bu güvenli yuvada camları açmak mümkün olsaydı cemaatin sınırları ve güvenliğinin tehdit edeceğine yönelik kesin bir ifadeyi doğru kabul etmek yanılgı mı sayılabilir? YDH'ler bazı ortaklıkların belli sınırlar içinde yaşaması ön görüşüyle cemaatlere göz kırparken, ortam sıcaklığını kaybetmemek adına camlarını sıkı sıkıya kapatmamaktadır. Bireyselleşmenin ve toplumsal tüm kabullerin özgürlük alanında sonsuz bir döngüye itham ederken cemaatleşme olasılığını üzerinde düşünülmelidir. “Cemaat”, doğal ve örtük türden bir ortak anlayış anlamına geldiği için, anlayış içine kapanık, ayyuka çıkmış ve gürültülü bir hale geldiği an artık ayakta kalamayacaktır. Cemaatin doğallığı ve bu “sıcak yuva” metaforuyla ilişkisi ve sürdürülebilirliği “aynılık” formu üzerinden değerlendirilmektedir (Bauman, 2017). Aynı duyguları paylaşmak, aynı sebeplerle bu ortaklığa girişmek ve devam etmek bu doğal cemiyetin sessiz bir kabulü olarak görülmektedir. Aynılaşmak fikrinin cemaatle olan içkin bağı şu tarafta dururken enformasyon çağının yoğun bilgi akışı sürecinde ince yahut

kalın olsun dışarı ve içerisi arasında bir çizgi çekmek mümkün olmamış ve olmayacaktır. Dolayısıyla cemaat tipi topluluklaşmaya büyük bir darbe indirecek bu aktarım, içeriğin doğallaşı, sınırların netliğine ilişkin tartışmaları bir anda yerle bir etmektedir.

Robert Redfield'tan aktaran Bauman (2017) gerçek bir cemaatte içeride olanlar ve dışarıda kalanlara yönelik net bir ayrım olduğundan bahsetmektedir. Bu şekliyle “biz” ve “onların” sıkı sıkıya ayırt edildiği bir düzlem tanımlanmıştır. Böylesi bir düzlemin beyaz ve siyahın net biçimde tanımladığı dolayısıyla ortada kalan griye yönelik kabulünün de tartışmalı olduğu görülmektedir. Yeni dini hareketlerin bu manada cemaatleşme sürecini bu gri alanı da kapsadığı bağlamda farklılıklar barındırdığını söylemek yerinde olacaktır. Öyle ki araştırma özelinde de yoga cemaatinin net biçimde ayrılmamış “biz” ve “öteki” söyleminin aşmaya çalıştığı aşikârdır. Ve hatta yoga kelime anlamıyla “birliklilik” ve “birleştirmek olarak ifade edilmektedir. Bu anlamda Yeni dini hareketler ve spiritüel pratikler, bireylerin güvenlik anlam inşasında sığınak görevini üstlenebilmektedir. Yoga, meditasyon, şifacılık gibi pratikler içerisinde kendini yeniden keşfetme deneyimiyle zihinsel ve bedensel dengesini bulan birey için bu tip yönelimler “ yeni cemaatler” içerisinde aidiyet geliştirdikleri ve güvenlik erozyonunun içerisinde yön bulabildikleri bir alanı mümkün kılmaktadır (Arslan, 2019).

Michel Maffesoli, “neo- kabilecilik” kavramı ile cemaatleşmenin kıyısında dolanan bir bireyselleşme ve topluluklaşma biçimini savunmaktadır (Çelik, 2020). Bireyler, estetik deneyimler, ritüeller ve ortak duygular geliştirerek deneyimledikleri alanda “duyusal bir cemaat” kurma eğilimindedirler. Bu cemaatleşme biçimi, bireylerin yalnızlık duygusunu hafifleterek, bireysel arayışların kolektif bir deneyim sahasında yaşanmasını mümkün kılmaktadır. Aynı zamanda bu kolektif deneyim sahası ritüelistik pratiklerin bir arada deneyimlenmesi üzerinden *kolektif bilinci tetikleyen* toplumsal bir deneyim alanıdır (Durkheim, 2014) .

Bir başka bakış açısından Bauman kimliği cemaatin bir vekili gibi görmektedir. Ve bu yeni toplumsallaşma biçimleri içerisinde kimliğin yeri yadsınamayacak kadar kıymetli görünmektedir. Jock Young Hobsbawm cemaat çöktüğü anda kimliğin icat edildiğinden bahsetmektedir (Bauman, 2017, s. 21).

Bunun yanında 21. Yy dünya düzeninde içerisinde güvenle sığınmanın mümkün olduğu cemaat rejiminin mümkün olmayışı, özelleşen tüm süreçlerle beraber kimliği doğasına ters düşecek biçimde yeniden ele almayı zorunlu hale getirmiştir. Cemaat ve kimlik bu manada benzer bir duygudaşlık sisteminin içerisinde ki samimi duraklar gibi görünmektedir. Ancak Tönnies'in tartıştığı bağlamda bu yeni toplumsallığın doğallığı ve iradesi yaklaşık bir asır önce tartışılacak birliktelik halinden çok başka bir şeye tekabül etmektedir. Bauman bu süreci tartışırken;

“ ... çelişki şudur ki, bir nebze olsun emniyet hissi vermesi ve dolayısıyla iyileştirici veya acıyı hafifletici bir rol oynaması için kimlik, kaynağına ters düşmelidir. Sadece bir vekil olmayı inkar etmelidir, yerine geçmeye geldiği, kendinden hiçbir farkı olmayan bir cemaatin bir hayaletinin icat etmesi gerekir. Kimlik, cemaatlerin mezarlığında filizlenir fakat ölünün diriliş vaadi sayesinde gelişir.” (Bauman Z. , 2017, s.22)

Yoga yapanların kendi içlerinde benimsedikleri ve taşımaktan memnuniyet duydukları bir gruba ait olma kimliğinin belirlenmesi süreci cemaat ve kimlik süreçlerinin tezahürü olarak görülebilmektedir.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

3.1 Yöntem ve Teknikler

Tarihin her döneminde insanlar bilgiye ulaşmanın başka biçimlerini kullanmışlardır. İlk çağlarda akıl yürütme ile erişilen bir düşünsel sistem hakimken, zamanla bilmenin biçim ve yöntemlerinde değişiklikler olmuştur. Bilgiye ulaşmada kullanılan sistematik yollarla verilerin toplanması ile olgular ve olaylar açıklanmaya başlamıştır. Günümüzde ise bunun pek çok aracı olduğu bilinse de sosyal bilimlerde yaygın olan iki temel yaklaşım bulunmaktadır (Neuman, 2020). Bunlar verilerin toplanması, analizi ve yorumlanma aşamalarını ciddi farklılıklar bulunan nitel ve nicel yaklaşımdır. Bu yöntemlere ek olarak son dönemlerde nitel ve nicel yöntemlerin bir arada kullanıldığı karma yaklaşımların geliştirildiği de görülmektedir. Temel iki yaklaşımda araştırmacının duruşu, veri toplama araçları, verilerin analiz biçimleri, kuram ve verinin bağımlı ve bağımsızlığı, kilit faktörlerin rolü gibi pek çok açıdan farklılaşmaktadır. Nicel araştırmalar daha çok pozitivist paradigma ile özdeşleşirken verilerin sayısal biçimde sunumunu gerçekleştirebilmektedir. Böylelikle araştırma gözlemlenebilir, ölçülebilir ilişkilerle ortaya konmaktadır. Nitel yaklaşım ise genellikle nasıl sorusuna cevaplar toplayarak araştırmayı daha yorumlayıcı, kavramacı ve esnek bir yöne evirmektedir (Neuman, 2020).

Bu araştırma mevcut fenomeni, fenomenlerin arasındaki ilişkiyi, neden sonuç ilişkileri başta olmak üzere içten bir kavrama girişiminde olduğundan nitel bir araştırma yolu tercih edilmiştir. Araştırma bulgularının sayısal verilerle analiz edilmesinin mümkün olmayacağı, bireysel tutum ve pratiklerin, yönelimlerin ayrıntılı açıklanmasındaki önem, araştırmanın derinlemesine görüşmelerle birlikte sunulması gerekliliğini ön plana çıkarmıştır. Bu bağlamda demografik değişkenlerin toplanması ve derinlemesine görüşmeler yapılarak; görüşmecilerin yoga pratiğine ilişkin yönelimleri ve bunları arayış süreci içerisinde görüp görmedikleri ya da yogaya spiritüel bir bakış açısı atfederek yaşamlarının bir parçası haline getirme deneyimleri ancak derinlemesine görüşmeler sırasında elde edilecek bulgular yorumlanarak açıklanabilmektedir. Bu nedenle hermeneutik perspektiften yararlanılarak temellendirilmiş kuram veya gömülü teori şeklinde Türkçe'ye çevirilmiş *Grounded Teory* yöntemi kullanılmıştır. Pozitivist geleneğe bağlı olan araştırmalarda amaç var olan verileri test etmek ve geçerliliği

üzerinden yeni değerlendirmeler yapmak iken, Temellendirilmiş Kuram yeni teoriler geliştirebilmek açısından oldukça kıymetlidir. Özellikle sosyolojik çalışmalarda sıklıkla kullanılmaya başlayan nitel yöntemlerin “soyutluk” tartışmasına bir alternatif olarak türemiş olan bu atılım; verilerin içerisinde gömülü olan teoriyi geliştirmek, yapılandırmak ve sosyolojik araştırmayı pozitivist yorumun karşısında daha mutlak temellerle yeniden düşünmeye olanak sağlamak açısından kıymetli bir zemine oturmaktadır (Çelik ve Ekşi, 2015). Gömülü Teori ya da bir diğer ismi ile Temellendirilmiş Kuram, kavramlar arasındaki ilişkilerin dikkate alınmasını, verilere gömülü halde olan olgunun keşfedilmesini ve keşfedilen olguya ait kuramın oluşturulmasını içeren bir yaklaşımdır (Glaser ve Strauss, 1967).

Kuram 1967 yılında Glaser ve Strauss tarafından ortaya konulmuştur. Teori gerek veri toplama, gerekse analiz aşamaları itibarıyla bazı farklılıklar içermektedir. Öncelikle tüme varımsal bir yöntemle verilerin toplanması ve analizi söz konusudur. Gömülü teoride amaç; anlaşılması ve açıklanması güç bir olgunun verilerden hareketle neden sonuç ilişkileriyle ortaya koymak ve ilişkisel değerlendirmeler neticesinde verilerin içerisinde örtük olarak bulunan “gerçek/anlaşılacak isteneni” ortaya koymaktır. Ortaya konulan bu yeni teori, daha önce hiç konuşulmamış, çalışılmamış ve kozasından yeni çıkmış bir bilgiye işaret etmez. Öyle ki bu yeni teori mevcut araştırma verilerinin birazdan ayrıntılı biçimde anlatacağımız biçimiyle kodlanması, kategorilerin oluşturulması ve bu kategorilerden yeni teorilerin sentezlenmesi açısından yenidir. Böylece bu araştırmada olduğu gibi Gömülü Teori araştırmalarını biricik kılacak olan tartışmasız verilerin öznelliğidir.

Temellendirilmiş Kuram’da araştırma verileri mevcut ön bilginin geçerliliğini test etmek üzerine değil, ulaşılan yeni verilerin birbiri ile karşılaştırmalı olarak ilerlemesi ile etkileşimsel olarak açıklanmasını hedeflemektedir. Bu kuram esasında araştırma içerisinde beklenmedik karşılaşmaları da beraberinde getirebilir (Neuman, 2020, s. 308). Öyle ki bu yeni keşifler, başlangıçta hesaplanan araştırma sorusunun bambaşka bir yerden düşünülmesine olanak tanınması neticesiyle oldukça heyecan vericidir. Araştırmamız özelinde sahada karşılaşılan pek çok durum, katılımcı gözlemlerde karşılaşılan olaylar, beklenmedik ve oldukça ilginç bulunan cevaplar bunların birer parçasıdır. Araştırma bulguları değerlendirilirken bu heyecan verici deneyimler ve karşılaşmalar göz ardına atılmadan ancak direk olarak paylaşılmadan sunulmuştur. Özellikle sahadan elde edilen

verilerin çok yoğun ve dikkat çekici özellikte olması, katılımcı gözlem ve alan notlarının tartışılmasına mahal bırakmadan konuyu ayrıntılı inceleme imkanı vermiştir. Böylelikle araştırmacının saha notları ve katılımcı gözlem değerlendirmeleri, bir başka çalışma kapsamının değerlendirilmek üzere beklemededir.

Bu yaklaşım biçiminde veri toplama ve analiz süreci eş zamanlı olarak devam etmektedir. Bilimsel bilginin açığa çıkarılmasında tek bir teori etrafından şekillenmeden olay ve olgunun kendi bağlamında ele alınarak, aktif bir özne olarak araştırmacının incelemeleri ve yorumlamaları üzerine kurulu olan temellendirilmiş kuram, sahayı kendi zemininden anlamak için oldukça etkili olmuştur. Böylelikle Nitel araştırmaların doğasından bildiğimiz itibariyle araştırmacı, araştırmayı öylelikle dışarıdan izleyen değil, bizzat parçası olarak sunmaktadır. En çarpıcı farklılık ise araştırma verilerinin toplanmasına ilişkindir. Öyle ki temellendirilmiş kuramı diğer nitel araştırma yöntemlerinden ayıran en çarpıcı nokta bu sayılabilir. Araştırma sürecinde verilerin toplanmasıyla başlayan veri analiz süreci sürekli olarak devam etmektedir. Analiz edilen veriler yeni araştırmaları öncelerken, yeni görüşmeler de araştırma problemi üzerine tekrar düşünme imkanı yaratmaktadır (Strauss ve Corbin, 1994). Bu dinamik sistem ortaya konması planlanan yeni teorinin oluşum zeminini de kendi içinde barındırmaktadır. Böylelikle tümevarımsal yöntemin kaldırım taşları adım adım örülmüş olarak karşımıza çıkmaktadır.

Gömülü teori yöntemi içerisinde bazı tartışmalar bulunmaktadır. Veri toplama aşamalarında araştırmacının duruşu, verilerin analiz sürecine ilişkin bir takım farklı bakış açıları bulunmaktadır. Bu tartışmalardan biri veri toplama aşamasına geçen araştırmacının literatüre ve mevcut araştırma sorusunu önceleyen literatür tartışmalarının ön bilgilerinin var olup, olmayacağına ilişkin tartışmadır. Mevcut tartışmaların evveliyatına bakıldığında kuramın kurucularından olan Strauss ve Glaser'in başka geleneklerin bakış açılarından bir araya gelmiş olması göze çarpmaktadır. Kuramın geliştiği dönem bağlamından hareketle bakıldığında 1960'ların ortalarında gelişen sosyolojik çevrelerdeki nitel araştırma yöntemlerine duyulan sempatinin ardından nicel yöntemlere ilişkin uygulamaların ikincil plana düştüğü görülmektedir. Pozitivist paradigmanın bilgi anlayışının nesnelliği, genelliği sorgulanmaya başlamasıyla birlikte bu boşluğu hızlıca doldurabilecek olan nitel yöntemlerin esnekliği ile karşı karşıya gelmiştir. Ancak nitel araştırmaların nesnelliğine ilişkin tartışmalar da süregitmektedir

(Charmaz, 2015). Bu noktada ayrıntılı biçimde şekillendirilmiş Gömülü Teori, başlangıçta bambaşka bakış açılarına sahip iki araştırmacının bir araya gelmelerinin bu sonucu olarak ortaya çıkmıştır. Glaser'in yakın durduğu pozitivist yaklaşım ile Strauss'un yorumlayıcı yaklaşımının bir araya gelmesi kuramın şekillenmesinde kesişmiştir. Glaser araştırmanın başlangıcında araştırmayı bireysel yargılardan sıyırmak amacıyla ön yargılardan uzak ve boş bir zihinle başlamayı savunurken; Strauss araştırmaya yönelik ön sayıltıların gerekliliğini vurgulamaktadır (Strauss ve Corbin, 1994). Ayrıca yöneltilecek araştırma sorularının tarafsızlığı ve yapılandırılmasına ilişkin de farklı çizgilerde durdukları görülmektedir. En önemli ayrılıklardan birinin de araştırmacının teoriyi saptamasına ilişkin görüşleri olduğu görülmektedir. Strauss'a göre teori, araştırmacı ya da gözlemci tarafından yorumlanarak sunulması gerekliliği taşırken; Glaser teorisinin veride gizli olduğu ve böylece yalnızca kullanılan kodlama, kategorize etme teknikleriyle ortaya çıkarılması gerekliliğinden bahsetmektedir.

Ancak tüm bu ayrılmalar göz ardı edilmeden Charmaz'ın geliştirdiği İnşacı Temellendirilmiş kuram sistemi, kendi içerisinde oldukça tutarlı ve işlevsel bir anlayış geliştirilmiştir. Böylece Charmaz'ın da katkılarıyla Gömülü Teori uygulamasının tamamlayıcı bileşenleri üzerinden bir araştırma kurgulanmıştır (Charmaz, 2015, s. 6).

Bu çalışma gömülü teorisinin farklı seçeneklerinden tek birine sıkışıp kalmadan karma bir yorumla gerçekleştirilmiştir. Bu bağlamda Straus ve Corbin'in örtük verilerin keşfi yaklaşımından yola çıkılmış ve sonrasında araştırmanın işleyişi itibarıyla Charmaz'ın insanların deneyimlerine ve yorumlarını dikkate alarak geliştirdiği inşacı teorik çerçeve oluşturma yaklaşımına kayılmıştır. Bu anlamda teorisinin çerçevesini oluşturabilmek adına veri toplama ve veri analizi ve buna bağlı gelişecek olan teori üretim süreci eş zamanlı olarak sürdürülmüştür.

Araştırmada derinlemesine görüşme ve katılımcı gözlem teknikleri kullanılmıştır. Harvey (2020)'e göre derinlemesine görüşmelerde yaygın olarak kullanılan üç farklı yöntemsel yaklaşım vardır. Bunlar Pozitivist yaklaşımlar, Fenomolojik yaklaşımlar ve Eleştirel yaklaşımlardır (Harvey, 2020). Araştırma kapsamında derinlemesine görüşmelerin fenomenolojik yaklaşımı bağlamında “anlama ve yorumlama” özelliği ön planda tutulmaktadır. Böylece araştırma kapsamında görüşmecilerin yaşam deneyimleri, algıları, kendi dünyalarını yorumlama ve anlatma biçimlerine ulaşmak çalışmanın

esasidir. Bu araştırma özelinde bireylerin yaşamında, yoganın taşıdığı anlam ve yoga ile özdeşleşen tüm eylemlerin ve düşüncelerin analizi gerçekleştirilmek istenmiştir.

Bu araştırmanın yürütülmesinde, araştırmacının konuya yönelik kişisel ilgisi ve yaşam deneyimi önemli bir rol oynamıştır. Sporcu geçmişine sahip bir birey olarak, bedensel disiplin ve farkındalıkla şekillenen sportif pratiklere duyduğum ilgi zamanla yoga pratiğine yönelmiş; bu alanla kurduğum ilişki hem teorik hem de pratik düzlemde derinleşmiştir. Yıllardır yoga yapan yakın çevremdeki bireylerin deneyimleri, onların yaşamlarındaki değişim ve dönüşüm süreçlerine tanıklığım, bu çalışmanın araştırma sorularının oluşumuna ve saha sürecine katkı sağlamıştır.

Profesyonel düzeyde yoga yapmamış olsam da, amatör seviyede yoga pratikleriyle kurduğum temas ve bu alandaki gözlemlerim, katılımcılarla kurduğum ilişkilerde güven ortamının oluşmasına ve görüşmelerin daha derinlikli bir şekilde ilerlemesine olanak tanımıştır. Bu bağlamda, Bourdieu'nün sosyolojik düşünömsellik anlayışına paralel biçimde, araştırmacı olarak konumumun, habitusumun ve bilgi üretim sürecindeki etkimin farkında olarak süreci yürötmeye özen gösterdim. Bourdieu(2024), araştırmacının kendi toplumsal kökeni, bilişsel çerçevesi ve konumuyla hesaplaşmadan nesnel bilgi üretilemeyeceğini vurgulamıştır. Bu nedenle araştırma süreci boyunca yalnızca verilerle değil, aynı zamanda bu verilerin nasıl üretildiğiyle de eleştirel bir ilişki kurmaya çalıştım. Düşünömsellik, burada hem metodolojik bir etik ilke hem de araştırma sürecine yön veren epistemolojik bir farkındalık biçimi olarak benimsenmiştir.

Verilerin toplanması ve yorumlanması aşamasında, özdeşlik kurma hâlinin avantajlarını farkında olarak kullandım; ancak bu sürecin araştırma nesnelliğini zedelememesi adına etik ilkeler doğrultusunda dikkatli bir tutum benimsemeye gayret ettim. Böylece, araştırmacının yalnızca bir gözlemci değil; aynı zamanda bilgi üretim sürecinin parçası olan konumuna dair açık bir farkındalıkla hareket edildi.

Tüm bu süreçte bir araştırmacı olarak tavrımı ve etik duruşumu bozmadan ilerlemeye büyük bir gayret sarf ettim. Nitel araştırmalarda güvenilirlik, verilerin tutarlılığı ve araştırmacının şeffaflığı ile yakından ilişkilidir. Bu çalışmada hem verilerin toplandığı bağlamın hem de araştırmacının öznel konumunun açıkça ortaya konması, çalışmanın güven duyulabilirliğini artırmayı hedeflemiştir. Ayrıca verilerin yorumlanmasında katılımcı anlatılarının bütönlüğüne sadık kalınması ve kuramsal

çerçeveyle ilişkilendirilmesi, nitel araştırma standartlarına uygunluk açısından önem arz etmektedir.

Görüşmecilere yöneltilen soruların yanıtlarının önceden kestirilebilir olmayışı araştırmanın özneliliği açısından dikkat çekicidir. Zaller (1992)’a göre de gelecek yanıtlar birbirinde farklılaşmaları noktasında tutarsız görünseler dahi belli bir inanç sisteminin parçaları olması nedeniyle oldukça sistemli görünmektedir. Böylece görüşmeciler hayatlarına ilişkin sorular karşısından “paketlenmiş” cevaplar vermekten ziyade kendi inanç sistemleri bağlamında oldukça sentez bir aktarımda bulunmuşlardır. Böylelikle görüşme verilerinin birbirleriyle çeliştiğini düşündüğümüz noktalarda dahi görüşmecinin bunu yorumlama ve kendi hayatında konumlandığı nokta gözden kaçırılmamalıdır. Görüşme esnasındaki tutum ve davranışların hangi bilginin “sahici” olduğuna ilişkin yorumlama imkanı vermesi de oldukça önemlidir. Araştırma kapsamında tüm görüşmelerin yüz yüze gerçekleştirilmiş olması, verilen cevaplardaki tutumların, el, kol, yüz ifadelerinin birlikte değerlendirilmesi ve araştırma notlarıyla birlikte düşünülmesi toplanan verilerin altında yatan en yakın anlama ulaşma imkanı vermiştir. Görüşmecilere yönlendirilen açık uçlu sorulardan alınan cevaplar, görüşme başlangıcındaki izne tabi biçimde ses kaydına alınıp, daha sonra araştırmacı tarafından deşifre edilerek yazı formatına aktarılmıştır. Yapılan 24 görüşmeden yalnızca bir görüşme, görüşmecinin izni bulunmadığından notlar alınarak takip edilmiş ve araştırma verilerine dahil edilmiştir. Deşifre edilen veriler, Strauss ve Corbin (1994)’in kodlama yöntemi ve Saldana (2009)’nın kodlama rehberi esas alınarak kodlanmıştır. Pek çok kodlama seçeneklerinden biri olan “İn vivo” kodlama biçimi tercih edilmiştir. “İn vivo” kodlama verilerin kendi içerisinden türetilen kavramlarla bir kodlama girişiminde bulunulmasıdır. İlişkisel biçimde devam eden ve tekrar tekrar okunan yazılı verilerin ortaklıkları çerçevesinde oluşturulan kodlar, hangi bağlamda kullanıldıklarına ilişkin ilişkilendirmeler yapılarak kategorize edilmiş ve kategorilerin alt metinleri dikkate alınarak temalandırma süreci gerçekleştirilmiştir. Oluşturulan temalar araştırma verilerinin içerisinde türetilerek geliştirilmiş olduğu için hazırda bekletilmiş bir teoriyle mevcut durumu açıklamak yerine araştırmanın kendi dinamiği içerisinde üretilmiştir. Creswell (2017)’in aktardığı biçimiyle verilerin içerisinde gömülü halde bulunan verilerin ortaya çıkışı gerçekte örtüşmesi açısından mevcut olguyu daha derinlemesine açıklama imkanı sunmasının yanı sıra bireylere karşı duyarlı olması ve süreçteki tüm karmaşaları yansıtabilmesi açısından oldukça verimlidir. Böylece kendi yaşamlarının kahramanı olan görüşmecilerin

yaşamlarındaki detaylar, açıklamalar, tutum ve davranışlar göz ardı edilmeden tüm gerçekliğiyle araştırmaya dahil edilmiştir.

Bu noktada akla yatmayan veya eksik kaldığı düşünülen tüm noktalar tekrar gözden geçirilerek, mevcut temaların içerisinde konumlandırılmaya çalışılmıştır. Mülakatlar nitel araştırmaların doğası gereği görüşmecinin kendini en rahat hissettiği alanlarda ev, ofis, iş yeri, kafe, yoga merkezi gibi farklı mekanlarda gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın veri toplama aşamasında yarı yapılandırılmış görüşmeci formu ile 22 adet derinlemesine mülakat üzerinden gerçekleştirilmiştir. Veri toplama aşamasında katılımcıların kadın/erkek sayısının eşitlenmesi çalışmanın amaçları arasında görünmediğinden kartopu tekniği ile ulaşılan görüşmecilerin yalnızca en az 6 aydır aktif olarak yoga yapıyor olması şartı aranmıştır. Bu araştırma deseni neticesiyle tek bir pratiğe ilgi duyan bireyleri konu alması ve derinlemesine görüşmeler, alan notları, katılımcı gözlemler neticesinde açığa çıkacak bulguları karşılaştırmalı biçimde yorumlamayı amaçlamaktadır. Farklı zamanlarda, farklı mekanlarda yapılacak görüşmeler, incelemelerle daha geniş perspektif sunmayı amaçlamaktadır. Araştırmanın örnekleminde araştırma katılımcılarına ulaşabilmek adına tek bir pratik üzerine odaklanılacağından, yoga pratiği ile ilgilenmeden spiritüel arayış içerisinde olan bireyler ilk fırsatta araştırma konusunun içine dahil edilmemiştir. Ancak zaman içerisinde yapılan görüşmecilerin çoğunun tek bir pratikle ilgilenmediği ve başka pratikleri de yaşamlarının önemli bir parçası haline getirdikleri gözden kaçmamıştır. Araştırma; ilerleyişinde aynı görüşmeciler ile farklı zamanlarda görüşmeler yapılmadığından boylamsal özelliğini taşımayan kesitsel bir çalışma örneğidir. İlerleyen zamanlarda araştırmayı zenginleştirebilecek biçimde aynı kişilerin dönüşümlerine yönelik bir çalışma gerçekleştirme umudumuz bakidir.

3.2 Amaç

Araştırmanın amacı, Türkiye’de spiritüel yönelimlere ilişkin inceleme içerisinde yoganın mevcut arayışın neresinde olduğunu ortaya koymaktır. Aktif yoga yapan bireylerin ve eğitmenlerin yogayla tanışma ve devam etme motivasyonlarının neler olduğu bu bağlamda yaşamlarında etkin bir dönüşümün yaşanıp yaşanmadığı ve nihayetinde yeni dini hareketler içerisinde yogayı nerede görmemiz gerektiğine ilişkin bulguları yorumlamayı amaçlamaktadır. Yoga yapan bireylerde geleneksel dinlere ilişkin

tutumların gelişimi ve dönüşümünün yanı sıra bunu spiritüel hareketler alan yazınının hangi bölümüne dahil edebileceğimiz sorusuna yanıt aranmak istenmektedir.

Türkiye özelinde yoganın tarihsel gelişimi, siyaset ve iktidar ilişkileri ağında yogaya ilişkin söylem ve tartışmaların eksenini oluşturularak yoga yapan bireylerin bu tartışmalarla ilgili düşünceleri, katılımları incelenmek istenmektedir. Aynı zamanda bireylerin yoga ile temas ettikleri noktada oluşan yeni dinamikler, kimlik, aidiyet ve tüketim gibi ilişkilerin çeşitlenmesi yoga yapma pratiğinin yaşam içerisinde karşılaştığı anlam dünyasını ortaya koymayı amaçlamaktadır.

Bu araştırmanın alt başlıklarında yanıt aranan sorular şunlardır:

- Yoga ile ilgilenen kişilerin yaş, cinsiyet, gelir düzeyi, eğitim durumu gibi demografik değişkenlerde anlamlı bir farklılaşma görülüyor mu?
- Yoga yapan bireylerin¹¹ yogayı anlamlandırmalarında fiziksel iyi oluş özelliklerinin ötesinde bir yönelim var mı (ruhsal bir yönelim)?
- Yoga ile ilgilenen bireylerin yoga felsefesine ilişkin tutumları nasıl?
- Yoga ile ilgilenen bireylerin ruhsal iyi oluş ve yoga ilişkisine yönelik tutumları nasıl?
- Yoga yapma pratiğine ilişkin gelişen sosyal çevre, bireylerin sosyal yaşamlarına ilişkin tutum geliştirme ve seçimlerin de etkisi dolayısıyla topluluk kimliğine yönelen bir süreci kapsıyor mu?
- Yoga yapma deneyiminin karşılaştığı toplumsal yargılar, bireyin anlam dünyasını oluşturmada ne denli bir etkileşim sağlıyor?
- Yoga yapan bireylerin bu sürece dahil olma, devam etme, içselleştirme yönelimlerinde etkin olan ekonomik, kültürel, toplumsal öncüller nelerdir?

¹¹ Yoga yapan bireyler, bu araştırma kapsamında aktif ve düzenli olarak pratiğini devam ettiren kişileri kapsamaktadır.

- Yoga yapan bireylerin spiritüel arayışlara yönelik eylem, düşünce ve tutumları nasıl?
- Yoga yapan bireylerde yaşam tarzı, inanış, eylemsel düzeyde farklılaşmanın önce ve sonrasına yönelik dönüşümsel yapısı anlamlı bir çıkarım sağlıyor mu?
- Yoga yapan bireylerde inanış, ibadet ve dinle olan ilişkinin incelenmesi
- Yoga yapan bireylerin geleneksel (kurumsal) dinlere ilişkin tutumları, söylemleri, düşünceleri nelerdir?
- Yoga yapan bireyler içinde yaşadığı toplumsal dinamikler, yoga ile kurduğu ilişkiyi anlamak açısından nasıl bir etki sağlıyor?

3.2 Önem

Çalışmanın amaç bölümünde, genel hatlarıyla araştırmanın yanıt aradığı sorular belirli alt başlıklar altında sunulmuştur. Araştırma, Türkiye'deki spiritüel arayışlar literatürü çerçevesinde yoganın bir arayış biçimi olup olmadığını sorgulamaktadır. Eğer yoga bir arayış olarak değerlendirilebilecekse, bu niteliğin hangi toplumsal, bireysel ya da kültürel gerekçelere dayandırılabilceği sorusu ön plana çıkmaktadır. Bu bağlamda çalışma, yoga pratiğinin bireyler için nasıl bir anlam taşıdığına, ne tür ihtiyaçlara karşılık geldiğine ve hangi motivasyonlarla benimsendiğine dair çeşitli nitel veriler sunarak, hem literatüre katkı sağlamak hem de spiritüel arayış olgusunun Türkiye bağlamındaki yansımalarına ışık tutmayı hedeflemektedir.

Bu zamana kadar yoga literatürüne ilişkin incelemelerde yogayı bir fenomen olarak ele alma ya da mekânsal, zamansal ve örnek olaylar üzerinden incelemelere tabi tutulduğu görülmektedir. Yoga pratiğiyle ilgilenen bireylerin farklı özellikleri üzerinden ekonomik, toplumsal, kültürel biçimlerde ilişkilendirilerek çalışmalar yapılmıştır. Bu araştırma yoga ile ilgilenme deneyiminin kendisini bir fenomen olarak ele alıp, sahanın kendi kavram setleri üzerinden açıklama girişiminde olması dolayısıyla önem arz etmektedir. Mevcut verilerin işlenmesi 4 önemli tema özelinde incelenmesi yoga deneyiminin ekonomik, toplumsal, manevi ve inanç eğilimleri noktasında değerlendirme imkanı vermiştir.

Ayrıca spiritüel arayışlar konusunu ele alan pek çok farklı pratik ve yönelim bulunmaktadır. Bu çalışma arayışı, yalnızca yoga pratikleriyle ilgilenen bireylerin etkileşimleri ve tutumları üzerinden okumayı amaçlamaktadır. Bunun en büyük sebebi kent nüfusu içerisinde hızla yayılan yoga pratiğinin daha büyük bir çevrede yankı bulmasıdır. Yoganın kent yaşamındaki yeri daha çok kişiye, daha hızlı biçimde yayılmasını kolaylaştırmıştır (Erdoğan, 2015). Ayrıca daha önce yapılan çalışmalarda görülen o ki; kent nüfusu içerisinde bireysel arayışlara eğilimi olan kişilerin öyle ya da böyle bir şekilde ilk etkileşimlerinin kolay ulaşılabilir olması neticesiyle yoga ile olduğu düşünülmektedir (Cengiz vd., 2021). Spor faaliyeti ve bireysel dengelenme, iç huzur arayışı ve inanç bağlantılarındaki çözülmenin tamirinde yoga pek çok katılımcının ilk durağı olmuştur (Köyüstü ve Kınık, 2021). Bu anlamda yoga pratiğinin takipçileri, modern dönem yaşantısında farklı yönelimleri olduğu tahmin edilen özel bir gruptur. Özellikle orta sınıf, kentli ve eğitilmiş bir sosyal çevreye hitap eden yoganın manevi bir arayış pratiğiyle, fiziksel bir spor çalışması arasındaki gerilimi, onu bu literatür içerisinde özel kılmaktadır. Öyle ki dini ve spiritüel bağlamda tartışmaya açılacak felsefi anlatısının yanında, sağlık uygulamalarında artan biçimde yoğunlukla uygulanmaya başlayan alternatif bir sağlık alanına hitap etmektedir. Bu anlamda yoganın sağlık uygulamaları içerisinde de yoğun şekilde incelenmeye tabi tutulduğu görülmektedir. Literatür taraması sonucunda, yoganın spiritüel yönüne odaklanan çalışmaların sayıca sınırlı olduğu gözlemlenmiştir. Bu eksiklik, araştırmanın yönünü belirlerken yalnızca demografik verilerle sınırlı kalmayan, aynı zamanda yoga yapan bireylerin inanç sistemleri ve tutumlarını da içeren çok katmanlı bir analiz ihtiyacını ortaya koymuştur. Bu çerçevede, yoga pratiğine yönelme sürecinde bireylerin içinde bulundukları sosyo-ekonomik koşullar, sahip oldukları kültürel ve dinsel inançlar ile karşılaştıkları iktidar biçimleri ve toplumsal dönüşüm süreçlerinin etkisi dikkate alınarak, bu yönelimin altında yatan motivasyonların bir spiritüel arayış kapsamında değerlendirilip değerlendirilemeyeceği sorgulanmaktadır.

Araştırmanın bir diğer önemli yönü ise, cinsiyet temelli farkların ve inançlara yönelik tutumların yoga pratiğine etkisinin çeşitli yönleriyle incelenmesidir. Literatürde de görüldüğü üzere, bireylerin spiritüel pratiklere yöneliminde toplumsal cinsiyet rolleri ve bireysel inanç yapılarına ilişkin tutumlar belirleyici bir rol oynamaktadır. Dolayısıyla bu çalışmanın, hem Türkiye bağlamında spiritüel arayış pratiklerine dair yeni bir bakış

açısı kazandırması hem de yoga pratiğini sosyolojik bir bağlamda derinlemesine ele alması açısından alan yazına özgün bir katkı sunması hedeflenmektedir. Aynı zamanda çalışma içerisinde pek çok farklı teori ve teorisyenin görüşlerine yer verilmesi, araştırmanın tek boyutlu bir analize sıkışmadan konuyu geniş bir yelpazede sunma fırsatı vermiştir. Bu çok boyutlu inceleme alanı, yoganın bireylerin yaşantılarındaki iç dinamiğide çatışan ve birleşen noktaları ortaya sermesi açısından oldukça kıymetlidir.

3.4 Kapsam/ Sınırlılıklar

Araştırma Eskişehir özelinde en az 6 aydır aktif olarak yoga ile ilgilenen bireyleri kapsamaktadır. Bu nedenle 6 aydan daha kısa süredir yoga pratiği ve felsefesiyle ilgilenen bireyler araştırma kapsamında dahil edilmemiştir. Elbette bireylerin yaşamları içerisinde yoga ile kurduğu ilişkiler lineer biçimde devam etmemiştir. Kopukluklar, yeniden başlangıçlar ve bırakmalarla ilerleyen kesintili ilişki biçimleri olduğu da görülmüştür. Ancak ön koşul olan 6 aylık süre zarfı esas alınmıştır. Araştırma kapsamında yalnızca Eskişehir’de yaşayan görüşmecilerle görüşmeler yapılmış, dolayısıyla örneklem yalnızca Eskişehir yaşam standartları, yoga imkanları ve mekan sınırlarını kapsamaktadır. Yogaya ilgi duyan bireylerin çoğunluğunun “kadın” ağırlıklı olması araştırma örneklemi de etkilemiştir. Bu anlamda 22 görüşmeciden yalnızca 8 i erkektir. Görüşmelerin daha çok dış alanlarda (cafeler, kahveciler) gerçekleştirilmiş olması, gürültü ve uğultu nedeniyle ses kayıtlarında bazı kopukluklara sebep olmuştur. Verilerin deşifresinde bu kopukluklar bağlama en uygun biçimde düzeltilmiş veya “anlaşılmadı” şeklinde sunulmuştur. Araştırma mülakatları gerçekleştirilmeden önce alana yönelik temel kavramlar anlaşılmaya çalışılmış böylece sorular görüşmecilerin yakınlık hissedeceği biçimde revize edilmeye çalışılmıştır. Kurulan bu organik bağın görüşmelerin daha samimi ve içtenlikle ilerlemesine büyük katkı sağladığı söylenebilir. Ancak alana yönelik bilgi evreninin çok geniş olması, görüşmecilerin kullandığı dili anlamaya yönelik yeni bir araştırma yapılmasını gerekli kılmıştır. Bu çalışmada görüşmeci seçiminde kartopu örnekleme tekniğinin tercih edilmesi, çalışmanın kapsayıcılığını artırmak açısından önemli bir avantaj sağlamıştır. Söz konusu yöntem, farklı toplumsal arka planlara, yaş, cinsiyet, meslek ve yaşam tarzı gibi değişkenlere sahip bireylerin araştırmaya dahil edilmesine olanak tanımıştır. Böylece, yoga pratiğiyle kurulan bireysel ilişkiler, tekil bir perspektife indirgenmeden, çeşitlilik arz eden deneyim alanları üzerinden tartışmaya açılabilmiştir.

Farklı alanlardan gelen katılımcıların çalışmaya dahil edilmesi, yogaya yönelik yaklaşımların yalnızca spiritüel ya da bedensel bir pratik olarak değil, aynı zamanda kültürel, psikolojik, politik ve sosyolojik yönleriyle de değerlendirilmesine imkân tanımıştır. Bu durum, yoga pratiğinin bireyler üzerindeki çok yönlü etkilerini açığa çıkarmış ve de araştırmanın eleştirel ve çoğulcu bir çerçevede yürütülmesini sağlamıştır.



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR VE TARTIŞMA

Bu bölümde saha araştırmasından elde edilen tüm verilerin literatür ile ilişkili biçimde tartışmasına yer verilmiştir. Oluşturulan temaların tartışmasına geçmeden önce araştırma dahilindeki görüşmecilerin demografik değişkenleri üzerinden bilgiler sunulmuştur.

Katılımcıların Cinsiyeti

Tablo 4.1

Katılımcıların Cinsiyeti

Cinsiyet	Sayı
Kadın	14
Erkek	8

Araştırma sahasında görüşme yapılan kişilerin seçiminde kartopu tekniği kullanıldığından niyet edilmiş bir cinsiyete göre görüşmeci seçimi yapılmamıştır. Ancak gerek alanda aktif olarak gördüğümüz cinsiyet dağılımının eşit olmayışı, gerekse görüşmeyi kabul eden görüşmecilerin cinsiyetlerindeki farklılaşma oldukça belirgin olmuştur. Bu nedenle yapılan 22 adet görüşmenin 14'ü kendini kadın olarak tanımlayan katılımcılardan oluşurken; 8'i kendisini erkek olarak tanımlamıştır. Sahada cinsiyetini tanımlamak istemeyen yahut farklı şekilde tanımlayan herhangi bir katılımcı ile karşılaşılmamıştır. Elbette bu görüntü yogayı tercih eden popülasyon içerisindeki küçük bir azınlığı oluşturduğundan genellenmesi mümkün değildir. Yoga yapan ve kendini heteroseksüel bir cinsiyet kimliğinin dışında tanımlayan pek çok bireyle karşılaşmak mümkündür. Yoga yapan bireylerin çoğunluk olarak kadın popülasyonunu oluşturması yoganın toplumsal cinsiyet bağlamında değerlendirilen **3. Yoga ve Yargılar** içerisinde **3.2 Cinsiyet yargıları** kategorisi altında tartışmaya açılmıştır.

Katılımcıların Yaş Değişkeni

Türkiye’de yoga yapan bireylerin demografik özelliklerinin birbirine oldukça benzediği görülmektedir. Genellikle 25-50 yaş aralığında, üniversite mezunu, çalışan ve orta-üst gelir grubuna mensup kadın bireylerin yoga ile ilgilendiği anlaşılmaktadır. Bu durum, hem önceki araştırma bulgularıyla hem de bu tez çalışmasının saha verileriyle örtüşmektedir. Araştırma katılımcıları yaşları en küçük 24, en büyük 48 yaş olmak üzere genellikle 30’lu yaşları barındırmaktadır. Yaş değişkeni, bireylerin yaşam pratiklerini ve anlam dünyalarını şekillendirmede önemli bir unsur olarak karşımıza çıkmaktadır. Ancak yaşın tek başına ele alınması yetersiz kalmakta, bu değişkenin bireyin ekonomik konumu ve kendini ait hissettiği toplumsal sınıfla birlikte değerlendirilmesi gerekmektedir. Özellikle yüksek eğitim düzeyine sahip, belirli bir mesleki yeterliliğe ulaşmış ve bu doğrultuda orta sınıf değerlerini içselleştirmiş bireylerde, yoga gibi pratiklerin anlamı farklılaşmaktadır. Bu bağlamda yoga, yalnızca bedensel ya da ruhsal bir aktivite değil, aynı zamanda geç kapitalist toplumlarda ortaya çıkan ve Sennet(1992)’in tanımlaması ile "orta sınıf bunalımı" olarak tanımlanabilecek bir arayışın ifadesi olarak değerlendirilebilir. Bu bireyler, genellikle toplumsal olarak kabul gören birçok başarıyı (eğitim, kariyer, ekonomik güvence) elde etmiş olmalarına rağmen, modern yaşamın getirdiği zihinsel ve duygusal yüklerle baş etme ihtiyacı duymaktadırlar. Dolayısıyla yoga, bu bireyler için yalnızca bir rahatlama aracı değil, aynı zamanda anlam arayışının bir parçası, bireysel kimlik inşasının bir uzantısı ve gündelik hayatın yabancılaştırıcı etkilerinden sıyrılma çabasının bir dışavurumu olarak işlev görmektedir (Giddens,1991).

Spiritüel arayışlar literatüründe yoga, çoğunlukla nihai bir amaçtan ziyade, bireylerin manevi anlamda dönüşüm ya da doyum arayışlarında kullandıkları bir araç olarak konumlandırılmaktadır (Heelas, 2008). Bu çerçevede yoga, bireyin spiritüel yolculuğunda bir durak, zihinsel ve bedensel bütünlüğe ulaşma sürecinde kullanılan bir yöntem olarak değerlendirilmektedir. Ancak bu araştırmanın verileri, literatürdeki genel kabullerin ötesine geçen bir durumu işaret etmektedir. Görüşmelerde, bazı katılımcılar için yoga yalnızca bir geçiş pratiği değil, aynı zamanda ulaşılmış bir hedef, tamamlanmış bir arayışın son noktası olarak tanımlanmaktadır. Bu bağlamda yoga, kişisel dönüşümün nihai biçimi olarak sahiplenilmekte ve bireyin yaşamında merkezi bir yer edinmektedir.

Bu anlatıların arka planında, özellikle kentli, eğitimli ve kültürel sermayesi yüksek orta sınıf mensuplarının deneyimleri dikkat çekmektedir. Bourdieu'nün kavramsallaştırdığı kültürel sermaye ve habitus bağlamında değerlendirildiğinde, bu sınıfsal konum yoga pratiğinin sadece bireysel değil, aynı zamanda sembolik bir değer taşımasına neden olmaktadır (Bourdieu, 1984). Araştırma kapsamında görüşülen katılımcıların büyük çoğunluğu, maddi ve mesleki açıdan görece güvenceli bir konumda bulunmakta, bu da onların yogayı bir “arayış”tan çok “ulaşılmış bir yaşam biçimi” olarak tanımlamalarına zemin hazırlamaktadır. Tüm bu tartışmaların yanında bu araştırma verilerinde de öne çıkan orta sınıflar üzerine birkaç değerlendirme yapmak yerinde olacaktır.

Orta sınıflar tarihsel olarak çelişkili bir konuma sahiptir. Üst sınıflar tarafından baskı görmesi bir tarafa aşağıdan da tercih edilen bir konumdadırlar. Bu nedende çekingen ve temkinli davranma eğiliminde olmaktadır. Böylece kendilerini korumak için ne üst sınıflar gibi devlet gibi kurumları etkileyebilecek güce sahiplerdir ne de alt sınıfların sığındığı güçlü kollektif bağlara sahiplerdir(Sennet,1992). Böylece “kendine dönme”, bireysel olana yönelme gibi girişimlerin bu sınıf bağlamında ortaya çıkması tesadüf değildir. Orta sınıflar toplumsal ya da siyasal düzene karşı doğrudan bir karşı duruş sergilemektense, “sistemi protesto etmek” yerine “sistemi terk etmek” eğilimi gösterirler. Bu terk ediş, çoğu zaman kamusal alandan çekilme, özel yaşama yönelme ya da dikkatlerini kültür, sanat, kişisel gelişim gibi daha bireysel alanlara kaydırma şeklinde ortaya çıkmaktadır (Bourdieu, 2015). Yoga böyle bir noktada kamusal alandan çekilmenin bireysel bir görünümünü sunmaktadır.

Katılımcıların Eğitim Düzeyleri

Bu araştırma kapsamında görüşülen katılımcıların tamamının yüksek eğitim düzeyine sahip olması dikkat çekici bir bulgudur. Katılımcıların 12'si lisans mezunu, 4'ü yüksek lisans mezunu, 2'si doktora öğrencisi ve 4'ü doktora mezunudur. Bu tablo, tesadüfi bir örneklem yapısının ötesinde anlam taşımakta; yoga gibi pratiklerin özellikle yüksek eğitimli, kültürel sermayesi güçlü bireyler arasında daha yaygın biçimde benimsendiğine dair mevcut literatürle örtüşmektedir

Bourdieu (2015)'nin belirttiği gibi eğitim, sadece diplomaya sahip olma hali değil, aynı zamanda bireyin yaşam tarzı seçimlerini, estetik tercihlerini ve gündelik pratiklerini de şekillendiren bir kültürel sermaye biçimidir. Yoga gibi bedensel ve

spiritüel pratikler de, bu sermayeyi taşıyan bireylerin kimliklerini ifade etme biçimlerinden biri hâline gelmektedir. Giddens (1991) modern toplumda bireylerin geleneksel yapılar yerine kendi yaşam öykülerini oluşturmaya yöneldiklerini vurgulamıştır. Bu öz-anlatı kurma süreci çoğunlukla yüksek eğitim düzeyine sahip bireylerde daha belirgin hâle gelmektedir. Yoga gibi pratikler sadece sağlık ya da esenlik arayışından ibaret değildir; aynı zamanda bir yaşam tarzı, estetik bir duruş ve toplumsal konum göstergesi olarak da işlev görebilmektedir.

Araştırma Tema ve Kategorilerinin Tasnifi

Bu bölümde, çalışmada elde edilen verilerin kodlar ve kategoriler aracılığıyla temalandırılmış biçimlerinin analizi yapılmakta ve ilgili literatürle ilişkilendirilerek tartışılmaktadır. Her ne kadar bu sürece ilişkin ayrıntılı bilgiler yöntem bölümünde sunulmuş olsa da, burada kısaca hatırlatmak faydalı olacaktır. Araştırmada kartopu örnekleme tekniğiyle ulaşılan katılımcılarla derinlemesine mülakatlar gerçekleştirilmiş; elde edilen veriler, Grounded Theory (gömülü teori) yaklaşımına uygun biçimde adım adım analiz edilmiştir.

Analiz süreci, ilk görüşmeden itibaren başlamış ve her adımda birbirleriyle ilişkilendirilebilecek kodlar ortaya konarak ilerlemiştir. Son görüşmenin ardından toplam 152 kod belirlenmiştir. Bu kodlar, içeriksel benzerliklerine göre yeniden değerlendirilmiş; anlam örtüşmesi bulunan ve birbirini ikame edebilecek kodlar sistematik biçimde sadeleştirilerek toplamda 38 koda indirgenmiştir. Elde edilen 38 kod, 14 kategori altında toplanmış ve bu kategorilerden yola çıkılarak 4 ana tema oluşturulmuştur. Tümünden gelimsel bir yaklaşımla yapılan bu sınıflandırma, verilerin doğrudan kendisinden türetilmiş kodlarla çalışmayı daha sistematik, anlaşılır ve kavramsal olarak derinleştirmeyi amaçlamaktadır.

Mevcut verilerin kod, kategori ve temalarını ayrıntılı incelemek için oluşturduğumuz bu tablo mevcut verilerin bağlamından koparılmadan benzer anlam setlerinin taşınması itibarıyla oluşturulmuştur.

Tablo 4.2

Verilerin Tematik Analizi 1. Ve 2. Tema

1. ve 2. TEMA	1.MANEVİYAT, DİN ve YOGA	2.KOLEKTİF DENEYİM VE SOSYAL İLİŞKİLER
	1.1 Birliktelik Ve Yoga 1.1.1 Kendinle bir olma hali 1.1.2 Çevrendekilerle bir olma hali 1.1.3 Tanrıyla bir olma hali 1.1.4 Teslimiyet 1.1.5 Olanı olduğu gibi görme	2.1 Tüketim, Medya Ve Yoga 2.1.1 Moda 2.1.2 Görünme/İmaj/Beğenilme isteği 2.1.3 İlham kaynağı olmak /cesaretlendirmek 2.1.4 Kusursuzluk 2.1.5 Pazarlama
	1.2 Yoga Yolculuğu 1.2.1 Tekamül 1.2.2 İçsel ve bireysel bir yolculuk 1.2.3 Öze dönme, kendine dönme 1.2.4 Köklenme 1.2.5 Kişisel deneyim ve gelişim 1.2.6 Farkındalık/İyileşmek 1.2.7 Dinginleşmek/Sakinleşmek	2.2 Kolektif ve Yoga 2.2.1 Sosyalleşme Ağı/ Alan 2.2.2 Kümülatif Enerji/Grup dinamiği 2.2.3 Rekabet 2.2.4 Cemaat/tarikat
	1.3 Yoga Ve Denge 1.3.1 Alma verme dengesi 1.3.2 Yaşam dengesini kurma 1.3.3 Stabilizasyon/Akıştı olmak 1.3.4 Çatışma	2.3 Motivasyonlar 2.3.1 Başlangıç Motivasyonu 2.3.1.1 Pandemi/Travma ve Kırılma anları 2.3.2 Sürdürme Motivasyonu 2.3.3 Anlatma/Aktarma Motivasyonu
	1.4 Ölüm, Yaşam Ve Din 1.4.1 Reenkarnasyon/karma 1.4.2 Din	
	1.5 Spiritüalizm Ve Yoga 1.5.1 Manevi Birlik 1.5.2 Kadim bilgi/gelenek 1.5.3 Teslimiyet ve sorgulama 1.5.4 Yargısızlık / hoşgörü 1.5.5 Enerji 1.5.6 Doğal yaşam 1.5.7 Ritüel 1.5.8 Bir şeye inanma ihtiyacı	
3. ve 4. TEMA	3. YOGA ve YARGILAR	4.EKONOMİ ve YOGA
	3.1 Toplumsal Yargılar/Protesto	4.1 Kapitalist Sistemle İlişki
	3.2 Cinsiyet Kalıpları ve Yargıları	4.2 Sosyo-ekonomik ve Sınıfsal Bir Bağlam
	3.3 Yoganın Geleceğine Bakış	
	3.4 Bilimle Kurulan İlişkiler	

Bu tablodan hareketle, araştırma kapsamında elde edilen veriler, belirlenen ana temalar doğrultusunda yapılandırılarak tartışılmış; her bir tema altında katılımcı anlatılarıyla desteklenen bulgular sosyolojik kuramsal çerçeveye ilişkilendirilerek analiz edilmiştir.

Mevcut temalar yoga içeriğinin birbiriyle keşisen ve birbirinden farklılaşan yönleri üzerinde ayrıntılı inceleme imkânı sunmuştur. Bu temalar içerisinde hem çalışmanın eksenini hem de mevcut verilerin kod ve kategorilerine bakıldığından en dikkat çekici ve üzerinden durulması gereken temanın “Maneviyat, Din ve Yoga” olduğu göze çarpmaktadır. Sonrasına takip eden biçimde “Kolektif Deneyim ve Sosyal İlişkiler”; “Yoga ve Yargılar” ve son olarak “Ekonomi ve Yoga” başlıkları takip etmektedir. Bazı temalar 20’ye yakın kodu içerisinde barındırırken bazı temalarda bu sayı iki ile sınırlı kalmıştır. Mevcut görüntü itibarıyla temalar arasında değer sıralaması ya da gereklilik karşılaştırmaları yapmadan ele aldığımızı vurgulamakta fayda görüyorum. Öyle ki başka bir çalışma yoganın bir başka boyutunun ön plana çıktığı bir analiz sürecini kapsayabilme ihtimaline sahiptir.

1.1 Maneviyat, Din ve Yoga

Bu tema kendi içerisinde 5 kategoriye barındırmaktadır. Kategoriler benzerlikler ve farklılıklar içermekle birlikte temel dayanakları üzerinden kodları içermektedir.

- 1.1 Birliktelik ve yoga
- 1.2 Yoga yolculuğu
- 1.3 Yoga ve denge
- 1.4 Ölüm yaşam ve din
- 1.5 Spiritüalizm ve yoga

İlgili temanın temel kategori başlıklarıdır. Kodlar kategorilerin altında başlıklar altında tartışmaya sunulmuştur.

Yoganın felsefi temelleri içerisinde açıkladığımız biçimiyle yoga Sankritçe kökenli bir kelimedir ve “yug” sözcüğünden türetilmiştir (Iyengar, 2012). Bu sözcük kelime anlamı itibarıyla birleştirmek, bütünleştirmek kavramına karşılık gelmektedir. Dolayısıyla yoga yalnızca sistemli bir felsefe olmakla kalmayıp manevi, fiziksel ve zihinsel birliğe ulaşmayı hedeflemektedir. Birlik fikri yalnızca bununla kalmayıp

evrensel bilincin tezahür etmesiyle yoğunlaşarak bir içe içe geçme, birleşme hali olarak da görünmektedir.

1.1 Birliktelik ve yoga

Bu kategori görüşmecilerin verilerinden elde edilen 5 adet kodu içermektedir. Bunlar; “kendinle bir olma hali”, “çevrendekilerle bir olma hali”, “tanrıyla bir olma hali”, “teslimiyet” ve “olanı olduğu gibi görme” şeklinde tanımlanmıştır. Mevcut kodlar metin içerisinde başlıklandırılmadan açıklanmıştır.

Yoga, Sankritçe kökenli bir kelimedir ve “birleşmek” veya “birlik” anlamına gelmektedir. Bu ifade yalnızca birliği fiziksel birlik hali olarak anlamanın ötesinde bir de toplanmayı amaçlaması neticesiyle bütünleştirici bir hali anlatmaktadır (Patanjali, 2009). Yoga fiziksel, zihinsel ve manevi düzeylerde birliğe ulaşma pratiği olarak tanımlanmaktadır. Felsefi olarak bireysel bilincin evrensel bilinçle iç içe geçme hali, bu birlikteliğin açığa çıktığı nokta olarak görünmektedir.

Öyle ki tüm benzeşmeler tıpatıp benzerlikleri taşımadığı gibi birçok farklılığı da barındırmaktadır. Birliktelikler çevrendekiler ve aslında seninle uzlaşma halinde olmayan ötekilerin birlikteliğiyle çeşitlenmektedir. Çevrenle bir olma hali yogada birlikteliğin, hoşgörünün ön plana çıktığı pek çok anı göz önüne sermektedir. Çevrendekilerle bir olma fikri ben ve benim dışındakiler kümesinin hiçbir kesişim kümesini barındırmadığında dahi sürdürülebilir görünmektedir. Dolayısıyla, yoga pratiğini benimseyen bireylerin kendilerini ait hissettikleri "benlik kümeleri", yalnızca yoga ile sınırlı olmayan, benzer yaşam tarzı, değer sistemi ve sembolik tercihleri paylaşan diğer toplumsal kümelerle önemli ölçüde örtüşmektedir. Bu bağlamda yoga, bireyin yalnızca kişisel bir dönüşüm pratiği değil; aynı zamanda belirli bir habitus'un ve toplumsal aidiyet biçiminin ifadesi olarak değerlendirilebilir (Bourdieu, 2015). Bu "benlik kümeleri", bireylerin yaşam biçimlerini anlamlandırma biçimleriyle, estetik tercihlerle ve sınıfsal konumlanmalarla kesişen kültürel örüntüler üretmektedir

Bir olma halinin pek çok farklı biçimde kullanıldığı görünmektedir.

“Hayatın son derece sadeleştirilmesi, sükunet, dinginlik, statik bedensel duruş, solumanın ritme bağlanması, tek bir noktaya yoğunlaşma vb.; tüm bu uygulamalar aynı amaca yöneliktir: Çoğulluğu ve parçalanmayı yok etmek, yeniden bütünleştirmek, birleştirmek, bütünlük kazandırmak...” (Eliade, 2013, s.134)

Birliktelik hali yogada ulaşılmak istenen nihai hedefin en önemli kavramsal karşılığıdır. Bu anlamda Samadhi' ye ulaşan kişi her şeyle bir olma haline ulaşmış sayılmaktadır. Birlikteliğin farklı tanımlarından bir tanesi "*kendinle bir olma hali*" kodu üzerinden incelenmiştir. Yoga' nın manevi ve felsefi temelleri eski Hint felsefelerine dayanmaktadır. Bu felsefede ayrıntılı biçimde incelendiğinde oldukça ayrıntılı bir içeriğe sahip olmakla birlikte özdeşleşmeye dayalı pek çok felsefi içerik sunmaktadır. Advaita Vedanda, bir eski Hint felsefi kavramı olarak bireysel ruhun (Atman) evrensel ruh ile (Brahman) özdeşleşmesi gerektiğini savunmaktadır. Bu öğrenin temellerinde beni ve benin dışındaki bilinci ayrı olarak değerlendirmek bir illüzyondur. Gerçeklik ise tek ve ilahi bir kaynaktan açılanmaktadır. Bu açılanmayı kabul ve idrak etmek bilincin en yüksek hali Samadhi olarak karşımıza çıkmaktadır (Arslan, 2013).

Bu bağlamı görüşmeci 2 şu şekilde açıklamıştır:

"Evet yoga aslında sözlük anlamı birleşmekse, bir olmaksa eğer, bu bireysel ben diye dediğimiz, benin evrendeki her şeyle bir olduğunun anlaşılmasıysa, bunun içinde yaptığınız fiziksel çalışma bunu sadece hazırlayıcısıdır" (Görüşmeci 2, erkek, 43).

Yoga deneyimi Samadhi' ye ulaşmak için araçsallaşmış bir yol gibi görünmektedir. Bu ulaşımın ilk noktası olarak "*kendinle bir olma hali*", yoga yapan bireyin yolundaki ilk adımlardan bir tanesidir. Kendisiyle bir olan birey, kendini dışardan izleme ve yönlendirme yeteneğine sahip olmaya başlamaktadır. Böylesi bir bilinç kendinle bir olma halini kendine yabancılaşma hali olarak da bir görüntü sergiliyor gibi görünmektedir. Kendinle bir olmak, bu zamana kadar kabul gördüğün "sen" ile aranda bir mesafe açmaktadır. Mevcut kimliğe ait bu sorgulama hali kişinin kimlik kazanımlarını da tartışmayı içermektedir. Kendilik deneyiminde belirli bir derinleşme yaşayan birey, zamanla kendisini dışarıdan gözlemleme ve yön verme kapasitesi geliştirmeye başlamaktadır. Bu farkındalık hali, bireyin kendisiyle bir olma sürecini tetiklerken, aynı zamanda paradoksal biçimde bir tür içsel yabancılaşmayı da beraberinde getirmektedir. Çünkü bireyin bu yeni bilinci, onu şimdiye dek içselleştirdiği, toplumsal olarak onaylanmış "ben" imgesinden uzaklaştırmakta; böylece birey, kendisiyle arasına bir mesafe koymaktadır. Bu durum, Giddens'ın (1991) "refleksif benlik" kavramıyla açıklanabilir; birey artık kendine dışarıdan bakabilmekte ve geçmişte sorgulanmadan kabul ettiği kimlik yapılarını yeniden değerlendirme sürecine girmektedir. Bu yönüyle

“kendinle bir olma” hali, aynı zamanda önceki benlik halleriyle bir kopuşu, dolayısıyla bireyin kendisiyle kurduğu ilişkinin dönüşümünü ifade etmektedir.

Katılımcıları açısından yogada birleşme, kendinle bir olma halinde parçasıdır. Bu açıdan yoganın fiziksel pratiğinin aslen bir amaca doğru yönlendirdiği fikri pek çok katılımcı tarafından kabul görmektedir.

“Hani birlik diyoruz ya birlik. Birlik, bir olma hali kendinleymiş. Hani o öze son aşamada ulaşıyorsun ya. Ben kendi ilişkimden bunu çok güzel deneyimledim. Evet bir olma haliymiş” (Görüşmeci 2, erkek, 43).

Bazı görüşmeciler açısından yogada yolun sonunda görülecek olan birleşme ve bütünleşme fikri gündelik hayatta karşılaştıkları deneyimler ile içselleştirilerek deneyimlenmiştir. Dolayısıyla kabulün zamanı her zaman bir sonu vaad etmemekte, bazen kendinle bir olma hali deneyimi bir başlama noktası olarak karşımıza çıkmaktadır. Ayrıca kendinin farkına varma deneyimi ve kendilik pratiğinin söylemsel olarak performatif biçimde kullanıldığı görülmektedir.

“Yoga kaçış ve savunma alanı. Kalkan oluşturuyor kendisini. Çünkü diyorum ya ben kendi ilişkimden biliyorum. Bu benim diyen artık, ben böyle mutluyum diyen artık, ben kendimi seviyorum diyen artık bir birey oluşturuyor sana. Bir profil sunuyor. Bununla diyor güçlü olabilirsin diyor. Sen artık kendine sahip çıkmalısın diyor.” (Görüşmeci 2,erkek,43).

Aynı zamanda kişinin kendisiyle bir olma halinin pek çok yönden çelişkili biçimde diğer kişilerle kurulan ilişkileri yönlendiren bir biçimi de karşımıza çıkmaktadır. Bireyin kendisiyle bir olma deneyimi yapı ve fail ikiliğinin içerisinde aktif bir fail üretme kapasitesini de barındırmaktadır. Böylelikle fail yapı karşısında edilgen bir alıcı değil, eyleyen, dönüştüren, seçimler yapan bir özne konumunda yeniden üretilmektedir. Giddens’in tartıştığı biçimiyle öznenin öz benliğine yönelik tutumu reflektif ve etken biçimde yeniden anlam kazanmaktadır (Giddens, 1991). Dolayısıyla modern dönem öznesinin kimlik üretim stratejilerinden biri olarak yoga karşımıza çıkmaktadır.

Spiritüel arayışlar bağlamında, özellikle kurumsallaşmış teolojik dinlerin belirli inanç kalıpları, ritüel yapıları ve yaşam biçimleriyle bireyin deneyimini sınırlandırdığı bir düzlemde, bireyin özne olarak kendini gerçekleştirme imkânı çoğu zaman sınırlı kalmaktadır. Bu noktada, yoga pratiği bireye merkezde yer alan bir özne olma deneyimi sunarak dikkat çekmektedir. Özellikle "birliğe ulaşma" düşüncesinin bireyin “ben”iyle başlatılması, bu süreci dönüştürücü kılan temel unsurlardan biridir. Geleneksel dinî

yapılarda görünürlük kazanamayan ya da edilgen bir pozisyonda kalan birey, yoga aracılığıyla spiritüel sürecin aktif öznesi haline gelir; kendi içsel bütünlüğünü yeniden kurma imkanına sahiptir. Bu durum, hem modern bireyin özerklik talebiyle hem de maneviyata duyulan post-seküler ilgilerle örtüşmektedir. “Ben” in değişim ve dönüşümü kendinin her halini kabul etmiş bir dinginlikle ilerlemeyi gerektirmektedir.

“Daha da ötesi aslında şöyle bir şey var. İnsan kendinden başka hiçbir şey yapamıyor aslında. Yaptığınız ötekilere de fayda getirebilirsiniz ama her ne kadar söylemde ya da niyette bu olsa bile ben insanlara hizmet etmek istiyorum, ben insanları bağışlamak istiyorum. Aslında biz kendimize yapıyoruz. Çünkü biz yine de belirli bir sosyal problemlili gruba hitap ediyoruz sadece. Eğer bu şuydu yani bu bir kendilik bilgisiyse, Ben neden yaşıyorum? Neden var ya? Bu acıyı neden çektim? Ya da başıma bu neden geldi? İlk öte her neyse. Bunları sorduktan sonra insanın götürdüğü yer aslında kendine dair bir sorgulama oluyor.” (Görüşmeci 22, kadın, 37).

Bu tablo içerisinde yoga rehberlerinin kapısını çalan uygulayıcıların başlangıç noktaları aynı zamanda kendini tanıma stratejisini de içermektedir. Toplumsal düzende belirli norm ve hiyerarşilerin içerisinde kaybolan özne görünümünü yeniden canlandırmayı vaat eden bu tip faaliyetlerin içerisinde yoga, kendini tanıma farkındalığını oluşturmayı amaçlaması neticesiyle oldukça anlamlı bir konumdadır.

“Hocam ben derse geleceğim, kendimi tanımak istiyorum. Bu değil. Şuna geliyor. Boynum ağrıyor, onun için geliyorum. Ya da işte sevgiliden ayrıldım, depresyona girdim. Yoga iyi gidin dediler, onun için geliyorum. Bir dakika durun... Yoganın vaat ettiği çok çok daha derinde olan o gerçekten kendini anlamaksa, gerçekten kendini bilmekse çok derin bir suyun sadece biz yüzeyimdeki böyle bir çırpınımlar gibi sanki. Ama derinliklerde aslında çok daha büyük vaatleri var” (Görüşmeci 16, erkek, 45).

Görüşmeci 16’nın aktardığı biçimiyle yoga yalnızca fiziksel ve ruhsal sağlık vaatlerinin ötesinde çok daha derin imalarda bulunmaktadır. Yoga felsefesi ile bütünleşerek bu anlama ve öze ulaşmak yoga uygulayıcıları için yolun sonunda beliren ışığın yoludur.

“Gerçek yoga bu değil gibi olacak ama. Bu değil, bu gerçekten değil. Böyle yaptığınızda siz bunu bir hobiye, bir boş zaman geçirme aracına ya da bir sadece iyi olma hali, fiziksel bir hale, spora döndürmüş olursunuz. Ha bu kötü mü? Değil. Fiziksel fayda alır mısınız? Alırsınız. Ama yaptığınız çalışmadan ardında vaad ettiği çok derin bir kendini anlama, kendini bilme vaadi varken neden burada kalalım.” (Görüşmeci 16, erkek, 45)

Kendini anlama, değişim ve dönüşüm çarkının içerisinde en belirgin vurgu mevcut toplumsal konumunun farkında olmayı gerektirmektedir. Birey kendini bulma yolculuğunda önce nerede olduğu sorusunun cevabını vermekle mükelleftir. Elbette bu sorunun cevabında kendine ait her şeyi kabullenmek de önem arz etmektedir. Bireyin içinde yaşadığı toplumun dinamiklerine uyumu ya da isyanı, kendi hayatına ilişkin travmaları ve kabulleri yogileri kendilerine götüren yolun anahtarı olmaktadır.

“... Bunu bu ülke şartlarında yapıyorsun (yoga ve meditasyonu) doğduğun yerde yapıyorsun. Yetiştğin bir aile var. Orada travmaların var. Büyüdüğün, bir çocukluğun var getirdiğin. Bütün bunların hepsini bilerek yapmak lazım. Bunların hepsini görmezden gelip omlamaya başladığında muduralar falan böyle tutuyorsun. Böyle bazen şey yapıyorum, dalga geçiyorum. Severler o şeylerini de. Sırtına dokunuyorum öğrencinin. Ne yapıyorsun şu anda? Kafası çevirip bakıyor. Senin şu an bana bakmaman lazım aslında. O tam meditasyon hali orası. Ama sen orada değilsin. Hala hayatına bakabiliyorsan sen orada değilsin.” (Görüşmeci 2, erkek, 43)

Kişinin kendine dönme ve kendinle bir olma isteğiyle kendi zihni üzerinde kurduğu bir çeşit disiplin mekanizmasını da öne çıkardığı görünmektedir (Foucault, 2013).

“Ama bu şunun gibi, masada çeşitli organizmalar var. Biz bunları görmüyoruz. Ne zaman görüyoruz? Bir mikroskopla baktığımızda görüyoruz. Manevi çalışma ya da spritüel çalışma, sanki kişinin de kendine mikroskopla bakması gibi aslında. O aslında orada. Bizim görmediğimiz şey. Ben bunu bir yaklaşımla söylüyorum elbette. Herkes şimdi böyle gerçeğe alınabilir ama... Biz orada aslında olan bir şeyi... Fiziksel görme yetimiz henüz yeterli düzeyde gelişmediği için göremiyoruz. Ama siz sanki gözünüze mikroskop takmış gibi içerideki işleyici ise işleyişi görebiliyoruz.” (Görüşmeci 16, erkek, 45)

Yoga da bir olmanın kavramsal olarak diğer noktası kendinin yanında çevrendekiler ve içinde yaşadığın dünya ile bir olma halinin tasviridir. Yoga yapan bireylerin kendilerini dahil ettikleri “ben” kümesinin benzer toplumsal sınıfların ve ilgilerin kaynaştığı bir nokta olması neticesiyle “sınıfsal” bir toplumsallaşma olduğu tartışması üzerinden değerlendirilebilir. Özellikle Turner (1996) tarafından geliştirilen “Sosyal kimlik teorisi” üzerinden düşünüldüğünde bireyin kendi kimliğinin yanı sıra ait olduğu toplumsal gruplardan edindiği kimlik özellikleriyle “sosyal kimlik” geliştirmiş olduğu görünmektedir. Yoga özelinde yoga yapan kimselerle birlikte olmak ve bu topluluğa ait değerlerin kabulü bizi, kişinin kendini bir habitusa dahil ettiği fikrine yönlendirmektedir (Sevgi, 2024).

“ Çünkü şöyle insanlar, az önce söylediğimiz aslında yani bir ben kümeniz var. Bu ben kümenize belli bir etnik kimliği de yapıştırabilirsiniz. Veya bir futbol takımı da sokabilirsiniz. Veya bir cinsiyet de olabilir. Veya bir meslek de olabilir. Fark etmez. Bin kimiz? Dışındakini bir düşman gibi görmek bugüne kadar her durumda neredeyse gördüğümüz yerlerden bir tanesi. Ancak burada ben ve benim dışındakiler bir bütündür.” (Görüşmeci 16,erkek, 45)

Bir başka görüşmeci için ben kümesi ve devamında gelişen sosyal küme bazı toplumsal sınıfları da içinde barındırmaktadır. Özellikle ekonomik olarak konumlanmış sınıfların yanı sıra simgesel sermayeleri dolayısıyla birlikte olan ve olmayı seçen bireylerin birlikteliği, tesadüfi bir karşılaşma olarak görünmemektedir. Bu istemli seçim, bu kümenin bir parçası olma haliyle mevcut sermaye sahiplerininkine benzeşen bir toplumsal sınıfta yeniden bir kimlik inşa etme girişimi olarak da karşımıza çıkmaktadır (Bourdieu, 2015).

“Ekonomi kaygısı olmayan ama bu sadece ekonomi anlamında da değil. Yani bir esnafı görmüyorsun yoga yaparken. Çünkü biraz da kültürel anlamda da kendine, bu benim yine gördüğüm bir şey, kültürel anlamda kendine bir şeyler katmış insanlar yogaya başlamak istiyor. Ben biraz tenise benzetiyorum. Tenis birazcık üst kültür sporu gibi lanse edilen bir şey ve atıyorum bir, nasıl bir örnek verebilirim? Bunu etiketle yapmak istemiyorum ama kahve dükkanı olan bir esnafı tenis oynarken görmek biraz zordur. Burada da, yogada da böyle kaliteli kahve içen, kendini entelektüel olarak tanımlayan insanların daha çok yoga yaptığı bir şey.” (Görüşmeci 7, kadın, 24)

Görüşmeci 7’ nin söylediklerinden hareketle yogayı tercih etme motivasyonu içerisinde belirli bir sınıfsal aidiyetin de hareket noktası olduğunu tartışmak yerinde olacaktır. Öyle ki yoga katılımcıları yaş ve meslek kategorileri ayrıntılı incelendiğinde, tercih eden bireylerin daha çok orta sınıf, eğitilmiş ve kentli bir kesimi kapsadığı göze çarpmaktadır. Kendi halinde yaşam pratikleri ile ortaya çıkan orta sınıfların bir aradalığıyla, sınıf bilinci oluşturmaksızın birleşimleri bir olma deneyiminin önemli bir parçasıdır.

Yoga felsefesi bireyleri ayırtırmak yerine, birleştirici, eşitleyici ve egoyu törpüleyen bir öğretiyi sunmaktadır. Bu manada yoga “ben” ve “öteki” kavramını aşındıran bir felsefeyi barındırmaktadır. Böylesi bir felsefeyi spiritüel bir arayış olarak nitelendirdiğimizde “özel” olma ya da eşit olma fikrini dışarıda bırakarak “bütünle bir olma” arayışını ön plana çıkardığı görünmektedir.

“Ve yoga bize şey söylüyor. Aslında hiçbirimiz birbirimizden farklı değiliz. Bunu da öğrenmek benim için birazcık zor bir yoldu. Çünkü biz Türkiye’de özel olmak zorunda hissediyoruz kendimizi. Çünkü yırtılmak zorundayız ve hepimiz... Ben diğerinden farklıyım dediğimiz zaman kendimizi daha kıymetli hissediyoruz. ...Çünkü çok rahat şartlarda yaşamıyoruz. Bir şeye ihtiyacımız var ve özel hissettiğimiz zaman biraz daha kendimize inanma gücümüz daha yukarıya çıkıyor. Ama yoga da böyle değil. Yoga da sen de bensin, ben de senim. Senin yaptığın hataları ben de yapabilirim. Ve mutlaka yapmışımdır da.” (Görüşmeci 7, kadın, 24)

Bireyin egosundan sıyrılarak kendini ve çevresinin kabul etmesi, bu kabulü toplumsal manada da içselleştirebilmesinden geçmektedir. Çünkü toplumsal manada benliğin kuruluşu rekabetçi bir konumda bulunmayı da gerektirmektedir. Bu görüşmecinin ifade ettiği biçimiyle bireyin kendi değerini fark edebilmesi “farklı” ve “özel” hissetmekle kurulabilen bir bağdır. Göle (1991) bu çelişkiyi, modern bireyin performans dayalı, yeni kimliklerini sürekli olarak yarattığı bir süreç olduğunu ifade etmektedir (Göle, 1991).

Çevrendekilerle bir olma fikri yalnızca bireyi hedef alan bir topluluklaşmadan ziyade tüm evreni kapsayan bir kabulü de yansıtmaktadır.

“...ama kendi kaynaklarınızla, kendi enerjinizle bakıp dans vererek ve bütün gün bulutlarla, gökyüzüyle, güneşle ya da kuşlarla beraber olmak ya da o tekrar hareketini verip eda ederken sanki o meditasyonda bir sesle veya bir ışıkla meditasyon çalışması yapmak gibi. Kendi kendine kalmak gibi.” (Görüşmeci 16, erkek, 45)

Yoga felsefesinin bu bütüncül sisteme yönelik bir birliktelik hali sunduğu görünmektedir. Bazı görüşmeciler için bu “aynalama” sistemi ile kendini ve çevreni bilmekten geçmektedir. Bu Freud’un geliştirdiği “Yansıtma(projection)” kavramının Goffman tarafından yeniden incelenmesiyle birlikte toplumsal etkileşimler çerçevesinde yeniden yorumlanan bir kavramdır. Goffman(2020)’ a göre bireylerin toplumsal sahnede kendileri bir rol sunarken, karşısındaki kişilerinde benzer kurallara dayanarak eylediğini varsaymaktadır. Böylece birey kendi halinin biricik olmadığı ve karşısındakinin benzer bir sayıltı ile hareket edeceğini öngörmektedir (Öztürk, 2005). Bir görüşmeci kendini bilmekle karşındakini kendin gibi bilmek arasında bir birleşiklik kurmuştur.

“Aslında bu felsefenin bu sistemi yönettiğini, bunun bir yaşam tarzı olduğunu, önce kişinin kendini tanıyıp daha sonra dışı doğru açılmasını, kendini nasıl biliyorsan karşındakini aslında öyle bilmen gerektiğini sana o sistem öğretiyor.” (Görüşmeci 2, erkek, 43)

Bir başka görüşmeci için yogada birleşme başka stillerde aynı şeyi icra etme olarak anlaşılmaktadır. Bu aynı zamanda başka felsefî düşüncelerle bir olma halini de kapsamaktadır. Ancak günün sonunda varılmak istenen nihai noktanın benzeşmesi dikkat çekicidir.

“Yoganın içine girdiğinde işte birisi sırt üstü yatabilir, öteki yüzebilir, öteki dalıp çıkabilir, öteki sadece suyun içinde durabilir. Ama hepsi bir şekilde aynı renge bürünüyor.”
(Görüşmeci 1, kadın, 34)

Yoga felsefî içerisinde bir aşama olarak görülebilecek 8 basamağın en sonuncusu olan “Samadhi” aşaması bireysel ruh (Atman) ile, Evrensel ruh (Brahman ya da Tanrı) arasındaki ayrılığın sona ererek birleştiği bir aşamadan bahsetmektedir. Bu aynı zamanda aydınlanmanın gerçekleştiği son evre olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu aşama aynı zamanda saf bilinç olan “Purusha”nın ortaya çıktığı egonun ortadan kalktığı bir aşamadır. Ayrılık ilizyonunun sona ermesiyle “gerçeğe” ulaşmanın gerçekleştiği, korku, acı ve belirsizliklerin sona erdiği bir “Nirvana” aşamasıdır (Müller & Deussen, 2022).

Birlikteliğin kendin ile olması bir öncül olmakla birlikte, benin düşünsel manada bir bütüne ulaşması ile Tanrı’yla bütünleşme fikrinin ve hatta daha ötesinde Tanrı olma yolunun parçası olma deneyimidir. Spiritüel bir tutumla Tanrı’ın insanlaşması olarak değil ancak insanın Tanrılaştığı bir evreden söz etmek mümkündür.

“O büyük o. Sen osun. Sen aslında her şeysin. Buradan şuna da gidebilirsin. Sen Tanrısın da aslında. Tanrıdan geldin ve sen her şeysin aslında. Her şeyde sensin. Ama bunu bilmiyorsun sadece. Meditasyon burada ne? Şimdi soruya dönecek olursak. Meditasyon bunun farkına varmamızı sağlayan bir araç aslında.” (Görüşmeci 16, erkek, 45)

Görüşmeci 16’nın ifadesi, çağdaş spiritüallite içinde sıklıkla karşılaşılan “içsel ilahilik” ve “kendilikte kutsallık” düşüncesini yansıtmaktadır. “Sen aslında her şeysin”, “Sen Tanrı’sın aslında” gibi ifadeler, bireyin kendisini aşkın olanla özdeşleştirdiği, teistik dinlerdeki aşkın Tanrı anlayışına karşılık içkin ilahi öz düşüncesini merkeze alan bir söyleme işaret etmektedir. Bu anlayış, özellikle Yeni dini hareketler ve yeni spiritüellik literatüründe bireyin kutsallığı içselleştirmesi, yani kutsalı dışsal bir otorite olarak değil, içsel bir potansiyel olarak konumlandırması biçiminde değerlendirilmesi fikriyle örtüşmektedir (Heelas, 2008).

Ayrıca bu tür ifadeler, geleneksel dinlerin cemaat merkezli yapısından farklı olarak bireysel tecrübe ve içgörüyeye dayanan spiritüel sistemlerin yükselişte olduğunu da göstermektedir. Burada Tanrı’nın “ben”de olduğu fikri, Durkheim(2014)’ın toplumsal

olanın kutsallaştırılması anlayışından ziyade, bireysel olanın ilahlaştırılması sürecine işaret etmektedir. Bir başka görüşmeci için bu birlik fikri yalnızca bu yaşamın görüntüsü değil, reenkarnasyon süreçleriyle birlikte birçok yaşamın birliğidir.

“Biz evrenle biriz. Biz ne yaparsak dünyadaki her şeyi etkiliyor. Karmada da bu şekilde. Bir sonraki hayat var olabilir.” (Görüşmeci 18, kadın, 36)

Birliğin esas olduğu yoga felsefesi içerisinde “teslimiyet” çok önemli bir noktadır. Teslimiyet, bireyin sınırlı biçimde bulunan benliğini, aşkın bir varlığa bırakması olarak yorumlanabilmektedir. Bu aşkın varlık evrensel bir ilke olabileceği gibi Tanrı’nın ta kendisi de olabilmektedir. Patanjali’nin Yoga sutralarında 8 basamaktan birisi olan “niyamalar” içerisinde açıkça belirtildiği gibi aydınlanmaya ulaşmada en önemli basamaklardan birisi teslimiyettir. Bu kavram mercek altında incelendiğinde ise kastedilen anlamın edilgen bir boyun eğiş olmadığı göze çarpmaktadır. Bilinçli bir farkındalıkla egonun aşılarak evrensel gerçekliğe uyumlanmak olarak düşünülebilmektedir (Patanjali, 2009).

Brakti Yogada ise teslimiyet, sevgiyle adanma şeklinde karşımıza çıkmaktadır. Ve Tanrı’nın sevgisiyle bütünleşmek şeklinde nüksederek Tanrı’yla uyumlanmak biçiminde yorumlanmaktadır. Bu adanmışlık bireyin “ben” kavramının “sen” ile yer değiştirmesi ile özdeşleştirilmektedir (Gita, 2021, s. 27).

“Kabul konusu. Yani kabul etmek teslimiyet anlamına gelir. Bu aslında kabul etmek alan açmak anlamına gelir. Yoga felsefesinin içerisinde bunlar var. Çok değinilmez. Ne kadar kabul edip alan açarsan sen o kadar o olursun.” (Görüşmeci 2, erkek, 43)

Eliade için bu kavram “*Yogin için gerçek özgürlük, arzularının değil, benliğinin yok oluşudur.*” şeklinde tanımlanmaktadır (Eliade, 2017, s. 132). Ayrıca Eliade (2017, s.70-78) teslimiyeti üç ana başlık altında değerlendirmektedir. Birincisi benliğin aşılarak, egonun ortadan kaldırıldığı bir bilinç biçimi olarak benliğin yok olmasıdır. İkinci olarak benliğin ortadan kalkması ile Tanrı’yla bütünleşme ve teslimiyet aşamasıdır. Bu ruhun mistik bir ölümü ya da kozmik olarak yeniden doğumu olarak adlandırılmaktadır. Üçüncü aşama ise zamansal süreçlerden kurtularak (Buna Yoga Sutralar “*Samsara*” olarak adlandırıyor) özgürleştiği bir aşamaya denk düşmektedir. Bu süreçte “*Yoga pratiği ile ulaşılan teslimiyet, zamanın ve tarihin sınırlarını aşan bir özgürlük alanıdır.*” şeklinde aktarılmaktadır (Eliade, 2017, s. 109). Bu doğrultuda Eliade için teslimiyet yalnızca

mistik ve ruhani bir kavram olmakla kalmayıp, benliğin çözülme sürecini de aktarmaktadır.

Hatha yoga asanaları içerisinde “Hanuman” pozu teslimiyetle ilişkilendirilen pozlardan birisidir. Bu pozda bireyin benliğini ne kadar teslim ettiğiyle ilişkili olarak pozu yapabilme ve pozda kalabilme sürecinin etkilendiği düşünülmektedir.

Görsel 4.1

Hanuman Pozu



“Mesela hanuman, işte bacak açma mevzusu. Ne kadar ayda açar? Ne zaman gelecek hanumanım? Duymuşundur böyle şeyleri. Yani gelecek diye bir şey yok. Sen ne kadar teslimsin, önce onu sorgulamalısın ve bunun yanında orada bir bağ doku var. Orada kas var, eklem var. İskelet sistemi var. Genetik bir de yapım var. Önce bunlar, önce real. Daha sonra bu da zaten o yola içerisinde eğer düşüneceksen o 8 basamağa zaten denk geliyor. Daha sonra meditasyon, öze dönüş zaten nasibinde varsa o zaten olacak yani.” (Görüşmeci 2, erkek, 43)

Teslimiyet kavramının ilişkili olduğu bir diğer nokta ise “Guruya teslimiyet” kavramıdır. Bu süreç pek çok görüşmeci için çetrefilli ilişkiler ağını ortaya koymaktadır.

“...Benim için gurumdu ve teslimiyet her zaman vardı. Yani bende şey vardır böyle, bir poza girdiğim zaman... Hocam çık de yani artık böyle o pozun içerisindeki mücadelem hat safhaya gelir. Böyle boncuk boncuk terlemeye başlarım. Ama hocam çık demeden o pozdan çıkmam. Bana çık de yani artık çık de hocam diye devam ederim. Yani bende teslimiyet o şekilde.” (Görüşmeci 18, kadın, 36)

Bir diğer önemli kod, “olanı olduğu gibi görme” kavramı üzerinden açıklanmaktadır. Gündelik yaşam içerisinde bireyler sürekli olarak anlam üretme pratiğinin tekrar etmektedirler. Üretilen anlamlardan hangisinin “gerçek” olduğu ise ancak verili anlam setleri içerisinde değerlendirildiğinde bir şey ifade etmektedir. Etnometodolojinin kurucusu Harold Garfinkel’e göre, toplumsal gerçeklik bireylerin gündelik yaşam etkileşimleriyle sürekli olarak yeniden üretilmektedir (Garfinkel, 2006).

Bu yaklaşım, toplumsal düzenin sabit ve dışsal bir yapıdan çok, bireylerin karşılıklı anlam verme pratikleri yoluyla sürdürüldüğünü savunur. Garfinkel’in ifadesiyle, gerçeklik “başka insanlar tarafından tanınabilir ve anlaşılabilir olma” çabası içinde, her an yeniden kurulan bir anlam çerçevesidir. Bir görüşmeci bunu şu şekilde açıklamıştır:

“Ve burada artık günümüzde çok klişe oldu ama olanı olduğu gibi görmek de böyle çok büyük bir söz var. Onun olduğu gibi görmek imkansız gibi bir şey. Olan ne? Bir insana bakıyorsunuz, anne, arkadaş, kardeş, öğretmen, çocuk, baba vs. Ama olan olduğu da o bir insan değil. O çeşit elementlerin bir araya geldiği atomlar ve atom altı parçalık, hatta günümüze bu sicim teorisi falan diye de geçiyor. Kuartların sanki böyle birbirlerine titreşen, kendisiyle titreşen nesnelerin bir araya gelmesi insan aslında. O zaman insanı böyle gördüğünde , o zaman o insana olduğu halinden başka bir anlam atfetmiyorsun. O zaman her insan ayrı. Bir çocuk bir yerde acı çekiyorsa sizin çocuğunuzda da değil farketmez. Bir insan veya bir canlı bir yerde acı çekiyorsa hiç fark yoktur” (Görüşmeci 16, Erkek, 45)

Habermas’ ın en temel varsayımı, bireylerin birbirlerini anlamaya yönelik hareket ettikleridir. Bu aslında onun “İletişimsel akıl” dediği rasyonel bir iletişim biçimine denk düşmektedir. Dolayısıyla anlamaya, algılamaya yönelik her türlü etkileşim dilsel temeller üzerinden yapılandırılmıştır. Böylece dil yalnızca bir ifade aracı değil aynı zamanda bu akılcı iletişim vasıtasıyla hakikati/ gerçeği ve olanı ortaya çıkarma aracı olarak karşımıza çıkmaktadır (Habermas, 2019).

Yoga, kendi içerisinde geliştirdiği felsefesi neticesiyle tüm yanlısamlardan arınıp hakikatin bilgisine ulaşmada öncülük edecek bir yol olarak görünmektedir. Dolayısıyla gündelik yaşantı içerisinde ki tüm olay ve durumların anlamlandırılması olanı olduğu gibi görme felsefesine dayanmaktadır. Aynı zamanda Habermas (2019)’ın toplumu değerlendirdiği iki ana alan dikkat çekicidir. Yaşam dünyası ve sistem içerisindeki girift ilişkiler ağında birey gerçeği olduğu gibi görmek için yaşantı dünyası içerisinde, sistem tarafından baskılanmadan düşünme eylemini gerçekleştirmeyi hedeflemelidir. Böylece sistem tarafından baskılanmamış bir yaşantı dünyasında birey, özgürce iletişim kurabilen ve eleştirel düşünce geliştirebilen bir varlık olarak hakikati görme şansına sahiptir.

Bazı görüşmeciler bu kavramı tartışırken olanı olduğu gibi görmenin aynı zamanda tepkisizlikle açığa çıktığını düşünmektedir.

“Mesela işte bir dönem patlamalar oldu, çocuklar öldü, sansasyon yaratıldı, bilmem ne işte hepimiz çok üzüldük falan. Mesela ben bunu da mantıklı bulmuyorum. Bazen bunu ben de

tabii bu konularda çok konuşuyoruz yakın çevremle. Bazen gaddarca acımasız geliyor benim düşüncelerim ama tabii ki bununla bir alakası yok. Çünkü acımak, merhamet bunlar da insanın zihniyle ilgili olan duygular. Konunun aslında o karmik sistemle bir alakası yok yani merhamet vesaire.” (Görüşmeci 8, kadın, 26)

Tartışmaya açılan merhamet kavramı olanı olduğu gibi görmeyi engelleyen bir kibir olarak yorumlanmıştır.

“Bir de neye göre merhamet? Sen kimsinde merhamet ediyorsun? Yani merhametin çok ince bir çizgisi var. O çizgiyi açtığın anda merhamet artık kibirden gelmeye başlıyor. Çünkü sen... Yani şöyle, zarar vermemek merhametten geliyorsa müthiş. Ama zarar görmüş birine merhamet, kibirden geliyor. Çünkü sen fark etmiyorsun bile bunu bu arada. Aslında o zarar gördü ve sen görmedin. Sen zarar görmediğin için o konuda ona merhamet edebilecek noktada görüyorsun kendini. Aslında herkes aynı. Herkesin sadece yer aldığı yerler farklı. Dolayısıyla merhamet çok ince bir çizgi.” (Görüşmeci 8, kadın, 26)

Olanı olduğu gibi görme fikrinin bir diğer yansıması, yaşanan herhangi bir şeyi olumlu ya da olumsuz olarak nitelemeden kabul etme ihtimalini de içinde barındırmaktadır.

“Her şey olması gerektiği zamanda oluyor. Bu çağda bunun yaşanması gerektiği için bu yaşıyor. İleride bundan bin yıl sonra belki şimdikinden bambaşka bir sistem olacak ve o zaman yaşayanlar dönüp bugüne baktıklarında bizim şimdi keşiflere baktığımız gibi bize bakıyor olacaklar belki de. Her şeyin bir sistemi var... Dolayısıyla bizim şu anda eleştirdiğimiz bir sürü şey de ileride yaşanacak başka şeylere hizmet ediyor olabilir” (Görüşmeci 10, kadın, 27)

Böylece toplumsal olaylara yönelik bakış açısı ve algının da sistemin içerisinde bir durum olarak görme eğilimi, pek çok kaosu çözme seçeneği olarak değerlendirilmektedir. Kabul sistemi, “anomi” nin kabulünü meşrulaştıran bir sistem olarak da işlevselleşebilmektedir. Durkheim’a göre anomi özellikle toplumsal düzenin bozulduğu ve normların zayıfladığı dönemlerde, kendisini boşlukta hisseden bireyin yaşamış olduğu bir duygusal erozyon halini anımsatmaktadır (Durkheim, 2004). Ancak yoga felsefesi itibarıyla olanı bir anlamı olması neticesiyle kabullenme biçimi ile birlikte anomiyi de toplumsal düzenin bir parçası halinde görmektedir. Dolayısıyla yoga, bir panzehir olarak işlevselleşmiş olabilir. Pek çok şeyin dönüşümünün ve bu dönüşüm ihtimalinin sonsuzluğunun kabulü bireyi sendelemiş ve kaybolmuş halinden koparıp gerçekliğin ortasında yeniden konumlandırmaktadır. Olanı olduğu gibi görme, katı kadercilikten net bir çizgi ile sıyrılmaktadır. Çünkü özellikle Göktanrılı dinlerde görmüş

olduğumuz kaderin tayini fikri, yoga felsefesi içerisinde bireyin kendisinin yarattığı bir yolun ifadesidir. Olan ve olacak olanların tayini Tanrı'nın tasarrufunda değil bireyn eyleyişinin arkasındaki niyette hayat bulmaktadır.

1.2 Yoga yolculuğu

Yoga yolculuğu tekdüze bir yolculuk olarak tanımlanmamaktadır. Herkesin kendine özgü biçimde geliştirdiği farklı yol ve yöntemler bulunduğu gibi bu yolda kesişen bazı kavramlarda olmaktadır. Yoga yolculuğu bireyin kendi özünü özgürleştirmeye adanmış olduğu bu süreçte pek çok spiritüel öğretilerde olduğu gibi yolun her aşamasında yolda olmayı benimsemiş bir öğretinin parçasıdır. Yoga yolculuğu içerisinde araştırmanın yapıtaşlarını oluşturan pek çok kod bulunmaktadır. Görüşmecilerin yolculuklarını hangi kodla aktardıkları oldukça önemlidir. Bu kategori içerisinde yoga yolculuğu; “tekamül”, “içsel ve bireysel bir yolculuk”, “öze dönme/kendine dönme”, “köklenme”, “kişisel gelişim ve deneyim”, “farkındalık/iyileşmek” ve “dinginleşmek/sakinleşmek” kodları altında tartışılmıştır.

Yoga yolculuğu içerisinde en sık kullanılan ifadelerden birisi “Tekamül” olmuştur. Tekamül kelime anlamı itibariyle “gelişmek, olgunlaşmak” olarak tanımlanmaktadır. Tekamül pek çok felsefi ve dini öğreti içerisinde geçmekte olan bir kavramdır.

Tasavvuf felsefesinde *tekamül*, insanın manevi yönden olgunlaşması, nefis mertebelerini aşarak ilahi hakikate yaklaşması sürecini ifade etmektedir. Bu süreç, sadece bilgiyle değil, doğrudan yaşantıyla, içsel dönüşümle mümkündür. Tasavvufa göre insan, yaratılış itibarıyla ilahi bir özü taşır ancak bu özü perdelerle örtülüdür. Tekamül, bu perdelerin kaldırılması; yani benlik, hırs, kibir gibi nefsanî yönlerden arınılarak kalbin saflaştırılması anlamına gelmektedir (Kara, 2006). Kişinin kendi olgunluğuna erişmesinde geçirdiği aşamaları ve ilerlemeyi karşılayacak bir içeriğe sahiptir. Bazı görüşmeciler için yoganın içerisinde gerçekleşen bu yolculuk bireyin kendi karmasını tamamlamasına imkan veren bir yolculuk olarak karşılık bulmuştur.

“Evet, verdiğin kararın arkasında durabiliyorsun. Aslında ben 26 yaşımdan sonra şeyi hep çok sevdim, her yaşı çok sevdim. Çok daha değerli kutladım. Onun öncesinde kutladığım doğum günleriyle sonrası çok farklı. Yaprak gibi savrulmadığımı fark ettiğim yaşlar. Karar veriyorum, kararın sorumluluğunu alıyorum ve o sorumluluk üstünde yaşamaya devam ediyorum. Ama tabi yoga da girdikten sonra şey gibi oldu bu. Sorumluluğunu alıyorum bir

de tadını almaya başlıyorum. Yani yaptığım hatayı yargılamadan, kendime şefkat göstererek. Yani çünkü biz insanız. Aydınlanmış olsaydık, aydınlanmış olsaydık bir sürü şeyden muaf olurduk şu an zaten ya da ışık olurduk. Ben hala insan bedeni içindeyim ve hata yapmaya devam edeceğim kendim için. Öğrenene kadar hata yapacağım. Tekâmülümü. Tasavvufta tekâmülü tamamlamak. Yogada işte karmayı tamamlamak için.” (Görüşmeci 18, kadın,36)

Görüşmeci 18’in anlatısı, bireyin yaşla birlikte artan öz-farkındalığını ve bu farkındalığın yoga pratiğiyle nasıl derinleştiğini ortaya koymaktadır. Karar alma ve sorumluluk üstlenme süreçlerinde kendine yönelme, modern bireyin refleksif benlik inşasıyla örtüşmektedir (Giddens, 1991). Yoga ise bu süreçte yalnızca zihinsel bir dinginlik değil, aynı zamanda şefkat, kabul ve öğrenme temelinde ruhsal bir eşlik sunmaktadır. Görüşmecinin hatalara karşı yargısız bir tutum benimsemesi, çağdaş spiritüel yaklaşımlardaki “kendine şefkat” ve “tekâmül/karmik gelişim” kavramlarıyla örtüşürken, tasavvuf ve yoga öğretilerini bireysel bir sentezle harmanlaması da modern spiritüel eklektizmin tipik bir örneğidir (Heelas & Woodhead, 2005). Bu anlatı, spiritüel pratiğin bireyin yaşamına bütüncül bir anlam kazandırma ve benlik dönüşümünü destekleme işlevine işaret etmektedir. Tekâmül sürecine denk düşen her türlü eylem ve zihinsel faktör bireyin daha önce bahsettiğimiz biçimde “Özneleşme” haliyle de yakından ilişkilidir. Dolayısıyla tekâmül süreci bir sonuçtan ziyade aydınlanmaya giden yolun kendisidir.

“ Yani bu bir şekilde kendi tekâmül sürecini tamamlayabilmen için ya da yogayla tanışman gerekiyorsa bu hayatında iyi ya da kötü bir şekilde onunla karşılaşman gerekiyor (Görüşmeci 6, Erkek, 24)

Tekâmül yolculuğu içerisinde bireylerin kavram setleri anlama düzeyleri kişiden kişiye farklılık göstermekle birlikte, reenkarnasyon sürecinin aşamaları açısından da farklı olduğu görüşünü savunan bir görüşmeci için;

“Zaten sonrasında herkesin kendi tekâmül yolculuğu. Kimisi bugün inanacak. Kimisi anlayacak. Daha doğrusu inanç doğru bir kelime değil. Kimisi belki 5. enkarnasyonunda anlayacak. Başka başka hayatlar deneyimleyecek. Çünkü hepsi bir yol. Hepimiz belli aşamalardan geçiyoruz. İşte ben bugün bu bilinçteysem, sen bugün bu bilinçteyken geçmiş enkarnasyonlarımızda yaşadığımız bir sürü deneyimlerin getirdiği bir şey bu bilinçte olmamız. Dolayısıyla hiç kimseye kıyamayız” (Görüşmeci 8, kadın, 26)

Yoga felsefesi içinde konumlanan bireysel yolculuk anlayışı, geleneksel dinî aktarımlardan farklılaşan bir yön taşımakta ve bu fark, bireylerin yoga pratiğini tercih

etmelerindeki temel motivasyonlardan biri olarak öne çıkmaktadır. Katılımcı anlatılarında yoganın nihai bir hedefe ulaşmaktan ziyade, “yolda olma” deneyimini değerli kılması dikkat çekicidir. Bu yönüyle yoga, bireyin kendi tekâmül sürecinde, korkuya ya da cezalandırıcı bir ilkeye dayanmayan, özgürlük temelli bir arayış pratiği olarak konumlanmaktadır. Korkularla değil, içsel merak ve farkındalıkla sürdürülen bu yolculuk, bireyin yoga ile kurduğu bağın duygusal ve düşünsel düzeyde daha derinleşmesine katkı sunmaktadır.

“Yoga'ya daha yakın hissettim. Yani şöyle, eğer doğruysa bile belki de böyle olmamalıydı. Yani şey yok mesela yogada, cennet, cehennem kavramı yok. Yanacaksın, işte biteceksin, işte günah. Diyor ki sana, sen ne yaparsan kendine yapıyorsun. Bu senin tekâmülün, bu senin hayat yolculuğun. Sen iyi de kötü de ne yaparsan bu hayatta kendine yapıyorsun.” (Görüşmeci 22, kadın, 37)

Pek çok görüşmeci için yoga yolculuğu insana sunduğu özgürlük alanlarıyla öne çıkmaktadır. Yogi (yoga yapan kişi) olmak yoga felsefesinin içerisinde belirlenmiş olan kurallara uymadığın anlarda bile bu yolculuğun bir parçası olma halinin sürdürebilme imkânı dolayısıyla oldukça kıymetlidir. Yoga felsefesinin aşamalarına ve gerekliliklerine sıkı sıkıya uymanın bireyin yolunu güçlendirdiği ve kolaylaştırdığı savını akılda tutarak bunun mümkün olmadığı zamanlarda dahi bireylerin kendilerini bu felsefenin içerisinde var olması önemlidir. Bazı görüşmeciler için arzular, yoga felsefesi dışında hareket etmeyi de mümkün kılan bir insani değer olarak karşılanmaktadır.

“İçimizde arzu yandığı zaman, onu o anda söndürmemiz lazım. Yani bu pervasızca değil tabii ki de. Ama eğer arzu kıvamındaysa yani o hazi söndürmeden zihni sakinleştirmemiz mümkün değil. Yani hep insan olduğumuzu hatırlayarak, tekâmül sürecimize ulaşmak için çabalayarak devam etmemiz gerekiyor.” (Görüşmeci 18, kadın, 36)

Bireyin arzu ve haz ile kurduğu ilişki üzerinden spiritüel dönüşüm sürecine dair önemli bir içgörü sunmaktadır. Arzunun bastırılması değil, fark edilerek dönüştürülmesi gerektiğine dair bu yaklaşım, yoganın zihin ve beden disiplinine dayalı etik çerçevesiyle uyumludur. Katılımcının “haz söndürülmeden zihni sakinleştiremeyiz” ifadesi, yoga felsefesindeki vairagya (arzudan vazgeçme) ve niyama (öz disiplin) ilkelerini çağrıştırmaktadır. Ancak bu süreç katı bir reddedişle değil, insan olmanın sınırlarını kabul eden bir şefkatle yürütülmektedir. Bu bakış, bireyin tekâmül sürecini ceza ve günah merkezli geleneksel anlayışlardan ayırarak, öz-farkındalık ve içsel denge temelli bir ilerleyiş olarak tanımlamasını sağlamaktadır. Böylece yoga, bireyin arzularıyla mücadele

değil, onları tanıyarak aşma pratiği olarak konumlanmakta; bu da çağdaş bireyin kendilik yolculuğuna hem etik hem de psikolojik bir derinlik kazandırmaktadır.

Yoga, içerisinde farklılaşan uygulamaları olmakla birlikte “ asana, duruş” pratiklerinin de yoğun olarak uygulandığı bir çeşit beden ve zihin terbiye sistemi olarak görünmektedir (Akkaya, 2015). Görüşmeler esnasında da sıklıkla açıklanan fark noktası ise yoganın yalnızca bedensel bir pratik olmanın ötesinde bireyin içsel yolculuğuna yönelik atıflar olmuştur. İçsel yolculuk, özünde kişinin kendini tanıması ile başlayıp kendini tanıması ile sonlanan bir farkındalık sistemi olarak görünmektedir. Bu açıdan bireyin kendine olan yolculuğu yoga felsefesinin spiritüel açıdan diğer beden çalışmalarından ayıran bir faktördür.

“Yani işte atıyorum bot diye tabir edilen manipura çakrası güçlenmesini sağlayan pozun aslında bizdeki teaser pozu olduğunu zaten aynısıymış diyorum. O işte plank yine plank. Çok farklı bir şey yok. Sadece bu sistem içerisinde biz diğer egzersizlerde, ben diğer egzersizlerde herhangi bir pozu çalışırken ya da çalıştırırken birisine öğretirken o poza manevi bir anlam yüklemiyor. Yani bu pozun amacı ya da bu pozun niyeti ileriye bakabilmek. İşte bu pozun amacı içine dönebilmek. Ondan sonra, çünkü yogadaki asanalar bölümünün diğer egzersizlerden ayrılan kısmı buydu.” (Görüşmeci 2, erkek,43)

Yogayı salt bir egzersizden öteye götüren dini motivasyonu onu spor salonlarında ki her hangi bir spordan öteye taşımaktadır.

“Dolayısıyla tabii ki yoga yaptığın zaman dinginleşiyorsun ve sakinleşiyorsun. Çünkü gerçek bir yoga pratiği zaten seni buna yönlendiriyor. Pratiği zihinle yapıyorsun. Az önce anlatmaya çalıştığım şey de oydu. Beden pratiği zihnini yönetmediğin sürece anlamsız. Herhangi bir fiziksel egzersizden ileriye gitmez. Yani nasıl işte maçlardan önce açma, germe, ısınma, stretching yapıyoruz aynı şey olur. Çünkü orada odaklandığımız şey maç. İçsel durumumuzla ilgili bir şeye odaklanmıyoruz, hareketlerimizi düşünüyoruz, taktikleri düşünüyoruz... Aslında tam olarak orada ayrılıyor zaten. Yani spor olmayışının sebebi işte bir antrenman olmayışı, bir müsabaka, bir yarış olmayışı ve tamamen içsel bir yolculukta olmam. Dolayısıyla tabii ki pratik insanı dinlemiştir.” (Görüşmeci 8, kadın, 26)

Bireylerin yogayı içsel ve bireysel bir yolculuk olarak içselleştirmesi aslında toplumsal bir gerçeklik inşasının tezahüründen başka bir şey değildir. Öyle ki Berger ve Luckman (2015)’a göre toplumsal gerçekliklerin inşası üç süreçte gerçekleşmektedir. İlk olarak insanlar eylemleriyle dünyayı üretir yani dışsallaştırırlar, daha sonra üretilen bu yapıların nesnel gerçekliklerinin kabulü söz konusu olmaktadır. Ve son olarak üretilen bu yapılar içselleştirilerek kendi kimliklerinin bir parçası haline gelirler. Bu teorik bilgilerin

ışığında yoganın içsel bir yolculuk olarak sunumu, sosyal olarak inşa edilmiştir. Bu sunumu kültürel bağlamlar, pazarlama ve medya stratejileri ve hatta belirli bir sosyal sınıfın ihtiyacına göre şekillenmiş olduğunu söylemek mümkündür.

Yoga yolculuğu içerisinde katılımcıların en çok vurguladıkları nokta kendilerine ait ve kendileri tarafından çizilmiş bir yol olduğu inancıdır. Böylece esasından toplumsal norm ve kurallar tarafından şekillendirilmemiş bir yaşantıyı tercih etme konusunda oldukça ısrarlı görünmektedirler. Bu yolun biricik olduğuna ilişkin vurguları kendilerine ait bir alan yaratma iddiasını da taşımaktadır.

“Ben ona hep şey diyordum ya yollar aslında farklı olsa da aynı yere çıkıyor. Sen istersen yokuş de. Sen bana diyorsun ki bak, hani... Doğrusu bu, bak burası dümdüz bir yol. Taşlık yok, hiçbir şey yok bak. Burası kestirme. Ama ben diyorum ki ben yokuş olan taraftan gitmek istiyorum. Ben ayağıma taşlar batsın, çakıllar batsın istiyorum. Ben bunu yaşamak, bunu deneyimlemek istiyorum. Ben yolumu yokuşa sürmek istiyorum. Sana göre ama. Hani sana göre. Bana göre değil, bana göre çok keyifli. Acı çekmiyorum ben bu yolda yürüdüğüm için. Ama sonuçta geldiğimiz nokta aynı. Aynı kapıya çıkacağız. Yani sen neyi düşünürsen, neye inanırsan inan. Ben asla bunu yargılamıyorum” (Görüşmeci 22, kadın, 37)

Görüşmeci 22’nin anlatısı, bireyin spiritüel yolculuğunu öznel deneyim üzerinden anlamlandırdığını ve farklı yolların aynı hakikate ulaşabileceğine dair çoğulcu bir anlayışı benimsediğini göstermektedir. Bu bakış açısı, Yeni Spiritüellik literatüründe sıkça karşılaşılan “içsel otorite” ve “deneyimsel hakikat” vurgusuyla örtüşmektedir (Heelas,2008). Katılımcı, zorluk ve çileyle örülü bir yolu bilinçli olarak seçmekte, bu seçimi “acı” yerine “keyif” olarak tanımlayarak bireysel tekâmülünü deneyimsel bütünlük üzerinden kurmaktadır. Aynı zamanda, başkalarının yollarını yargılamayan, çoğulcu ve kapsayıcı bir tutum benimsemesi, post-seküler dönemde bireyler arasında yaygınlaşan bireyselleşmiş ama hoşgörülü inanç biçimlerinin bir göstergesi olarak okunabilir (Taylor, 2012). Bu yaklaşım, bireyin spiritüel yolculuğunu hem özgür irade hem de öz-farkındalık temelinde yapılandırıldığını, farklılıkları ise çatışma değil, tamamlayıcılık olarak gördüğünü ortaya koymaktadır.

Bir diğer görüşmeci için yoga kendine doğru bir yolculuktur, kendine sevmek, kendini keşfetme ve aslında yeniden özneleşme sürecini de hatırlatmaktadır. Giddens için “kendine yolculuk” fikri, bireyin kendi yaşamını anlamlandırma ve yön verme çabasından öte bir şey değildir. Böylelikle bireyin sürekli olarak yeniden kurguladığı bir “kendilik teknolojisi” olarak işlev görmektedir (Foucault, 2013).

“Ama beni işin içine çeken şey tamamen bu felsefe tarafı. Yani ben pratiklerimle yaşadığım o yoğun duygusal hikayeler ve kendime olan yolculuğum, yoga kişinin kendine olan yolculuğudur çünkü. Kendime olan yolculuğumda kendimi tanımaya başlamanla ilerlemeye başladım. Zaten yoganın felsefesinin içine girdiğinde çok derin ve çok büyük anlamlar var. Ama her şeyden önce sana seni anlatıyor. Yani ne olduğunu anlatıyor. Bedenin her uzvunun insanın yaşamında ve duygusal hikayesinde bir yeri var. Ve sen bunları gerçekten yaşamaya başlıyorsun hayatın içinde, o anlatılan şeyleri. Ya da matın içinde. Matın senin hayatındır gibi bir kavram vardır yogada. Gerçekten matımız bizim hayatımız. Çünkü matın içinde sergilediğin bütün tavırlara dönüp baktığında aynısını dışarıda da yaparız. Biz çok aceleci bir insansan koştur koştur pozları yapmaya çalışıyorsun. Ya da hayatta sürekli zorluklarla mücadele eden bir tipsen, hep zorun içindeysen mesela, hoca aslında çok basit bir şey söylerken sen zor olanı yapıyorsun mesela ya da işte duygusal bir şey yaşadığında mesela bedenin duygularının biriktiği yerlerde falan. Onları o kadar iyi görebiliyorsun ki hani o sıkıştığın yerleri. Evet diyorsun burada bir şey var yani. Burada benim hayatıma dokunan, benim hikayeme dokunan bir şey var.” (Görüşmeci 10, kadın, 27)

Yoga öğretisi içerisinde yolculuk temasının ötesinde bireylerin “öze dönme” kavramı üzerinden açıklamaları ilgi çekicidir. Görüşmeci için yoga felsefesi, yalnızca bilgi değil, yaşantı aracılığıyla içselleştirilen bir kendini tanıma sürecidir. Bu da yoga pratiğini, bireyin yaşam öyküsüyle iç içe geçmiş bir varoluşsal keşif alanına dönüştürmektedir. Öyle ki geç modern toplumda bireylerin kendi kimliklerini oluşturabilmek için sürekli olarak sormaları gerektiği “kimim ben?” sorusu öne çıkmaktadır. Giddens (1999)’a göre birey bu toplum düzeninde kendi kimliğini korumak üzere sürekli olarak bu soruyu yinelemek zorundadır. Bu çaba aynı zamanda yansıtıcı bir eylem olarak karşımıza çıkmakta ve sürekli değişen koşullar altında birey kimliğini sürekli olarak yeniden üretmek ve korumak zorunluluğuna düşmektedir (Giddens, 2010).

“Ben yoga yaparken çok mutlu hissediyorum. Bence gene bunun da en büyük etkisi kendime çok az vakit ayırabiliyorum ve yoga yaparken kendime hep teşekkür ediyorum. Kendime bu alanı açtım. Şu an matındasın ve kendinle ilgileniyorsun. Özdeğer. İnanılmaz ve özdeğer. İçini dinleyebiliyorsun, bir şeylerden kaçmıyorsun ya da kaçtığın şeyleri o anda kaçamıyorsun.” (Görüşmeci 7, kadın, 24)

Böyle bir bağlantı bizi akışkan modernite kavramına doğru itmektedir. Bauman (2018)’a göre modern toplumun katı kurallarla bezenmiş bir yapı değil, akışkan bir haldedir. Akışkanlık burada birbirinin içine geçmesi esneklik, özgürlük, kaygan bir zeminde dolaşım gibi pek çok kavramı çağrıştırmakla birlikte bir güvensizlik ve belirsizlik düzenine de işaret etmektedir. Böylesi hızlı değişen sosyal koşulların içerisinde

kimliklerde payına düşeni almış ve sürekli olarak yeniden tanımlanmanın ürünü olarak karşımıza çıkmıştır. Böylelikle yeni akışkan toplum modeli üzerinde pek çok yapının krizi tartışılabileceği gibi “kimlik krizi” de önemli bir tartışma alanı açmıştır. Bauman (2017) için bu kriz içerisinde bireyler bir mücadele alanı olarak “kendine dönme” fikri ile kimliklerinin farkına varma girişiminde bulunmaktadır. Kendine dönme aynı zamanda gerçek benliğini ortaya çıkarmak istemiyle de ilgilidir.

“Kaçış ve savunma alanı. Kalkan oluşturuyor kendisini. Çünkü diyorum ya ben kendi ilişkimden biliyorum. Bu benim diyen artık, ben böyle mutluyum diyen artık, ben kendimi seviyorum diyen artık bir birey oluşturuyor sana. Bir profil sunuyor. Bununla diyor güçlü olabilirsin diyor. Sen artık kendine sahip çıkmalısın diyor. Diyor ama bu öyle değil ki” (Görüşmeci 2, erkek,43)

Kendine dönme motivasyonu bazı yogiler için kendi merkezinde kalma ve kendini görme anlamı da taşımaktadır.

“En mesela belirgin, benim düşündüğüm, baktığım, mesela ben eşime çok bağımlı biriydim. Bağlı değil, bağımlı biriydim... Bir gün dedim ki eşime, sen artık benim merkezimde değilsin dedim. Evet, ben seni hala çok seviyorum dedim. Başka bir şey dedim. Ama dedim bugün hayatımdan çıkacak olsan ki bu çıkmak sadece ayrılmak boşanmak da değil. Ölebilirsin de yani. Ben dedim elbet ki çok üzüleceğim, çok yara alacağım. Ama artık yola nasıl devam edeceğimi biliyorum ben galiba dedim. Ben yolu nasıl yürüyeceğimi öğrendim galiba dedim tek başıma... Aslında bu merkezde olma durumu çok önemli. Çünkü öyle bir şey yaşıyoruz ki hayatta, o merkezde kalamıyoruz. O kadar çok oraya, buraya, şuraya gidiyoruz ama kendi merkezinde kalamıyorsun. Kendi merkezinde kalamadığın zaman kendinle ilgili ya da çevrenle çatışmalar başlıyor. Oraya dönemiyorsun bir türlü çünkü. Kendini bulabildiğin yere dönemediğin zaman, merkezine gelemediğin zaman kopuyor her şey.” (Görüşmeci 22, kadın,37)

Kendi merkezine dönme fikri, Touraine’nin modern dönem eleştirisi içinde tahlil ettiği biçimiyle neoliberal düzen ve sistemin karşısında neredeyse tüm yaratım gücünü yitirmiş ve hızla dönen çarkın dişlilerinden biri haline gelmiş edilgen bireyin, yeniden özneleşme süreci olarak da görünebilmektedir. Bireyin kendini merkeze alarak kendi kaderini tayin edebilmek arzusunun tekrar gündeme gelişi yoga ile hayata tutunmuş pek çok birey açısından çıkış noktası olmuştur (Touraine, 2002).

“Hani kendime bakmama, hep bir hayatta mücadele, hep bir yaşamsal mücadele, işte aileyle mücadele, arkadaşlarla, ilişkilerle mücadele falan. Hep böyle bir yerden yaklaştığım için kendimi kaçıryordum. Kendime dönüp bakmıyordum aslında. Dönüp kendime bakma

halimi sağladığı için de bu büyük değişim gibi görünüyor aslında dışarıdan. Evet kendi içimde de öyle.” (Görüşmeci 10, kadın, 27)

Kendini tanımak yalnızca kendi değerinin farkına varma şeklinde değil, kendine güvenme halini de içinde barındırabilmektedir. Özgüven gelişimi sahnede kendin olmanın en saf hali olarak adlandırılabilir (Goffman, 2020).

“O kendini sevmek yani hani böyle çok basit bir cümle gibi geliyor. Ama o kadar değerli ki. O kadar değerli ki. Çünkü mesela... Bir insan neden kıskanır? Mesela eşini, kocasını, sevgilisini. Çünkü aslında kendinde o değeri hala bulamamıştır. Hala kendinde o güveni yoktur yani. O gölge yanında hala duruyorsa sende, sen demek ki hala orayı yontmadığın için Kendinde o güveni bulamadığın için kıskanıyorsun.” (Görüşmeci 22, kadın, 37)

Bir diğer görüşmeci için;

“Aslında şöyle diyebilirim. Hayat tarzını şekillendirme anlamına çok katkısı oldu. Zaten esas mesele bence burada birazcık. uyku düzeninden yemeği içmeye kadar, insanlarla kurulan ilişkiye, dış dünyayla kurulan ilişkiye aldığımız etkine geliyorsa, ona hangi tepkileri veriyoruz, bunları yönetebilmeye. Yoga'ya başlamadan önce ki zaten hani bence Yoganın en güzel yanlarından birisi. Hani vücudunu çok güzel şekilde tutuyor. Çünkü direkt kaslarını geliştirdiği için. Ve duruşunu da düzeltiyor. Duruşun düzeldiği için kendine güvenin de geliyor.” (Görüşmeci 16,erkek,45)

Yoga yapmak için ihtiyaç duyulan tek materyalin “beden” olması, yoga yapma motivasyonları içinde yalnızca kendine ihtiyaç duyulmasıyla benzeştiği görünmektedir. Yalnızca kendisiyle kalan birey hiçbir materyali olmaksızın yoga felsefesinin derin denizlerinde rahatlıkla gezme özgürlüğünü taşımaktadır.

Bir diğer kod olan köklenme fikri aidiyetle yakından ilişkilidir. Bireyin içinde bulunduğu duruma, gelenek ve göreneklerinden etkilenererek büyüdüğü topluma, mekânsal ve zamansal olarak ilişkiler kurduğu toplum tipine olan bağlılığı ile ilgilidir. Tönnies (2020)’in Gemeinschaft ve Gesellschaft kavramlarında da ayrıntılı olarak incelendiği biçimiyle toplumlarda aynı inşalar gibi değişim ve dönüşüm sürecine tabiidir. Dolayısıyla cemaat tipi organize olmuş ilişkiler ağı ile cemiyet tarzı yapılanma içindeki bireylerin kendilerine kurdukları aidiyet mekanizmaları da değişkenlik göstermektedir. Genellikle cemiyet tipi toplumlarda görülen ayrışmalarda ilişkilerin yüzeyselleşmesi, topluma ait köklenme hissiyatının da azaldığını göstermektedir. Dolayısıyla bireylerin kurduğu ilişkilerin sıradanlaşması ve daha dolaylı iletişimlerin aktif olması kişilerin ait olma hissiyatını da zedelemektedir (Tönnies, 2020).

“Bedenime iyi geliyordu. Fiziki olarak ama ruhsal olarak o enerji beden çalışmaları, işte o spritüel dediğimiz bakış açılarını bir türlü konumlandıramadım ben. Hala konumlandıramıyorum ve artık burada netim yani... Pergel örneği. Yani ben bu topraklarda dünyaya geldim. Benim bir ayağımın yani kök çakra diye tabir edilen işte bir kökümün, bir tarafımın bu topraklara net bir şekilde basıp buradaki gelenek, görenek, savaşlar, ihanetler, işte askeri, ekonomi bir sürü hikâyelerin içerisinde şekillenerek büyüyüp gelişmesi. Diğer ayağımın belki pergelin diğer tarafının işte serbest bir şekilde dünyayı dolanması, ülkeyi dolanması, bakış açısına bağlı olarak... Ama gördüğüm menü şuydu, başlangıç noktası için konuşuyorum, uçuşan böyle kelimeler, cümleler, bakış açıları... Yere basmıyor. Yani ikisi de havada. Sabitlik arıyorum çünkü çakra sistemi var mesela bu felsefede. Sonra oralarda çatışmalarım başladı açıkçası.” (Görüşmeci 2, erkek,43)

Pergel metaforu üzerinden düşünecek olursak, bireylerin yoga ile kurduğu bu derin bağı açıklamak için oldukça işe yarar görünmektedir. Doğduğu topraklar neticesiyle çok uzaklardan gelmiş olan bu öğretinin pek çok birey için dönüştürücü ve kapsayıcı bir tarafı bulunmaktadır. Kişiler yoga ile kurdukları bağı köklenmelerine yönelik farkındalıklarını artırması neticesiyle de oldukça önemsemektedir. Bireyler içinde yaşadıkları ortama, mekâna ve daha ziyade insanlara köklenmenin bir yanılgı olduğu savını paylaşmaktadır. Bu yanılgı başlangıçta tartıştığımız itibariyle kendine dönme ve kendini bulma fikri ile yakından alakalı olduğu görünmektedir.

“Köklenmek senin için ne anlam ifade ediyor? İlk derslerde hoca böyle bir şey sormuştu. Yazmıştım ben de. Şey demiştim yani işte bir ortama köklenmek, bir sevdiğim insanlara köklenmek, bir olana köklenmek. Ne bileyim. Birilerine köklenmek falan gibi işte o kendimi rahat hissettiğim, mutlu olduğum ortama köklenmek falan gibi şeyler yazmışım. Eğitimlik eğitiminin son modülünde inzivada işte böyle 6-7 ay sonra bu soruyu şey oluyordu sabah 9'dan işte öğlen 1'e 2'ye kadar sessizlik halinde oluyorduk ve kendimize dönüyorduk. Orada şöyle bir şey yaşadım mesela işte oda arkadaşın var çok samimisin falan akşam yatarken harika her şey müthiş eğleniyorsun falan sabah uyanıyorsun birbirinin gözüne bile bakmıyorsun yüzüne bakmıyorsun sanki hiç tanıımıyormuşsun gibi. O, insanı ve bende her şeyin geçici olduğunu gösterdi bu bana ve o soruyu yine sorduğum zaman köklenmek ne demek diye o sefer şeyi gördüm. Yani önce kendine kökleneceksin kendini bulacaksın ve gerçekten neye köklendiğini farkında olacaksın ondan sonra çevren oluşacak zaten sana gelecek yani sen önce kendini olarak her halde en saf halinle Aslında yoga da bize birazcık daha bunu yapmaya çalışıyor ya diğer bedensel pratiklerden farklı.” (Görüşmeci 14,erkek,33)

Aynı zamanda yoga ile kurulan ilişkide kişilerin yaşadığı inziva deneyimleri köklenme kavramına ilişkin yeniden düşünme imkanı sunmuştur.

“Sen başka bir dünyadasın, ben başka bir dünyadayım. Bence enteresan da bir deneyimdi yani işte bu. Orada şeyi gördüm yani her şeyin geçiciliğini çok net anladım mesela. Ve işte o yüzden insanlara köklenmek hep bir üzüntü, azap getiriyor. Ne bileyim bir ortama, bir çevreye. Değişebilecek her şeye aslında köklenmek üzüntüyü de muhakkak beraberinde getiriyor gibi bir yer var yani.” (Görüşmeci 14, erkek, 33)

Yoga tüm içeriği ve felsefesi ile bireysel bir yolculuğu anlatırken bu deneyim kendini sürekli geliştirdiğin bir deneyim alanını da anlatmaktadır. Yogilerin bireysel dönüşümlerine öncülük eden yoga, pek çoğu için yaşamlarında çok önemli kırılma noktalarını ifade etmektedir.

Aynı zamanda kişisel gelişim Michel Foucault (2013)’nın “kendilik teknolojileri” kavramı üzerinden de tartışılabilmektedir. Özne, bilgi ve iktidar arasında yaşanan gerilimde bireyin kendini nasıl kurduğu ve biçimlendirdiğini incelediğimizde Foucault’a göre tarihsel olarak dört teknolojinin tanımlandığını görmek mümkündür. Bunlardan ilki “üretim teknolojileri” ile tarım, sanayi vb. sayesinde nesneler üretmemizi sağlayan teknolojilerken, ikincisi “işaret teknolojileri” anlam üretimini dil ve semboller aracılığıyla sağlayan etkileşimlerdir. Üçüncü olarak karşımıza çıkan “iktidar teknolojileri”, inşaları kontrol altına almak ve yönetmek adına geliştirilen hukuk, devlet ve disiplin mekanizmalarıdır. Dördüncü ve son aşamada ise “kendilik teknolojileri” olarak gördüğümüz, bireyin kendini dönüştürme ve geliştirme imkanını içerisinde bulunduran meditasyon, yoga, perhiz gibi içerikler karşımıza çıkmaktadır. Böyle bir oluşum bireyin hem içsel motivasyonunu ön plana çıkararak kendilik halini ürettiği ancak aynı zamanda içsel bir otorite ile bireyi toplumsal normlara uygun bir hale getirdiğini anlatmaktadır. Hatta Foucault için psikoloji gibi bilim dallarının da etkisiyle bireyin kendini sürekli gözlemlemesi ve zihin ve beden terbiyesi ile özdenetimsel bir iktidar mekanizması kurduğu tartışılmaktadır. Kendini geliştirme ve tanıma yolunun etik bir özne olarak yaşam sürmenin yanında kendini sürekli “verimli” kılmayı hedef eden neoliberal bir özneye dönüştürme baskısına yönlendirildiği düşünülmektedir. Dolayısıyla “kendini iyileştirme” sürecini eleştirel biçimde “kendini sürekli geliştirerek disipline et” yargısına sürüklenme ihtimalini bulundurmaktadır. “Daha üretken olmak için meditasyon yap” ya da “kendini daha iyi tanımak için yoga yap” motivasyonu birey için yeni bir iktidar ağını doğuruyor gibi görünmektedir (Foucault, 2013)

“Duygularımı çok kontrol edebildiğimi düşünmüyorum. Yani sinirimi çok üst yaşayan ya da duygusallığı çok üst yaşayan biriydim. Ve kesinlikle yoganın buna iyi geleceğini

düşünmüyordum. Hiç bunu beklemiyordum. Ben sadece yoga yapmak istiyorum. Çok güzel bir aktivite ve hayatıma bana iyi gelir diye düşündüm. Ama 6 ayın sonunda, bu arada şu an onu da üzülüyorum.. 6 ayın sonunda gerçekten duygularımı kontrol edebildiğimi, yeri geldiğimde ağlamam gerektiğini, böyle çok duvar gibi bir insandım. İnsanlara duygularımı belli edersem çok güçsüz görünürüm sanan biriydim ve yoga Birden beni pamuk şekerine dönüştürdü. Hatta biraz fazla dönüştürdü. Artık her şeye ağlıyorum. O dönüşüm benim için çok kıymetli. Ve bunu kesinlikle yoga sayesinde yaptım Ama benim böyle bir kilidim varmış ve bu kilit açıldı diyebilirim yani.” (Görüşmeci 9, kadın, 29)

Bir diğer dikkat çeken nokta ise kendini geliştirme sürecinin bahsedilen manada bir süreklilik arz etmesi ile ulaşılmak istenen nihai hedef olarak karşımıza çıkmasıdır. Kendinin en iyi halini keşfetme arzusu oldukça dikkat çekicidir.

“Yani şöyle mesela... Ben bir... Nasıl söyleyeyim? Keşif olmayacağım. Yani bu değil zaten benim buradaki yolculuğum. Eğer öyle bir şey istesem zaten bütün bunlardan... Ya bu kahveyi bile içmemem lazım. Bu da bir arzu çünkü yani. Bir ihtiyaç değil. Yani bir keşif olma yolunda bir şeyim, hedefim yok. Sadece kendimin en iyi versiyonunu nasıl bulabilirim? En iyi versiyondan nasıl ulaşabilirim? Kendimi nasıl geliştirebilirim? Kendi modifikasyonlarımdan nasıl kurtulabilirim? Bunun için bana ne iyi geliyor? Bana ne iyi hissettiriyor? Bunun peşindeyim ben aslında” (Görüşmeci 22, kadın,37)

Yoga yapan bireyler için duygularını kontrol edebilme imkanı oldukça çarpıcı bir dönüşüm olarak görünmektedir. Duygularını kontrol edebilmenin yanı sıra bedenini kontrol edebilme yetisinin de kazanıldığı bir süreç göze çarpmaktadır. Ancak deneyimlerin ve yoganın kişisel bir gelişime yönelmesi oldukça önemlidir. Öyle ki gelişimin olumluya yönelik olduğu dair çağrışım bireylerin yogayla kurduğu ilişki ağının da bir iktidar ağını taşıdığı sorusunu tartışmaya açmaktadır.

“Ben bunu deneyimlemek istiyorum, deneyimliyorum. Mesela hani vücudumun neler yapabileceğini, sınırlarını zorlayarak deneyimlemek istiyorum.” (Görüşmeci 9, kadın, 33)

Görüşmeci 9’un ifadesi, yoga pratiğinin beden üzerinden yürütülen bir deneyim alanı olarak nasıl anlam kazandığını ortaya koymaktadır. Katılımcı için yoga, yalnızca bir rahatlama ya da içsel denge aracı değil, aynı zamanda bedensel kapasitenin sınanması ve sınırların zorlanması yoluyla benliğin keşfi sürecidir. Bu yaklaşım, çağdaş bireyin bedenle kurduğu ilişkinin dönüşümünü yansıtmaktadır: Beden artık edilgen değil, deneyimlenen, kontrol edilen ve potansiyelleri zorlanan aktif bir özne alanına dönüşmektedir (Turner, 1996). Bu durum, hem beden sosyolojisi hem de özneleşme süreçleri bağlamında değerlendirildiğinde, bireyin yoga yoluyla kendilik deneyimini

somatik bir keşif ve güçlenme alanı olarak kurduğunu göstermektedir. Bir başka görüşmeci için;

“Pek çok şey değişti yogadan sonra. Ekonomik anlamda değil, böyle bir bakış açımı değişti diye düşünüyorum açıkçası. Sanki böyle daha olumlu bakıyor gibi hissetmeye başladım. Ya da daha sakinleştim diyebilirim. Yani bence şunun da tatmini var orada. Ben bir şey yapıyorum ve bir şeyi düzenli yapıyorum. Bir şeyleri başarıyorum demek bence zihinsel olarak etkiledi, psikolojik olarak. Onun tatminkârlığı vardı yani. Daha böyle bir şeylerden tatmin olduğum için. Farklı şeyleri ben deneyebilirim. Aslında hani benim de böyle yapabileceğim, başarabileceğim şeyler varmış değil. Aslında böyle hatta tam böyle sadece yoga ile yetinmeyip, ben başka şeyler de denemeliyim o zaman gibi o tür bir şeye yönelttim mesela...” (Görüşmeci 13, kadın, 32)

Pratiğin sürekli olarak devam ettiği bu hikaye de beden gelişmesi oldukça kritiktir.

“Sabah 10'da pratiğe gidiyordum. Aralarda tekrar oturup okumaya devam ediyorum. Pratik devam ediyor. Ve kendimle kalmanın inanılmaz böyle bir sakinliğiyle. Hep kendimleyim. Yogadan çıkıyorum, oturuyorum, okuyorum yoga üstüne. Kendimi gözlemliyorum. Öğleden sonra bir daha pratik var, akşam bir daha var, akşam bir daha var. Devam ediyorum pratiklere. Tabi beden olarak da gelişmeye. Açık bir yer orası. Yani ne kadar pratik yaparsan.” (Görüşmeci 18, kadın, 36)

Bir başka görüşmeci için bu yolculukta değişim bedenin sürekli olarak pratik yapmasıyla yakından ilişkilidir.

“Diyorum ki ben değişiyorum ya, bana bir şeyler oluyor. Daha önce mesela yaklaşımım, tepkilerim böyleydi. Şimdi daha farklı. Eşim de bunu gözle görülür bir şekilde fark etmeye başladı. Ya bir şeyler oluyor ama ne oluyor? Bunun ne temeli ne? Yani bu yaptığım hareketler mi beni bu noktaya getiriyor? Bu işin felsefesi ne? Evde ben her gün, her gün demesem bile haftanın 3-4 günü... Aslında her gün yapmadığımda ben kendimi pratik yapmış saymıyorum, haftanın 7 günü yapmadığımda. Ama 4-5 gün muhakkak pratiğim var. Bu meditasyon, nefes çalışması ve asana pratiği...” (Görüşmeci 22, kadın, 37)

Tüm bunların yanında yoga da kurallara bağlı kalarak kendi yolunu bulman gerektiğini düşünen yogilerde bulunmaktadır. Aynı zamanda bireyin habitusu çerçevesinde şekillenen kendine yatırım stratejisi olarak karşımıza çıkmaktadır (Bourdieu, 2015).

“Bakış açın değişiyor. Kendi tarzını oluşturup orada bir rahatlama anı bence yoga. Kurallara bağlı kalmak lazım. Evet. Ama kendi yolunu bulman lazım.” (Görüşmeci 17, kadın, 48)

Başka bir açıdan “farkındalık” en temel manada bireyin çevresi ve kendisine yönelik olup bitenleri anlama ve algılama girişimi olarak düşünülebilmektedir. Farkında olmanın temel motivasyonunun bir şeyleri dönüştürmek ya da mevcut gidişata yönelik bir değişim talebi olmasa dahi bilme girişiminin kendisine esas alan bir yönelimi bulunmaktadır. Herbert Mead (2019) için bu kavram bireyin toplumsal etkileşim yoluyla kendisini ve başkalarını ve hatta etrafta olup bitenler anlama süreci olarak değerlendirilmektedir(Öztürk, 2019). Sembolik etkileşimcilik teorisi olarak da adlandırabileceğimiz bu teori içerisinde benlik, toplumsal olarak üretilen bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Dolayısıyla farkına varmak bunun toplumsal karşılıklarını da bilmeyi içermesi nedeniyle oldukça etkileşimci bir mekanizma sunmaktadır.

“Yani işte artık böyle etrafa öğrendiğim bilgiler çerçevesinde çok dar bir şeyini öğrenmiştim. Hani hala daha öğrenciliğimiz hep devam eder deriz. Hala bilmediğimiz çok şey var ama... Hani daha farkındalıklı bakmaya başladım. Günlük yaşadığım olaylarda bir şey aramaya başladım. Yani hemen niye böyle oluyor ya, niye bu benim başıma geliyor diye sinirle ve tepkisel bir şekilde değil de hani demek ki bu bana bir şey öğretecek. Dur bakalım sakın ol, hemen sinirlenme veya işte planladığın gibi gitmemiş olabilir ama buradan bir şey alacaksın demek ki diye bakmaya başladım ve sakinleştim gerçekten. Çünkü işte o bunalmışlığım, şeydi yani, her şeye yansıyor... Çünkü bunun arkasındaki sevgiyi görmek, yani olan şeyin ardında yaşanan sevgiyi görmek, yani bana zarar verme amacı yok onun. Zarar vermek için olmuyor olan şeyi kabul etmiş olmak beni gerçekten bir yerden alıp daha iyi bir yere taşımıştır. O yüzden de böyle böyle farkındalıklarım geliştikçe yogaya daha fazla bağlandım” (Görüşmeci 4, kadın,33)

Farkındalık kavramının pek çok veride iyileşme kavramıyla iç içe geçmesi Eva Illouz (2010)’un “duygusal kapitalizm” ve “terapi kültürü” teorileri üzerinden düşünme imkanı sunmuştur. Terapi kültürü, bireyin sorunlarını çözmek için yönlendiği psikolojik yaklaşımları ve içsel dönüşümü ifade etmektedir. Bireyin kendi içine dönerek duygularını analiz edebilmesi ve böylece duyguların da birer olgu olarak ele alınması kişinin kendi duyguları üzerine çalışma imkanı vermektedir. Böylesi bir farkındalık bireyin daha” dengeli” ve “farkında” bir birey olarak yoluna devam etmesine imkan tanımıştır. Bu görüş aynı zamanda insanların hayatta karşılaştıkları tüm olayları anlamlandırmasında da oldukça etkilidir. Kendi farkındalığını artırarak yaşadığın duyguların analizine girişme fikri, sorunlar karşısındaki çabanın da daha yapısal bir noktadan bireysele doğru yöneldiğini göstermektedir. “Başarısızlık”, “mutsuzluk” “öfke” gibi duyguların dış koşullardan dolayı değil kişinin kendi eksiklikleri üzerinden kavrama girişimi Foucault

(2003)'cu manada bireyin kendi üzerinden kurduğu iktidara yönelik bir tutum olarak değerlendirilebilir. Yoga bu düşünsel sistem içerisinde farkındalık yaratan ve bu ruhsal dengesizlik haline merhem olabilecek bir duygusal hizmet olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu düşünceyi biraz daha irdelemek yoga üzerinden yapılan pazarlama stratejileri üzerine düşünmemiz gerektiğinde bunun bir duygusal kapitalizm olduğu teorisi de ekonomi ve yoga teması içerisinde yeniden tartışmaya açılmıştır (İllouz, 2010).

“ Biri çocuğuna taş attı. Mesela orada öfke varsa neden var mesela? Hani bu öfke hali nasıl bir hal? Çocuğunu koruma içgüdüğü de olabilir her şeyden önce. Yani hani kendinden önce çocuğunu ama koruyorsun. O öfke hali nasıl bir hal mesela? Yani yoga seni tam olarak buna itiyor. Diyor ki kendine bak. Evet öfkelenebilirsin. Bu çok normal. Zaten bu duygu zaten. Hani bu öfke duygusu var. Neden bu öfkeye ihtiyaç duyuyorsun? Bu öfke nereden geliyor? Ya da işte bu öfke senin hayatında nereye benziyor? Mesela çünkü çok yoğun bir yaşam döngümüz var ve yaşadığın o öfke hali aslında senin hayatında bambaşka şeylere de tanıklık ediyor” (Görüşmeci 10, kadın, 27)

Bir başka görüşmeci için yoga ile yaşanan değişim kendi farkındalığının farkına vardktan sonra yön değiştirme biçimi olarak seyretmiştir. Böylece birey kendi kaderini tayin etme sürecinde oldukça etken bir konumdadır.

“Evet, tabi ciddi bir değişim yaşandı. Şöyle bir değişim yaşandı. Bugüne kadar cevabını aramakta olduğun pek çok sorunun aslında yanıtını bulmak için güçlü bir araç olduğunu gördüm. Kendine dair, olup bitenlere dair, dünyayı yaşaman her şeye dair bu anlamda bir etkisi oldu. Ve şu da oldu, ben ne yapıyorum, hayatımı neyle geçiriyorum? Soruları da belki zaman zaman sorduk, bazen bu acıyla gelir, bazen zorluklarla gelir. Ama bunları da, bu anlamda evet, birazcık yön değiştirmek anlamında bir odak değişikliğine neden oldu.” (Görüşmeci 16, erkek, 45)

Benzer şekilde bir başka görüşmeci için;

“Ama yoga ile tanıştıktan sonra hayatımın gerçekten çok ciddi, radikal değişiklikler yaşadığını fark ettim. İçsel olarak, çevremdeki insanlar vs. Ne gibi değişiklikler mesela? Tam tarifi çok zor ama öncesinde hayattan zevk alamayan bir çocukken, çok basit şeylerden de keyif alabileceğini, farkındalıkla yaşayabileceğini, Yani gün doğan güneşin rengi bile farklı gözüme gelmeye başladığında hani bir şey oldu. Ya hayat bu kadar kötü bir yer değilmiş aslında. Farkındalığı oldu. Onun verdiği huzur ve mutluluk vardı.” (Görüşmeci 6, erkek, 24)

Farkındalık söz konusu olduğunda yaşadığın pek çok şeyin farkında olmama hali de çarpıcıdır. Bireyler farkındalıklarını açıklarken bu zamana kadar gündelik hayatlarının bir parçası haline gelmiş pek çok şeyin farkında olmadıklarını belirtmektedir. Bu hızla

akan toplumun içerisinde kendine bir durak arayan öznenin en saf haliyle çırpışını gibi görünmektedir.

“Şöyle bir içerik aslında onlara bedensel farkındalığı anlatmaya çalışıyorum. Çoğu zaman biz bedenimizin farkında değiliz. Gündelik hayatta böyle hareketlerimiz çok otomatikleşmiş durumda. Biz bedenimizin, hareketlerimizin, esasından içinde bulunduğumuz mekanın bile farkında değiliz.” (Görüşmeci 13, kadın,32)

“Zaten evet, yoga demek için çok farkındalık. Nefes alırken bile. Aldım ya gerçekten ciğerime girdiğini hissederek nefes alıyorum. Bu farkındalığa eriştiğim zaman o kadar çok şey alıyorsun ki istiyorum diyorsun ya böyle. Zaten kendiliğinden çekiliyorsun.” (Görüşmeci 11, kadın, 29)

Yoga pratiğinin, farkındalıkla bir pratik olarak açığa çıkması modern spiritüel pratiklerin doğasına uygun görünmektedir. Bir katılımcının yoga matını hayatını simgeleyen biçimde kurgulaması, kendine yönelen bir maneviyatı göstergesi olmuştur (Heelas ve Woodhead, 2005). Bu deneyim, bireyselleşmiş bir deneyim alanı olan yoganın duygularında merkezi biçimde açığa çıktığı bir kendlik performans alanına dönüşümünün göstergesidir.

“Aslında o iki metre karelik mat, ben uçan halı diyorum oraya, hayatımızın tamamı. Orada yaptığımız, gözlemlediğimiz ne varsa hepsini hayatta yapıyoruz. Yani orası çok somut bir alana. Çok geniş kapsamda baktığımız yer hayatımız. Şöyle oluyor orada da, gözlemleyebiliyorsak eğer kendimizi, kıskanıyor muyum? Öfkeleniyor muyum? Bir başkasının başarısı beni mutlu mu ediyor?” (Görüşmeci 18, kadın, 36)

Dinginleşme, sadeleşme ve sakinleşme kavramları yogiler tarafından yolculuklarının en temel noktalarından biri olarak gösterilmektedir. Yaşamın devam eden akışı içerisinde bireylerin kaotik bir biçime dönüşen yaşam koşullarının ortasında “an” da kalarak sakinleşmek bireyleri yogaya çeken en önemli etken olarak gösterilebilir. Bu süreci Byung Chul Han (2020) tarafından geliştirilen “Yorgunluk Toplumu” teorisi üzerinden de düşünmek mümkündür. Han için birey neoliberal toplum düzeninde sürekli olarak anlam arayışını sürdürmektedir (Han, 2020). Bu toplum düzenini tanımlarken hiperaktif toplum nitelenmesi yapmak da mümkündür. Sürekli olarak performans gösterme zorunluluğu taşıyan öznelerin sürekli olarak meşgul olduğu, yaşantılarını devam ettirmek için sürdürdükleri iş, ev ve yaşam dünyası kurgusunda dinlenmenin ve durmanın neredeyse suç sayıldığı bir toplum tipolojisini tarif etmektedir.

“Yani hislere odaklanmıyorum ben genelde. Daha çok böyle hani zihnimi boşaltmaya odaklanıyorum. Yani ne hissettiğimi genel olarak sorarsan rahatlama hissediyorum tabii ki. Ama bunun dışında o rahatlamanın gelmesi için bir zorluğu da aşmam gerekiyor.” (Görüşmeci 9. Kadın, 33)

Bu toplum düzeninde insanların dinlenmek için bile yaptığı planların aktif biçimde öne çıktığı” verimli uyku” ya da “verimli meditasyon” gerekliliklerinin bile etkili olma başarısına göre nitelendiği bir düzenden bahsedilmektedir. Böylesi bir toplum düzeni klasik kapitalizmden farklı olarak dışsal bir güç aracılığıyla değil, bireyin kendi kendini sömürdüğü bir toplum düzenine doğru evrilişi fark edilmektedir. Kısaca bugünün öznesi, hem efendi hem de köledir. Böylelikle birey sistemin beklentilerini zorunlu olarak dışsal bir etkiyle değil gönüllü bir içselleştirme ile gerçekleştirmektedir. Bu bireyin kendini başarıya götüren yolun olmazsa olmazı şeklinde işlev görmektedir (Han, 2020).

“Şey kısmı da var işte, yani çok böyle çırpınan, çabalayan bir şey. Eskiden bu daha fazlaydı. Şimdi yüzde ellisi azaldı diyebilirim mesela işte. Bir işi aceleyle yapardım. Bu kısmı da var ya, evde böyle annemin bütün süpürgelerini ben kırmışım. Acele acele iş yapmaktan, bir yere koşarak yetişmekten. Böyle sakinleşme, yani işte yıllar sonra gördüğüm bir arkadaşım var, dedi ki yüz ifaden bile değişmiş. Yani bir sakinlik gelmiş. Auran değişmiş aslında. Bu bende bu şekilde etkileri oldu ama en güzel kısmı dediğim gibi problemin içerisinde kalmak, ona çözüm bulma hali, yakınma hali değil de aslında bana bir şeyler öğretmesi çok güzel ve değerli bir durum.” (Görüşmeci 3, kadın, 25)

Han (2020)’a göre modern birey pozitif bakış açısının getirdiği yükten kurtulabilmek adına sessiz ve dingin kaldığı alanlara da ihtiyaç duymaktadır. Bu alanlar hiçbir şey yapmamanın negatifliği ve verimsizlikle özdeşleşirken bireyin kendisi için kendiyi kurduğu bir hayatta kalma stratejisi olarak öne çıkmaktadır (Yıldız, 2023). Yoga içerisinde yapılan meditasyon pratikleri ve bunların da yoğunlukla bulunduğu inziva süreçleri, bireylerin kendileri ile en çok başbaşa kalabildiği alanlar olarak göze çarpmıştır.

“Şöyle, bizim aslında ne diye bir düşünmek lazım. Yani evet sözlük anlamı gibi gerçekten savaşa yoruldum, yaralandım ve geri çekildim ise eğer bir geri çekinmek. Çünkü dışarıda her şey bir savaş alanıydı neredeyse. İşler, görevler, aile, ülke, dünya her şeye baktığınızda bunların hepsine bir dakika, şimdi kenarda duruyorsunuz. Ben şimdi başka bir şey yapacağım diyebilmek. Bunları diyebildiğim bir alandı. Bu anlamda odaklanmaya ve yapılan çalışmanın çok derinleşmesine yardımcı oldu. Çünkü hiçbir uyarıcı yoktu başka neredeyse. Yani yemekleriniz hazır. Şöyle sabah değişmekle beraber ortalama 5.30-6.00'larda başlayıp akşam 9.00-10.00'lara kadar. Arada küçük boşluklarla ama bütün gün meditasyon, nefes çalışmaları,

Hatha yoga dersleri, teorik dersler, bizim yaptığımız uygulamalar, öğrenci olarak aldığımız uygulamalar. Buna geçen bir sabit program vardı.” (Görüşmeci 16, erkek, 45)

Görüşmeci 16’nın anlatısı, yoga pratiğinin yalnızca fiziksel ve zihinsel bir faaliyet değil, aynı zamanda bireyin modern yaşamın çok yönlü baskılarından geri çekilmesini mümkün kılan bir “sığınak alanı” olduğunu göstermektedir. Katılımcı, dış dünyayı bir “savaş alanı” olarak tanımlayarak, yoga ve meditasyon pratiklerini bu yoğun gündelik mücadeleden bilinçli bir kopuş, bir tür ritüel geri çekiliş olarak konumlandırmaktadır. Bu türden pratikler, bireyin dikkatini dağıtan dışsal uyarıcılardan uzaklaşmasını ve böylece içsel farkındalığını derinleştirmesini mümkün kılmaktadır. Özellikle yapılandırılmış bir program içerisinde sürdürülen yoğun uygulamalar, katılımcının hem disiplin kazanmasına hem de benliği üzerinde çalışmasına olanak tanımaktadır. Bu anlatı, yoga pratiğinin birey için psikolojik bir yeniden merkezlenme aracı olarak dış dünyanın yüklerinden arınma imkânı sunduğuna işaret etmektedir.

Bir başka görüşmeci için dinginlik ve hiçbir şey yapmama hali yoganın en sevilen yönü olarak tanımlanmıştır.

“Hatha yoga. Hep böyle bir şey var. Şunu yetiştireyim, bunu yetiştireyim. O da zamanında, bu da zamanında. Ama meditasyon, oturuyorsun ya böyle. Oturuyorsun sadece, hiçbir şey yapmıyorsun ya. O hiçbir şey yapmama hali. Onu o kadar çok seviyorum ki. Hiçbir şey yapmama halini. Orada kendimi ayırdığım o bir saat. Benim için en ritüel olarak baktığımda, hoşuma giden, yapmayı sevdiğim şey o.” (Görüşmeci 22, kadın, 37)

“Yoga yaparken anda hissettiğin zaman evet mucize hissediyorsun. Yani aslında keşke her anımızı anda olarak yaşayabilsek. Yani gelecek kaygısı olmadan, geçmiş bağılıklarımız olmadan hissedebilesek o zaman hep aslında aynısını hissedeceğiz. Yani yogada bunu hissetmemizin sebebi nefese odaklanmamız. Bedenimizi gözlemlememiz. Anın içinden geçebilmemiz. Yani bir önceki poz içerisinden yeni bir poza geçtiğinde yeni pozu düşünüyorsun. Anda oluyorsun yani. 5 dakika önce ne yapmıştım, neden yapmıştım diye zihin devreden çıkıyor.” (Görüşmeci 18, kadın, 36)

Hayatla baş etme stratejileri içerisinde oldukça kritik bir öneme sahip olan bu dinginleşme hali bir noktada yaşanan olaylara sessiz kalmayı ve gözünü kapatarak ilerleme özgürlüğünü de sunmaktadır. Sessiz kalma ve içselleştirme hali “anomi” den kaçışı işlevselleştirmesi yönünden önemlidir. Öyle ki toplumsal kriz anları herkes için kaos üreten bir normsuzluk düzenine işaret etmektedir. Yoga tüm bu kaosun içerisinde dinginleşilen bir uğrak olarak da yer bulmuştur. Beck (2011)’in kavramsallaştırdığı

biçimiyle *risk toplumu*, modern toplumlarda sürekli olarak yeniden inşa edilen risklerin, çevre felaketleri, sağlık krizler, psikolojik buhranlar gibi pek çok bunalımlı halin içsel bir kaynağa dayanarak yönetilmesi stratejisi olarak da görünmektedir. Yoga bu manada içsel güvenlik üretimini destekleyen ve riskleri dengeleyerek, kendi iç huzurunu yeniden inşa etme çabası olarak destek sağlamaktadır (Beck, 2001).

“Bunu şöyle anlatabilirim. Ben çok uzun süre önce haber izlemeyi bıraktım. Bu belki çok cahilce bir yorummuş gibi gelecek. Üniversitede çok politik bir insandım. Zaten İstanbul Üniversitesi'nde okudum yani. İster istemez oraya çekiliyorsun. Ve insan hakları, işte adalet, ne bileyim yaşadığın ülkenin ekonomik şartları... Bunlar için bir şeyler yapmak istiyorsun... O anlamda hiç haber izlemiyorum. Çünkü dünyamı ben yaratıyorum. Benim çok yakın bir arkadaşım, çok politik ve onun dünyasında savaş var. Onun dünyasında cinayetler var, katliamlar var. Kötü nitelendirebileceğimiz her şey var o haberlerde gördüğüm. Benim dünyamda hiç savaş yok bu sefer. Çünkü ben bunu almıyorum, bakmıyorum ona. Diyorum ya, bu evet, bunu 5-6 sene önce bana söylese biri derdim ki abi bu kadar cahil olamazsın yani. Kendini bu kadar gözünü kapatıp bu dünyaya başka bir yerdeymişsin gibi yaşayamazsın. Bunların ucu sana da dokunacak. Ama bana dokunmuyor. Dokunduğu zaman düşünürüm. Ama şu an dokunmuyor. Kendi dünyamı yaratıyorsun. Ve dolayısıyla aslında dünya senin gördüğün kadar oluyor.” (Görüşmeci 20, kadın, 34)

Görüşmeci 20'nin anlatısı, modern bireyin siyasal/toplumsal gerçeklikten gönüllü geri çekilişini ve bunun yerine bireysel bir “içsel dünya” kurarak kendi anlam evrenini inşa etmesini gözler önüne sermektedir. Üniversite yıllarındaki politik duyarlılığından bilinçli bir şekilde uzaklaşan katılımcı, haber akışını dışlayarak kendi dünyasını seçme iradesi göstermekte, böylece “dünya senin gördüğün kadar olur” ifadesiyle öznel bir gerçeklik inşasına işaret etmektedir. Bu yaklaşım, Heelas ve Woodhead'in (2005) "içsel otoriteye dayalı spiritüellik" tanımını çağrıştırarak bireyin dışsal yapıları değil, kendi duygusal ve zihinsel bütünlüğünü merkeze alarak yaşamını kurma biçimi olarak görünmektedir.. Katılımcının, geçmişte bu tavrı “cahillik” olarak görececek bir noktadan, bugün “dokunmadıkça düşünmem” diyebilecek bir mesafeye evrilmesi, seküler rasyonaliteyle spiritüel öznellik arasında salınan bir dönüşüm sürecini yansıtmaktadır. Bu anlatı, çağdaş bireyin “hakikat”le kurduğu ilişkiyi bireysel konfor, duygusal denge ve seçici farkındalık üzerinden yeniden yapılandırıldığını göstermektedir.

1.2 Yoga ve denge

Modern dönem yaşantısı bireylerin hayatında pek çok değişikliği beraberinde getirmiştir. Katı ve sınırları çizilmiş bir dünya düzeninden sınırların muğlaklaştığı ve

akışkan bir sürece geçiş, insanların hayatlarında karşılaştıkları sorunlarla baş etme stratejilerinin de değişmesini sebep olmuştur(Bauman, 2017). Özellikle geleneksel dönemde dini kurumların karşıladığı bu ihtiyacın modern dönemde içinin boşaltılması, dine ve dini olan herşeye yönelik tutumun değişmesine sebep olmuştur (Mirza, 2018). Bu sistem içerisinde ortaya çıkan boşluğu dolduran yeni dini hareketlerin bireylerin hayatında yeni bir baş etme stratejisi olarak da açığa çıktığını söylemek mümkündür (Başkaya, 2006). Bugün ki toplum düzeni içerisinde ise şehir hayatının gündelik telaşı, iş yaşamı ve koşullarının bireylerin yorgunluk ve stres seviyelerini artırdığı bilinmektedir (Han, 2020). Böylesine hızlıca akıp giden dünya düzeni içerisinde yoga, bir çare olarak görünmektedir. Bireylerin kendi yaşam dengelerini kurma ve muğlaklaşan tüm çizgilerin arasında kendi anlam setlerini inşa etmeleri için önemli bir araçtır. Bu aynı zamanda modern dünya bunalımının içerisinde kendi rutinlerini oluşturarak ontolojik güvenlik erozyonuna karşı bir set çekme mekanizması olarak da işlev görebilmektedir. Giddens(2010) için modern dönemde birey, geleneksel aidiyetlerin bozulmasıyla birlikte korku, anksiyete ve güvensizlik yaşamaktadır. Buna karşı geliştirilen pek çok yöntemden biri olan yoga, bireyin kendini rehabilite etme süreci olarak da karşımıza çıkmaktadır. Yoga ile kurulan yaşam dengesinde bireyin zihinsel ve bedensel pratikler, bir “rutinleşme” ile birlikte güvenliği yeniden tesis etmenin yollarını aramaktadır. Bu kategori 5 temel kodu tartışmaya açmaktadır. Bunlar; “alma verme dengesi”, “yaşam dengesini kurma”, “stabilizasyon/akışta olmak”, “usta çırak ilişkisi” ve “çatışma” dır.

Yoga yapan bireyler ve toplulukları içerisinde bilgi, emek paylaşımı ve deneyimi de kapsamaktadır. Dolayısıyla yoga yalnızca bireysel bir pratik değil, toplumsal ilişkiler ağı olarak da karşımıza çıkmaktadır. “Alma-verme dengesi” kavramı bu manada topluluklaşma bilincinin ve etik ilkelerin de dahil olduğu bir alanı işaret etmektedir.

“Ya şöyle, işte bu alma verme dengesi bence aslında şöyleydi... Hani ben sana bir bardak çay verdim, sen bana bir kelam ettin gibi bir alma-verme dengesi. Ya şöyle sonuçta hani nefes alıyoruz ama sonra da veriyoruz ya. Aslında ona bağlanıyor alma-verme dengesi.” (Görüşmeci 9, kadın, 33)

Bir başka görüşmeci için;

“Ama şöyle düşünüyorum. Şifa içeren her şey. Gerek sağlık alanında, gerek spiritüel alanda, gerek yoga, gerek antrenörlük, her neyse bunun adı. Sen karşıdaki insanın bir şekilde şifalanmasına sebep oluyorsan, Bunun karşılığında bir şey almak zorundasın. Herhangi bir şey olabilir bu. Yani arkadaşlık alabilirsin, sevgi alabilirsin, para alabilirsin, imkan

alabilirsin. Network sağlayabilirsin. Bunların hepsi bir şey almaktır. Ama zaten çağın en büyük sorunu almayı bilmemek. Çünkü birçok insanda bu var. Almayı kabul etmen ve almayı bilmen lazım” (Görüşmeci 8, kadın, 26)

Bu manada Bourdieu’nun perspektifini kullanmak yerinde olacaktır. Bourdieu (2015)’ya göre bireylerin toplum içerisinde sahip olduğu konumları sahip oldukları sermaye türleri ile yakından ilişkilidir. Ekonomik, sosyal, kültürel sermayenin yanı sıra ön plana çıkan bir diğer sermaye türü kültürel sermayedir. Öyle ki yoga topluluğu içerisinde bireylerin birbirleri ile etkileşime girdiği her tür paylaşım ile simgesel sermaye elde etmektedirler. Dolayısıyla bu sermayeye sahip olmak bu alanda kurulan habitusun etik değerlerini taşıyarak ve sürdürerek bir saygınlık kazanmayı da öncelemektedir. Aynı zamanda alma verme dengesi içerisindeki paylaşım bir tür statü aktarımına da denk düşmektedir. Bireylerin kendi bilgisini ve deneyimini paylaşması karşılığında saygınlık gerektiren bir itibari almasına sebep olmaktadır. Dolayısıyla alma verme dengesi yalnızca maddi bir paylaşımı değil sembolik boyutları da ifade etmektedir.

“ ...yani veriyorsun o sana teşekkür ediyor, şükür ediyor ve bu da seni besliyor aslında. Dolayısıyla verdiğin şey o bilginin dönütü sana bir şükür oluyorsa, buda seni besliyor, seni yüceltıyor. Ben ilham kaynağı oldum diyorsun. O insanlarla oturduğunda onların sana bakışı bile değişiyor. Yani sadece para almak mesele değil...” (Görüşmeci 11, kadın, 29)

Üzerine düşünebileceğimiz bir diğer nokta ise alma verme dengesinin kolektif bilincin gerekliliği olarak dayanışmayı sürdürmesidir. Yoga pratikleri esnasında kurulan toplumsal ilişkilerin, yalnızca bir hoca ve öğrenci olsa dahi, etik kurallar çerçevesinde devamını mümkün kılan bir ilke olarak da düşünmek mümkündür.

“Kendini donatıyorsun, eğitiyorsun ve bu eğitimi başka birilerine sunuyorsun. Onu da geçtim. Bunun bir karşılığının olması gerektiğini anlamadım ama o alma-verme dengesi. Ben sana bir şey veriyorsam sen de bana bir şey vermek gerekiyor. Bu dengeyi şaşmamak için tabii ki insanlar bunun karşılığında bir şey almalı. Ama bu atıyorum bir kilo pirinç getirse benim param yok pirinç vereceğim dese ben ona da okeyim” (Görüşmeci 20, kadın, 34)

Aynı zamanda alma verme dengesi bireyin kendisi ile kurduğu manevi ilişki içerisinde de oldukça önemli bir yere sahiptir. Bireyin yaşantısı içerisinde kurduğu denge; bedeni, nefesi ve hatta hayata bakış açısı anlamında çok şey ifade etmektedir.

“5 yıl önce yoga yapamadığımda mesela nefes almak benim için çok zordu dedim. Gerçekten ben çok zorlanırdım nefes almakta. Nefes vermekle ilgili hiçbir problemim yok ama nefes almak benim için çok zor. Çünkü her zaman hayatta alma verme dengesini koruyabilen bir tip değilim. O yüzden aslında nefes alıp vermek hayatın içinde alma verme dengesini

koruyabilmekle ilişkiliydi. Ve ben yogaya başladıktan sonra nefes almalarım her zaman çok zordu. Bunu pratik ede de hayatın içindeki alma verme dengemin nasıl ilerlediğini gözlemleyerek, şu an çok uzun süreler nefes alabiliyorum. Çok rahat bir şekilde nefes verebiliyorum mesela.” (Görüşmeci 10, kadın, 27)

Bazı görüşmeciler için alma verme dengesinin bozulması hayatındaki dengelerin bozulmasına sirayet etmiştir.

“Eskiden birileri için ihtiyacı varsa söylüyordum, yapmak için çaba sahip ediyordum. Karşılıksız yapıyordum. Ondan sonra işte hep ben veren kısım. Hep ben veren kısım alma kısmında olmayınca bu dengeler bozulduğu zaman hayatındaki bütün şeyler bozuluyor ve psikolojik olarak da belli bir zaman sonra seni bir kötü yapıyor.” (Görüşmeci 16, erkek, 45)

Yoga pratiği bireyler için yalnızca zinde kalma ya da spor yapma faaliyeti olarak değil zihin ve beden dengesini oluşturarak yaşamı anlamlı kılma çabasıdır (Erdoğan, 2015). Yaşam dengesini kurmak bu manada önemlidir. Zihnen ve bedenlen dengede kalmak, stresli yaşam şartlarıyla başa çıkma stratejisi olarak da önemli bir pay sahibidir. İnzivalar üzerinden yaşam dengesinin anlatan bir görüşmeci:

“Dolayısıyla değişim içinde olduğun bir alan. Şunu dengelemek bence çok önemli. Evet, felsefe, varoluş, karma, tekamül bir sürü kavram. Bunları pratik edelim, çalışalım çok güzel. Ama gerçek hayatta yaşamaya devam ediyorsun. Günün sonunda kiranı ödemen gerekiyor, günün sonunda ailene zaman ayırman gerekiyor. Bunlar da bu beden içinde olduğu sistemin gerçekleri. O yüzden o dengenin oluşturulması gerektiğini düşünüyorum. Bu sebepten bence inzivaya gitmeye çok hassas alınması gereken bir karar. Çünkü gittiğin gibi dönmüyorsun oraya.” (Görüşmeci 8, kadın, 26).

Akışkan olan toplumsal hayat norm ve değerlerinin dur durak bilmeyen hızda değişimi, yaşam içerisinde sabitlikler oluşturmak isteyen bireyler için büyük bir kaos tetiklemektedir (Beck, 2001). Dolayısıyla böylesi bir çarkın içerisinde durmak oldukça anlamlı bir eylemdir. Sürekli rekabet halinde olan ve bitiş çizgisine daha çabuk varabilmek için girilen yarış toplumsal yaşamın tüm bölgelerine sızdığına birey için yaşam baş edilemez bir boğuculukla açığa çıkmaktadır (Bauman, 2017). Boğuculuğun içinden sıyrılabilmek için kimileri toplumsal bir eylemsel karşı duruş sergilerken, yogiler kendilerini dönüştürerek yaşama karşı bir strateji belirlemişlerdir. Bireysellik, keyfi bir rahatlığı simgelemediği gibi, kolaya kaçma stratejisi de değildir. Kendini gerçekleştirme ve öz bilincin yüce bir güçle birleşerek aydınlanması, içsel huzurun ve dengenin korunmasında ki en etkili yöntemlerden biri haline gelmiştir. Ancak bu strateji hayattan

kopup tozpembe bir gerçekliğin içerisinde kendini var etme biçimi gibi görünmemektedir.

“Yogayı da seviyorum ama böyle büsbütün hayatımı o alanda geçirmiyorum. Çünkü o bana çok gerçekçi gelmiyor. Çünkü şey oluyor bu sefer, buradan kopmuş oluyorsun. Buradaki hayattan. Bir de benim ona belki de vaktim yok, bilmiyorum. Çünkü çocuklar, evde sorumluluk, bir de ev hanımlığı gibi bir şeyim var yani orayı da yönetmen lazım. Yani tamam ben istiyorum ki sabah kalkayım işte akşam 5'e 6'ya kadar sadece. Ama öyle bir şey değil ki. Çocuklar okula gitmesi lazım, evde yemek yapılması lazım. Yani bir gerçekliğin içine illa ki şey yapıyorsun. Hani giriyorsun.” (Görüşmeci 22, kadın, 37)

Bireyin toplumsal hayatı en azından bir süreliğine kendi zihninde durdurabilmesi, fiziksel- psikolojik sağlığını da koruma amacı taşımaktadır.

“İlla bir şey istemek değil, bir şey istememek de bir arzu. Bundan tamamen azade olmak. Böyle olduğunda evet, o zaman bir yerde bir savaş vardı. O savaş için kendinize dönüp soruyorsunuz, ben bunun için ne yapayım? Yapabileceğiniz binlerce belki, abartıyorum size ama onlarca şey var orada. Gidip orada olanı bulmak, insanlara anlatmak, her ne olursa olsun yapmak. Ardından da o acıya son verdiğiniz ya da veremediğiniz, evet ben elimden geleni yaptım ama bu oldu. Olanda artık tamam kabulümdür ne? Gerçekten huzurlu ve ardına bakmadan devam edebilmek.” (Görüşmeci 16, erkek, 45)

Bir diğer görüşmeci diğer insanlarla kurduğu ilişkinin dengesini kurma yolunda çok yol kat ettiğinden bahsetmektedir. Bu yolculuktan bireyin duyguları bir emek yükü olarak görmeye başlayarak sınırlarını yeniden çizdiği bir alana dönüşmesi söz konusudur. Illouz (2010)'a göre çağdaş bireylerin yaşamında duygular bir yatırım aracı olarak duygusal bir yük haline de dönüşmektedir. Yoga gibi spiritüel arayışlar ise bu noktada duyguları dönüştürmede önemli yollardan birisi haline gelmektedir.

Bir görüşmeci için yoganın yaşam felsefesine dönüşmesi ile duygularının kendi perspektifinde ve sınırında kabulünden bahsedilmiştir.

“Duyguyu empati olarak alma seviyesinde bıraktım. Yani özümsememeye başladım. Senin duygun, senin duygun... Ben sadece seni anlıyorum demeye başladım.” (Görüşmeci 18, kadın,36).

Yaşam dengesinin kurmanın en temel görünümü zihin ve beden dengesinin korunması olarak dikkat çekmektedir.

“Yani şöyle meditasyonda mesela zihin ne yapıyor? Zen meditasyonu neyi söylüyor? Diyor ki burnunun ucundan aldığın ve verdiğin sadece havaya odaklan yani yaşamayı hatırla

aslında diyor sana. Bu hayatta varsın diyor. Dışarıya öylesine çıkamazsın diyor. Bir insanla öylesine ilişki içerisinde olamazsın, annene öylesine bağramazsın. Ne bileyim, bu parayı öylesine harcayamazsın. Yani öylesine yaşayamazsın bu hayat. Aslında ne kadar sorumluluk atfeden de bir an... Yani bu aslında bizim ilişkilerimizde, evliliklerimizde, aile ilişkilerimizde, sosyal ilişkilerimizdeki boşluktan kaynaklı doldurduğumuz alanlar ama çok doğru yerler değil. Yani yoga pratiğini, yoga felsefesinin ayrıca okunması gerektiğini düşünüyorum. Bir tasavvuf gibi, işte herhangi bir düşünce akımı gibi okunabilir.” (Görüşmeci 2, erkek, 43)

Bir diğer kod olan Stabilizasyon en çok tekrar eden biçimiyle “anda kalmak” ve “akışta olmak” kavramları yogiler tarafından sıklıkla tekrar edilmektedir. Yoga pratikleri belirli bir düzenlilikte akış içinde yapılan pratiklerdir. Yalnızca pratik yapma aşaması değil bunu tüm hayatına yönlendiren bir bakış açısına dönüşmesini Simmel’ in “yaşam tarzı” kavramıyla ilişkilendirerek açıklamak mümkündür. Simmel(2015)’ e göre modern birey şehir hayatının koşturmacası içerisinde sürekli uyaranlara maruz kalmakta ve bu hızlı iletişim ağının içerisinde yüzeysel ilişkiler kurmaktadır. Yogada pratik edilen akış hali, bireyin kopuk ilişkilerin ötesine geçerek bütünsel bir yaşam tarzı geliştirme çabası olarak okunabilmektedir.

“ Yani benim dirençli bir yapım vardı, bu kırıldı. Çok dirençli yapılara karşı daha farklı gözle bakmaya başladım. Yani zihninin ne kadar hareketli olduğunu gözlemlemeye başladım. Bunu durduramıyorsun bir yerden sonra. Yani bir insanı dinlerken Ne kadar dirençli olduğunu, ne olduğunu işte sizde de sosyolojide de aynıdır. Daha farklı sosyal gözlemle bakıyorsunuz her şeye. Yani deformasyon da diyebiliriz ona. Yani sadece anda kalmayı öğrenmeye başladım. Duyguyu empati olarak alma seviyesinde bıraktım. Yani özümsememeye başladım.” (Görüşmeci 18, kadın, 36)

Bu anlamda yoga bireyin duyuşal sistemi içerisinde fazlaca tahribat yaratan şehir yaşamının geri çekilme ve yeni bir merkezlenme alanı olarak duyuşal yorgunluklarla başa çıkmak için kullandığı bir stratejiye dönüşme ihtimalini barındırmaktadır. Dolayısıyla yoga da gösterdiği kalma eylemi yaşantı içerisinde de anlamlı bir konuma sahiptir.

“Yani matta sen neysen hayatta da osun. Hemen bir problemle karşılaştığında kaçmayı mı tercih ediyorsun, savaşmayı mı tercih ediyorsun? Yani o pozda da ben bunu 20 dakika mı dedi öğretmenim, 20 dakika boyunca kalacağım diyorsan genel olarak hayatında da savaşmayı seçen bir insansın. Yok arkadaş başlamışım yine ne yogasına duramam ben bu kadar deyip kaçıyorsan bu senin hayattaki duruşunu da göstermiş oluyor.” (Görüşmeci 4, kadın, 33)

Modern dönem insanı sürekli olarak bireyselleşme ve aidiyet, özgürlük ile bağlılık arasında salınmaktadır. Böylesi salınımın içinde organik bir bütünlük yaratan yoga, akışta kalmayı öğütleyerek kişiye nefes alma alanı açmaktadır. Simmel (2016)'in deyindiği biçimiyle sanat ya da mistik deneyimlerde olduğu gibi, bazı durumlarda birey kendi bireyselliğini aşarak evrenselleşmektedir.

“Bir yaşam felsefesi var aslında. Akışta olmayı öğretiyor aslında sana. Yani ileriye dönüp bir şey yapmana gerek yok. Sadece onun içinde ol. Aynı tadını çıkar ve sen olduğun şekilde şu anda zaten oluş içindesin.” (Görüşmeci 21, kadın, 30)

Yoga felsefesi içerisinde modifikasyonlardan sıyrılma ve beden bütünlüğünü zihinle birleştirme temel vurgulardan birisidir. Bu durum hayatta da karşımıza çıkan pek çok zorluğa karşı üretilen karşı çıkma psikolojisinin tezahürü olarak görünmektedir. Böylece yoga stabilizasyonu zihnin geçmişten, gelenekten ve kültürden getirdiği her türlü modifikasyona karşı protest bir duruş sergilemenin temsili olarak da işlevselleşmektedir.

“Aslında yeni bir şey bulmayı hedeflemiyorum. Çünkü... Oturttuğum temelde yeni çıkan her şey bir öncekin ya da bir sonrakinin varyasyonu. Ama şu bir gerçek, çok fazla blokaja sahibiz. İşte atalardan bize aktarılan bir sürü blokajla doğuyoruz zaten. Ve çeşitli enerji çalışmalarıyla bunları aşp şifalandırabiliyoruz.” (Görüşmeci 8, kadın, 26)

Modifikasyonlardan sıyrılan beden spiritüel açılımı bir yana aynı zamanda toplumsal manada içserleşmiş olan ilerleme ve kendinin en iyi haline ulaşma haliyle benzeşmektedir.

“Ya da aslında hepimizin amacı o zihnindeki modifikasyonları, o düşünce kalıplarını yok etmek, o kendimizin en saf haline, en saf zihne ulaşma hali aslında ve yolda belki iyi ,kötü diye de kalıplaştırmak belki doğru olmayacak ama daha iyi halimize ulaşma, daha iyi bir insan olma hali bence.” (Görüşmeci 3, kadın, 25)

Daha iyi bir insan olma isteği, bireyin habitusunu şekillendiren bir “kendine yatırım stratejisi” olarak ilişkilenebilmektedir. Öyle ki zihnin modifikasyonlardan sıyrılması bir sermaye biçimi olarak daha zinde bir bedenin ve zihnin sembolik temsili olmaktadır (Bourdieu, 2018). Daha iyi bir insan olma arzusu, bireyin habitusunu dönüştüren bir “kendine yatırım stratejisi” olarak değerlendirilmelidir. Bu strateji, yalnızca ahlaki ya da spiritüel bir hedefe yönelmekle kalmayıp; aynı zamanda bireyin toplumsal konumunu yeniden üretmesine olanak tanıyan sembolik bir sermaye biçimine de dönüşmüştür.

Dengede olmanın bir başka biçimi olan “usta çırak ilişkisi” pek çok toplumsal ilişki ağı içerisinde karşımıza çıkabilmektedir. Bireylerin sosyal konumlarının şekillenmesinin yanı sıra liderlik tipolojileri ile de ilişkilendirilebilmektedir. Bu ilişki ağı mesleki ya da sanatsal bir öğretimin ötesine geçerek toplumsal güç hiyerarşilerinin devreye girdiği bir aktarıma dönüşmektedir. Özellikle Iyengar(2012)’ın metinleri içinden süzdüğümüz kadarıyla yoga felsefesi içerisinde usta-çırak (guru- şişya) ilişkisi yalnızca bilgi aktarımıyla sınırlı değildir. Guru bilgi vermekle yetinmeyip bireyin yolculuğuna eşlik eden bir rehber olarak da görev yapmaktadır. Böylelikle öğrenci için gerçek bilgiye ulaşmada bir ayna rolünü üstlenmesi neticesiyle oldukça önemlidir. Guru hiçbir bilgiyi zorla öğretme niyetinde değildir. Bu neden gurudan alınan bilgiler “hazır bulunuşluğu” gerektirmesi dolayısıyla kritik zamansal bir önemdedir. Gurudan alınan bilgilerin içselleştirilmesi ve kabulü şişyanın gurusuna duyduğu güven ile yakından ilişkilidir. Şişya sabırla çalışmaya devam ederken bu bireysel yolculukta gurusuna teslim olmayı da unutmamalıdır (Iyengar, 2012).

“Açıkçası ben bir rehberle bir noktada ihtiyaç olduğumu düşünüyorum. Çünkü zaten ben hani en başta bir rehberle ihtiyaç duymamış olsaydım şu an zaten hani stüdyoya gidip gelmezdim. Kendim evde de yapabilirdim. Ki zaten öğretmen varsa öğrenci vardır. Öğrenci varsa öğretmen vardır. Yani bir şekilde birilerinden bence bir şeyler öğrenmemiz gerektiğini düşünüyorum. O yüzden bir noktada bence bir rehberle ihtiyacımız var ama yine en büyük rehberimiz aslında yine kendimiz. Orada olmayı seçen de benim çünkü. Kendime rehberim.” (Görüşmeci 21, kadın, 30)

Geleneksel yoga felsefesi içerisinde guru şişya ilişkisi daha çok sözlü aktarımlar veya gurunun yaşantısını gözlemleyerek öğrenme şeklinde ilerlerken, modern dönemde bazı dönüşümlere uğramıştır. Eğitimci ve öğrenci olarak tezahür eden modern dönem aktarımı içerisinde bir ders niteliğinde belirli bir zamanda ve mekanda aktarımı yapılan yoga içeriklerine dönüştüğü görülmüştür (Aydın, 2018).

“Ya şöyle, bütün kadim geleneklerde böyledir. Her zaman bir guru, bir mürit, bir şey, işte bir hoca, Ondan sonra bir eğitimci illaki vardır ve o olmak zorunda. Çünkü bu aslında şey aydınlanmadan önceki noktadır yani. Bir eğitimci öğrencisine işte mesela 20 x 200 şey verir, diskte koşu verir. Aslında onun neye dönüşeceğini bilerek verir. Ama öğrenci oradaki zorlukla uğraşır. Onun neye dönüşeceğine dair bir öngörüsü yoktur. Eğitimcinin bu öngörüsü var. Bir eğitimci, bir guru bir Mürşid-i Kamil, işte adını ne dersiniz. Ne yazık ki gerekli. Çünkü kişi kendi başına aydınlanabilir mi? Aydınlanabilir. Ama bu bir öğreti olduğu için

açıkçası öğretinin kurallarını öğrenmesi, o disiplinin kurallarını ve yaşantısını öğrenmesi için bir kılavuzu ihtiyaç var. Ama ne yazık ki var.” (Görüşmeci 2, erkek, 43)

Öyle ya da böyle bir rehberin gerekliliği fikri pek çok katılımcı tarafından kabul edilmiştir. Dikkat çeken nokta guruya yüklenen anlam olmuştur. Bazı katılımcılar için guru eşlikçi ve kolaylaştırıcı olarak görünürken bazıları için mecburi bir gereklilik olarak tanımlanmıştır. Bu gerekliliğin tartışıldığı noktalarda mevcuttur. Kimi yogiler, guru ile ilerlerken ona yönelik oluşan aidiyet ve adanmışlık hissinin doğru ilerleyiş olmadığını savunmaktadır.

“Tabi ki yani bence tek başına da ilerlenebilir. Yanlış hatırlamıyorsam Buda' da da o şekilde olmuş. Bir kralın oğlu babası onu dışarı dünyadan soyutluyor. O dışarıya çıkmak hani gerçek dünyayla karşılaşılıyor ve ardından işte Buda aydınlanmış kişi olarak geçiyor. Bu taht mertebe uğraşmış insanlardan. O tek ilerledi diye biliyorum... Gözlemediğim kadarıyla bana bu adanma hali yanlış gelen bir nokta. Çünkü yine hani bir şeye ilahlaştırma, bir şeye inanma ihtiyacı. Bence bu olmamalı. Kişi kendine pratik kalmalı. Çünkü dediğiniz gibi farklı bir boyuta geçirebiliyor. İnsan kendi zihninde mi o kişiyi yüceltiyor, yoksa kişi mi bunu empoze ediyor kendini o şekilde tanımlıyor? O noktada emin değilim.” (Görüşmeci 3, kadın, 25)

Guru ve rehberle yönelik tartışmalar devam ederken, bazı görüşmeciler konuyu farklı bir frekanstan ele alarak gurunun yalnızca bir insan olarak nitelendirilmemesi yönünde değerlendirmeler yapmışlardır. Onlar için gurunun bir kitap, bir video ya da düşünce olarak ortaya çıkması onu sorgulama nesnesi haline getirmelidir. Dolayısıyla guruya biat etmek fikri böylesi bir düşünsel sistem içerisinde kulağa hoş gelmemektedir.

“Bu kişinin yolu yürüme tarzıyla ilgili. Ben öğretici bir varlığa ihtiyaç olduğunu düşünüyorum. Bu kitap olabilir, bu insan olabilir, bu bir video klip olabilir, herhangi bir formda olabilir... Ama şöyle bir kritik noktası vardır. Alıştığın zaman gerilemeye başlarsın. Çünkü bir kişiyi, kesinlikle öyle, bir kişiyi guru olarak kabul edip kendini ona teslim ettiğin zaman bu yüzyılda, artık gerilemeye başlıyorsun. Çünkü sen bir insana... kabule geçiyorsun. Dolayısıyla onun söylediği her şey senin için koşulsuz bir doğru haline geliyor. Sorgulamayı bıraktığın anda gerilemeye başlıyorsun.” (Görüşmeci 10, kadın, 26)

“Guru hayatımızın her anında olması gereken bir artık buna eğitmen diyebiliriz, düşünce diyebiliriz, kitap bir şeye başlangıç için birinin önderliğine ihtiyacımız olabilir... Yogada bunun adı guru. Ne zaman kendi gurumuz olmaya başlıyoruz? Yine o zihni dinginleştirdiğimiz zaman kendi gurumuz olmaya başlıyoruz. Bence ihtiyacımız var. Ama bu guru şu demek değil. Biat edeceğiz demek değil. Gurum, guruya teslimiyet çok önemli. Öğrenmek için guruya teslim olmak çok önemli. Öğrenmeye açık olmak çok önemli. Ama bu şu da değil. Senin gurun hata yapmaz. Hata yapıyorsa guru olmaz. Bu da yanlış. Sen

guruya teslim olduğun zaman öğrenebilirsin. Onun fikirlerini tabii ki de sorgulayacaksın. Biat değil. Ama guru hayatımız boyunca değişebilen bir şey.” (Görüşmeci 18, kadın, 36)

Gurunun bir eşlikçi ve rehber olarak düşünülmesinin yanı sıra guruya biat etmek fikri Weber (2017)’in otorite tipolojisi üzerinden düşünmeyi hatırlatmaktadır. Weber için otorite temelde 3 başlık altında incelenmektedir. Yasal otorite; hukuki düzenler ve kurallar sistemini anlatırken, geleneksel otorite; gelenek ve görenekler, alışkanlıklar üzerinden aktarılmaktadır. Yogada guru ya da rehberi bir insan olarak tasavvur ettiğimizde üçüncü tipoloji olan karizmatik otorite ile benzer çağrışımları barındırdığı görülmektedir. Olağanüstü kişisel özellikleri yahut yalnızca karizması neticesiyle otoriteye yönelik kabulleniş, insan formundaki yoga guruları için benzerlikler taşımaktadır. Toplumsal manada baktığımızda karizmatik otorite tiplerinin değişim ve yenilik süreçlerinde önemli rol oynadığı görülmektedir.

Yoga ve birey özelinde ise yogayla yolu keşisen bireylerin, kendi içindeki kaosu çözmesine veya yönlendirmesinden aktif rol oynayan guru fikri ön plana çıkmaktadır. Böylesi bir otorite fikri dışarıdan gelen ve dayatılan bir otorite olmayışı özelliği ön plana çıktığından diğerlerinden ayrılmaktadır. Yoga için karizmatik otorite figürü olarak karşılayabileceğimiz gurular/ustalar kendi manevi ve spiritüel deneyimleri, bilgileri ve karizması vasıtasıyla içselleştirilmiş bir önder olarak karşımıza çıkmaktadır.

Karizmatik otorite olarak gurunun yogadaki rolü oldukça etkileyicidir. Çünkü yalnızca önderlik etmekle kalmayıp, yaşam felsefesi, hayat görüşü ve engin bilgi stoğuyla guru etkileyici ve manevi bir rehberdir (Weber, 2017).

“Hocam diyoruz evet ama öğretmen daha bizim için tasvir edeceği güzel bir kelime. Guru, öğretmen. Bence evet çünkü daha farkındalıklı, daha bilinçli ilerliyorsun. Ya grubun senin ışığın oluyor bu yolda. Hani takıldığın yerde sana rehberlik ediyor, ne yapman gerektiğini söylüyor ya da ne yapmaman gerektiğini söylüyor. Bir yerde evet kılavuz gibi bir şey” (Görüşmeci 11, kadın, 29)

Otoriteye yönelik pek çok tartışmada olduğu gibi yogada da gurunun rehberliğindeki yöntem tartışmaya oldukça açıktır. Kimilerine göre bu manipülatif biçimiyle kitlelere yönlendirebilecek bir kudrete sahip olması neticesiyle oldukça tehlikelidir.

“Şimdi mesela yogiler gurularına falan böyle... Tırnak içinde söyleyeyim. Allah gibi taparlar böyle. Onlar için onlar işte enkarnedir de şudur da budur da falan.” (Görüşmeci 2, erkek, 43)

Yoga yapmaya gelen kişinin kendisiyle ilgili çözmek istediği bir şeylerin olması, onun anlam dünyasına yönelik manipülatif bir zemini her zaman açıkta tutması olarak değerlendirilmektedir. Ve eğer kişinin bu sorgu alanı çekildiği zaman her yerde olduğu gibi kitleler, kolaylıkla yönlendirilebilen kalabalıklar olma riskini barındırmaktadırlar.

“Çünkü insanlara dokunuyor bir yerde. Mesela benim yine hocam şey demişti. Yoga öğrencisi, yogaya geliyorsa zaten bir sorunu, bir problemi var da geliyor aslında. Yoga öğrencisinin kendisiyle ilgili çözmek istediği bir şey olabilir, ailesiyle ilgili çözmek istediği bir şey olabilir. Ve bu insanları manipüle etmek aslında çok kolay. Ağlatabilebilirsin o insanı derste. Söyleyeceğin üç cümleyle. Ama işte bundan uzak durmanız lazım derdi. Ama ben mesela seni ağlattığım zaman senin için çok daha iyi bir eğitmen de oluyor olabilirim.” (Görüşmeci 14, erkek,33)

Gurunun ya da eğitmenin pratik edenin karşısındaki meşruluğu onunla kurduğu özdeşimle yakından ilişkilidir. Bir yoginin kendisine dokunan hocayı kabullenmesi, ona yönelik güven duygusunun sarsılmaz biçimde güçlenmesini sağlarken, eğitmenin manipüle etme ihtimalini de artırmaktadır. Yeni dini arayışlar literatürü içerisinde karşımıza çıkan bu hareketlerin yönlendirilebilen kitlelere sahip olma riski bu noktada devreye giriyor gibi görünmektedir. Bir kitlenin manipüle edilebilirliği, kendisiyle özdeşim kurduğu liderin otoritesine olan güveninden geçmektedir.

“Mesela ben şimdi yoga eğitmeniyim ve evet işte bir şeyler söylüyorum. Dersi Şavalsana'ya yatmışız mesela. Mesela şöyle düşün, böyle düşün, geçmişini düşün, geçmişinden şu ana geç, bak nasıl mutlusun orada falan dediğinde senin gözlerinden yaşlar dökülmeye başlıyor ve belki bir şeyler çıkıyor... Ama ben bunu yaptığım an, sen dersin çıktıktan sonra ya Mert Hoca bana nasıl dokundu? Beni nerelere götürdü? Neler yaşadım? Ne kadar da duygusallaştım? Gibi aşırı aşırı da bir manipüle oluyorsun.” (Görüşmeci 14, erkek, 33)

Modern dönem içerisinde guru ile olan ilişkinin ekonomik anlamda alma verme sürecine dönüşmesi, gurunun bunu kendi çıkarı adına kullanabileceği bir çıkar ilişkisine dönüştürme ihtimalini içinde bulundurmaktadır.

“Hani birazcık aslında yoga içinde, kendi şifasında ama şey zannediyor, Sen ona yaptırdığın için şifalı sensin zanneden insanlar da var. Guru itemi çok fazla var o yüzden yogada. Guruya bağlanma itemi çok fazla var. Eğer gurun tehlikeliyse sana her şeyde para verdirebilir. Ne mesela bir taş satıyor. Gerçekten o taş sana iyi gelecek mi? Gerçekten bu yüzden mi söylüyor karşındaki? Ya da para kaygısı mı güdüyor?” (Görüşmeci 7, kadın, 24)

Guru ya da usta ile geliştirilen ilişkide bu sapma, yalnızca yoga felsefesinin tam olarak içselleşmemiş halinin bir yansıması olarak görünmektedir. Yoga felsefesi olanı

olduğu gibi görme geleneği içerisinde, kibirle hareket eden bir eğiticinin farkına varmayı da gerektirmektedir.

“Kendini tanıma yolunda belli bir aşama kat etmiş öğretmenlerin her zaman kibirli olma ve oradan çok tepetaklak düşme ihtimali vardır. Ki böyle örnekler de var bu arada. Yani usta öğretmen diyebilirler ama sonra işte duyarsınız. Yok, işte taciz vakası çıktı, yok bilmem çıktı falan... Yani olanın gerçekten olduğu bir görürsen o zaman cehaletle düşünmezsin. Çünkü yoga kişinin cehaletle olduğunu ve o cehaletten, yani buna karanlık diye anlandırıyor tam karşılığı, karanlıktan bilgiye, ışığa çıkmayı vaat ediyor aslında” (Görüşmeci 16, erkek, 45)

Modern dönem eğitmen ve öğrenci ilişkisi içerisinde ise gurudan ziyade eğitmen kavramının kullanılmaya başladığı görünmektedir. Bu ilişkinin kurulumunda yoga, denge ve sağlık ilişkisinin ön plana çıktığı görünmektedir. Özellikle asanaların tekrarında ve yoga akışının planlanması ve yürütülmesinde eğitmenin rolü büyüktür. Burada eğitmen hareketlerin devamlılığını sağlarken bireyin sağlığını tehlikeye atmadan akışı devam ettirmekle yükümlüdür. Yogayı fiziksel sağlıklarını devam ettirmek için yapan görüşmecilerin neredeyse tümü sakatlıkların önüne geçebilmek için bir eğitmenle çalışmanın zorunluluğundan bahsetmiştir.

“Bence ilk aşamada kesinlikle bir rehber, önder önceliğiyle, bir hoca, eğitmen eşliğiyle yapılması gerekiyor. Yoksa kas yırtılmasına vesaireye kadar gidebiliyor. Hareketi yapmaya çalışırken bir bakmışsın, yırtmışsın birkaç kasını. Ve sakatlanmalara neden olabilir. Ben bu yüzden zaten birinin beni düzeltmesini istiyordum.” (Görüşmeci 9, kadın, 33)

Online dersler üzerinden yürütülen yoga uygulamalarının en kesintili kısmının bu olduğu üzerinde durulmuştur ve eğitmeninin seni görüp düzeltememesinin büyük bir eksiklik olduğu düşünülmektedir.

“ Yani sizi gören birinin olması çok önemli. Şimdi guru YouTube'da istediğiniz bütün guruları açıp izleyebilirsiniz sonuçta. Sınırsız, sonsuz sayıda insan var. Ama onlar sizi görmüyor. Sıkıntı biraz orada. Sakatlanma riski var. Ayrıca yanlış bir yani bir pozu yanlış öğrenip hep öyle devam etme. Etkisizleştirir yani bu asanını. O yüzden birinin sizi görmesi ve dışarıdan bir gözün sizin asanalarınızı yönlendirmesi, düzeltmesi bence faydalı olur. Yani spiritüel bir guru olarak değil de.” (Görüşmeci 5, erkek, 44)

Online dersler üzerinden yürütülen tartışma içerisinde yoga asanalarının doğru yapılmasının yanı sıra “görünürlük arzusu” nun oldukça etkili olduğu görülmektedir. Potansiyelini açığa çıkarma imkânını veren şeyin, bir hoca olarak nitelendirilmesi, yoga felsefesi içerisinde yaşama eşlikçi olan guru etkileşimiyle de oldukça ilişkilidir.

“Birinın sana temas edip senin potansiyelini görüyor olması. Çünkü sen ne kadar YouTube üzerinden yaparsan yap, sonuçta oradaki kişi sensin ve hayatının döngüsü içinde kalabilirsin. Sadece o konfor noktasında kalabilirsin. Ama bazen konforumuzun dışına çıkmak birilerinin vesilesiyle olabiliyor ve ileriye taşıyor seni.” (Görüşmeci 10, kadın, 27)

Yoga felsefesi ve uygulamalarının modern dönemde ki görünümü pek çok çelişki ve çatışmayı da beraberinde getirmektedir. Zihinsel ve bedensel birliğe ulaşmanın ve aşamalarıyla ilerleyerek aydınlanma yolu olarak görülen yoga pratiğı, gündelik uygulamalarda kendi felsefesiyle çeliştiğı noktalar vardır. Aydınlanmaya giden yolda bireylerin tercih ettiğı yöntemler üzerinden yapılan bir değerlendirme oldukça dikkat çekicidir.

“Bunları böyle biraz tarihsel perspektiften izlediğinde aslında insanlar da kendi zihinlerinde, kendi vücutlarını terbiye etmek için çıkarmışlar bunu... Ama şimdi dönüp bakıyorum... Ama bazıları mesela bana çok ekstrem geliyor. İşte mesela inzivalara çekilmek, karanlık odalara girmek, açlık oruçlarına girmek. Bu şey gibi geliyor bana, evet vücut terbiye ediyoruz ama bu dünyada yaşıyorsun ve bu dünyadan kopmak için yapabilirsin gibi geliyor bunların aşırıları bana... Ama yani Nirvana'ya vardığında ne olacağını merak ediyorsan bunu da kalkıp da kendini dağın altı tepesine ya da karanlık bir odaya kilitlediğinde olmayacak bence. Bu böyle sadece bir kişinin aydınlanmasıyla değil, bence bir toplumun, bir grubun, yani bir topluluğun aydınlanmasıyla olan bir şey.” (Görüşmeci 9, kadın, 33)

İlk olarak katılımcıların pek çoğı, yoga pratiğinin ve felsefesinin gündelik yaşam kaygıları ve kapitalist sistem içerisinde yüzeyselleştiğini vurgulamaktadır. Bu bağlamda maddi geçim, zaman sıkıntısı, ilişkisel sorumluluklar gibi pek çok kaygının yoga yolculuğunun spiritüel biçimde içselleştirilmesini sekteye uğrattığı düşünülmektedir. Bu durum Bauman’ ın *akışkan modernite* içerisinde tanımladığı pratiklerin geçiciliğı ve yüzeyselliğı tartışmasına kapı aralamaktadır (Bauman, 2003).

“Ben kendimi spiritüel olarak kesinlikle görüyorum ama bazen de... Çok kapital bir sistemin içinde... Şunu kaçırmamak gerektiğini düşünüyorum. Her spiritüel insanın... Biz Türkiye’de yaşıyoruz. Hiçbir hayat toz pembe değil. Bunun bir de gerçekten gerçek bir hayatı var. Ne olursa olsun bir maddi kaygısı var. Ne olursa olsun karşı tarafın sana kötü gelme ihtimali var. Ya da işte o taşlar sana iyi de gelse, o taşların bir maliyeti var ve bu birazcık da bir oyun.” (Görüşmeci 7, kadın, 24)

Birey, hızlandırılmış yaşam düzeninde yüzeysel kimlikleriyle kısa vadeli çözümler ve pratikler inşa etmektedir. Yoga pratiğı derin bir felsefi sisteminin içerisinde gündelik kaygılardan sıyrılmış değildir. Aynı zamanda Erdal (2018)’ın “*Yoganın Türkiye’deki Dönüşümü: Maneviyattan Piyasaya*” isimli çalışmasında gördüğümüz

maneviyatın dönüşümü üzerinden yansıtılmaktadır. Aynı zamanda mistik bir Doğu kültürü olan yoga uygulamalarının, Türkiye’de ki sunumu, birçok başka yol üzerinden tartışılıyor olsa dahi, Batı menşeli bir spiritüel aydınlanma biçimi olarak kabul görmektedir (Duman & Koca, 2020). Dolayısıyla yoga kültürü ve bugün ki uygulamaları arasında uyumlanma problemi, yoganın Batı merkezli yeniden sunumu üzerinden tartışmaya açıktır.

Yoga bireyselleşmiş bir görüntüsünün yanı sıra toplumsal manada yoga pratiği yapan bireylere yüklenen “kusursuzluk” algısı üzerinde toplumla kesişmektedir. Yoganın kendilik pratiği imajının sosyal bir kimliğin dayatmaları altında kusursuzlaşması bireyler için oldukça çelişkilidir. Özellikle yoganın medyadaki sunumu ve gösteri toplumu üzerinden ayrıntılı biçimde tartıştığımız bu kısım yoganın gündelik yaşamdaki sunumuna örnek teşkil etmektedir (Goffman, 2020). Bir görüşmeci yoga felsefesinin özgürlüğü tanımlayan ama özgür olmayan tarafına dikkat çekmektedir.

“Sinirli yogacı mı olur? Hani sen meditasyon yapıyordun. Ben sinirleniyorum. Yani ben insanım. Ya da işte sigara içen yogacı mı olur? Hala insanım.” (Görüşmeci 7, kadın, 24)

Görüşmeci 7’nin ifadesi, yoga yapan bireylerin toplumsal norm ve beklentiler doğrultusunda "hatasız", "dingin" ya da "arzu nesnesi olmayan" bir profile indirgenmesine karşı eleştirel bir duruşu yansıtmaktadır. “Sinirli yogacı mı olur?” sorusu, bireyin hem kendi insani zaaflarını kabul etme ihtiyacını hem de spiritüel pratiğin idealize edilmesine karşı geliştirdiği bir savunuyu dile getirir. Bu anlatı, spiritüel alanlardaki performans baskısına ve özneleşme çelişkilerine dikkat çekerken, bireyin yoga pratiğini kusursuzlukla değil, insan kalma hakkıyla birlikte sürdürdüğünü gösterir. Bu durum aynı zamanda Goffman’ın (2020) temsili roller kuramıyla da ilişkilidir; birey, "yogacı" rolüyle toplumun sahnesinde yer alırken, arka planda kendi gerçekliğini ve çelişkilerini taşımayı sürdürmektedir.

Başka biçimde yoganın Türkiye’de ki uygulamasına yönelik eleştiriler tek bir felsefi sistemin kaynak alınarak ilerleyen bir yol olması görüntüsüdür. Yoga felsefesinin pek çok rehber metni bulunmasına rağmen Türkiye’deki uygulamaları daha çok Hint kökenli mistik bir felsefenin izlerinin taşımaktadır (Arslan, 2013). Bir görüşmeci bunu şu şekilde ifade etmiştir:

“Mesela yoga felsefesi diyoruz ama felsefe hani herkesin düşüncesini bir şekilde ortaya koyup hani birbirleriyle tartıştığı bir ortam olması gerekirken hani yoga felsefesi olarak şu

an günümüzde yansıtılan bir tek bizim istediğimiz bu. Yani bu fincandaki, bunun dışındakileri biz kabul etmiyoruz getiriyorlar.” (Görüşmeci 9, kadın, 33)

Yoga pratiğinin Batı kökenli yöneliminin daha çok asanaları ön plana çıkaran fiziksel bir pratik olarak kabul görmesi bedensel sınırları ihlal edilmesi üzerinden de tartışmaya açılmaktadır. Bedensel sınırların zorlanarak yoganın en önemli felsefelerinden biri olan *Ahimsa* (Şiddetsizlik) ilkesinin çiğnenmiş olduğu bir tartışma konusudur. Aynı zamanın bedensel şiddet, bireyin bedeni üzerinde kurduğu disipliner bir iktidar olarak açığa çıkmaktadır (Foucault, 2013).

“Yoga Türkiye'ye batıdan geldi. Ama kökenin batı değil aslında. Batıda başka bir hale geldi. Stüdyo dersi diye bir şey. Stüdyo dersi, tamam ben de yapıyorum şu anda ama aslında yoganın mantığı çok ters” (Görüşmeci 2, erkek, 43).

“O Hatha yogada böyle vücudunu zorlayan hareketler var. Çünkü onları çok yaptım. İşte artık niye bana boş geliyor. Kendi kendine yarışa giriyorsun. Yani yoga bu değil. Diyor ki, zorla da olsun o mata çık bugün diyor. Yani niye, benim o gün işim varsa niye zorla ben oraya çıkmak zorundayım?” (Görüşmeci 17, kadın, 48)

Yalnızca bedensel zorlanmalarla değil, yeme düzeni, düşünme biçimi ve eyleme halini kalıplara sokan bir yaşam deneyimini deklare ettiğine yönelik görüşler de mevcuttur.

“Yoga felsefesi var ama işte o zaman günümüzdeki yogayı konuşamayız zaten. Şu günümüzde tam tersi bir yerdeyiz yani.. Hepimizin geçim kaygısı var, yaşam kaygısı var. Zaman kaygısı var. Bir sürü kaygımız varken biz zaten ne bileyim işte şey yoga da işte Brahma Charya(Cinsel kimlikten arınma) ol. İşte cinsel perviz yap ne bileyim. İşte et yeme falan. Ama bir yandan da Ahimsa diyor. Şiddetsizlik ama et yemediğim zaman benim et yemeyen ama yerine bir şey koyamayıp kendisine şiddet uygulayan biri oluyorum.” (Görüşmeci 14, erkek, 33)

Görüşmeci 14'ün ifadesi, yoga felsefesinin idealize edilmiş öğretileri ile modern yaşamın gerçeklikleri arasındaki çelişkiyi çarpıcı biçimde ortaya koymaktadır. Katılımcı, Brahmacharya gibi geleneksel öğretilerin günümüz yaşam koşullarıyla uyumsuz olduğunu ifade ederek, yoga pratiğinin spiritüel boyutunu yaşamının gündelik kaygılar nedeniyle zorlaştığını vurgulamaktadır. Geçim, zaman ve yaşam kaygısı gibi neoliberal yaşamın dayattığı baskılar, bireyin kendi bedenine ve yaşam tarzına dair beklentilerini sınırlandırmakta; bu da yoga felsefesinin içselleştirilmesini güçleştirmektedir. Ahimsa (şiddetsizlik) ilkesine dair verdiği örnek, etik idealler ile bedenin temel ihtiyaçları arasındaki gerilimi göstermektedir. Et yememeyi seçmenin “doğru” bir etik davranış

olduğu düşünülse de, bireyin fiziksel ihtiyaçlarını karşılayamaması hâlinde bu tutumun kendisine yönelik bir şiddete dönüşebileceğini ifade etmektedir. Bu anlatı, bireylerin yoga felsefesiyle kurduğu ilişkinin mutlak bir uyumdan ziyade, yaşam koşullarına göre yeniden müzakere edilen bir süreç olduğunu göstermektedir. Böylece yoga, sabit ve katı bir öğreti değil; bireysel, toplumsal ve ekonomik gerçeklikler çerçevesinde dönüştürülen bir pratik hâline gelmiştir.

“Yani şöyle. Felsefeyle bence çatışıyor zaten de. Şimdi yoga birlik demek ya öz itibarıyla. Şimdi eski guruları ben çok araştırdım. Hindistan’da bir kadın diyordu ya, yoga böyle bir şey değil. Mesela giyiyor taytını, giyiyor bilmem kaç bin dolarlık brasını. Koşa koşa o dersten, o derse yoga bu değil ki diyor. Bizim kültürümüze yoga, sabahları pijamayla kalkıp yaptığın bir şey, bir ritüel. Aslında onların bir dini. Bizim namaz kılmamız gibi belki de.” (Görüşmeci 22, kadın, 37)

Görüşmeci 22’nin ifadesi, yoganın geleneksel anlam dünyası ile günümüzdeki ticarileşmiş ve estetikleştirilmiş biçimleri arasındaki çatışmayı açıkça ortaya koymaktadır. Yoga onun için sadece fiziksel bir etkinlik değil; bir ritüel, hatta bir tür ibadet biçimidir. Tayt gibi pahalı sembollerle temsil edilen modern yoga anlayışı ise bu özle çelişmekte, yoga pratiğini kapitalist tüketim kültürünün bir parçası hâline getirmektedir. Bu durum, yoga pratiğinin Batı’da sekülerleştirilerek yeniden tanımlanmasına, yerel bağlamlarda ise anlam kaymalarına neden olmaktadır. Görüşmecinin “bizim namazımız gibi” ifadesi, yoganın bireylerce bir tür manevi disiplin olarak içselleştirildiğini gösterirken; sabah pijamayla yapılan sade bir pratik olarak tanımlanması, onun spiritüel özüyle kurulan kişisel bir ilişkiye işaret etmektedir. Bu yaklaşım, yoganın Türkiye bağlamında nasıl yerleştiğini, yeniden anlamlandırıldığını ve gösteri kültürüne karşı bir duruş geliştirilebildiğini düşündürmektedir. Burada yoganın, bireyin günlük rutini içinde sade bir ibadet biçimi gibi yer alması, hem seküler hem de spiritüel yönlerinin iç içe geçtiğini göstermektedir.

1.4 Ölüm ve Yaşam /Din

Yoga içerisinde yaşam bir öğrenme ve dönüşüm sürecidir. Bireyin ruh-beden ve zihin dengesini kurmasına yardım ederek bilinçli bir yaşam sürmeyi hedefleyen yoga felsefesi içerisinde dualite her zaman kendini üretmektedir. Herhangi bir olgunun karşıtıyla birlikte varolduğu bu felsefi sistem içerisinde yoga uygulamaları yaşamı anlamlandırmak için en büyük rehber olmaktadır. Yogilerin ölümle ilgili bazı söylemleri

olduğu gibi en çok yaşama olan ilgileri göze çarpmaktadır (Günay, 2007). Dolayısıyla yogada yaşamaya yönelik vurgunun daha ön planda olduğu söylenebilir. Zaten yoga metinleri içerisinde geçen “Prana” yaşam enerjisi demektir. Nefesin kontrolü (Pranayama) ile bu enerjiyi yönetmekte, bireyin yaşam kalitesi ve zihin kontrolünü artırması ile ilişkilendirilmektedir (Patanjali, 2009). Bu yaşam düzenini tekrar eden yaşam serüvenleri olarak gören yogilerin sayısı oldukça fazladır. Dolayısıyla reenkarnasyon, karma, kozmik borçlanma gibi terimlerin sıklıkla karşımıza çıktığı görülmektedir. Tüm bunların yanı sıra yoganın din olup olmadığı tartışması, literatür ve mevcut verilerimizin katkılarıyla açıklanması hedeflenmiştir. Bu kategori içerisinde iki temel kod karşımıza çıkmaktadır. Bunlar; “reenkarnasyon/karma” ve “din” kodları olmuştur.

Reenkarnasyon kelime olarak “yeniden bedenlenme” anlamına gelmektedir. Bir canlının ölümünün ardından başka bir canlı bedeninde yeniden dünyaya gelmesi olarak anlaşılmaktadır. Reenkarnasyon pek çok felsefi ve dini gelenek içerisinde karşımıza çıkabilmektedir. Hinduizm’de reenkarnasyon karma yasasıyla ilişkili biçimde işlemektedir. Bir kişinin bugün yaptığı iyi veya kötü her türlü eylemin ödül ve ceza sistemi içerisinde değerlendirilerek bir sonraki yaşamında karşısına çıkması olarak açıklanmaktadır (Güngören, 2013). Bhagavad Gita’da Krishna, ruhun ölümsüz olduğunu ve bu nedenle beden ölümünden etkilenmeyeceğini ele almaktadır (Vyasa, 2016).

Budizm’de reenkarnasyon ruhun değil, kendinin farkından olan bilincin yeniden doğuşu olarak açıklanmaktadır. Böylece aslında kendini sürekli arayan bireyin, varlık arayışının içindeki bireyin reenkarnasyon süreciyle sürekli olarak yeniden doğma haliyle nirvanaya yani aydınlanmaya uzanan yolculuğunu anlatmaktadır. Bu doğuş, yalnızca ruhun ve beden taşınması değil, varoluşun temel unsurlarının yeniden şekillendiği bir süreci ifade etmektedir. Bu döngüyü yani “samsara’yı” durdurmanın tek yolu ise “Nirvana’ya” ulaşmak olarak açıklanmıştır. Dolayısıyla birey, her yaşam döngüsünde kendisinin daha iyi haline ulaşmak için bir çabanın içerisinde görülmektedir (Lama, 2012).

Jainizm felsefesi Budizm ve Hinduizmle benzer şekilde ruhların samsara döngüsünden kurtulması gerekliliğine vurgu yapmıştır. Ruhların özgürlüğe ulaşması için ise en temelde şiddetten kaçınma ve iyi ahlaklı bir yaşantı sürme vurgusu ön plana çıkmaktadır (Smart, 1999). Doğu felsefeleri dini ve mistisizmi içerisinde eski

dönemlerden itibaren sıklıkla gördüğümüz reenkarnasyon inancının Batı'daki seyri daha karmaşık ilerlemiştir. Bu kavram özellikle ruh, benlik, ölüm, varoluş gibi kavramların spiritüalist akımlarla birlikte gelişmesiyle araştırmalar içerisinde daha çok yer bulmaya başlamıştır. Batı'da reenkarnasyon döneminin izleri Pisagor ve Platon gibi düşünürlerinde yer bulmuştur. Pisagor, ruhun beden değiştirerek ahlaki bir arınma ve gelişim süreci olduğuna inanırken; Platon, özellikle “Devlet” eserinde ruhun ölümsüzlüğünden bahsetmiştir. Ayrıca ruhun saf bilgiye ulaşana kadar döngüde kaldığından bahsederek, Samsara' ya benzer bir içerik sunmuştur (Akçay, 2010). Hristiyanlık ise reenkarnasyonu net biçimde reddetmiştir. Hatta bu görüşlerin sapkınlık yaratan ifadeler olması dolayısıyla dinden aforoz edilmiştir. Bazı Gnostik ve Hermetik mezhepler ruhun yeniden bedenlenmesinin mümkün olabileceği görüşünü savunurken, Hristiyanlık bu görüşü kesinkes yok saymıştır (Smart, 1999).

19. Yüzyıl'da Batı'da görülen Doğu öğretilerine yönelik artan ilginin bir payı olarak görülen Teozofi Cemiyeti ile birlikte Teosofistler ve özelde Blavatsky fiziksel yaşamın sürekli bir tekamül sürecinde olduğu ve bu süreçte bireyin ruhsal olarak evrim geçirdiğini aktarmaktadır. Bu aynı zamanda ruhun olgunlaşma sürecinde ki bir çeşit sınavı gibi kabul edilebilmektedir (Blavatsky, 2014).

20. yy'da reenkarnasyon inancı psikolojik bağlamlarda da ele alınmaya başlamış ve böylece mistik bir çerçevenin dışına taşarak bilimin bir parçası haline gelmiştir. Özellikle psikiyatrist Brian Weiss, klinik pratiklerinden geçmiş yaşam deneyimlerinin açığa çıkarıldığı süreçlerin olduğundan bahsederek, ruhun çoklu yaşamlar boyunca geliştiğini öne sürmüştür (Weiss, 2007). Benzer şekilde yaptığı çalışmalarda Lan Stevenson reenkarnasyonun “empirik olarak gözlemlenebilir” olabileceğini ileri sürmüştür (Ünsal, 2015).

New Age dediğimiz süreçlere baktığımızda ise reenkarnasyon çoğu çağdaş spiritüel hareketin temel öğelerinden biri olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu bağlamda, bireyin geçmiş yaşam deneyimlerinden yola çıkarak, bugün de hayatını yönlendirme ve ruhsal bütünlüğünü yeniden kurma anlamında önemli bir yol kat edebileceği inancı hakimdir. Böylece reenkarnasyon, kişisel gelişim, iyileşme ve spiritüel farkındalık aracı olarak işlev görmektedir (Kılıç, 2002).

Bazıları için reenkarnasyon ve karma döngüsü semavi dinlerde karşımıza çıkan cennet ve cehennem inancından ötesi değildir. Ve bu inanış bireyin dinlerle kurduğu bağı da açıklamak için oldukça önemlidir. Bir görüşmeci bu konuyu şu sözlerle dile getirmiştir:

“Evet, cehennem aslında reenkarnasyon sonrasında senin yaptığın karmik borçlarının iyi ya da kötü yönde olup olmasının kıyasıyla anlaşılır. Cennet ya da cehennem tabiri çünkü hocamızın da anlattığı gibi zamanı gelince enkarne olacaksınız. Bir sonraki reenkarnasyonunuzda işte yaptığınız bütün her şeyi ödeyeceksiniz. Vesaire gibi açık açık herkese söylemişler ve herkes hırsızlık yapmış, tecavüzcü olmuş, insan öldürmüş. Hani bütün o Hindistan' da o dönemde, bunların öğretildiği dönemde insanlar şey kafasıyla yaşamış. Bir sonraki hayatımda çözerim kafasıyla yaşamış biraz. Bunun rahatlığı gelince de bu dinler gelip daha üstü kapalı bir şekilde bu hayatında kötü şeyler yaparsan, bir sonraki hayatında cehennemi yaşarsın. Ya da iyi şeyler... Yani iyi kötü kavramına aslında iyi kötü diye bir şey yok. Çünkü bu hayatında iyi olarak algılayıp yaptığın şeyi bir sonraki hayatında kötü algılayabilirsin.”(Görüşmeci 8, kadın, 26)

Katılımcı anlatısı, reenkarnasyon ve karma inancının bireysel sorumluluk algısı üzerindeki etkilerine eleştirel bir bakış sunmaktadır. Bu öğretilerin bazı bağlamlarda etik davranışı ertelemeye neden olabileceğini, dolayısıyla toplumsal düzeyde ahlaki bir gevşemeyi meşrulaştırabileceğini ima etmektedir. İyi ve kötü kavramlarının göreceliğine yapılan vurgu ise, bireylerin etik yargılarını mutlak değerler yerine kişisel deneyimler ve bağlamsal koşullar üzerinden kurduklarını göstermekte; bu durum, modern spiritüel arayışlarda ahlaki relativizmin ve bireysel anlam üretiminin öne çıktığına işaret etmektedir. Bu bağlamda anlatı, geleneksel öğretilerin modern yaşantılar içinde nasıl yeniden yorumlandığını ve dönüştüğünü ortaya koymaktadır. Bir başka görüşmecinin anlatısı karma inancına deyinmektedir.

“Evet, bağlamı da farklı. İnsan algısıyla alakalı olan bir şey olduğu için iyilik ve kötülük. Ben bunu en güzel şöyle açıklamayı seviyorum. Stephen Hawking's'in kitabında Karma ile ilgili bir şeyden bahsediyordum. Bir şeyin, bir insanın kürekli çukur kazdığını düşünelim diyor. Bir yandan çukur kazarken arkada bir tepe oluşuyor diyor. Yani evren her zaman kendini sıfırlamaya ve nötürlemeye odaklı.” (Görüşmeci 1, kadın, 31)

Yine benzer biçimde bir başka görüşmeci karma ve reenkarnasyon inancını semavi dinlerin içerisinde de konumlandırarak içselleştirmiştir.

“... Şimdi sen atıyorum Kur'an okuyorsun. 18-20-25 yaşında. Ama sen o okuyana kadar zaten belli bir din temeli veriliyor sana. Din eğitimi temeli veriliyor. Ve sana bakış açın böyle

olacağı yerde şöyle bir bakış açısı sunuyor. Diyor ki bu açıdan bak. Cennet cehennem var diye bak. Oku onu. Sen bir ön yargıyla okuyorsun zaten. Diyorsun ki, atıyorum orada sana diyor ki ölümden sonraki yaşamda şöyle şöyle bir şey olacak. Sen diyorsun ki bu cennet o zaman, cennette olacak. Okuduğum yazıda şöyle bir şey söylüyordu. Kur'an'ı bir kere de atıyorum ölümden sonraki yaşam reenkarnasyon olarak düşünerek bir okur musunuz? Hatta böyle birkaç ayet paylaşmıştı ve çok ilgini çekmişti Ve okuduğumda böyle ayetleri de okuduğumda, ay inanmıyorum ya gerçekten reenkarnasyon bazıyla okuduğumda da onu anlatıyor. Yani hani tam olarak sana cennet, cehennem bir şey söylemiyor ki. Sana buradan sonra yani bu şu an okuduğun insan olarak okuduğun hayattan sonraki hayatı anlatıyor. Bunu cennet cehennem diyen biziz. Ve aslında cennet cehennem diye tasvir edilen şeyin de öldükten sonra olacağını sana söylemiyor. Bir cennet cehennem var. Ben şuna inanıyorum. Bu da çok böyle şeydir. Aslında oriental bir laftır ama cennette cehennemde bu dünyada.” (Görüşmeci 20, kadın, 34)

Bir başka görüşmeci için Kur'an'da bahsedilen ahiret sistemi tamamıyla reenkarnasyon döngüsüne işaret etmektedir.

“Orada şöyle diyor, siz ona nasıl inanmazsınız ki o sizi ölüyken diriltti, diriyken öldürdü ve tekrar diriltecek? Şimdi buna şöyle yorumlar geliyor. Zaten ahirette diriliyoruz diyor inkar edenler ya da kabul etmeyenler ama orada üçlü bir döngü var. Ölüyken dirilmek, diriyken ölmek ve tekrar dirilmek. Dolayısıyla bu aslında direkt olarak zaten reenkarnasyona çıkıyor. Şimdi bizim aidiyet dediğimiz sistemde biz ölüyken dirilmiyoruz. Yaşıyoruz, ölüp diriliyoruz. Yani iki aşamalı bir sistem var. Bakara 26'da üç aşamalı bir sistemden bahsediliyor. Ama tabi bu bir tartışma konusu” (Görüşmeci 12, erkek, 46)

Burada çarpıcı olan özellikle Kur' anı Kerim üzerinden açıklanan ayetlerle karşılaştırma yapılarak aktarılan reenkarnasyon süreci, açıkça İslam dini içerisinde bir zemine oturtulmasıdır. İslam dini içerisinde Kur'an ve sünnete dayalı geleneksel yaklaşım içerisinde reenkarnasyon kabul edilmemektedir. “*Her nefis ölümü tadacaktır. Sonra bize döndürüleceksiniz*” (Ankebut, 29/57) ayetinde belirtildiği üzere, bireyin bedenlendiği başka bir dünya hayatı yorumu doğum, ölüm ve ahiret hayatı üzerinden tanımlanmıştır (Çelik, 2010). Tasavvufi ve Heterodoks yorumlar içerisinde ise tenasüh inancı (Ruh göçü) diye tabir edilen bir kavram karşımıza çıkmaktadır. Bu görüşe göre, ruh günahkar olduğu sürece başka bedenlerde dünyaya gelecektir. Ancak bu kavram klasik İslam öğretisinin dışında yer almaktadır. Özellikle *Durzilik*, *Nusayrilik*, *Hurufilik* ve *İsmaililik* gibi gruplarda ön plana çıktığı görünmüştür. Tasavvufi yorumlar içerisinde ise reenkarnasyon kelimesi açıkça kullanılmasa dahi, ruhun tekamülü, bedenın sınırlarından kurtulması gibi fikirlerle dolaylı olarak değinilmiştir (Yıldırım, 2011).

Mevlana'nın Mesnevisi içerisinde' ki bir beyitte "Taştım anne karnından, doğdum. Sonra öldüm, bir çocuktum. Sonra öldüm, genç oldum. Ve öldüm tekrar... Sonra insan oldum..." şeklinde yorumlanmıştır (Rumi, 2003). Beyitte açıkça böyle geçmediği biçiminde tartışmalar devam etmekle birlikte sembolik bir ontolojik tekamülden söz edildiğine yönelik tartışmalar da devam etmektedir. Ancak görüşmeciler için reenkarnasyon fikri, dinin bahsettiği ölüm, yaşam, diriliş sisteminin dışında değildir. Yogilerin cennet ve cehennem inancına yönelik açıklamaları da yine reenkarnasyon döngüsünün bir parçası olarak kabul görmüştür.

"Yani güncele şimdiki zamana geldiğimizde inandığım çok nokta var tabii ki. Mantıksız değil. Hiçbir dini durumla da çelişmiyor. Baktığında da mantıklı yani. Cennet, cehennemi bu dünyada yaşıyoruz. Ve yaptığımız iyilikler ve kötülükler vasıtasıyla bir konuma gelip sonra farklı bir duruma dönüşüyoruz gibi düşündüğünde gayet mantıklı. Hatta insanı daha iyi hissettiren bir sistem bence. En azından içerisinde korku yok. Yani cennete gideceğim, cehennemde yanacağım. Korkusu yok. Hani ne ekersen ona biçersinin hesabı oluyor." (Görüşmeci 5, erkek, 24)

Bazı görüşmeciler için reenkarnasyonun bireye sunduğu yeniden bedenlenme ihtimali bir fırsat olarak değerlendirilmiştir. Erdemli bir yaşam fikrini daha ileriye dönük bir plan olarak yönlendirme eylemi içerisinde olabilecekleri de görülmüştür. Bu yargı içerisinde semavi dinlerdeki cennet ve cehennem kurgusunun reenkarnasyon sistemini başka bir dille yeniden inşa eden bir döngü olduğu teorisini tartışmaya açılmıştır.

"Reenkarnasyon geçmiş zamanda kutsal kitaplarda çok daha açık anlatılıyor aslında. Nasıl mesela şimdi iyi insan olmayı bu kadar açıkça birçok kitap yazıyor, bilge kitap. Aslında reenkarnasyon da bu kadar açık anlatılıyor çok geçmiş zamanda. Sonra insan zihniyle her yerde olduğu için toplumda şuna dönüyor. Abi zaten enkarnasyon var, ben bir daha geleceğim. Bir daha geleceksen o geldiğimde sorumluluklarımı yerine getiririm. Ben lay lay tay tay yiyeyim, içeyim, öldüreyim, gasp edeyim, çalayım, yalan söyleyeyim. Çünkü ben zaten bir daha geleceğim ya, o zaman öderim gibi bir şeye evriliyor toplum . Dolayısıyla sapkınlıklar artıyor. Ve tabiki bin yıllar içinde gelen kutsal kitaplarda artık enkarnasyon sadece o ilme sahip kişilerin anlayabileceği formda yazılıyor. Bakara' da üstü çok kapalı mesela. Kapalı oluşunun sebebi bu. Sadece ilmi bilen, bunu uygulamayı bilen, insanların anlayabileceği formda yazılıyor... Açıkça bir anlatı tabi ki yok. Yorum da giriyor üstüne. Bu da doğru. Ama açık üç aşamalı bir sistem var yani." (Görüşmeci 8, kadın, 26)

Bu manada reenkarnasyon yalnızca metafizik bir öğreti olarak değil, bireyin kendilik arayışı içindeki önemli bir yapı taşı olarak işlev görmektedir. Görüşmemiz özelinde spiritüel bir arayış olarak ele aldığımız yoganın inanç sistemi içerisinde de

reenkarnasyon önemli bir yere sahiptir. Görüşmemiz özelinde görüşmecilerimizin çoğu reenkarnasyona inandığından bahsetmiştir.

“Reenkarnasyona ilk başta çok şüphelerle yaklaşıyordum fakat inanmaya başladım. Çünkü dışarıda baktığımız zaman tek bir hayat yaşarsak eğer her insanın, düz mantık gidiyorum, eksik parçadan tüme varım yapacağım ama nasıl tarif edeceğimi de bilmiyorum bunu. Her insana baktığımız zaman hepsi farklı farklı ve biri bir şeyleri daha iyi başarabilirken daha yetenekli yeteneksiz olması, evet bilimsel olarak da açıklanabilir ama bunun bilimselinin de ötesinde ruhun bildiği bir şey var ki o insan o konuda daha yetenekli çünkü onu sıfırdan öğrenmiyor, onu hatırlıyor gibi mesela.” (Görüşmeci 6, erkek, 24)

Bir başka görüşmeci için reenkarnasyon sistemi yine Kur'an içerisinde açıkça anlatılmaktadır.

“İnanıyorum. Yani şöyle inanıyorum, bana çok mantıklı geliyor çünkü ben yoga ile ilgilenmeden önce Kur'an-ı Kerim'in mealini açıklamasını çok merak ederdim, okurdum. Bakara suresinin sanırım 23. ya da 13. ayeti, tam emin değilim. Ben okudum, dedim ki, reenkarnasyondan bahsediyor dedim. Nasıl yani dedim. Reenkarnasyon işte bu. İşte biz sizi öldürdük, sonra dirilttik, sonra tekrar öldürdük, sonra tekrar dirilttik. O zaman bir ruhlar alemi devam ediyor yani. Dedim bu bir reenkarnasyon, sonra baktım evet aslında o ayetin reenkarnasyonla ilgisi olduğunu savunanlar da var. Kesinlikle hayır öyle bir şey yok deyip başka bir açıdan değerlendirenler de var.” (Görüşmeci 22, kadın, 37)

Bir başka görüşmeci reenkarnasyonla kurduğu bağı açıklarken, Tanrı'nın acımasızlığı düşüncesi ile karşı karşıya kalmamak ve hatta yaşamında karşılaştığı pek çok zorluğu kabullenmek için bir şükür sistemi olarak işlev gördüğünden bahsetmektedir. Bu sistem Berger(2003)' e göre dinin işlevsel biçimiyle ön plana çıkarak bireyin yaşantısındaki “anlam evrenini” inşa etme çabası olarak tartışmaya açıktır. Reenkarnasyon ile insan, ölüm ve yaşam arasındaki kaosu dindirebilmek adına bir çıkış noktası olarak kabul edebilmektedir. Reenkarnasyon ölümün, yaşamın ve inancın anlamlarını yeniden üretme eğilimindedir. Dolayısıyla bu sistemde birey, kendini anlamlı ve bütün bir düzenin parçası olarak kıymetli hissetme eğilimindedir.

“Önceki yaşamında bunu öğrendi ve bu hayatında bununla beraber bir sonraki kademesine geçiyor. Ve reenkarnasyon olmazsa, olmadığı bir senaryoda Tanrı'nın acımasızlığını, Tanrı'nın ne kadar vicdansız olduğu şeyine, o felsefe filozofların tıkanıdığı o konuya gidiyor aslında. Ama reenkarnasyon işi devreye girdiği zaman bu hayatta yaptığını yaşayamadan gittiğin için bir sonraki hayatında yaşamak için geliyorsun. Böyle bir sistemde de daha adil bir yaratıcının olduğunu görebiliyorsun. Hani o insanın idrak edemeyeceği o seviyede... Bunlar niye geliyor dediği noktada aslında hep yaratıcıyı suçluyorsun. Kabul etme hali.

Olmasa bile bu gerçekten. İnsanın içi rahat ediyor. Demek ki bir şeyler yapmışım ki, hak etmişim bunu diye bir o huzurla, rahatlıkla devam edebiliyorsun hayatına ve böyle olduğu zaman hakkıyla yaşıyorsun. Acı çekerek, sürünerek, şikayet ederek yaşamaktansa.” (Görüşmeci 6, erkek, 24)

Yeniden bedenlenme sistemi bireylerin tekamül yolculuklarının zamansal karşılığı üzerinde de tartışılmaktadır. Tasavvuf öğretisi içerisinde sıklıkla tekrar eden tekamül yolculuğu yogiler için yalnızca tek bir hayata sığmayacak bir yolculuktur. Dolayısıyla *Mokşa*’ya (kurtuluşa) ulaşmayı hedefleyen yoga felsefesi içerisinde de kurtuluş tek bir yaşam da ulaşamayacak bir yoldur. Bireyin karmik sistem içerisinde yeniden bedenlenerek oluşturduğu yaşam döngüsünün nihai sonunun kaç hayata kapsadığı bilinmemektedir.

“Zaten şuna inanmıyorum, tekamülün bir hayata sığabilme ihtimali çok zor. Yani işte tasavvufta tekamül diye geçiyor. Bu hayatta sadece öğrendiklerimi, öğreneceklerimi, öğrendiklerimi ve bunların sınavını vermem, 80 yıl, ortalama 80 yıla sığması çok zor. Yani bu hayatta öğreneceğim, öğrendiğim bir hayattan getirmiş olabilirim. Sınavını başka bir hayatta verecek olabilirim. Sadece bu hayatta da kalabilir. Yani bunların hiçbirisi net bir sonuç içermiyor. Hepsi sadece kabulleniş, işte her şeyde olduğu gibi yargılamadan bütün olasılıklara bakabilmek. Olabilir, neden olmasın? Farklı bir boyut olabilir. Yani İslamiyet’te cennet, cehennem diyoruz. Cennet, cehennemi karmada, tekamülünü tamamlamış bir ruh olarak tasavvuf için söyleyebiliriz. Yoga felsefesi için karmada aydınlanmış bir ruh diyebiliriz cenneti yaşayan insan için. Yani hepsi için farklı farklı söylemler.” (Görüşmeci 18, kadın, 36)

Yoga felsefesi içerisinde karma sistemi oldukça önemli bir yere sahiptir. Özellikle Patanjali’nin Yoga Sutraları çerçevesinde şekillenmiş bir aktarımı mevcuttur. Bu sisteme göre, birey yaptığı eylemlerin sonuçlarını mutlaka deneyimleyecektir. Tekrar bedenlenerek dünya üzerine geldiğinde de bir önceki yaşamının etkilerini göğüslemek zorunda kalacaktır. Bu, *Samsara* (döngü) içerisinde ki yolculuğu belirleyen en önemli yasadır. Yoga pratiği ise bu döngüden kurtularak kişinin *Nirvana*’ya (aydınlanmaya) ulaşmasında ki en önemli araçtır. Dolayısıyla yoga, bu noktada karmalardan arınma aracı olarak da karşımıza çıkmaktadır (Yalçın, 2018). Karma aynı zamanda Durkheim (2004)’cı bir perspektiften toplumsal düzenin sürekliliğini sağlayan bir kontrol mekanizması gibi de işlev görebilmektedir. Karmaların temizlenme yolunda bireylerin toplumdaki insan, hayvan, doğa ve etkileşimde oldukları canlı, cansız her şeye yönelik algı ve yaklaşımlarını değiştirdiği gözlemlenmektedir. Bunun içerisinde en dikkat çekici

olan; bir hayvanı kesip, etini yeme fikrinin oldukça çarpıcı biçimde reddedildiği beslenme biçimleridir.

“Evet. Karmada da işte şunu diyor. Diyor yani gözü olan bir şeyi yememen gerek diyor. Çünkü senin ilk görevin hani kendi karmalarını vücuttan temizlemeye çalışmak. Başka bir karmayı da alıp enerji beden sistemini bozma diyor. Bu da makul, yani şöyle makul. En nihayetinde işte biz öldükten sonra ne olacağız bu büyük soru işareti.” (Görüşmeci 19, erkek, 37)

Böylece birey hiçbir canlının karmasında bir yer işgal etmeyerek kendi karmasını temizlediğine inanmaktadır. Hiçbir canlının karmasında yer almama fikri vejeteryan veya vegan beslenme biçimleri ile de ilişkilendirilmektedir. Yoga felsefesi içinde pek çok farklı beslenme biçimi bulunmaktadır. Ancak en temel sav, bedenimize aldığımız her şeyin, insan bedenine faydası olması ve başka canlıların bedenlerine yönelik bir şiddeti barındırmaması gerekliliğidir (Çetintaş, 2024). Böylece yoga felsefesine göre hayatını yönlendirme girişiminde bulunan kimseler beslenme biçimlerine yönelik değişiklikleri de kabulünü sağlamaktadır. Kendisini tam olarak bu biçimler içerisinde konumlandırmamış bir görüşmenin aktarımına göre bu sistem şöyle dile getirilmiştir;

“O hikayesi şöyle aslında bir canlıyı öldürmeme üzerine kurulu bir felsefe var ve sen ölmüş bir hayvanı yani ölmüş bir canlıyı yiyorsun ve aslında bu da senin onlar şey diyor karma, karmik bir şeylerden bahsediyorum. Onlar yalnız bak ben o kadar içlerinde değilim ki onlar ve ben yani. Çok hani şey yoga felsefesi mesela hani karmanın kirlenmesi, karmanın bozulması, işte bir hayvanın ölümüne neden olmak ve bunun karmik yaşam sisteminde senin karşına bir şekilde çıkacak olması gibi bir inanç var aslında. O yüzden böyle bir et yememe, hayvan tüketmeme hikayesi var. Veya işte bu mesela sarımsak soğansız yemek yeme. Çünkü bir antibiyotik özelliği var ve hani kanı antibiyotiklendirmemek üzerine kurulu böyle bir beslenme modeli.” (Görüşmeci 1, kadın, 34)

Bu sistem aynı zamanda reenkarnasyon içerisindeki form değişikliklerinin ve bedenlenmelerin yalnızca insandan insana olmadığı şeklindeki tartışmayı da kapsamaktadır. Bu anlamda süren tartışmaları görüşmeciler de sürdürmüştür.

“Ölümünden sonra ne olacağı ile ilgili inancı kesin. Yani reenkarnasyon, yeniden bedenleneceksin. Nasıl bedenleneceği ile ilgili farklı görüşler var. Kimisi cansız bir şey de olabilirsin diyor. Hayvan olabilirsin, bitki bile olabilirsin diyor. Kimisi de hayır sadece insandan insana diyor.” (Görüşmeci 5, erkek, 44).

Bir başka görüşmeci insanın yeniden bedenlenme içerisinde başka bir formda dünyaya gelme fikri ancak “kötü bir şeyler” yapmanın dip noktalarını eylemekle gerçekleşmektedir şeklinde yorumlamıştır.

“Yok, sadece insandan insana. Yani şöyle, bu hayatta dereceleri var. Aslında insandan insana diye geçiyor. O kadar kötü bir şey yapmış olmalısın ki bir hayvan olarak tekrar yeniden dünyaya gel. O artık dibin dibi gibi bir şey.” (Görüşmeci 6, erkek, 24)

Benzer bir tartışma içerisinde karmik sistemde dengeye bağlı olarak yaptığın etkinin karşılığını aldığın tepkinin iyi ya da kötü olması bireyin eylemleriyle yakından ilişkilendirilmiştir.

“Mesela reenkarnasyon konusunda orada şunu eklemek istiyorum, çok hoşuma gitmişti. Ruhlar tekrar ve tekrar dünyaya geliyor. Mesela diyelim ki sen bu dünyada yaşamak istemedin ve intihar ettin. Bu dünyada bir kötülük, birine bir kötülük yaptığın zaman alt kademelerden başlıyorsun. İşte bu çiftçi, işte soylu, kral gibi kademeleri var yoganın. Sen işte birine bir kötülük yaptığın zaman, diyelim ki birine tecavüz ettin diyelim. Bir sonraki hayatında sana tecavüz edilecek, sen o deneyimi yaşayacaksın. Ve sen bu dünyada diyelim ki yaşamayı kabul etmedin, istemedin, intihar ettin. İntihar ettikten sonra tekrar nasıl dünyaya geliyorsun? Hangi şeyle bedenleniyorsun? Çok ilginçti bu. Kötürüm ya da bedensel bir, zihinsel bir engelin olarak dünyaya geliyorsun. Çünkü o da sen bu dünyayı bilinçli bir şekilde yaşamayı kabul etmedin, bunu seçmedin, bu senin tercihindir. Bir sonraki hayatında aslında zihinsel engelli ya da yürüyemeyen, tamamen engelli biri olarak dünyaya geliyormuşsun.” (Görüşmeci 22, kadın, 37)

Tüm bu tartışmaların diğer tarafında karma sisteminde ettiğini bulma dengesinin ve yeniden bedenlenme sisteminin yeterince açıklanmamış ve bilimsel bir dayanağının olmadığı gerekçesiyle içselleştirememiş görüşmeciler de mevcuttur.

“Karma denge aslında. Yani hep diyoruz ya. Hep bir denge vardır diyoruz ya. Evet, o dengeyi bulmak adına o karma var. Ona inanıyorum. Ama işte sen bana bunu yaşattın, sen de yaşayacaksın gibi bir şey değil bence o. Çok avuntu gibi geliyor bana o halde. Ama işte ona inanıyorlar. İşin spiritüel kısmı oralara geliyor. Kim gitmiş kim gelmiş yani. Ama geldiğini düşünenler var yani Eskişehir’de bile. Geldiğini düşünüyor ve onlara böyle misyonlar yüklendiğini falan düşünüyor bunu bir yerden biliyorum falan gibi.” (Görüşmeci 17, kadın, 48)

Bir başka görüşmeci için yine benzer şekilde bunun bir bilim gibi deneyleenebilir ve tekrarlanıp gözlemlenebilir olmaması inanmaya yönelik çoğulcu bir perspektif geliştirilmesine neden olmuştur.

“Ama şeyi biliyorum, burada bu kadarla da bitebilir ama olasılıklar âlemi. Yani burada bitti diyebileceğimiz bir kesinlik yok elimizde, bu bilim değil çünkü. Gidip görüp gelip anlatan da yok. Ya da giden ama sonuca ulaştığını gördüğümüz bir deney de yok elimizde. O yüzden her şeye inanmak mümkün” (Görüşmeci 18, kadın, 37)

Bir diğer önemli kod *Din* olmuştur. Din kavramı sosyal bilimlerde pek çok farklı açıdan ele alınmıştır. Literatürde dinin tanımı üzerine görüş birliğine varılamamış olsa dahi, genellikle insanın aşkın olanla kurduğu ilişki biçimi olarak göze çarpmaktadır. Tarihsel olarak toplumsal yaşantıyı anlamlandırma aracı olarak değerlendirilmiştir. Sosyolojik manada dinin tanımına yönelik birçok farklı düşünürün görüşleri mevcuttur. Hepsine değinmek mümkün olmadığı gibi temel bazı isimlerin bu kavramı nasıl kullandıklarına yönelik genel bir değerlendirme yapmak gereklidir. Özellikle Durkheim, Weber, Marx gibi klasik düşünürlerin yanı sıra, Luckman, Berger, Eliade gibi bu araştırma özelinde din kavramını sıklıkla gördüğümüz düşünürlerin fikirlerini değerlendirmek çalışmamız için oldukça önemlidir. Ayrıca çalışma özelinde dinin semsiye bir kavram olarak genelleyici bir bakış açısıyla kullanıldığını unutmamak önemlidir.

Emile Durkheim, dinin araçsal konumunu ön plana çıkararak, toplumsal dayanışmayı sağlayan bir kurum olduğunu ileri sürmüştür. Bu manada, dini kutsal şeylere yönelik inanç ve uygulama sistemi olarak toplumsal birliği sağlayan işlevsel konumuna vurgu yapmıştır. Bunun yanı sıra gündelik olanla kutsal olan arasındaki ayrımı net bir biçimde çizerek dinin temelinin kolektif bilinç aracılığıyla toplum birliğinin ve devamlılığının sağlanmasında önemli görmüştür (Durkheim, 2014, s. 56). Weber’in dine bakış açısı Durkheim’ın bakış açısından farklı olarak bireyin dünyayı anlamlandırma biçimine yönelik katkıları da içermektedir. Bu anlamda bireyin karşılaştığı durumlara karşı bir rasyonelleştirme ve kabul sistemi olarak ele almaktadır. Dindeki anlam arayışı, bu manada yalnızca metafiziksel görünümüyle değil toplumsal bir güç kaynağı olarak da belirlemektedir (Weber, 2017, s. 88). Marx için ise din, mevcut sınıfsal toplum yapısını ve kapitalist sistemin sömürü çarkı içerisinde eriyen emeği başka biçimlerde anlama imkanı sunarak meşrulaştıran bir ideoloji olarak karşımıza çıkmaktadır. Dolayısıyla dinin bireylerin eyleme ve sorgulama kapasiteleri üzerine bir hakimiyet kurarak onları pasifleştirdiği ve toplumsal eşitsizlikleri perdeleyen bir yapı olarak bulunduğu iddialarını geliştirmiştir (Marx, 2011, s. 54). Luckman din kavramının perspektifini “görünmeyen din” kavramıyla başka bir noktaya taşımıştır. Ona göre “görünmeyen din” bireylerin

anlam arayışlarını karşılayan ve onlara manevi bir geri dönüt sağlayan yeni bir dinsel formu gibi görünmektedir. Ancak bu form geleneksel din yapılarına bağlı olmaması neticesiyle farklıdır. Görünmeyen din, toplumsal bir bütünleştirme ya da aidiyet geliştirme çabası gütmeyeceği gibi, Durkheim'ın teorisinde gördüğümüz işlevsel, bütünsel bir konuma sahip de değildir. Böylece bireyin daha görünür olduğu bir dinsel biçiminden bahsetmek mümkündür (Luckman, 2000, s. 27). Peter Berger için ise din modern dünyanın tezahüründe modern öncesi dönemlerdeki anlamında başka bir zemine kaymıştır. Berger için modern dünyada bir çok şey de gördüğümüz sekülerleşme, dinin bireysel tercih haline geldiği bir alana doğru evrildiği sekülerleşme çizgisini takip etmiştir. Dolayısıyla çalışmanın kuramsal çerçevesi içerisinde ayrıntılı şekilde tartıştığımız biçimiyle yok olmamış ancak bireylerin vicdanı ve seçiminin bir sonucu olarak karşımıza çıkmıştır. Böylece din ortadan kalkmadığı gibi, çeşitli yeni formlarda artarak varlığını sürdürmektedir (Berger , 2003, s. 41). Mircea Eliade ise dini; insanın kutsal ile kurduğu varoluşsal bir bağ olarak değerlendirmiştir. Eliade' nin din kavramına bakışı profan ve kutsal arasındaki ayrımı yenilemesi neticesiyle Durkheim'ın ayrımına benziyor görünmektedir ancak Durkheim için bu ayrım toplumun kolektif bilincinde kurulurken; Eliade için tarihsel olarak deneyimlerin tekrarıyla bireyin anlam dünyasında netlik kazanmaktadır. Eliade dinin daha çok bireysel bir anlam arayışı olduğunu savunarak bireye pek çok deneyim kazandırdığını ve bu sayede hayatı anlama ve anlamlandırma girişiminde oldukça önemli bir yer kapladığını düşünmektedir. Böylece Eliade için kutsalın fenomolojisi ön plandadır (Eliade, 1994).

Tüm bu yaklaşımlar temelinde nihai olarak dinin yalnızca manevi ve kutsal ilişkileri ile değerlendirmenin eksik kalacağı düşünülmektedir. Toplumsal yapının; bireylerin deneyimleri, yeni dini hareket pratiklerin, spiritüel yönelimlerin de içerisinde bulunduğu pek çok tercih sahasının bu çok boyutlu kavramın şemsiyesinde ancak pek çok farklı anlamda kullanılarak açıklanmalıdır. Din, klasik manada kurumsal bir yapıyı işaret etse de, modern dünyada spiritüellik ve sekülerleşmiş maneviyat çerçevesinde yeniden tanımlanmaya ihtiyaç duymaktadır.

Yoga bir içe dönüş pratiği olarak din kavramıyla sürekli dolaşım içerisinde. Ancak yoganın temel kaynakları içerisinde yoga bir din gibi aktarılmamaktadır (Patanjali, 2009). Yitik (1996)'in çalışmasında belirttiği gibi, Hindistan'da bulunan farklı dini geleneklerin inanç ve pratiklerinden beslenmesi nedeniyle böyle bir görünüme sahip

olduğu düşünülmektedir. Özellikle Hint kökenli dinlerde görülen aydınlanma ve kurtuluşa ulaşma yolunda yoga bir araç ve kapsadığı pratiklerle birlikte kapsamlı rehber olarak karşımıza çıkmaktadır (Yitik, 1996). Bu görüşü destekleyen bazı görüşmeciler yoganın bir din olmadığına inanmaktadırlar. Ancak yoganın toplumları yönetebilecek kadar büyük bir felsefe olduğu savı dikkat çekicidir.

“Din gibi bir şey değil. Felsefe daha çok, dinden çok. Felsefe olarak görüyorum. Çünkü içerisinde dinle beraber bir toplum yaratabilirsin, bir ülke. Yönetebilirsin ama bir felsefe ile beraber bir toplum ve devlet yönetmek daha farklı. O yüzden. Burada büyük bir uçurum var. O yüzden din diyemem.” (Görüşmeci 6, erkek, 24)

Bu aktarımla karşıt biçimde, yoga felsefesi içerisinde bulunan ve 8 basamakta özgürlüğe ulaşmayı vaad eden sistemin bir din olduğunu düşünen yogiler de mevcuttur. Hatta yoga pratiğinin tek başına yoga pratiği olarak görünümün bir akrobasiden yada spordan farksız olduğu iddiasıyla bunu desteklemişlerdir. Bu manada yoga yolculuğunun felsefesini içselleştirerek ilerleme, bu dini yolu kabul etmekle eş değer tutulmuştur. Bir görüşmeci bunu şöyle ifade etmiştir;

“Asana pratiği dediğimiz nokta üçüncü basamağı yoganın. Yani bir, iki... Tabi, yamalar niyamalar var. Yani senin işte davranış ilkelerin var. Onları yaptıktan sonra üçüncü basamağa iniyorsun, asana pratiğin başlıyor. Bundan sonra da daha beş basamağın var senin. Yoga yapıyorum diyebilmen için. Ama sadece gelip bir yoga stüdyosunda belli hareketleri yapıyorsan akrobasi yapıyorsun. Ya da işte vücudunu esnetiyorsun, bu kadar. Buradan bakınca din değil. Ama ben yoga yapıyorum, ben yoga yapacağım diyorsan ve 8 basamağa uyacaksan din, abi yani kimse diyemez din değil. Çünkü sana diyor, tamam şeyi vermiyor. Mesela maneviyat olarak diyor ki bir manevi ritüelin olsun. Ha diyor istersen git krem peynire tap, istersen tavuğa tap. İstersen ama diyor bir şeye hani tamam teslim ol yani. Bir teslimiyet duygun gelişsin.” (Görüşmeci 19, Erkek, 37)

Benzer şekilde yoganın Hinduizm’le örtüşen biçimde içeriklere sahip olması neticesiyle yoganın bir din olduğunu aktaran görüşmecilerde mevcuttur.

“Ya şöyle vardır. Hinduizmden gelen bir felsefeden bahsediyorum. Aslında bir dinden bahsediyorum o yüzden dini okumalar bence kesinlikle vardır yani Hinduizm okumaları Hinduizm araştırmaları, Hinduizmin belki diğer dinlerle tartışmaları vesairesine dair bir külliyat olduğuna ben inanıyorum” (Görüşmeci 1, Kadın, 34)

Bir başka görüşmeci, yoganın içinde barındırdığı fiziksel pratiğinin oldukça zorlayıcı ve basit olmayışının yoganın dini yönüyle olan ilişkisini vurgulayarak açıklamıştır.

“Dini bir yönü var, evet. Olduğunu düşünüyorum. Çünkü enkarnasyon dediğimiz, reenkarnasyon dediğimiz süreçler var orada. Büyük konular yani insanın kabul edemeyeceği ya da gerçekten evet ben buna inanıyorum işte bu da buraya alan açıyor deyip içine girip böyle herkesten daha fazla sahipleneceği bir alan. Ama pratik konusunda özel olarak şöyle düşünüyorum. Sınırları çok zorlamış bir asana bölümü var fiziki. Yani hiçbir dinin bedensel pratiğinde bu kadar yoğun bir egzersiz şeyi yok. Yani düşünsenize mesela İslamiyet'teki namaz şeyi düşünün. Basit, temel hareketler. O neye hizmet ediyor mesela? Beş vakte bölmüş. Beş vakitte yaptığın hareketleri düşünürsen aslında total bir body ...(anlaşılmadı) yapıyorsun. (Basit temel bedensel hareketler kast ediliyor) Kalkmak, inmek, eğilmek, esnemek falan temel olarak bunlar var. Oradaki sistem bu işi birazcık daha arttırmış, birazcık daha fantastik hale getirmiş. Dini motiften çıkıp konuşacak olursak böyle.” (Görüşmeci 2, Erkek, 43)

Bir diğer araştırmacı için yoga, sistemsel bir dinde olması gereken tüm kollara sahip olması nedeniyle din olarak işlev görmektedir.

“...Oradaki gibi yükseldikçe... Tekamül gibi. Ama o öyle bir anlatıyor ki son noktaya ulaştığınızda tanrı oluyorsunuz adeta. Hiçbir engel kalmaz, her istediğini yapabilir, her şeye kadir olur falan. Bu tabi ki din yani bunun. Çünkü bir tanrısı var, bir ahiret inancı var. Bu enkarnasyon öldükten sonra ne olacağına ilgili bir görüşü var. Ceza ödül mekanizması var, dengesi var. Peygamberi de var aslında. Buda var. Tanrı hem aslında Hristiyanlıkta ki gibi yani insanken yükselmiş. Tanrı olmuş sonra da. Peygamberi de var. Ahlak kuralları var. şeyleri var ritüelleri var işte asanaları ya da meditasyon aslında din baktığın zaman. En köklü kökenli dersin. Ama hepsini benimsemek zorunda değiliz.” (Görüşmeci 5, erkek, 45)

Bir diğer görüşmeci yoganın din olup olmadığına ilişkin tartışmayı kendi içerisinde sürekli yürüttüğünü belirterek, yoganın dinden öte bir şey olmadığı fikrinde ağırlıklı bir yönelim kazanmıştır.

“Ya şimdi şöyle. Her zaman değişti fikrim. Önce dedim ki asla bir din değil dedim. Çünkü Çetin Çetintaş videoları izliyorum ve kesinlikle diyor ki asla bir din değil diyor. Ama bir din ama bir din aslında bu. Hindistan'da ortaya çıkmış ve onların... Onların aslında inandığı şey bu. Sen Allah diyorsun, o Brahman diyor. Bu kadar. Aynı şey. Bu bir din yani. Ama o zamanlar o kadar çok Çetin videoları ve kitapların etkisinde kalıyordum ki. Başka bir tarafa çok fazla bakmıyordum. Ama sonra sonra başka şeyler, başka kitaplar, başka insanların görüşleri... Sonra diyorsun ki evet bu bir din. Ama bir sakıncası mı var? Yok. Yani aslında yok. Yani benim kendimi bulabildiğim yer burasıysa benim için bir sakınca yok.” (Görüşmeci 22, kadın, 37)

Bu süreç, bireyin hazır anlam kalıplarını yeniden değerlendirdiği, inanç ve kimlik arasında esnek bir ilişki kurduğu bir arayış deneyimine işaret etmektedir. Öznel

anlamlandırmaların belirleyici olduğu bu yaklaşım, modern bireyin dini olanla kurduğu ilişkiyi sabit aidiyetler yerine kişisel deneyim, seçim ve fayda ekseninde şekillendirdiğini göstermektedir. Bu yönüyle anlatı, geç modernlikte dinin ve spiritüel pratiklerin bireyselleşmesi, çoğulculuğu ve seçmeci biçimde yeniden inşa edilmesini yansıtan tipik bir örnek sunmaktadır.

Başka bir perspektife yönelecek olursak; seküler maneviyat kavramı yoganın din ile olan ilişkisini anlatmakta kullanılabilecek en kapsamlı biçim olarak değerlendirilmiştir. Öyle ki Luckman (2016)'ın öncüsü olduğu bu kavramla birlikte modernleşme süreciyle, geleneksel dini yapılarda yaşanan çözülmenin yarattığı manevi boşluğu ikame edecek yeni formların varlığı tartışmasız kabul görmüş bir konudur. Bu eksende bireylerin kendi yaşam dünyalarını anlamlandırmak adına geliştirdiği kişisel inanç sistemleri, ritüeller ve pratiklerle desteklenmektedir. Yoga bu manada kişisel alana çekilmiş maneviyyatın bir tezahürü gibi görünmektedir.

“Bu gibi kadim bilgilerin olduğu yani bunun işte Müslümanlıktan tutun, Hristiyanlıktan, Musevilik'ten bunların hepsinin içerisinde barındığı şeyler bunda da barındırıyor. Otomatik olarak buradan böyle bir çağrışımdır bulunuyor. Şimdi namaz dersin de bu sefer namazdaki hareketlerin büyük bir çoğunluğu yoga hareketlerinin içerisinde de söz konusu. Şimdi o zaman ruhen ve bedenlen yine aynı şeye geliyor. Yani Müslümanlıkta olan şey. Burada da aynı şeyler söz konusu. Yani din olarak değerlendirebilir misin? Evet değerlendirebilirsin ama böyle dillendirmiyor mu? Denk gelmedi mi açıkçası biraz daha... Bu da meditasyon yönü ve spiritüel kısım biraz daha muhtemelen daha ağırlıkta. Çünkü buna da ihtiyacımız var yani, yoksa hep bir taraf eksik kalıyor insanın.” (Görüşmeci 12, erkek, 46)

Bir başka teorik çerçeve üzerinden baktığımızda Heelas ve Woodhead (2005) kişisel inanç sistemlerini kurmaya yönelen bireylerin yoga, meditasyon, enerji çalışmaları gibi din dışı ancak manevi içeriğe sahip pratiklerle birlikte “spiritüel ama dinsiz” kimliğine benzer bir kimlik kurgusunu oluşturan bireylerin yaygınlaştığına yönelik teorisi de oldukça kıymetlidir. Bir görüşmeci bunu destekler biçimde şöyle aktarmıştır;

“Yoga beni öyle bir yere tekrar çağırdı ki, şu an inandığım bir din yok. Dinin felsefe kısmı bence güzel. Ama inandığım bir din yok. Bir yaratıcı adına kim ne derse desin, ağaç olabilir, toprak olabilir, evren olabilir, tanrı olabilir, her şey olabilir. Bir yaratıcının var olduğunu inanmak beni rahatlatıyor. Bu şekilde seçiyorum. Dini de şey olarak görüyorum, toplumlara hizmet vermesi için var olması gerekiyor. Dogmatik değil, sorgulanabilir olması gerekiyor. Ama Mevlevilik ve yoga felsefesinde ilerlersek toplum çok daha refaha erişir. Yani böyle görüyorum. Mevlevilik çok yüce bir yer” (Görüşmeci 18, kadın, 36).

Ancak bu teoriyi destekler nitelikte ki söylemlerin var olduğu unutulmamakla birlikte, yoga ve din arasında kurulan ilişkiyi bununla sınırlamak doğru bir yaklaşım değildir. Bu çalışma özelinde spiritüel alana yönelen ve manevi kimliğini burada yeniden var eden tüm bireylerin dinsiz bir perspektifi barındırdığını söylemek güçtür. Aksine görüşmecilerin çoğu, yoga felsefesini bir din olarak görmeseler dahi kendi inanç sistemlerinin bir parçası olarak geleneksel din şemsiyesinin altında yorumlamışlardır (Heelas ve Woodhead, 2005). Bu açıdan bir çok görüşmecinin dinsiz değil, çoğulcu ve kapsayıcı bir din anlayışını benimsediği söylenebilir. Bunu bir görüşmeci şu şekilde açıklamıştır:

“Ben zaten şöyle... Bir din olarak yaklaşmıyorum. Hani bana sorarsanız bir din olarak, bir ritüel olarak mı yapıyorsunuz? Bunu hayır. Yani benim için onu da ifade etmiyor aslında. Çünkü bu o kadar basit değil. Ben 35 sene böyle bir kültürde yetişmiş bir insanım. İki senede ben değiştirdim her şeyi, artık böyle düşünceğim, artık buna inanacağım. Bu gerçekten yapmacık oluyor. Gerçekçi olmuyor gerçekten. Çünkü geldiğin kültür, aile, yaşıntın... Bir tedirgin olduğunda, bir korktuğunda Allah lafı çıkıyor ağzından mesela. Allah'ım yardım et diyorsun mesela sıkıştığında bile. Çünkü niye? O zihni modifikasyon, onu değiştiremezsin. O çocukluktan beri gelmiş. Ama kendimi daha yakın hissettim. O ayrı bir mesele.” (Görüşmeci 22, kadın, 37)

Burada dikkat çeken nokta bireylerin dinsizleşerek spiritüelleştiği savından farklı bir bakış açısıyla incelemeyi gerektirmektedir. Öyle ki özellikle geleneksel dini kurumların bazı dayatmaları itibarıyla bireylerin yaşantısı üzerinden bir otorite kuruyor olması, onları tam olarak din olarak da görmedikleri ancak maneviyat arayışlarına da cevap verecek biçimde sistemleştirdikleri manevi yönelim olarak yogaya ilgiyi artırmaktadır. Özellikle Müslümanlık üzerinden yapılan karşılaştırmalarda, yoganın dayatmalardan uzak bir tutumla yaşamayı öğütlemesi, ilgi çekici bir felsefi sistem olarak karşılanmıştır.

“Sabahtan akşama kadar pratik ettiğin, felsefesini sindirmekte çok zorlandığın, hele ki bizim dinimize Müslümanlıkla çok bağdaşmayan bir ekolleri var. Aslında işte yoga bir din kesinlikle değil ama yoga inanılmaz bir din felsefesini kapsayan bir alan ve hani o olana bütünleştğinde sen fark etmeden asimile oluyorsun. Sen fark etmeden reenkarnasyona inandığını görüyorsun. Fark etmeden aslında işte toprağın bir yaratım enerjisinin sana aktığına inandığın, onların tanrılarına yani onların tanrılarını öğreniyorsun. Bu benim dinim değil diyorsun ama bir bakıyorsun inanmaya başlıyorsun.” (Görüşmeci 7, kadın, 24)

Aynı görüşmeci için;

“Biraz açayım. Yoga felsefesinde aslında her şey sensin. Biz din olarak baktığımızda, ben, biraz çok fazla kolektife hitap ediyoruz. Açık giyinme, diğer tarafta yanarsın. Şu ahlaksızlığı yapmama, çünkü günah. Bir korkutma olarak geliyor bana şu anda ki günümüzdeki din. Ama yogada sen dürüst ol. Çünkü sen dürüst olursan beden ve zihnin sağlıklı olur. Hani biraz daha sen için bir şeyler yap. Yani kendin için bir şeyler yap dediğin zaman onu biraz din gibi görmüyorsun. Kendine bir iyilik yapıyormuş gibi görüyorsun bence. Bu şekilde bir fark söyleyebilirim.” (Görüşmeci 7, kadın, 24)

Çok benzer bir noktada bir başka görüşmeci için yoganın dinlerden ayrıştığı nokta onun ödül veya ceza sistemiyle bir şeyleri vaat etmiyor oluşudur. Bunu kapsamlı şekilde açıklayan görüşmeci, bu sistemin dini bir sistemli yönlendirmeden çıktığı bir alanı izah etmektedir.

“Kesinlikle bir din değil. Aslında yoganın özü, yoga felsefesinin özü zaten bunları tamamen reddediyor. Sana diyor ki böyle kalıplarda kalma. Sorumluluğunu alıyorsan her şeyi yap. Bence din olarak değerlendirilmemesi gereken... Dinlerden ayıran şey de bu. Çünkü dediğim gibi bir din, bir inanış sana her zaman bir şeyi dayatır, bir şeyi direktir. Ve der ki şunu şunu yapacaksın, bunu bunu yapmayacaksın. Ve bunun sonucunda da mükafat var. Yoga sana atıyorum bir mükafat vermiyor. Demiyor ki sana işte atıyorum bu kadar iyi bir insan olursan cennette seni huriler karşılayacak gibi saçma bir yaklaşımda bulunmuyor. Zaten bir ölümden sonra bir yaşama da inanılır. Tekrar dünyaya geliyoruz çünkü. Doğal olarak aslında dinlerden bence en büyük ayrıştıran nokta da bu. Din sana çünkü şunu söylüyor, din dediğimiz inanç sistemi. Sana diyor ki bu dünya var, bu dünyadan sonra bir dünya daha var. Ve sen bu dünyada çalışıyorsun aslında. Sen bir beyaz yakasın. Bu dünyanın beyaz yakası. İnsanlık beyaz yakalığı yapıyorsun. Doğru şekilde, toplumsal olarak uyum sağlayabileceğin şekilde yaşayacaksın. Başka insanların alanlarına girmeyeceksin. Çalıp çırpamayacaksın. Adam öldürmeyeceksin. Ve günün sonunda da hop seni alacağız bambaşka bir dünyada. Çok güzel. İşte hayalini kurdun. Şu an neler istiyorsun? Ferrari mi istiyorsun? Orada var zaten kafasında. Bir yere götürüyor. Ama yoga da böyle bir şey söylemiyor sana. Dolayısıyla yoga bir din değil. Din olarak da görünmüyor.” (Görüşmeci 20, kadın, 34)

Tüm bu tartışmaların diğer noktasında yoga ile kurulan ilişkinin tüm dinleri barındıran kümülatif ve bütünsel felsefi bir yaşam biçimi olduğu savı dikkat çekicidir. Hatta bazı görüşmeciler için yoga felsefesinin tam olarak kavranması ve uygulanması ile ulaşılabilecek noktada herhangi bir dine ihtiyaç da ortadan kalkacaktır. Yani bu felsefi sistem tüm dinleri ikame edecek içerikte ve aşkın bir ağ ile çevrelenmiş durumdadır.

“Şöyle, biz adına yoga felsefesi diyoruz ama aslında yoga çok genel bir tabir. Şu an içinde bulunduğumuz yüzyıl sebebiyle yeterince anlaşılmıyor olsa da mesela tasavvuf konuşurken de yoga geçiyor. Tabi ki geçecek çünkü yoga hepsini kapsıyor. Tüm dinleri kapsıyor. İşte

biliyorsun, Türkiye'de yoga din mi değil mi bilmem ne bir sürü böyle kargaşa var. Normal kargaşa olması da çünkü insanların bilinç düzeyi henüz buna algılayabilecek yerde değil. Yoga aslında insan olma halini anlatan bir sistem. Dolayısıyla tabi ki bir felsefesi var. Zaten onun felsefesini öğrendiğin, sindirdiğin, özümlediğin zaman tüm dinleri de anlamış oluyorsun. Sana öğretilmeye çalışan şeyleri algılamış oluyorsun. Çünkü baktığında Hristiyanlık da temelde aynı şeyleri tavsiye ediyor. Müslümanlık da aynı. Yani evet tanrı kavramı değişiyor. Ama bir yaratıcı kaynak olduğunda hemfikiriz gelen büyük dinlerde. İşte iyi insan olmakla ilgili öğütler aynı. Yoga bir din değil. Yoga tüm dinlerin bütünü (Görüşmeci 8, kadın, 26)

Aynı şekilde yoga ile yürünen yolun dini bir sistemin içerisinde yürünen yol ile hiçbir farkı olmadığını ve bu manada manevi bir birliği simgelediğini aktaran görüşmeciler de mevcuttur. Ayrıca yoga pratikleri ile ibadetler arasında kurulan ilişki dikkat çekici olmuştur. Bazı görüşmeciler yoganın dinden çok uzak bir yerde konumlandırırken, bazıları da İslam dini ile özdeşleşen ve dinin temeli olarak görülen namaz ibadeti ile yoga pratiklerinin pek çok açıdan benzediğini vurgulamıştır.

“İşte güneşi selamlama yapmanın namazdan ne farkı var? Şöyle aslında bir farkı yok. Yani bir farkı yok. O da sizi bir yere götürecek bir araçsa eğer. Yani şu var, A noktasından B noktasına gitmekse amaç, yani o amaç kendini tanımaksa, kendini anlamaksa, dünya evrenini anlayabilmekse, hayata bir anlam katabilmek, yani anlamlandırabilmek ve hayatı değerli bir şekilde yaşamaksa eğer, o zaman hangi araca bindiğin anlamı yok... Biz oraya götürüyoruz zaten. Biri başka söylemlerle götürüyor, biri başka söylemlerle götürüyor. Ama nihayetinde size huzur getireceksin ki bunun adı selamet diyebilir. Bir öğreti, başka bir öğreti buna şanti diyebilir. Ne farkı var ki bunun? O zaman hiç farkı yok. Başka biri kurtuluş diyebilir. Başka bir şeyler. Dolayısıyla bir yerden sonra... Kendime şunu söyleyebilirim. Eğer öğretiler veya dinlerle karşılaştırmaksa asıl hiç farkı yok.” (Görüşmeci 12, erkek, 46)

1.5 Spiritüalizm ve yoga

Spiritüalizm kavramı 19. Yüzyılın ortalarında Batı toplumlarında ortaya çıkan bir kavram olarak değerlendirilmektedir. Ancak tarihsel doğuşu itibariyle Doğu mistisizmini anımsatması da tesadüf değildir. Ölüm ötesi yaşam, reenkarnasyon, ruhsal tekamül inancı, ruhun gelişimi, enerji ve ruhun ilişkisi gibi kavramların etrafında şekillenen bir inanç sistemiyle bağlantılı olarak açıklanmaktadır (Erdoğan, 2013, s. 71). Bu hareketin doğuşu yalnızca dini değil, sosyo-kültürel olarak toplumsal ve felsefi dönüşümlerin bir sonucu olarak da değerlendirilmelidir. Tarihsel arka planı üzerine tartışılacak pek çok farklı görüş olsa da en çok yaygın olanı sanayi devrimi sonrasında hızla modernleşme, sekülerleşme, bilimsel ilerleme ve bireyselleşmenin artması geleneksel din kurumların

otoriteleri üzerinde ciddi bir tahribata yol açtığı düşüncesidir. Bu tahribat bireylerin yeni maneviyat arayışlarına yönelmelerine sebep olmuştur. Türkiye’de de bu alanda hızla artan bir talep görülmüş ve pek çok toplumbilimci ilgilerini bu alana yönlendirmişlerdir. Köse, bunu şu şekilde ifade etmektedir;

“Modernleşme süreci içinde geleneksel dinî inançların çözülmesi, bireyleri daha kişisel ve deneyimsel inanç sistemlerine yönlendirmiştir. Spiritüalizm, bu boşluğu dolduran alternatif bir maneviyat formu olarak ortaya çıkmıştır.” (Köse A. , 2002, s. 113)

Spiritüalizm kavramsal olarak tek bir hareketi ya da kesinkes bir yönelimi ifade etmemekle birlikte 20. Yüzyılın başlarından itibaren yeni dini hareketler içerisinde adından sıklıkla bahsedilir olmuştur. Bu anlamda yeni dini hareketler çerçevesinde yoga, meditasyon, çakra, enerji çalışmaları gibi alanlara ilgi duyan pek çok bireyin kendini gerçekleştirme, içsel enerjisini açığa çıkarma, özüne dönme ve keşfetme arayışında aktif biçimde ortaya çıkmıştır. Aydın bunu şu şekilde açıklamıştır “Yeni Çağ hareketi, spiritüalizmi bireysel deneyim, enerji çalışmaları ve doğu öğretileriyle sentezleyerek yeniden üretmiştir.” (Aydın, 2019, s. 47)

Spiritüalizm senkretik yapısı ile yeni dini hareketler içerisinde geniş bir yelpazeyi barındırmaktadır. Özellikle Hinduizm ve Budizm gibi Doğu dinleriyle ilişkilenebilir neticesiyle ilgi çekicidir. Bunun yanı sıra bireysel deneyimlere odaklanması ve geleneksel dini ritüellerden farklı olarak bireyin ruhsal deneyimlerini ortaya çıkarması neticesiyle bireyin anlam dünyasını, kendisinin keşfetmesine olanak tanımaktadır. Enerji, aura, çakra gibi kavramları modern dini hareketler ile birleştirmesi ile modern spiritüalizmi yeni dini hareketlerle özdeşlik kurmaktadır. Ayrıca beden ve ruhun bütününe yönelik disipline edici bir yönüyle bireyin dünya görüşünü yeniden düzenlemede etkili olmuştur (Aydın, 2019). Böylelikle spiritüalizm, yeni dini hareketler bünyesinde bireysel deneyimi önceleyen, geleneksel dini yapılardan bağımsız ama onları dönüştüren bir yan yol olarak da değerlendirilebilmektedir (Erdoğan , 2013).

Spiritüel bir yan yol olarak yoga da yeni dini hareketler cereyanında değerlendirilebilmektedir. Özellikle kentli, orta sınıfın giderek artan bir şekilde yönelimi yoganın resmi bir dini hareket olmasa da spiritüel bir arayış pratiği olarak yaygınlaşmasına zemin hazırlamaktadır (Köse, 2002). Böylece yoga seküler maneviyatının spiritüel ve manevi içeriğiyle dikkat çeken bir yaşam formunu sunmaktadır. Bu alan pek çok kavramı bünyesinde barındırmaktadır. Görüşmeciler verileri

kapsamında tek tek ele almak, ayrıntıların yadsınamaz önemini ön plana çıkarmaktadır. Bununla birlikte, spiritüellik ve spiritüel tamamlanmaya yönelik sözü geçen bireysel arayışlar, dindar olarak tanımlanan akım, grup veya pratiklerden tam bir ayrılık anlamına gelmek zorunda da değildir. Geleneksel dini yapılar ile modern spiritüel yönelimler sıklıkla birbirine zıt kategorilerde değerlendirilmekte; bu da özellikle Batı merkezli spiritüellik tanımlarının evrenselleştirilmesine yol açabilmektedir. Oysa bu tür bir yaklaşım, hem dini pratiklerin çeşitliliğini hem de farklı coğrafyalarda gelişen manevi deneyim biçimlerini göz ardı etme riskini barındırmaktadır. Gür (2020, s. 123)’ün ifade ettiği üzere, dini yapıları zorunlu olarak spiritüelliğe karşıt biçimde konumlandırmak ya da geleneksel temelli manevi yönelimleri spiritüel hareketlerin dışında tutmak, spiritüelliği yalnızca Batılı bağlamlarla sınırlayan indirgemeci bir anlayışı beslemektedir. Buna karşılık, spiritüellik bireyin kişisel anlam arayışı, ruhsal gelişim ve manevi tatmin yönelimleriyle şekillenen öznel bir deneyim alanı sunmaktadır. Bu bağlamda, spiritüel yönelimler; sabit dogmalardan ziyade bireysel inşa süreçlerine dayanan, farklı kaynaklardan beslenen ve ruhsal arayışlara çok boyutlu yanıtlar üretebilen çoğulcu ve esnek bir yapı sergilemektedir (Gür, 2018). Spiritüalizm ve yoga kategorisi araştırma bağlamında 8 farklı kodla açıklanmıştır. Bunlar; “manevi birlik”, “kadim bilgi/gelenek”, “teslimiyet ve sorgulama” “yargısızlık ve hoşgörü”, “enerji”, “doğal yaşam”, “ritüel”, “bir şeye inanma ihtiyacı” olmuştur.

“Birlik” yoganın özü itibarıyla en sık kullanılan kavramdır. Özellikle Doğu öğretilerinde sıklıkla karşımıza çıkmaktadır. Bunun yanı sıra insanın kendisiyle birliği, Tanrı’yla olan birliği ve temelde tüm evrenin tüm ruhani çağrışımlarla birliği hedeflemesi spiritüel bir sentez yaratmayı amaçlamaktadır. Ayrıyeten birlik, tüm dinlerin birliği olarak da kullanıma açılmıştır. Iyengar(2012) için manevi birlik bireysel benliğin, evrensel bilinçle birleşmesi, Tanrı ile birleşme süreci olarak tanımlanabilir. Beden ve zihin arasındaki engellerin aşılmasıyla, manevi birlik deneyimi elde edilebilmektedir. Bir görüşmeci manevi birliğe yönelik söyleminde geleneksel dini içeriklerden, tasavvuf ve yoga öğretilerinin hepsini aynı özün tezahürleri olarak nitelendirmiştir.

“Yani şöyle tüm dinlerden uzak olarak söyleyeceğim ama aynı zamanda tüm dinleri de kapsayan bir şey. Bizim özümüze ulaşmak için, yani benim yaratılış amacım ne? Kendimizi gerçekleştirmek diyoruz ya, ben bu dünyaya ne için geldim sorusu. Öze ulaşma çabamız. Hep böyle içeride bir yerlerde bildiğimiz, dilimin ucunda ya, benim varlığımın sebebi dilimin ucunda ama söyleyemiyorum dediğimiz yere ulaşmak için beden, zihin, ruh üçlüsünün bir

denge haline gelmesi. Yani ben yoga felsefesinin var olduğunu düşünüyorum. Dinden uzak olması güzel ama aynı zamanda bütün dinleri kapsıyor gözükmesi lazım.” (Görüşmeci 18, kadın, 36)

Böylece yoga felsefesi tüm dinleri kapsayan ve manevi bir birliktelikte onları anlamlandıran yegâne inanma biçimi olarak da karşımıza çıkmaktadır. Bir görüşmeci başka felsefi ve dini düşünce sistemlerine yönelik sevgisi ve ilgisini şöyle açıklamaktadır.

“Aslında seviyorum, okuyorum. İşte ben Mesnevi’yi de çok seviyorum. Mevlana’nın öğretilerini de çok seviyorum. Dediğim gibi Kur’an-ı Kerim’in mealine de merak sarıyorum. Ara ara açıp bakıyorum. Yogayı da seviyorum ama böyle büsbütün hayatımı o alanda geçirmiyorum. Ama bir bak hepsi aynı.” (Görüşmeci 22, kadın, 37)

Bu ifade spiritüel yönelimlerin çoğullaşmış kabulünün en büyük açıklayıcısı konumundadır. Bunun yanı sıra tasavvuf öğretisi içerisinde daha sıklıkla gördüğümüz “hiçlik” kavramı, manevi birliğin yansımada bireyin her şeyle bir olmamasından, yok oluşuna doğru seyreden bir tekamül sürecini yansıtmaktadır.

“Kesinlikle tasavvufla aynı zaten. Gerçekten aynı. Tasavvuf çok derinlemesine bilmiyorum. Fakat tasavvufta en kabaca anlatılan şey aslında biz yokuz, yaşamıyoruz, ölüyoruz. Yoga da diyor ki biz Tanrı’nın zihninin bir parçasıyız. Ben de teknolojik olarak düşünüyorum. Sanki bir yapay zeka üretilmiş ve yapay zeka bir sürü varyasyonu olan zeka üretilip bir şeyi öğrenmeye çalışıyor. Aynı bir satrancı öğrenmeye çalışan şey gibi. Oyun yazılımı gibi. Hepsi aslında farklı dillerde, farklı açıklamalarda aynı şeyi anlatıyor. Tasavvuf da öyle, yoga da öyle. Farklı dillerde.” (Görüşmeci 6, erkek, 24)

Bir başka görüşmeci için;

“Yoganın da özü bu. Şamanizmin de özü bu. Erdemli olmak. Aslında erdemli olmak yani diyorum ya bilgi çok minicik minicik adımlarla. Erdemli olmak da değil aslında şimdi daha kafa yakıcı bir şey söyleyeceğim. Olmamak. Aslında amacımız hiçlik, olmamak. Oraya gelmek için de sen tabi ki yani şey gibi düşün. Bir ağaç dalını masa yapmak için ne kadar çok adımı var. Onun işlenmesi, cilalanması, zımparalanması ve günün sonunda bir masa olması. Sen de yoga ile ya da diğer felsefelerle aslında şöyle ilerliyorsun. Önce tanıyorsun, kendini tanıyorsun. Özünü bulmaya çalışıyorsun. Önce terbiye ediyorsun. Bir şeylere karşı kendini törpülüyorsun, törpülüyorsun, törpülüyorsun. Ama aslında en sonunda törpüle değil, her şeyi de bırakıyorsun. Ve diyorsun ki, ben bir hiçim. Ve en nihayetinde onların da istediği bu ruhun artık... Özgürleşmesi mi? Evet, özgür, en ham haline gelip tekrar sıfır noktasına gelmesi. Dolayısıyla aslında her şey, her felsefe aynı şeyi anlatmış oluyor.” (Görüşmeci 20, kadın, 34)

Katılımcının anlatısı, yoga pratiğinin temelinde yer alan spiritüel dönüşüm idealini ve bu idealin mistik geleneklerle olan ortak paydasını görünür kılmaktadır. Görüşmeci, yogayı yalnızca bedensel bir disiplin olarak değil, bireyin benliğini aşarak özle temasa geçtiği, zamanla tüm kimliklerden ve ego temelli yönelimlerden arındığı bir arayış süreci olarak tanımlamaktadır. Bu yaklaşım, spiritüalizmin merkezinde yer alan "özgürleşmiş ruh" düşüncesiyle örtüşmektedir. Olmama hâli ya da "hiçlik", hem Doğu mistisizminde hem de Şamanik öğretilerde sıkça rastlanan bir nihai hedef olarak kendini gösterirken, yogada bu sürece kendini tanıma, arınma ve niyahetinde her şeyden vazgeçme pratiği eşlik etmektedir. Katılımcının "törpülenme" metaforu, yoganın etik ilkeleri (yama ve niyama) ile başlayan ve nihayetinde bireysel benliğin silinmesine yönelik dönüşüm sürecine işaret ederken, tüm felsefi yolların "özgürleşme" arzusunda ortaklaştığını dile getirmesi, çağdaş spiritüel yönelimlerin eklektik doğasına da ışık tutmaktadır. Bir başka görüşmeci için hiçlik, ulaşılmaması gereken nihai öze giden yolda, kendin de dâhil her şeyden arınma sistemi olarak açıklanmıştır. Ve yogada pek çok öğretilerde olduğu gibi toplumsal kimlik ve statüler dâhil olmak üzere sahip olduğun tüm yargılardan arınmayı amaçlamaktadır.

"Hiçlik dediğimiz şey ne? Yani hiç olmak demek de yok olmak gibi geliyordu o zaman için. Ölmeden önce ölünüz. Yani o kadar içi dolu şeyler ki hiç dediğimiz şey yogada da benden özgürleşmek. Yani ben dediğimiz şey egoya hizmet eden bir şey. Bene ulaşmak için benden özgürleşmek. Bu nedir? Statüdür, saçtır, gözdür, bedendir, isimdir. Yani doğduğumuzdan itibaren üstümüze gelen o kalıp bizi hiçlikten alıkoyuyor. Hiç olmadığımız zaman biz hep olmaya çalışıyoruz." (Görüşmeci 18, kadın,36)

Görüşmecinin tezahüründe, bu süreç bireysel arınmanın ötesinde, doğuştan itibaren içselleştirilen normatif kalıpların çözülmesini de kapsamaktadır. Bu bağlamda hiçlik, nihilistik bir yokluk değil; aksine, spiritüel bir saflığa, özsel bir varoluşa ulaşmanın zemini olarak yeniden anlamlandırılmaktadır.

Durkheim'ın perspektifi üzerinden düşünüldüğünde manevi birlik kolektif bilincin oluşmasına katkı sağlayarak toplumu ya da toplulukları bir arada tutan bir bilinçlilik halidir (Durkheim, 2014). Ancak yoga perspektifi üzerinden düşünüldüğünde manevi birlik bütünlükten ziyade kolektif bilinç ve kolektif yargılardan arınmayı içermektedir. Bu manada birlik, tüm felsefi öğeleri özü itibarıyla benzeştirmeye yönelik olsa da, birliğin yine insanın özünde ve biricikliğinde tekamül edeceğini varsaymaktadırlar. Bu manada birlik, toplulukla ulaşılabilecek olan bilinç halinde çok uzakta

konumlanmıştır. Bunun yanı sıra birlik hali ile ulaşılan uyum bireyin özü, Tanrıyla olan ilişkisi ve yine kendisinin dış dünya ile kurmuş olduğu bağın görünümüdür. Kolektif bir uyumlanmaya işaret ediyor gibi görünmemektedir. Weber’yan bir rasyonelleşme teorisi üzerinden okunduğunda manevi boşluklarda doğmuş ve gelişmiş bir kendini geliştirme ve birleştirme süreci olarak okunabilmektedir (Weber, 2017).

Manevi birlik yoganın içerisinde ki en önemli aşamalardan biri olan meditasyon üzerinden değerlendirildiğinde, tasavvuf içerisinde Allah’la bir olma, hemhal olma haliyle çağrışımlar bulundurmaktadır. Meditatif biçimde nefesin ve bedenin farkındalığıyla bir kendinden geçme hali, felsefi anlamda kişinin çile halinde olmasıyla benzerlik taşımaktadır. Yoganın modern görünümlerinden ziyade geçmiş örnekleri üzerinden böyle bir birliktelik kuran görüşmeci için:

“Patanjali vesaire bu daha köklü. Bu işlerin hem yazar, kalem alan insanları. Gandhi’nin mesela kitapları bu konuda çok önemlidir. Adam bir tane çuval sermiş yere, bir kilim. Ondan sonra kilimin üstünde bir tane böyle yırtık pırtık bir donu var. Zayıf, kupkuru bir insan. Siyah beyaz videolardan bahsediyorum eski görüntülerden. Ve o kilimin üstünde om sesine, Allah’ın sesine, Tanrı’nın sesine zikrederek o enerji bedenini çağırarak orada meditasyona başlayıp sonra egzersizine başlıyor. Ve bizim bugün birçok aşramda gördüğümüz şeye onlar daha oralara yakınlar. Çünkü fizik bedeni aşmış egzersizler Ashtanga yoga. O kurulan böyle normal hayvanlar aleminden bir belgesel izliyormuşuz gibi tırnak içinde söylüyorum. Onları böyle izliyorum. Bu hareketleri nasıl yapar bir insan bedeni diye hayretle izliyorum. Ama bakıyorum, kılığına bakıyorum, kıyafetine, matına bakıyorum. Mat zaten, mat diye bir şey yok. Kilim, kilimin üstünde. Yoga yaptığı alana bakıyorum. Böyle badanaları dökülmüş köhne bir evin içerisinde. Bana o görüntü, Yunus Emre’yi çağırıştırıyor. Ne bileyim Hacı Bektaş Veli’yi çağırıştırıyor. İşte Mevlana’yı değil de Sultan Velid’i çağırıştırıyor. Ya da işte Şems’i çağırıştırıyor. Yani aslında çile halinde olma durumu ya da çilede olma hali, kişideki enerji bedeni ya da inandığı şey her neyse onunla hemhal olma, birlik olma halini de getiriyor doğal olarak. Ve o halde kişi ne imajı düşünüyor, nasıl görüldüğünü, saçını, sakalını, orasını, burasını düşünüyor. Ne biri tarafından çekilmeyi düşünüyor. Biri onu kaydetmek için muhtemelen yapmış ama hiç orada değil çünkü gözleri kapalı ve oradaki yani en azından iletişim olarak baktığında orada olmadığı belli” (Görüşmeci 2, erkek, 43)

Görüşmeci 2’nin anlatısı, yoga pratiğinin kökenlerine ve spiritüel boyutuna duyulan hayranlığı dile getirirken, modern yoga pratiklerinin biçimselliğine ve ticarileşmesine yönelik eleştirel bir bakış da içermektedir. Özellikle Patanjali ve Gandhi gibi tarihsel figürler üzerinden yapılan göndermeler, yoganın özünde dünyevi olandan soyutlanmış, sade ve disiplinli bir yaşam tarzı olarak kavrandığını ortaya koymaktadır.

Bu bağlamda, çile ve sade yaşam ideali, spiritüel dönüşümün bir önkoşulu olarak sunulmakta; gösterişten, konfordan ve maddi unsurlardan arınma hali, bireyin enerji bedeniyle temas kurmasına, Tanrı ya da mutlak varlıkla (Allah'ın sesi, om sesi) rezonansa geçmesine olanak tanımaktadır. Kadim bilgi, çeşitli kültürlerde, dinlerde ve felsefi geleneklerde, insan ve evren üzerine derinlemesine bilgi sunan bir kavramdır. Eski zamanlara ait olduğu düşünüldüğünden genellikle mistik bir öğreti olarak kabul edilmektedir. Böylece kadim bilgi zamanın ötesinde kalıcı bir gerçeklik arayışını simgelemektedir. Hint felsefesi içerisinde Vedalar ve Upanişadlar gibi kutsal metinlerle insanın içsel doğasını, evrenle ve tanrıyla bağlantısını anlamaya yönelmiştir. Yunan felsefesinde ise ahlak, doğa ve insan varoluşunun derinliklerini anlamaya yönelik rasyonel bir yaklaşımdır. Platon'un "Devlet" eserinde anlattığı biçimiyle, kadim bilgi gölgelerden ibaret olan duyuşal dünyanın ötesinde, idealar dünyasında mevcuttur. Ve idealar dünyasındaki gerçekliğin anlaşılması insanın ruhu, yanılgısı ve gerçeklikle birleşmesi olarak tanımlanmaktadır (Eliade, 1994). Şamanizm öğretisinde kadim bilgi; doğayla derin bir bağ kurarak evrenin ve kendinin sınırlarını keşfetme arayışındır. Şamanik öğretilerde insanın içsel yolculuğu ve doğa ile ilişkisiyle birlikte insanın evrenin ve her şeyin birbiriyle bağlantılı olduğunu keşfedebileceğini aktarmaktadır. Bu öğreti, bireyi doğayla da bütünleştiren değerli bir sistemdir (Uçar, 2018). New age öğretileri ise kadim bilgiyi daha çok bireysel bir yol ile kavranabileceği üzerinde durmaktadır. Dolayısıyla ruhsal aydınlanma yolunda birey kendisi ve içinde olduğu evrenle yapayalnızdır. New age içerisinde kadim bilgiye ulaşmanın yolu, aydınlanma ve farkındalıktan geçmektedir (Schwarz, 2005).

"Eski bir kültür. Aslında Burjuva bir kültür. Çünkü insanları manevi açıdan ve fiziksel açıdan bir sağlığa, huzura kavuşturmak aslında amacı bence. İlim gibi de geliyor. Baktığında hani bunu araştırıp, bunu hayatına dahil ettiğinde ve kabul ettiğinde bir ilim gerçekleştirmiş ve bunun faydalarını görmüş oluyorsun. O yüzden bir din değil. Belki bir sağlıklı bir hayat yaşamak için bir kılavuz olabilir. Manevi açıdan da aynı şekilde." (Görüşmeci 15,erkek, 24)

Patanjali'nin yoga sutraları içerisinde kadim bilgi, zihnin arınması yoluyla bireysel olarak deneyimlenmektedir. Sutralar'da açıkça belirtildiği gibi, yoga zihinsel dalgalanmasının durmasıdır (Patanjali, 2009). Dolayısıyla kadim bilgi gurudan direk olarak öğrenilmiş hazır bir bilgi değildir. Yalnızca ustanın yolunu kolaylaştırdığı bir yol olarak bilgi, yaşayan bir gelenek içinde aktarılmaktadır. Ayrıca yoga için kadim bilgi, tarihsel değil, evrensel bir gerçekliği temsil etmektedir. Bu bilgi, özü itibariyle entelektüel

bir bilgi değil varlık düzeyindeki bir farkındalığı temsil etmektedir. Bunun yanı sıra tecrübeyle aktarılan bilgiler pratiklerle doğrudan yaşanabilmektedir. Nihai olarak ise özgürlüğe ulaşmak için bir önkoşuldur (Iyengar, 2012).

Teslimiyet ve sorgulama yoga felsefesi içerisinde oldukça önemli iki kavramdır. İlk akla geldiği biçimiyle zıtlık olarak görünse de birbirini tamamlayan bir ilişki içerisinde olgunlaşırlar. Bu ilişki spiritüel bir yoganın çift yönlü doğasını yansıtmaktadır (Desikachar, 2001).

“Yoga bir hal olarak artık değerlendireceksek bunu, bir fiziksel çalışma değil de, bakış açısı diyelim, daha hafifletelim biraz daha. Bir varoluş hali ise daha doğrusu. O zaman şunu söylüyor bize. Yine Patanjali’den söyleyeceğim. İki kavram var. Birbiriyle çelişkili gözüken ama aslında örtüşen ve dengeleyen, destekleyen daha doğrusu. Yoga iki yol söylüyor bize, bu metin ve usta. Birisi çaba göstermek, bir diğeri de teslim olmak. Kabullenmek sadece, olanı kabullenmek. Bir acıya şahit olursunuz diyelim. Herhangi bir yerde... Bunun için yapabileceğiniz bir şey var mı? Şimdi burada ne? Zeka devreye geliyor. Ben ne yapabilirim? Yapabileceklerim neler? Yapabileceğinizi yapıyorsunuz. Sonuna kadar yapıyorsunuz ama gerçekten yapıyorsunuz. Yani bu evet bir sosyal medya paylaşım yaptığımdan öte bir şey. Sınırlarınız her neyse bunu sonra içinde ölümüne yapıyorsunuz ve ondan sonra her ne olduysa, onun sonucuna gelirse gelsin, tamam ve bu kadar oldu deyip onunla huzur içinde kalabiliyorsunuz. Bu ikisi birazcık karşıt gibi gözüküyor ama yogaya ulaşmakta, bunu abiyasya diyecek... Arzulardan özgürleşmek, teslimiyet diyecek bunlara.” (Görüşmecisi 16, erkek, 45)

Özellikle Patanjali’nin yoga sutraları içerisindeki 8 basamaklı yolun ikincisi olan “niyamalar” içerisinde “teslimiyet” “kişinin kendisini aşkın bir güce adanması” şeklinde tanımlanmıştır (Patanjali, 2009). Bu aşkın güç, farklı inanç sistemlerinde Tanrı, evrensel bilinç, doğa yasaları, enerji gibi farklı kavramlarla karşılanmaktadır. Ayrıca teslimiyet bireyin kendi egosunu ve benliğini kontrol etme mekanizması olarak yalnızca manevi bir anlam taşımaz, aynı zamanda bireyin kendi sınırlarını fark ederek bilinçlilik düzeyini artırması olarak da ifade edilmektedir (Eliade, 2004). Desikachar ise teslimiyeti, “zihinsel direniş ve bırakma, uyumlanma hali” olarak tanımlamaktadır (Desikachar, 2001). Sorgulama ise daha çok, “ben kimim?” sorusu ile başlamaktadır. Bu sorunun devamında dünyaya geliş amacı, buradaki eylemlerini kontrol etme, ilahi ve aşkın güçle olan ilişkini gözden geçirmek gibi bir dizi sorgulama serisini de içermektedir. Bunların yanı sıra yoga pratiğine devam eden bireyler için yürüdüğü yola karşı duyduğu şüphe ve sorgulama, onu içselleştirme bağlamında oldukça kıymetlidir. Diğer yönüyle rehberinin ya da gurunun yolunda gitme sürecindeki gerçekleşen sorgulama ve teslim olma dualitesi

herkes için başka yargı sistemlerinin geliştirmesini sağlamıştır. Yoga felsefesi içerisinde teslimiyet en çok sana yol göstericilik yapan guruya yönelen bir durum olmaktadır (Patanjali, 2009). Bir görüşmeci bir durumu şöyle açıklamaktadır:

“Guru bir kere hiç kimse bence. Çünkü guru olabilmen için senin o teklik düzeyine geçmiş olman gerekiyor. Guru aslında Tanrı'ya yakın olan kişi. Aslında evet, Brahman mı? Öyle bir şey söylüyorlar. Ama insan. O lider. Yani bir nevi tırnak içinde Hindu geleneğinde belki peygamber. Anlatabiliyor muyum? Ya da peygamber değilse de bu peygamberden daha düşük statüde olan biri gibi düşünebiliriz. Yani bir lider, bir yol gösterici, Guru'ya teslimi. Tamam Guru'ya teslim olayım da gittiği yoldan emin değilim arkadaşım. Nasıl teslim olayım yani? Şimdi bana diyorsun ki dualiteden uzaklaşmak, teklik sistemi. Dualite dediği şey kapitalist sistem aslında. Kapitalist sistemin dışına çıkmaktan bahsediyor. Bizim jargonumuzla konuşursak. Kapitalist sistemden çıkabilmen için önce senin o jipinden inmen lazım. Senin ellerine, tırnaklarına oje sürmemen lazım. Makyaj yapıp, suratına simler sürüp gelmemen lazım o derse. Senin guru olduğuna inanabilmem için senin kapitalist sistemden sıyrılman lazım.” (Görüşmeci 8, kadın, 26)

Görüşmecinin ifadesi, spiritüel liderlik figürü olan “guru” kavramını sorgulayıcı bir bakışla ele almaktadır. Gerçek bir guru, maddi arzulardan sıyrılmış, “teklik” bilincine ulaşmış biri olmalıdır. Ancak günümüzde bu figür, sıklıkla kapitalist yaşam tarzının bir temsilcisi gibi görünmektedir. Lüks tüketim, dış görünüme verilen önem ve sınıfsal ayrıcalıklar, guruya duyulan güveni zedelemektedir. Katılımcı, yoga pratiğinde öne çıkan bu çelişkiyi, “dualiteden uzaklaşmak” söylemiyle kapitalist sistemin iç içe geçmişliğini eleştirerek ifade etmiştir. Bu anlatı, spiritüel öğretilerin özündeki sadelik ve dönüşüm idealinin, modern pratiklerde nasıl biçimselleştiğini ve otantikliğini yitirdiğini düşündürmektedir. Dolayısıyla yogada sorgulama dönüşümün başlangıcı olarak kabul görmektedir. Sorgulama ile girilen yolda birey, kendi vicdanıyla baş başa kalmış ve içsel sezgi ve deneyimlerine yönelerek hayatı anlamlandırma sürecinin kalbine inebilmiştir. Bu iki kavramın birbirini dengeleyen bir aşama olmasıyla yoga pratiğini ilerleten birey, ruhsal ve eylemsel düzeyde dönüşüm geçirmeye hazır duruma gelmektedir (Feuerstein, 2001).

“İşte sorgulamama hali, tam teslimiyet aslında. Burada tam teslimiyet, tam inanma hali. Bu benim uyguladığım bir şey değil açıkçası. Çünkü ben bilgiden, bunlar yıllardır süregelen bir sürü fotoğraf var mesela. Bilginin sorgulamaktan geldiğini savunuyorlar. Ben de aynı düşünce içerisindeyim. Ben bilgiyi sorgulayacağım. Kendimce zihnimde bir şeyleri belki de değerlendireceğim ve o şekilde ulaşabileceğim... İşte bahsettiğimiz Çetin hoca hakkında

belki de. Sorgulamayalım. Ben sorgulamıyorsam. Kendimi ona inandırmaya çalışıyorsam, yoga da şiddetsizlik diye bir kavram var. O zaman ben kendime şiddet uygulamış oluyorum.” (Görüşmeci 3, kadın, 25)

Sosyolojik açıdan Giddens’in geliştirdiği “refleksive” kavramı bireyin sürekli olarak sorgulama ve kendini tanımlama ihtiyacını ve bu süreçteki deneyimleri ile iç içe geçen maneviyat arayışını simgelemektedir. Yoga pratiği bu bağlamda refleksive olarak sürekli yenilenen bir arayış bütünü olarak karşımıza çıkmaktadır (Giddens , 2010).

“Yani aslında ben din dersi içinde kaderciliğin beni hep çok korkuttuğunu fark etmişim. İşte cüzi irade, külli irade ama bizim için daha önceden belirlenmiş bir yaşam tarzının var olması ve seçim hakkımızın olmayışı yani İslam dini içerisinde beni çok zorluyordu. Ama yogadan sonra şu değişti, kabul etmek ve teslimiyet kelimeleri bana çok naif, çok akışta kalmak olarak geliyor. Yani biz hayatımızda sadece bu anı yaşamıyoruz. Geçmişten getirdiklerimizi, geleceğe götüreceğimizi yaşıyoruz. Ama sadece bu an içinde var olmak zorundayız. Yani kader dediğimiz yerde aslında sıkışmış hissediyordum. Ama yogadan sonra teslimiyet, yani olanı olduğu gibi yargılamadan kabullenmeye yönlendim. Yani çiçe ulaşmak, öze ulaşmak için benim seçtiğim bir ailedeyim ben. Daha öncesinde bunun seçimim olduğunu bilmiyordum. Yani işte kader. Çünkü biz İslam toplumu olarak, Müslümanlar olarak da hep kaderi zor şeyler için kullandık. Onun da kaderi buymuş. Aslında öyle değil. Kader de teslimiyetle aynı şeyi içeriyor ama. Yogadan sonra yaşadığım hayatla ilgili olarak ne öğrendim? Ailemden öğrendim, arkadaşlarımdan öğrendim, eş hayatımdan öğrendim. Ne geldiyse akış içerisinde öğrendiğim her şey beni bugün teslimiyete götürüyor. Çünkü iyi ki bugün bu şekildeyim diyorum. Her şey olması gerektiği gibi olduğu için böyleyim. Öncesinde ya tüh şurada şu kararı verseydim değişebilirdi vardı. Hayır orada o kararı vermiş olsaydım da benim dönüşümüm o teslimiyetle yine bu hale gelecekti. Çünkü ben tam olarak var olduğum beden içerisinde dünyanın ihtiyacı olduğu şekilde varım. Yani bu teslimiyet duygusu gelişti yoga ile birlikte.” (Görüşmeci 18, kadın, 36)

Bu anlatı kader ve teslimiyet kavramlarına dair anlayışın, İslamî çerçevede hissedilen zorlayıcı yönlerinden, yoga pratiğiyle birlikte daha akışkan ve dönüştürücü bir boyuta evrildiğini göstermektedir. Geleneksel din eğitimi içinde “kader” bireysel iradeyi sınırlayan, kaçınılmaz ve dışsal bir yazgı olarak deneyimlenirken; yoga sonrası bu kavram, “akışta kalmak”, “anı yaşamak” ve “olanı yargılamadan kabullenmek” gibi daha içsel, kabul edici bir tutumla yeniden anlamlandırılmıştır. Katılımcı için teslimiyet artık edilgen bir boyun eğiş değil, varoluşun bütünlüğünü kavramaya dayanan bilinçli bir uyum hâlidir. Bu bağlamda yoga, geçmiş yaşantıların, ilişkilerin ve seçimlerin bir tür öğrenme ve dönüşüm alanına dönüştüğü bir farkındalık zemini sunmuş; kader, bireyin ruhsal

gelişimiyle iç içe geçmiş bir yolda ilerlemenin parçası olarak yeniden yorumlanmıştır. Taylor (2012)'ın “otantik benlik” anlayışı ise, bireyin kendini derinleştirme çabası ile üstün ruhani bir varlıkla bağ kurma çabasını açıklamaktadır. Yoga, bu anlamda hem bireylerin anlam üretme süreçlerini hem de aşkınla olan ilişkilerinin kurma anlamında iki yönlü bir işlevi bulundurmaktadır.

“Hiç konuşmasanız bile. Yanında o kişinin varlığını hissetmek, yani bir varlık hissetmek, seni orada yalnız olmadığına bir defa inandırıyor. Bu tam olarak yalnızlık duygusuyla ilişkili bir şey. Yani yalnız kalmayı istemiyoruz aslında. Yogada ki çoklu dersi seçmelerinin altında o birlik manevi şeyinin anlamının dışında oradaki birlik birazcık daha farklı” (Görüşmeci 2, erkek, 43)

Yoga pratiği maneviyatın dönüşümü ve dönüşümde bireylere sunduğu imkanlar dahilinde “yargısızlık”, “hoşgörü”, “içsel şefkat” gibi kavramlarla da eşleşmiştir.

Özellikle 20. yy sonlarında Batı’da gelişen spiritüalizm içerisinde yoga, bireyin içsel barış, ben ötesi bilinç hali ile kapsayıcı bir özdeşleme sağlamıştır (Heelas ve Woodhead, 2005). Yoga felsefesi içerisinde yargısızlık, zihnin olaylar ve düşüncelere müdahale etmeden tanıklık etmesi anlamına gelmektedir (Patanjali, 2009). Yoganın içerisinde bir yol olarak gördüğümüz meditasyon ve mindfulness gibi uygulamaların temel hedefi; zihinsel faaliyetlerin susturularak, herhangi biri tarafında geliştirilmiş yargılara karşı reaksiyon göstermemeyi hedeflemektedir. Böylece bilincin içsel bir sessizlikle yönelimi, “iyi/kötü”, “doğru/yanlış” gibi tüm sınıflandırmaları saf dışı bırakarak yargısızlık halini deneyimlemeyi ummaktadır. Bu duruş, aynı zamanda Sutralar içerisinde en önemli ilke olan *Ahimsa* (şiddetsizlik) ilkesini gerçekleştirmenin yegane temelidir (Feuerstein, 2001).

Saha verileri özelinde katılımcıların birçoğu, yoga pratiğinin içsel bir dönüşüm süreci olarak tanımlamış ve bu dönüşümdeki en dikkat çekici noktanın ise “yargısızlık” kavramıyla ilişkilendirmişlerdir. Bir katılımcının şu anlatımı önemli bir örnektir:

“Yani ben spiritüel bir insanım. Yani bu biraz fazla olabilir, iddialı olabilir. Yani sadece var olduğuma şükredip varlığımı bu haliyle kabul etmeyi sevdiğim için spiritüel olduğumu düşünüyorum evet. Kendimi yargılamamayı öğrendiğim yer aslında spiritüel olduğumu gösteriyor zaten yani teslim olduğum yer spiritüel olduğumu gösteriyor.” (Görüşmeci 18, kadın, 36).

Bu görüş yoganın fiziksel deneyimin yanı sıra etik ve spiritüel bir dönüşüm süreci olarak yaşandığının göstergesidir. Ayrıca bu ifade Patanjali (2009)'nin yoga anlayışındaki zihinsel dalgalanmaların susturulması ilkesinin pratiği yansıtmış bir biçimi olarak görünmektedir. Yargısızlık ile birlikte gelen içsel özgürleşme Peter Heelas' ın (2008) tanımladığı deneyime dayalı spiritüellik anlayışını desteklemektedir. Dolayısıyla bireylerin aşkın olanla kurduğu ilişki, dışsal bir öğretiden değil, doğrudan içsel bir deneyim ve sezgiye dayanmaktadır. Aynı zamanda bu kabulü ve kavramları şefkat, merhamet, alçakgönüllülük gibi insani değerlerle vurgulayan görüşmeciler de mevcuttur.

“Bu felsefenin temelinde hoşgörü, alçakgönüllü olma, bireysel şeylerde, ahlak yasalarında merhametli olma, şefkatli olma bu haller var... Hepsinin temelinde şefkat uygun, merhamet uygun o temel insani değerlerin yatıyor.” (Görüşmeci 2, erkek, 43).

Bu tarz bir yaklaşım, yoga ahlakının yalnızca bireysel bir dönüşüm değil, toplumsal yaşantı açısından dönüştürücü bir potansiyel taşıdığını göstermektedir. Bu ifade Vedanda geleneğinde yer alan “tüm varlıklarda aynı özü görmek” öğretisiyle örtüşmektedir (Vyasa, 2016).

Aynı zamanda tüm bu kabüllerin etik bir yaşam tarzı haline gelmesi bireylerin kendi etik ve ahlaki kurallarının sınırlarını çizebildiği *habitus*a işaret etmektedir (Bourdieu, 2015). Dolayısıyla zihnin terbiye edilmesi için çalışan etik ve bilinçli özne, kendi habitusunu şekillendirmekte aktif bir rol üstlenmektedir. Tüm varlıklarlarda aynı özü görmek ve her şeye karşı oluşturduğu sessizlik ve yargısızlık görüşü, Giddens (1991)'ın bireysel refleksivite bağlamında tanımlanan etik özneye işaret etmektedir. Kendilik üzerine düşünmeyle başlayan ve dalgalanarak tüm çevreye yayılan bakış, insani değerlerin merkezde olduğu etik bir yaşam pratiği olarak şekillenmektedir. Böylece birey artık yalnızca kendi üzerine düşünmekle kalmayıp, başkaları hakkında düşünmemeyi de geliştirmiştir. Bu biçim dışsal bir etkenle değil bireyin bizzat kendi dönüşümü ile şekillenmektedir.

“Yani sen neyi düşünürsen, neye inanırsan inan. Ben asla bunu yargılamıyorum. Mesela önceden bende de şey vardı, ben çok yargılıydım. İşte şöyle kapalı, böyle çarşaf, dinle ilgili şunu söyle. Sonra hayır yani, evet o da onu biliyor ve onu yapıyor. O da onun yogası. Bu seninse o da onun yogası. Sen saygı bekliyorsun karşı taraftan, o zaman sen de dilinle yargılamayacaksın, düşüncelerinle yargılamayacaksın. Bakışlarınla bile yargılamayacaksın, çarşaf giymiş falan. Sana ne? Giymiş, seni etkileyen ne? Sen ondan bekliyorsun ya bu saygıyı, önce senin bunu göstermen.” (Görüşmeci 22, kadın, 37)

Katılımcıların anlatılarından öne çıkan deneyimler, modern toplumlarda açığa çıkan etik duruş, yeni kimlik biçimleri ve maneviyat arayışlarını da yansıtmaktadır. Öyle ki katılımcıların görüşmelerinin önemli parçası olan “teslimiyet”, “yargısızlık” gibi kavramlar kendi iç dünyalarında kurmuş oldukları anlam setlerinin ve spiritüel kimliklerin bir göstergesi olarak kullanılmıştır. Bu tür spiritüel deneyimlerin Heelas (2008)’ın tanımladığı biçimiyle “yeni maneviyat” veya “özdönüşüme dayalı spiritüel kültür” ile özdeşleştirilebilir. “İçsel otantiklik” kavramı ile açıklanan bu özdönüşüm süreci kendi deneyimleri ile otorite oluşturan bir bilinç biçimi geliştirmenin örneği olarak anlaşılmalıdır (Heelas ve Woodhead, 2005).

“Yaşanan hiçbir şey başka biriyle ilgili değil. Yaşanan her şey benimle ilgili. Başıma gelen her olay, iyi dediklerimiz ya da kötü olarak adlandırdığımız fark etmez. Benim mevcut noktamdaki daha ileri taşımam için kendimi gerçekleştiriyor. Yani kötü diyoruz, kötü bir olay. İşte mesela ölüm, kötü bir olay gibi adlandırıyoruz ki bence bu da zaten toplumun içinde bulunduğu çok büyük bir kısır döngü. Neye göre kötü? Ölüm kavramı. Ölüm başımıza geldiğinde, yakınımıza geldiğinde bunu çok kötü bir olay olarak adlandırıyoruz ama 10 yıl sonra o kişi ölmediğinde bize ne yaşatacağını bilmiyoruz. Ya da benim ne yaşayacağımı bilmiyoruz. Dolayısıyla zaten bazı şeyler kabulle geliyor. Yani başına gelen şeyin seni daha iyi bir yere götürmek için geldiğini kabul ettiğin anda yargı perdesi kalkıyor. Çünkü yargılayacağın bir şey yok. Yaşanan her şey yaşanması gerektiği için yaşıyor.” (Görüşmeci 8, kadın, 26)

Bireylerin içsel bir sorgulama ile sürekli giriştikleri kendilerini yeniden yapılandırma süreci yüksek bir bilinçlilik haliyle sonsuz bir kabule dönüşme potansiyeli barındırmaktadır. Öyle ki travmatik bir deneyim olarak adlandırılabilen “ölüm” dahil kötü olarak kategorize edilmeden kabulü mümkün olmaktadır. Bu Bauman’ın “belirsizliğe karşı geliştirilen bireysel stratejiler” içerisinde de değerlendirilebilecek bir hayatta kalma çabası olarak da görülebilir (Bauman, 2017). Spiritüel bir yol olan yoganın bireylerin içsel dönüşümünde aktif olarak rol oynadığı görülmekle birlikte onların duygular ve duyguların yaşanma biçimlerine yönelik kabulü üzerinde de önemli değişikliklere yol açtığı görünmektedir. Foucault (2013)’un “kendilik teknolojileri” olarak adlandırdığı bu kavramla ilişkili biçimde kendilerine ilişkin bazı disiplin mekanizmalarını inşa ederek bireyler etik bir özne inşa ederler. Bu etik öznenin anlam arayışı ise Berger ve Luckman (2015)’in teorileri içinde gördüğümüz “anlamın toplumsal inşası” ile ilişkilendirilebilmektedir. Çünkü görüşmecilerin söylemleri üzerinden

görebileceğimiz biçimde, içinde yaşadıkları toplumda karşılıklarına çıkan her türlü durumun ruhsal bir gelişim fırsatı olarak değerlendirilmesi söz konusudur.

“Yogaya ilk başladığımda öfkem vardı. Çünkü yıllarca sağaltmadığım öfkeler çıktı yogaya ilk başladığımda. İşte o kalça pozları mesela bizim öfkemizi sağalttığımız yerler. İlk başladığımda neye öfkeli olduğumu bilmeden çok fazla öfke hissediyordum. Çünkü öfkeyi sağaltıyoruz orada, özgür bırakmaya çalışıyoruz. Yaşadığımız anda o öfkeyi özgür bırakabilirsek her duyguyu, sadece öfkeyi değil, sevinci, mutluluğu, hayal kırıklığını hepsini sağaltmayı başarabilirsek aslında onlar birikmiyor. Ama öfke o kadar çok birikmiş ki sağaltmayı öğrendiğim yerde bedenimde gereksiz her şeye bir öfke var... Yogadan sonra şu geldi. Ben izin verdim. Ben tercih ettim. Ben bu yolda ilerlemek istedim. Yani bir başkasını suçlamadığımız bir hayat, teslim olduğumuz bir hayat bizim için çok rahat bir hayat.” (Görüşmeci 18, kadın,36)

Kendi duygularından arınmak, yaşamı kolaylaştırması anlamında oldukça araçsallaşmış bir değere sahiptir. Birey kendi yaşamında çizdiği yolun kendi açısından en “rahat” biçimiyle devam ettirmeyi amaçlamaktadır. Çok çarpıcı biçimde bu alanda bir başka görüş de mevcuttur. Bu da yargısızlık sınırının içinde dahi oldukça dikkat çekicidir. Bir görüşmeci yargısızlık ve hoşgörü perdesini, toplumsal manada normatif açıdan oldukça kınanan eylemlerin dahi karmik ve ruhsal gelişim bağlamında yeniden anlamlandırmaktadır.

“Ama zarar görmüş bir insana mesela fazla üzölmek, fazla merhamet içsel olarak bir şeyleri değiştiriyor aslında. Çünkü şunu görmemiz gerektiğini düşünüyorum. Birisi bir zarar gördü. Diyelim ki küçük bir kız çocuğu tecavüze oldu. İnsanlık için bu çok dramatik, üzücü, bir sürü kalıba koyabileceğimiz bir davranış. Ama bize öğretiliyor ki o kız çocuğu bunu yaşaması gerektiği için yaşadı. Dolayısıyla senin ona merhamet etmene ihtiyacı yok. Çünkü o büyüyüp yetişkin bir kadın olduğunda belki bu durumu yaşayan kız çocukları için bir dernek kuracak, bir sivil toplum örgütü oluşturacak ve başka bir sürü kız çocuğuna yardım edecek... Çünkü bir katili... Neye göre yargılayabilirsin ki hayatıyla ilgili ya da geçmiş sistemiyle ilgili hiçbir bilgiye sahip olmadan? Katil birini öldürdü. Evet, bu insanlık için aşağılayıcı bir davranış. Ama belki o da karmik sebepten yaşadı bunu. Ya da ileride başka bir şey yaşamamak için bugün bunu yaşadığı gibi milyonlarca ihtimal var. Kabul tabi ki. Zaten her şeyin temeli kabul. Yani olmuş olan her şeyi kabul. Bu sistem çünkü sana bunu öğretiyor. Aslında dediği öğretisi bu tamamen.” (Görüşmeci 8, kadın, 26)

Bu yaklaşım Heelas’ın “spiritüel bireysellik” kavramıyla rahatlıkla açıklanabileceği gibi bireyin kendi ruhsal yolculuğunun bir parçası olarak toplumsal olayların kabulüne işaret etmektedir (Heelas ve Woodhead, 2005). Ancak diğer taraftan Durkheim’in “kolektif vicdan” anlatısıyla taban tabana çelişmektedir (Durkheim, 2014).

Toplumsal olaylar içerisinde bir eylemin suç olarak kabul edilmesi ya da yargısızlıkla karşılanması, toplumsal adalet ve dengelerin oluşturulmasında ciddi bir tahribata yol açmaktadır. Bu Bauman (2017)'ın vurguladığı üzere, modern bireyin ahlaki sorumluluk ve tanımlamalarının da oldukça muğlaklaştığı bir adalet yorumunu ortaya koymaktadır (Bauman, 2017).

Bir diğer kod olan “enerji” yalnızca fiziksel değil, sosyolojik açıdan da çok katmanlı bir anlam taşımaktadır. Aynı zamanda ruhsal, duygusal ve kozmik düzeylerde var olan bir varlık alanı olarak da karşımıza çıkmaktadır. Yoga yolculuğu içerisinde enerji, bireyin içsel dönüşümünü açıklamada kullanılan temel metaforlardan biri olmuştur. Yoga felsefesi içerisinde insan “enerji bedenlerine” sahip çok katmanlı bir varlık olarak tanımlanmaktadır. Temel enerji kavramlarından biri olarak tanımlanan *prana* “yaşam enerjisi” anlamına gelmektedir. Böylece yoga enerjinin serbestçe dolaşımıyla evrensel yaşam gücüyle birleştiren bir yaşam enerjisi pratiği olarak da görülmektedir (Feuerstein, 2001).

Candan (2021) yoga ve meditasyonun enerji bedenleri üzerindeki etkisini açıklarken, bu tür pratiklerin bireyde “denge, merkezlenme ve farkındalık hissi” yarattığını vurgulamaktadır (Candan, 2021). Görüşmeler özelinde çakra sistemi içerisindeki enerjinin ruh ve bedenle özdeşleştirilmesi ve bu sistemdeki tıkanıklıkların yoga ile açılmasını sağlamak en sık başvuru edilen söylemlerinden bir tanesi olmuştur. Aynı zamanda yoga enerji düzeylerindeki iyileşmelerin bireylerin ruhsal iyi oluşlarına katkı sağladığına yönelik pek çok çalışma da mevcuttur. Özdemir ve Koç (2020) yaptığı çalışmalarda yoga yapan bireylerin “enerji alanını” önemsediklerini ve olumsuz duyguların bedensel enerjiye dönüştüğünde bunu yoga pratikleri ile yeniden dengelemesinin önemli olduğunu vurgulamışlardır.

Görüşmecilerden bazılarının enerji ile kurdukları ilişkiyi kuantum fiziğine referansla aktarması bireylerin kişisel anlam sistemlerini geliştirdikleri bireysel anlatı dünyası içerisinde bilimsel bir tanık bulma ihtiyacına da işaret etmektedir.

“Ya spiritüel alanı... Ya şöyle, kuantum fiziğine inanıyorum. Şimdi enerji dediğimiz bir şey var. Madde dediğimiz hani şeyin, işte kendi atom parçaları, o atomun titreşimi vs. Bu fizikte vardır zaten. Ve hani hep şuna inanırım. Hani bir insan neden bir diğerine itici ya da çok samimi gelir? Ya ben seni bir yerden tanıyorum. Neden insanlar söylerler? Çünkü aslında belli bir titreşime sahibiz. O titreşime sahip olmasak beynimizde, kalbimizde

elektromanyetik şeyler olmaz. Dalgalanmalar olmaz. Bunu da okey. Bunu sözlerin etkilemesi de onlara verdiğimiz anlam ve algı ile çok bağlantılı.” (Görüşmeci 1, kadın, 34)

Benzer şekilde bir başka görüşmecinin 4 temel elementle kurduğu ilişki kozmik bir hizalanma aracı olarak, bedensel deneyimin kutsalla kurulmuş bir bağa dönüştüğünün göstergesidir.

“Enerji beden diye tabir ettiğimiz bedende ateş, su, hava, toprak elementleri bunları birazcık araştırdım işte üzerine falan düşünüp bunları kendi yerinde gidip görmek onlarla birlikte olma şeyini artık tadının keyfini çıkartıyorum.” (Görüşmeci 2, erkek,43)

Ayrıca enerjinin sıklıkla kolektif kavramıyla ilişkilendirilmesi Durkheim’ın “ritüel katılımın yarattığı kolektif enerji” düşüncesini somutlaştırmaktadır (Durkheim, 2014). Bu manada kolektif enerji ile bireyler, bir grubun parçası olarak ruhani bir deneyim ağına da kapı aralamaktadır.

“Mesela çok fazla hacca gitmek istiyorum ama aşırı fazla yani hani böyle hacı olmasın umreye gideyim falan kafasındayım ve bunu çok fazla istiyorum ki ben bir deistim. Neden? Çünkü orada bir sürü insan aynı amaçla çok büyük bir ayin yapıyorlar. Tavaf ediyorlar. Enerjiyle yürüyorsun sadece. Orada oluşabilecek o temiz enerjiyi hayal dahi edemiyorum ve çok istiyorum onu yapmayı.” (Görüşmeci 20, kadın, 34)

Bir görüşmeci için bu hac ibadetinin bir parçası olma haliyle özdeşleşmekte iken bir başkası için camide toplulukla birlikte dua etme enerjisini anımsatmaktadır.

“Mantraların gücü kolektiften geliyor aslında. Yani çok eskilerin söylediği ve artık insanların telaffuz ettiği bir mantra sana yaşam enerjisi barındırıyor. Ve sana onu söyledikçe bu biraz dualara benziyor. Yani bunu yansımayacağım. Yani dualara bir duaya inanmadan da bir camide bulunduğunda ya da çok fazla dua eden insanın arasında bulunduğunda farklı bir enerji hissediyorsun. O enerjiye çok inanıyorum. Kolektifin enerjisine çok inanıyorum.” (Görüşmeci 7, kadın, 24)

Yoga pratiği ve felsefesi içerisinde enerji bedeninin hissedilmesi ve buna yönelik doğal taşlar ya da başka anlamlar yüklenen aksesuarların kullanımı beden dengelemesine yönelik bir ritüel olarak ön plana çıkmaktadır. Böylece Foucault’ un bireyin kendini dönüştürme ve iyileştirme amacıyla kendi bedenine “enerji alanı” olarak yapılandırmasına yönelik bir girişim olarak görünmektedir (Foucault, 2013). Bu disiplin, biyopolitik bir baskı değil ancak kişinin beden enerjisinin ve ruhunun en iyi haline ulaşma adına öznel bir yapılandırma girişimi olarak algılanabilir.

Yoga felsefesi içerisinde Ahimsa (Şiddetsizlik) ilkesi pek çok kavram ve görüş ile bağdaşmaktadır. Şiddetsizlik yalnızca insana yönelik değil, tüm canlılara zarar vermemeyi içeren bir öğretilerdir. Bu manada doğayla uyum, doğaya saygı duyma ve çevresel bilinç geliştirmeyi de kapsayan bir olgudur. Yoga Sutralar içerisinde *Ahimsa* doğaya uyumlu bir yaşam bilinci geliştirmeyi öğütlemektedir (Patanjali, 2009).

“Ben doğanın gücüne inanıyorum. O yüzden elimden geldiğince gidip bahçede toprakla uğraşmak, çıkanı ekmek, ekeni toplamak vs. bunları çok severim. Ağaca çıkar, meyveleri toplarım falan. Çok hoşuma giden şeyler. Doğada olmak zaten çok hoşuma gider.” (Görüşmeci 9, kadın, 33)

Ayrıca *Sakhya* felsefesi içerisinde (bu yoganın temelini oluşturan sistemdir) doğa, Prakriti olarak tanımlanmaktadır. İnsan bilinci ile Praktiki arasındaki denge, insanın ruhsal özgürleşmeye ulaşmasında elzem bir noktadır. İçsel yolculuğun ve aydınlanmaya giden yolda doğa insanla birdir. Feuerstein (2001)’in tanımıyla "Prakriti, insan bilincinin kendini tanıması için sahneyi oluşturur. Doğayla savaşmak yerine onunla uyum içinde olmak, yoga yolunun bir parçasıdır." Yoga pozları içerisinde bedeni ve zihni uyumlu hale getirme yöntemi olarak pratik edilen pozlar da mevcuttur. “Dağ duruşu”, “Ağaç duruşu” ve “Kartal pozu” bu ilkedden ilham almaktadır.

Görsel 4.2

Dağ Duruşu, Kartal Pozu ve Ağaç Duruşu



Bu manada yogada her bir poz, doğayla kurulan bağı simgelemektedir. Iyengar (2002)’ın belirttiği gibi “Her bir asana, doğanın bir yönünü yansıtarak insanın o enerjiyle uyumlanmasını sağlamaktadır”. Bir görüşmeci yogadaki pozların hayvanlarla ve doğayla ilişkilendirilmesinin aynı zamanda kendi doğasını kaybetmiş insanın, özüne yaptığı bir yolculuk olarak nitelendirmektedir.

“Temel olarak baktığımda aslında hepsi bitkiler alemi, hayvanlar alemi, enerji bedeninin içinde, astroloji, buralardan aslında temel olarak beslenmişler. Bunların yansımaları var. Karga pozumu yapıyorsun. İşte uçan ejderha yapıyorsun. İşte timsah bozunu yapıyorsun. Ama bunlara baktığında bu hayvanlar ya da işte bir ağacın yerleşme hali. Bunlara baktığında bu hayvanların doğalarını incelediğinde senin kendi durduğun yerle onun durduğu yer onun üzerinde farklı. Birbirimiz dikeyiz, öbürümüz yatayız. Sistem çok farklı. Biz kendimizi tekrar evirme, evrilme noktasına getiriyoruz ki bu çok zor bir süreç. Yani bu eşittir şöyle bir şey. Çocuklukta biz masum hayvanlardık. Bada bada böyle bir sürü yorulduk. Büyüdük, kirlendik, kirlendik, kaygılar birikti. Tekrar çocukluğa dönmeye çalışıyoruz. Ama zor. Çünkü biriktiğimiz bir sürü şey var. Şimdi bütün bunlarla özellikle yoga yapmak ve zihin modifikasyonlarını temizlemeye çalışmak, bunun için meditasyona oturmak, Bunlar çok zor süreçler” (Görüşmeci 2, erkek, 43)

Doğayla uyumlanma ve doğaya karşı çözülmenin diğer biçimi olarak beslenme tarzı şiddetsizlik, karma gibi başlıkların altında da tartışıldığı üzere hiçbir canlıya öyle ya da böyle bir şekilde zarar vermemeyi de kapsamaktadır. Böylece yoganın beslenme tarzını ilişkin getirdiği kurallar, zihnin berrak ve bedeninin doğayla uyumu artırması için önemlidir.

“Öncesinde et yiyordum. Yogaya başladıktan bir süre sonra, bir altı ay sonra falan vejetaryen oldum. Yaklaşık iki yıldan fazladır vejetaryenim. Yoganın felsefesi doğrultusunda bunu yapıyorum artık. Çünkü orada sana öğrettiği bir yer var ve gerçekten de bunu hayatın içine uyguluyorsun. Yoga yaparken et yediğim dönemimi de biliyorum. Et yemediğim dönemimi de biliyorum. Ve gerçekten hayatımın içinde etkilediğim yeri de biliyorum. Ve aynı zamanda şey edebiliyorum. İlk basamak ahimsa/şiddetsizlik. Yani her şeyden önce kişinin kendine olan şiddetsizliği ve etraftaki her şeye olan şiddetsizliği. Ben o yüzden de şeye bakıyorum. Hiçbir canlıya şiddet uygulamama halini hayatıma geçirmeye çalışıyorum. O yüzden de et yemiyorum açıkçası.” (Görüşmeci 18, kadın, 36)

Doğayla olan uyum, modern dönemde yoga topluluklarının çevreci ekolojik hareketler ile işbirliği içerisinde bir topluluklaşma imkanı da sunmuştur. Bu manada eğitimlerde, pratik kamplarının seçildiği alanlar doğayla iç içe, bilinçli tüketim ve sürdürülebilir yaşam bilinciyle, doğayla bağ kurma amacı da taşımaktadır. Böylesi bir yaklaşım çağdaş ekolojik hareketler kapsamında da değerlendirilebilmektedir. Bu çerçevede yoga, modern toplumun doğadan kopuk ve onu araçsallaştırarak yıpratıcı yaşam tarzına da ciddi bir eleştiri ve alternatif sunmaktadır (Giddens, 2010). Diğer taraftan modern bireyin “büyüsü bozulmuş “ bu dünyada, doğayla kurduğu spiritüel bağ, yeniden büyülenmenin ve anlam araştırmanın bir tezahürüdür (Weber, 2017).

“Huzurlu olma arayışı vardı. Bunun için başka şeyler de hayatıma girdi. Ama din öğretisi anlamında söylemiyorum. Çok alakasız şeyler de girdi. Ve onlar da güzel geldi. Mesela bisikletten bahsettik. Bisiklet ve kamp ve doğada zaman geçirmek de bence bundan çok farklı değildi aslında. Ve bu çok huzurlu, güzel bir yere götürdü. Yoga da çok huzurlu, güzel bir yere götürdü. O zaman huzurlu ve güzel bir yere götürüyorsa, iyi hissettiğim bir yere götürüyorsa evet ben o gittiğim yerde daha çok kalmak istiyorum. Ya da bunu daha çok hayatım dahil etmek istiyorum düşüncesi oldu.” (Görüşmeci 16, erkek, 45)

Doğayla iç içe geçme pratiği “biyopolitika” kapsamında düşünüldüğünde, bedeni disipline eden modern iktidara karşı bir karşı pratik oluşturarak, kapitalist toplumun, bedeni üretken, işlevsel ve kontrollü hale getirmeyi amaçlayan sistemsel bütüne karşı, yogayla birlikte bedeni kendi ritmine ve kendi yuvasına (doğaya) dönmeyi hedef alan bir uyumlanma sistemi tahsis etmiştir. Aynı görüşmeci yoganın bedensel hareketler ile sınırlı olmadığı ve bu manada zihin ve beden dengesinin sağlanmasında doğaya geri dönmenin oldukça önemli olduğunu şu sözlerle dile getirmiştir.

“Onun için sadece işte şöyle durdum, böyle durdum, onu yaptım, başımın üstünde durdum, elimi kaldırdım, kolumu kaldırdım, bu önemsiz değil. Bu da çok önemli. Neden önemli, sağlıklı bir beden için önemli. Ama sağlıklı bedenin, yoga felsefesinde bir amacı var, zihnin dengeli ve sağlıklı olması için bedeni bir enstürüman gibi kullanmak. Özüne, doğaya geri dönmek.” (Görüşmeci 16, erkek, 43)

Foucault’un bahsettiği bağlamında değerlendirecek olursak yoga, modern beden politikalarına karşı alternatif bir yaşam rejimi sunmaktadır. Doğa ile uyumlu beden pratiği, normatif sağlık ve güzellik anlayışlarının dışında yeni bir özne üretmektedir (Foucault, 2013).

Bir diğer kod olan ritüel kavramı öylesine geniş bir yelpazeyi barındırmaktadır ki; dinler tarihi, ritüel sosyolojisi, kültürel antropoloji, spiritüel pratikler üzerine yapılan araştırmaların içerisinde çeşitli bağlamlarda tartışmaya açılmıştır. Tarihsel olarak Vedik gelenekten etkilendiği bilinen yoganın ritüel uygulamalarla iç içe geçtiği bilinmektedir. Dolayısıyla yoga, bazı sembolik pratikler aracılığıyla kozmik düzenle uyumlanmayı sağlayan bazı ritüellere sahiptir (Feuerstein, 2001). Bir görüşmeci bu ritüelleri, hayatında hizmetini tamamladığı her şeyi uğurlamak istediğinde gerçekleştirdiğini aktarmaktadır.

“Kendi pratiğimde mutlaka doğal taşlarım var, kendime göre ihtiyacım olan çakrasal olarak takmam gereken taşlar var. Kimsenin dokunmaması falan gerekiyor. Dokununca onu tütsülüyoruz veya arada bir tütsülüyorum onları.. Dolunay ritüeli yaparız mutlaka stüdyomuzda. Dolunay birazcık artık eskiyi bırakma, hizmetini tamamlamış bırakma.

Yeniye yer açma, akışta yer bulmayı söyler. O yüzden bırakma pratikleri yapıyorum. Sonrasında bırakmak istediklerimi, artık bana iyi gelmeyen veya bu artık herhalde bitti, hizmetini tamamladı dediğim şeyleri kağıtlara yazıyorum. Onları veda ederek, teşekkür ederek, şükür ederek uğurluyorum, yakıyorum. Küllerinide suya koyuyorum. Veya işte toprağa gömüyorum.” (Görüşmeci 4, kadın, 33)

Modern yoga uygulamaları özellikle Batı toplumlarında fazlasıyla sekülerleşmiş görünse de birçok ritüel formunu taşımaktadır. Pratiğe başlamadan önce niyeti belirleme, grup yoga seanslarıyla kolektif bir enerji ortaya çıkarma, belirli poz dizilimlerine kutsiyet atfetme, meditasyon ve mantların tekrarlanması, mekanın tütsüler, bazı meditatif müzikler eşliğinde manevi bir ruha hitap etmesi bu ritüellerden bazılarıdır. Bunların yanı sıra Catharine Bell (1997)’in *ritüelizasyon* kavramı ile karşılanabilecek biçimde bazı davranışların sembolik anlamlarıyla kullanılması ön plana çıkmaktadır. Böylece güneşi selamlama ritüeli, ya da meditasyon pratiğinin oturuş ritüeli bireyin niyeti ve dikkatini birleştirerek ritüelleştirdiği bir pratik haline gelmektedir. Erdoğan spiritüel arayışlar ve yoga ilişkisi üzerine yaptığı çalışmada yoganın modern dünyada insanın zihni ve bedeni üzerinde hakimiyet kurarak yöneldiği seküler bir ritüel biçimi haline geldiğini vurgulamaktadır (Erdoğan , 2015, s. 140). Benzer şekilde postmodern bağlamda Yıldız (2021) yoganın ritüel ile kurduğu ilişkiyi *postmodern maneviyat* bağlamında incelemiş ve yoganın ritüelistik yönünün geleneksel dinlerin kurumsal ritüellerine alternatif bir alan oluşturması fikri ile değerlendirmiştir (Yıldız, 2021, s.229).

Ayrıca ritüel, kendini gerçekleştirme ve bireysel yolculuğun kolektif bir parçası olarak yoganın *ritüel performans* kuramı ile özdeşlik oluşturmaktadır. Bayramoğlu (2013)’nın ritüel, performans ilişkisi içerisinde tiyatro ve yoga üzerine yaptığı çalışmada yoga, bir performans olarak modern ritüelin sahnesi olarak tanımlanmıştır (Bayramoğlu, 2013, s. 154). Yeni dini hareketler içerisinde ritüelistik bir beden pratiği şeklinde de yorumlanan yoga, bireyin ruhsal açlığını doyurmak için başvurduğu sistematik ve sembolik bedensel ritüellerin bütünü olarak tanımlanmaktadır (Öztürk , 2019, s. 277).

“Ritüeli eğer tekrarlı yapılan eylemler olarak algılıyorsak ve belli günlerde, belli anlarda, belli günlerde, belli saatlerde. Evet, var. Ancak tüm bu ritüel diye adlandırdığımızdaki nesnelerin bir araç olduğunu unutmadan ve o daha da derinde olanın, daha eğer ki yoga arayışı bir aşkın olana, öte olana ulaşmaksa ki benim bakış açımda böyle, ona ulaştırmaya yardımcı araçlar olarak çeşitli sesler, objeler, nesneler, evet, var. Bir şeyler okumak, söylemek, evet, amaç şu, nesneleri, ışığı, herhangi bir şeyi, sembollerini aslında ardında olan anlamı hatırlatıcısı olarak kullanmayı... Çok değerli buluyorum. O çünkü unutmaya hep

müsaitiz günlük yaşamda. O unutmamanın önüne geçebilecek olan şeyler bu ritüeller aslında. Evet, bunlar hayatıma dahil ettim birkaç senedir ve ettikten sonra da bunları, bu uygulamaların çok çok derinleşme aslında belki fiziksel çalışmalar kadar belki daha fazla yardımcı olduğundan, derinlerinden söyleyebilirim.” (Görüşmeci 16, erkek, 45)

Bazı görüşmeciler için ise ritüeller büyücülük gibi faaliyetlerle eşleştirildiğinde uzak durulması gereken içerikler olarak değerlendirilmiş ve meditasyon yapma ritüeli başlı başına yeterli olarak düşünülmüştür.

“Yok, ritüel kısmına ben çok girmiyorum. Biraz daha böyle ritüel kısmı bana şey, büyücülük yapma gibi hani şey cin çıkar, nazar şey yani kurşun döktür. Hani hacı hocalar da yapıyor ya. Dua kısmındayım, içsel duamı etme kısmındayım. Rutin olarak meditasyonumu sağlayayım. Her gün düzenli yarım saat, yirmi dakika meditasyonumu yapayım. Bedensel olarak sağlığıma dikkat edeyim. Alkol tüketimini zaten bıraktım. Hiç tüketmiyorum artık. Hayatımdan çıkardım. Sigarayı da bırakmaya çalışıyorum. Mesela kırmızı et de tüketmiyorum” (Görüşmeci 6, erkek, 24)

Bazıları içinse yogada yalnızca bir araç olan ritüelin ön plana çıkışı, zihni kandırmak olarak değerlendirilmektedir. Böylece sıklıkla tekrar eden ritüellerin zihni geriye çektiği vurgusu yapılmıştır. Bir diğer nokta ise özellikle kurutulmuş bitkilerin tütsü olarak yakılmasının yoganın şiddetsizlik ilişkisiyle çeliştiğinin düşünülmesidir. Böylece çoğu görüşmeci tarafından tütsülemek ve kötü enerjilerden arınma ritüeli farklı bir manada şiddetle örtüşmektedir.

“Çünkü bunun da zihni bir süre sonra kandırdığını düşünüyorum. Yani rutin bir ritüel oluşturmak. Bir süre sonra işte o prop (yogada kullanılan yardımcı ekipman) kullanımında olduğu gibi bence zihni biraz geriye çekiyor. Ara ara uyguladığım işte şeyler var, çalışmalar var. Mesela normalde severdim tütsü, adaçayı, üzeelik bilmem ne yakmayı. Ama bununla ilgili de birkaç şeyler okudum, birkaç araştırma yaptım. Şöyle de bir bilgi var. Şimdi bitki, yaktığınız şeyler bir bitki. Ama bitki aslında suyla var olan bir canlı. Dolayısıyla kopartılmış bir bitkinin kurutulup yakılması ne kadar doğru? Bu bir şiddet.” (Görüşmeci 8, kadın, 26)

Victor Turner (1969) ve Emile Durkheim (1912) gibi klasik düşünürlere göre ritüel, bireyin toplumla ve kutsalla kurduğu anlamlı bir etkileşim biçimidir. Durkheim’ın ritüelin kolektif bilinci pekiştirdiği yönündeki görüşü, yoga grup dersleri ile ilişkilendirilebilmektedir (Durkheim, 2014). Dolayısıyla görüşmecilerin grup enerjisi olarak bahsettikleri kolektiflik biçimi ritüellerle topluluğu birbirine bağlayan bir eyleme dönüşmektedir. Bu önemli ilişki “Kolektif deneyim ve Sosyal ilişkiler” başlığı içerisinde ayrıntılı biçimde tartışılmaktadır.

Weber’e göre modern toplumlar hesaplanabilir, öngörülebilir, ölçülebilirlik esaslarına dayanarak rasyonalitenin oldukça önem kazandığı bir dünya tasavvurudur. Ancak böylesi bir dünyanın içerisinde hayatın anlamını sorgulayan bireylerin karşılaştığı boşluk onları yaşamın anlamını yeniden üretmeye yönelik bir çabaya doğru sürükleyebilmektedir. Ahlaki değerlerin yerini alan araçsal aklın öngörüldüğü biçimiyle kişinin huzur ve mutluluğunu sağlayamamış olması modern dünyanın anlam arayışını hat safhaya çıkarmıştır. Bu boşluk içerisinde bireyler bazı kaçış yolları arama girişimindedirler. Buldukları yöntemlerden birisi olan içsel dünya inşası, spiritüel pratiklerde vücut bulmuştur. Böylelikle yoga gibi manevi ve ruhsal yönden de bireyi besleyecek olan etkinliklere yönelimin önemli bir paydaşı olması kaçınılmazdır. Aynı zamanda modern toplumların rasyonelleşme ve bürokratikleşme süreçleriyle büyüünü yitirmiş olması, bireylerin hayatlarında karşılaştıkları tüm zorluklara karşı akılcı çözüm üretmeyi öncelemektedir. Ancak çözüm her zaman akılcı alanda değildir. Weberyen anlamda birey evrensel düzeyde aradığı bütünlük, huzur ve anlam arayışını dinginlikte yeniden inşa ettiği bir düzene işaret etmektedir (Çelik, 2016). Bireylerin bir şeye inanma ihtiyacı olarak adlandırdığımız yönelimlerinin “kutsala” veya bir “kişiye” yönelik olması değişkenlik göstermektedir. Bireylerin toplumsal manada bir anlam üretmek için kutsal olanı inşa etmeleri Durkheim üzerinden düşünebileceğimiz manada kolektif bir inanç dünyasının şekillenmesi için anlamlıdır (Durkheim, 2014). İncanın bir kişiye yöneldiği durumlarda ise “karizmatik otorite” figürü yüzünü göstermektedir. Weber (2017)’e göre karizma, olağanüstü nitelik atfedilen kişilere duyulan inançla beslenmektedir. Bireylerin çeşitli figürlere anlam atfederek anlam ve güvenlik arayışı içinde olmaları Heelas (2008)’in *postmodern maneviyat* kavramı ile de yakından ilişkili görünmektedir. Tüm bu tartışma dizinini bir görüşmeci şu sözlerle ifade etmektedir.

“Çünkü şu, insanlar bir şeye inanıyor, inanmak istiyor. Ve o inandığı şeyin peşinden gitmek istiyor. Bugün Çetin Çetintaş’ın¹² peşinden gidenler de aslında aynı şey. Başka bilmem ne hoca efendinin peşinden gidenler de aynı şey yani.” (Görüşmeci 22,kadın, 37)

¹² Çetin Çetintaş, İstanbul Üniversitesi Biyoloji Bölümü mezunudur ve yoga alanındaki eğitimini Hindistan ve Uzakdoğu’daki çeşitli manastırlarda sürdürmüştür. Uzakdoğu felsefesi, yoga pratiği ve Sanskrit dili üzerine yoğunlaşan Çetintaş, kadim yoga metinlerini Türkçeye kazandırma çalışmalarıyla tanınmaktadır (Çetintaş, 2024). YogaKioo Okulları, YogaKioo Yayınları ve Kioo Retreat Center gibi oluşumların

Aynı zamanda bir şeye inanma ihtiyacı içsel hakikatin dışsal bir otorite ya da varlıkta arama şeklinde bir söylemle de açıklanmıştır. Bu açıklamada bir görüşmeci:

“Çünkü niye biliyor musun, biz hala içimizdeki o şeyi bulamadık ya, orada arıyoruz. Orada bulduk zannediyoruz. O yüzden onun peşinden gidiyoruz. Ama diyor ki, bak yoga da sana bunu söylüyor, İslamiyet de, Hristiyanlık da diyor ki, içinde aslında senin bütün aradığın her şey kendinde. Sen onu hala o turuncuda arıyorsun ya da o cübbelide arıyorsun ya da bilmem nerede arıyorsun. Ve bulduğunu zannettiğin için ona dört elle sarılıyorsun. Aslında yine içine dönmemiş oluyorsun.” (Görüşmeci 2, erkek, 43)

Bu bakış açısı spiritüel arayış içerisinde dışsallaştırılmış kutsallıklar yerine özbenliğe dönme çağrısının vurgusudur. Bu, mistik geleneklerde ve yoga felsefesi içerisinde “hakikat dışarıda değil, içeridedir” öğretisiyle örtüşmektedir (Patanjali, 2009).

Ayrıca bu söylemde görünen bazı simgesel kavramları tartışmaya açmak, bir şeye inanma ihtiyacının iç dinamiklerini anlamak için oldukça önemlidir. Görüşmecinin “sen onu hala turuncuda arıyorsun” ifadesinde söylemek istediği spiritüel liderlerin giyim tarzlarına yönelik bir göndermeyi içerirken; “cübbeli” ifadesi özellikle İslam dini içerisinde “hoca” olarak kabul görmüş din alimlerinin kullanmış oldukları bir aksesuara göndermedir. Dolayısıyla birey, içindeki boşluğu ve maneviyat arayışı dış dünyadaki simgesel figürlerle doldurmaya çalışırken, öz benliğiyle yüzleşmekten kaçınmaktadır. Bu aynı zamanda Lacan’ ın “Büyük Öteki” kavramıyla da açıklanabilmektedir. Bu kavramı ideoloji ve kültürel bağlamında açıklayan Zizek, alternatif maneviyat pratiklerinin “öteki” üretme ihtimalini tartışmak için oldukça işlevsel bir zemin hazırlamıştır. Lacan’ a göre insan benliği toplumsal normlar, simgeler aracılığıyla kurulmaktadır (Zizek, 2004). Dolayısıyla sistemin bütünü, bu dilin yapısı, ahlaki ya da dini normlar ve hatta “gerçekliğin” tanımı dahi *büyük öteki* olarak adlandırılmaktadır. Böylece turuncu giymiş bir spiritüel figür veya cübbe giymiş bir dini figürün kişisel hakikatin anahtarı olarak büyük ötekinin cisimleşmiş formları olarak görmek mümkündür (Yardımcı, 2020).

kurucusu olarak Türkiye’de yoganın kurumsal bir zemine kavuşmasına öncülük etmiştir. Ayrıca “Hanuman’ı Bulmak”, “Yoga Sutralar I-II”, “Hayat Sana Ne Anlatıyor” gibi kitapların yazarıdır.

2. Kolektif Deneyim Ve Sosyal İlişkiler

Mevcut tema yoganın başka bir yönüne dikkat çekmeyi amaçlamaktadır. Bir önceki tema genelinde daha çok maneviyat, din gibi kavramlarla ilişkilendirilerek incelediğimiz yoga kavramı bu kez kolektif deneyim aracılığıyla tartışmaya açılmıştır. Bu tema bağlamında 3 farklı kategori tartışılmıştır.

Bunlar;

2.1 Tüketim, medya ve yoga

2.2 Kolektif deneyim ve yoga

2.3 Motivasyonlar

başlıkları ile değerlendirilmiştir.

2.1 Tüketim, medya ve yoga

Yoga, bedensel ve zihinsel bir pratik olmasının yanı sıra bir yaşam tarzı ve başka kendilik inşalarını içeren bir kimlik edinimine dönüşmüştür. Özellikle küresel tüketim kültürünün yoganın açıklanması ve geliştirilmesinde önemli bir pay sahibi olduğu görülmektedir. Bu anlamda medya ve özelde sosyal medya, yoganın sunumunda bambaşka içerikler ve tartışmalar sunmaktadır. Dolayısıyla yogayı bir tüketim nesnesi olarak ele alan bu kategorinin sınıfsal, ekonomik, toplumsal cinsiyet temelli ve neoliberal özne inşasıyla ilişkilenen yapısal süreçleri içerdiği söylenebilmektedir. Bu kategori 5 önemli kodu barındırmaktadır. Bunlar; “moda”, “görünme/imaj/beğenilme isteği”, “ilham kaynağı olmak/cesaretlendirmek”, “kusursuzluk”, “pazarlama” kodlarıdır.

İlk kod üzerinden tartışmaya başlayacak olursak moda, belirli bir zaman ve mekanda geçici olarak yaygınlık kazanmış, toplumsal olarak kabul gören giyim, davranış, tüketim ve yaşam tarzı pratikleri olarak ifade edilebilmektedir. Bireysel beğeni ve tercihi olmasının yanında toplumsal aidiyet, farklılaşma ve sembolik anlam üretimiyle de yakından ilişkilidir. Bourdieu için moda, sınıfsal ayrışma ve kültürel sermayenin bir yansıması olarak da işlev görmektedir (Bourdieu, 2017). Yoga pratiklerinin yaşam tarzı haline gelmiş olması ve bu gereksinimin karşıladığı verilere bakıldığında kendini iyi hissetme motivasyonu üzerinden artan bir ilgi kaynağı olarak da görülebilmektedir. Özellikle Türkiye bağlamında kentli, orta- üst sınıf kadınların hem sağlıklı yaşam hem de estetik ve kültürel sermaye üretimini içeren bir faaliyet olarak da görülmektedir. Sağlıklı

yaşam imgesi aynı zamanda fit ve estetik bedenlerin medya üzerindeki görünümelerini de ortaya sunması açısından oldukça işlevseldir. Bununla birlikte katılımcılar için spiritüel ve felsefi boyutunu dışarıda bırakan bir araçsallaşmadan bahsedilmediği görülmektedir.

“Evet ama yani bugün moda. Moda olduğunu düşünüyorum yoganın şu anda. Modası geçer mi? yani hani geçe de bilir geçmeye de bilir kendi içinde işte o bir takım ikilikler yaratabilir”
(Görüşmeci 1, kadın, 34)

Başka görüşmeciler için yoganın pandemi dönemindeki yükselişi bir tesadüf değildir. Bu dönemde sosyal medya kullanımının yaygınlaşması ve özellikle stüdyo temelli pratiklerin medya üzerinden gösteriminin bu dönemin toplumsal ihtiyaçlarına cevap veren bir mekanizma olarak işlev gördüğü düşünülmektedir.

“Modaya dönüştürdü kesinlikle. Pandemi herkes evde yapmaya başladı. Çok fazla yogayı deneyenleri görüyordum ben de sosyal medyada. Pandemi sonrası kesinlikle etkiledi. Bu kez herkes stüdyolara gitmeye başladı. Şu an tüm paylaşımlar stüdyolardan.. Ama azalır mı? Ondan emin değilim açıkçası. Belki de o düşünceye her zaman ihtiyacımız olduğu için ve bu ilerleyen süreçte bizim stresimiz sürekli arttığı için oraya yönelişler de bence hep ilgili olacaktır, artacaktır diye düşünüyorum.” (Görüşmeci 13, kadın, 32)

Bu görünüm içsel bir yolculuk olarak bireyin beden ve zihin dengesini kurmasını ve geliştirmesine yönelik pratikler içeren yoganın medya aracılığıyla bir gösteri nesnesi haline geldiği üzerinden de okunabilmektedir. Baudrillard’ın bahsettiği *simülasyon kuramı* üzerinden düşünüldüğünde yoga, imgelerinin (Stüdyo içi pozlar, yoga kıyafetleri, aydınlık mekanlar) zamanla gerçek felsefi alt yapısının yerini aldığı ve bunun gösteri evreninde nesneleştiğini görmek mümkündür (Baudrillard, 2014). Aynı zamanda bu süreç başlangıcı itibarıyla daha sınırlı bir kitleye hitap ederken sosyal medyanın da aktif rolü ile “trend” haline dönüşü belirli bir sınıfın alternatif pratiği olarak yaygınlaşmasını sağlamıştır. Simmel (2004)’e göre moda; bireyin ait olma ve farklılaşma arzularının bir arada olduğu bir süreci yansıtmaktadır. Bu teori içerisinde benzeşme, belirli bir gruba aidiyet göstermek için bir araç olarak ortaya çıkarken; ayrışma bireylerin tercih ettiği nesnenin diğer gruplardan ayrışma ve kendilerine özgün bir tarz belirlemelerine olanak sunmaktadır. Ancak Simmel’in yaklaşımı temelinde moda daha ziyade süreklilik arz etmeyen bir yapıdadır. Dolayısıyla değişen toplumsal süreçlerde moda imgeleri sürekli değişiklik gösterme eğilimindedirler. Ancak yoga pratiğini tercih eden bireyler için yoga, kendi imgeleriyle moda olma ihtimalini barındırsa da kalıcı ve düzenli bir pratiği

öğütlemesi nedeniyle medyanın var etmediği gibi medya ile yok olmayacak bir yaşam biçimi olarak değerlendirilmektedir.

“Şöyle bir moda haline geldi doğru. Ama modası geçmeyecek bence. Çünkü şöyle, mesela reformer ve pilatesin patladığı dönemi hatırlıyorum ben. İnsanlar reformer ve pilatese zayıflamak için gittiler. Yani yine aslında yola çıkış dinamiği önemli.” (Görüşmeci 8, kadın, 26)

Yoga çıkış dinamiği itibariyle bireyin içsel farkındalığa, yaşamsal aydınlanma ve özgürleşmeye yönlendiren manevi bir faaliyet olarak yalnızca moda kavramı üzerinden açıklanması oldukça eksik görünmektedir. Simmel’e göre moda, bireyin aidiyet ve farklılık arzusunu dengede tutmasına hizmet etmektedir. Yoga, modern bireyin hem ait olmak istediği hem de “özel” görünmek istediği bir alan sunmuştur. Özellikle “başka kimsenin yapamadığı pozları yapmak” ve “daha esnek görünmek” bu bağlamda statüsel farklılık yaratmaktadır (Simmel, 2004).

Bir diğer kod olan görünme/ imaj/ beğenilme arzusu yoganın bedensel olarak sergilenmeye başladığı ve bir performansa dönüştüğü noktada karşımıza çıkmaktadır. Yoga pratiği tarzları değişmekle birlikte pek çok kombine hareket becerisi gerektiren zor hareketi de barındırmaktadır. Bu pratiklerin eylemindeki seviyenin ilerlemesi, yogada bir ilerleme olarak görünmektedir. Dolayısıyla yoganın medyada daha görünür biçimde öne çıkan noktasının bu pratikleri içeren “asana” duruşlarının olduğu görünmektedir.

“Mesela kimse gidip meditasyon yaptığında bir fotoğraf atmayabilir. Daha doğrusu nadir atıyor. Ama gidip işte o ayağı alıp böyle oradan çevirdiği (Fiziksel olarak yapılması güç ve uç bir asanayı tarif ediyor) çünkü o aslında net bir ilerleme gösterisi. Çünkü meditasyonu çektiğinde kimse onun ne kadar ilerlediğini görmüyor.” (Görüşmeci 19, erkek, 37)

Bireyin ilerlemesinin farkına varması ve farkına vardığı gelişmenin gösterilmesi aynı zamanda bir grup ya da toplum içerisinde görünür olmanın ifadesidir. Debord insanların gerçeklikten çok temsillerle oluşturduğu bu toplum düzenine *gösteri toplumu* adını vermektedir (Debord, 1967). Yogada kullanılan pozlar, kıyafetler, estetik arka plan ve görünümde ki amaç, içsel yolculuğu nasıl geçirdiğinden ziyade nasıl görüldüğüne yönelik bir kaygıyı da barındırmaktadır. Bu sürecin devamında kişinin yogayı neden yaptığı sorusu anlamsızlaşıp, nasıl yaptığı gösterisi ön plana çıkmaktadır. Yoga pratiği

dışsal bir onay mekanizmasıyla gelişmeye açık bir alan haline gelmiştir. Bir görüşmeci için bu, kendini iyi hissetmek için yaptığı yoga pratiği paylaşımlarını içermektedir.

“...Birkaç kere böyle o hareketi yapabildiğimi göstermek için yapmışım. Bu beni çok iyi hissettirdi.” (Görüşmeci 13, kadın, 32)

Yoga pratiğini paylaşmanın kendisi çok iyi hissettirdiğini söyleyen bu görüşmeciyle birlikte kendini beslediği bir alan olarak medya paylaşımlarını yaptığını söyleyen ve bu alanı bir gösteri gibi değerlendiren görüşmecinin söylemleri dikkat çekicidir. Bu söylem içerisinde bunun geçici bir ihtiyacı karşıladığı ve zamanla bu kaygıya yönelik talebin de ortadan kalkacağına ilişkin bir inanış mevcuttur.

“Benim için bir gösteri gibi... Gerçekten bir programı yaptığımda yani Instagram'a belirli bir hikaye atıyorum mesela ama şu an beslenmeye ihtiyacım var. Demek ki kendimi göstermeye ihtiyacım varmış. Ki ben şu anda bunu yapıyorum. Bu bir süre sonra tatmin etmeyecek muhtemelen. Daha farklı bir boyuta geçeceğim belki de. (Spiritüel bir aşamayı kastediyor)” (Görüşmeci 21, kadın, 30)

Aynı zamanda şu an bu paylaşımlardan besleniyor olmak ilerleyen zamanlarda gerçekleşmesi umulan ancak henüz olgunlaşmamış spiritüel bir olgunluğu da ima etmektedir. Paylaşma, spiritüel olgunluğun bir önkoşulu gibi görünmese de beslenmenin hangi mekanizmalarla gerçekleştirildiği ayrımı önemlidir.

Tüketim nesnesi kavramı üzerinden düşünüldüğünde yoga, içsel yolculuğun verdiği dengeli ve huzurlu yaşamın yanı sıra taşıdığı anlamlar ve sosyal göstergeleri aracılığıyla tüketim nesnesi haline de gelmiştir. Bu çerçevede yoga yapan bireylerin “farkındalık sahibi”, “entelektüel” bir karakter taşıma arzusunu besleyip “esnek” “sağlıklı” ve “fit” bir bedeni inşa ettikleri görünmektedir. Bu özelliklerin bütünü yansıtan yogilerin ise daha ziyade öne çıkan performansları oldukça dikkat çekicidir (Baudrillard, 2014). Aynı zamanda yoga asanalarını gerçekleştirebiliyor olmak, bireyi bir gruptan ayırırken diğer gruba dahil eden bir kimlik oluşumunu da yansıtmaktadır. Başarmak ve farklı olmak sosyal bir kimlik inşa süreci olarak karşımıza çıkmaktadır. Böylece bireylerin kazandığı kimlikler milliyet, din, cinsiyet gibi makro değişkenlerden etkilendiği kadar; hobi, zevkler, tercihler ile de şekillenmektedir (Turner, 2013). Bir görüşmeci için sosyal medyaya koyulan bir yoga asanasının bireyi diğerlerinden farklılaştıran bir yanı olduğunu açıklamaktadır.

“ Bir de şöyle bir şey sağlıyor sana. Bir ortama giriyorsun. Arkadaşların yanındasın. Açmışsın bacağı. Sosyal medyaya da koymuşsun. Ya gördüm işte nasıl bacağı açtın ya. Sen hani ne kadar da güzel. Ne kadar da bacağı açıyorsun, ne kadar da esneksin. Bu ne yapıyor seni aslında? Farklılaştırıyor o grupta. Farklı oluyorsun çünkü senin yanında bacağı o kadar açabilen bir insan yok. Bu da senin egonu besliyor.” (Görüşmeci 20, kadın, 34)

Bir başka perspektiften bakıldığında, bireyin yoga pratiğini geliştirerek oluşturduğu yogi kimliği ile simgeler evrenin kendini yeniden var ettiği görülmektedir. Yoga pratiğinin sosyal medya üzerinde bir gösteriye dönüşmesi, kişinin kendi “beden imajını” sermayeye çevirmesi olarak da açıklanabilmektedir (Baudrillard, 2014).

“...şeye dönecek olursak sosyal medyanın böyle bir etkisi var. Diyor ki sana işte bacağı aç bak ne kadar fit görüneceksin işte bir şey başaracaksın ya başarmış olacaksın.” (Görüşmeci 20, kadın, 34)

Aynı görüşmeci bir başka söyleminde yoga paylaşımlarının içerisindeki çelişkiyi açıklamaktadır. Egoyu törpüleme sistemi olarak yoga pratiğinin tanımlanmasının ardından, egonun tatmini için paylaşımların yapıyor olması içsel bir çelişkiyi net biçimde ifade etmektedir.

“Bu pratikleri egomu köreltmek için yapıyorum ama paylaştıkça egom besleniyor... Paylaştıkça daha çok paylaşmak istiyorum.” (Görüşmeci 20, kadın, 34)

Yoga bu tartışmalar zemininde ikili bir işlev taşımaktadır. İçsel bir arayış ve aydınlanma olarak bireyin ruh, beden, zihin dengesini sağlarken; diğer yandan toplum ve medya üzerinde bir gösteriye dönüşerek bir imaj ve sembolik sermaye biçimleri üretmektedir.

“Yani kendi gelişimini gözlemlemek açısından okey, çok güzel. Ama kendi Instagram sayfasında bir şeymiş gibi onu paylaşmak benim çok tasvip ettiğim bir şey değil. Çünkü bu senin eğer iç dünyanda yaşadığın bir yolculuksa din gibi yani bunu oradan bakabiliriz. O zaman bu spiritüel bir arayış ve sen bence bunu kendi kendine yaşamalısın. Niye millete reklam malzemesi yapıyorsun?” (Görüşmeci 1, kadın, 34)

Bu çelişki gibi görünen ikili ilişki, yogayı diğer spor faaliyetlerinden ayıran en önemli özelliklerden bir tanesidir. Bauman’a göre modern sonrası dünyada ruhsallık dahi tüketilebilir bir ürün haline gelebilmektedir (Bauman, 2018). Bunu destekler biçimde Eva Illouz (2010)’un belirttiği üzere duygusal ve spiritüel pratiklerde kapitalist sistem içerisinde yeniden üretilmektedir. Dolayısıyla yoga, arınma biçimi olmasının yanı sıra bir

marka değeri kazanmaktadır. Bu biçim katılımcıların sosyal medya paylaşımları ile kendi tanıtımlarını yaparak müşteri bulmayı kolaylaştırmak için araçsallaştırdığı bir sürece de dönüşmüştür.

“...yani bir kitle oluşturulabilmesi, özel ders alabilmem, sanal dünyada varlığımı devam ettirebilmem için maalesef ki bunları yapmam gerekiyor” (Görüşmeci 1, kadın, 34)

Ekonomik ve ticari kaygılar ile kişisel reklam aracı olarak yogayı kullandığını belirten katılımcıların görüşlerine göre yoga, piyasa dinamiklerine göre düzenlenen bir sunuşu da zorunlu hale getirmektedir.

“Bu artık onun için de bir ihtiyaç. E tüketici de şimdi baktığı zaman mesela benim tarzım işte uç pozlar değil, ben uç pozları yaptırmadığım için iki öğrencimi başka stüdyoya gönderdim.” (Görüşmeci 19, erkek, 37)

Spiritüel bir pratik olarak yorumlanan yoganın ticarileşmiş ve ve hatta pazar değerine göre yönlendirilmiş bir gösteriye dönüşmesi tezatı modern bireyin içinde yaşadığı değer çatışması ve kimlik inşası sürecindeki belirsizlikleri de göz önüne sermektedir. Bir görüşmecinin “*Bu senin iç dünyanda yaşadığın bir yolculuksa, neden bunu reklam malzemesi yapıyorsun?*” (Görüşmeci 1, kadın, 34) söylemi bu ikiliği açıklamak için oldukça aydınlatıcıdır. Bu yönüyle yoga, tüketim kültürü içinde “kendini gerçekleştirme” görüntüsüyle satılan bir anlam paketine dönüşmektedir. Sosyal medyada sunulan yoga pratiğinin her ne sebeple olursa olsun yalnızca bir görüntüden ibaret olduğunu düşünmek yanılgı olacaktır. Çünkü bu ikilik modern bireyin parçalı benliği ve kimliğini yansıtmaktadır. Görünürlük arzusu, yoga pratiğinin sosyal medya üzerinde görünür kılma aracı halinde açığa çıkmaktadır. Bunun bir ihtiyaç olarak ifade edilmesi dijital benliği görünür kılma arzusu olarak da yorumlanabilmektedir.

“Ya yaşadığımız çağın bunu getirdiği çok yani zaten biz birçoğumuz sosyal medya kullanıyoruz. Bunun sebebi görünür olmak. Sosyalleşmek, görünür olmak. Yani bunun zaten hepimizin içerisinde... Görünür olmaya dair bir hissiyat var. Yok olan insanlar vardır elbette ama görünür olması demek daha fazla yere ulaşabilmesi demek. Ya da şunu da yargılamıyorum, biri sahne olarak görüyor olabilir, biri için çok ibadethane olabilir ki benim için mesela kolektifteki dersler daha eğlenceli, daha aktifken kendi başıma yaptığım yoga daha ibadet gibi geçiyor. Yani çok daha fazla kendimle haşır neşir olabiliyorum bazen. Sahne gibi olması da benim için yani benim gözümde yadırgadığım bir yer değil. Yani bence görünür olmalı zaten. Herkese ulaşabilmeli. Herkese motivasyon verebilmeli.” (Görüşmeci 18, kadın, 36).

Foucault'un *panoptikon* mekanizmasının tersinden işleyen bir sistem olarak düşünüldüğünde modern toplumun artık yalnızca azınlığın yani iktidarın çoğunluğu izleyerek oluşturduğu gözlem mekanizmalarının ters yüz edilmiş bir biçimidir. Kendini gönüllü olarak görünür kılan bir öznen söz etmek mümkündür. Bu Thomas Mathiesen'in kavramsallaştırdığı "synopticon" düzenine tekabül etmektedir. Azınlığın, çoğunluk tarafından izlenerek tüketim, kimlik, yaşam tarzı geliştirdiği bir sisteme işaret etmektedir (Küçük, 2015). Küçük'ün "Gözetim Toplumu ve Sosyal Medya" üzerine yaptığı çalışma içerisinde de açıklandığı üzere Synoptikon düzeninde bireyler sosyal medya aracılığıyla, gönüllü olarak kendi vitrinlerini oluşturma eğilimindedirler (Küçük, 2015, s. 119). Görünürlük arzusu ile beğenilerini ve algıyı yönlendirebilen bireyin kendi yoga pratiğini ifşa etmesi, yoganın kendi açısından anlamını medya üzerinden ilgi ile yönlendirmesini mümkün kılmaktadır. Bu anlamda *synopticon* bir baskı düzeninin değil, rıza düzeninin temsilidir.

"Kendinin farkında mısın? Niçin buradasın? Mesela bir tane öğrencim var, ben de sosyal medyacıym diye açık ve net söylüyor yani. Ve her ders bir tane poz beliriyoruz, burada böyle antin kuntin şekiller, o da onu yayınlıyor, o da besleniyor... Çünkü o da orada kendini gerçekleştiriyor. Sadece şey, kendi varlık bilincine orada böyle bir katkıda bulunuyor. O da bunun için burada." (Görüşmeci 2, erkek, 43)

Benzer biçimde bir başka görüşmeci toplumdan izole olan insanların kendini var ettiği bir alan olarak medyada ki yoga paylaşımları bireyin kendini orada var etme çabasıyla ilişkilendirilmiştir.

"Şişiriyoruz birazcık. Ben de şişiriyorum yani. İster istemez bunu yapıyorum. Sürekli bir şeyler paylaşarak vesaire. Ama dediğim gibi bu yine aslında bir kendini gösterme çabası. Bir var olma çabası orada oluyor. Çünkü bir noktada bazı noktalarda insanlar çok çok toplumda izole bir yerde. Kendini orada gösterme çabasına giriyorlar. Ve biraz da hani yogayı artık yayalım. Herkes yoga yapsın. Herkes daha iyi hissetsin var birazcık." (Görüşmeci 21, kadın, 30)

Görüşmeci verilerinin yoga paylaşımı yapıp, yapmama ve paylaşımlarını devam ettirme motivasyonunu sağlayan içerikler sunması, görüşmeler içerisine önemli sayılılar geliştirmemize imkan vermiştir. Bu kategori üzerinde sıkça gördüğümüz üzere, yoga pratiği fiziksel, zihinsel bir kendilik pratiği olmanın yanı sıra kolektif ile güçlü bir bağ bulunmaktadır. Öyle ki bireyin kendini gerçekleştirme, görünür olma, ilham verme

biçimlerinden birisi haline gelmiştir. Giddens’in *özdeşiklik anlatıları* bu alanı anlamak için önemli bir kavram setidir. Giddens’a göre geç modern birey, modernliğin çıkmazı içerisinde kendine bir alan açmaya mecburdur (Giddens, 2010). Bu mecburiyet bireyi kimliğini sürekli olarak yeniden inşa etme ve bunu anlatma zorundallığını getirmiştir. Bu anlatısının merkezine kendisini koyan birey, ne kadar kendine dönük bir süreç içinde olsa dahi başkalarına ilham verme potansiyelini taşıyan bir figüre dönüşme ihtimali her zaman meşrudur.

Bu alandaki bir diğer kavram olarak Guy Debord (1967) *gösteri toplumu* ile yeniden karşımıza çıkmaktadır. Kendi spiritüel pratiğinin ilham verme motivasyonu olarak işlevselleşmesi, gösteri kültürünün bir parçası olarak okunabilmektedir. Özellikle sosyal medya üzerindeki benlik sunuşlarının “aydınlanmış benlik” ve “ilham veren kişi” temsiline dönüşmesi yoganın bir gösteri olarak sunuşunun en çarpıcı hallerindendir. Dolayısıyla yoga gösterisi kamusal alanda görünür bir hal almaktadır. Mevcut görünürlük bireye sembolik bir güç sağlamaktadır. Yoga pratiğini paylaşmak ve bu sayede başkaları için önderlik etme prestijine sahip olmak bireyin sembolik sermayesinin görünürlük yoluyla meşrulaştırılmasının göstergesidir.

“Çünkü artık Instagram bir alan aslında. Yani senin bir PR’ın, kendini tanıtmaya alanı. Belki de ben şunu çok duyuyorum. Hocam, paylaşın, bizim motivasyonumuz yükseliyor. Biz de yapmak istiyoruz. O hareketi görüyorum, ben de deniyorum. Gibi kısımları da var.”
(Görüşmeci 3, kadın, 25)

Debord (1967) ’a göre, bireyin imgesel temsili, gerçek deneyimin yerine geçmektedir. Yoga pratiği bir noktadan sonra yalnızca yapılmaz, gösterilir; gösterilmesi de bir *ilham estetiği* yaratmaktadır.

Spiritüel arayış pratikleri içerisinde Heelas ve Woodhead’in *kendilik dini* (*Religion of self*) kavramı yoga ve ilham ilişkisini anlamak açısından verimlidir (Heelas ve Woodhead, 2005). Bireylerin geleneksel dini otoriterin yerine geliştirdikleri öznel rehberler, kendi içsel yolculuğunun rotasını çizmede özgür bir yolculuk deneyimi sunmaktadır. Bu öznel rehberlerin ilham kaynağı görerek ilerlemek ise modern spiritel arayışların maneviyat yolculuğunu kavramak açısından kıymetlidir. Spiritüel bir yolda ilerlediğini savunan bireyin bu yolculuğu hem inşa ettiği kimlikler hem de anlam üretme biçimleri ile kamusal bir hale evrilmiştir.

“Yoga eğitmeni olduğumu öğrenen insanlar... Ben nasıl yapabilirim, nereden başlayabilirim gibi sorular sorduğunda, diyorum ki benim böyle bir sayfam var, oraya bakabilirsiniz.” (Görüşmeci 1, kadın, 34)

Bir başka görüşmeci:

“... Ama çok sevdiğim arkadaşlarım vardı mesela, görüşmek istedim. Bir arkadaşım şey yazmış, çok böyle şey yapmış, ya Fatma (İsim değiştirilmiştir) bana ilham kaynağı oldun” (Görüşmeci 21, kadın, 30)

Takip edilme motivasyonu, öğrencilere önder olma ve öneriler sunma bağlamında “ilham kaynağı olma” amacının etik bir formunu yansıtmaktadır.

“Hatta böyle bazı yapabildiğim hareketlerin fotoğraflarını gösterdiğimde etkilenenler oldu. Süreci soranlar oldu” (Görüşmeci 13, kadın, 32)

Başka biçimde yoga pratiğinin ilham figürüne dönüşmesi, belli bedensel ölçütlerin ve başarının gösterilmesi olarak da okunabilmektedir. Bireysel bir dönüşümün bu amacından çıkarak normatif bir bedensel başarıya indirgenmesi riskini de ortaya çıkarmaktadır. Bir görüşmeci kendi yaptığı paylaşımlar üzerinden sesli düşünürken şunları belirtmiştir;

“Kimi zaman kendime de şu soruyu söylüyorum. Yani bazen ben de böyle paylaşımlar yapıyorum. Bir pozunu paylaşmak gibi. Niye yapıyorsun? diye soruyorum. Bunu göstermek istiyorsun çünkü. Yapabildiğini göstermek istiyorsun. Şimdi belki kendinize de iğneye batırmak lazım. Ya da evet bunu yapabilirsin. Sen de yapabilirsin. Çünkü ben yapabiliyorsam sen de yapabilirsin. O yapabilirse o da yapabilir. Evet. Bir yandan buna hizmet ederken bir yandan da şu düşünceye de girebiliyor. Ama böyle bir beden yoksa yapamazsın. Ya da bu bedene önce gelmen lazım gibi. Bunlarla beraber de getirebiliyor. Çünkü böyle sunuluyor.” (Görüşmeci 16, erkek, 45)

Yoga pratiğinin sosyal medyada belirli bedensel normlarla temsili ve yalnızca bu normları ilhama yakın kaynaklar olması, onların mevcut haliyle içselleştirilerek yeniden üretilmesini sağlamaktadır. Kusursuzluk bu noktada oldukça açıklayıcı bir kod olmuştur. İlham vermekle birlikte ortaya çıkan bir başka şey, bedensel bir idealin yeniden üreticisi olunmasıdır. Bourdieu’ nun *simgesel şiddet* kavramıyla açıklanabilecek bu durum, bireyin özgür seçimi sanrısıyla egemen kültürel normlara uygun davranışının ve bu davranışının toplum tarafından kabulünün göstergesidir (Bourdieu, 2017). Aynı zamanda bu gösterim,

dikkat çekici bir çoğunluğu cezbetmekle birlikte, azımsanmayacak bir azınlık içinde yapay bir sistemi temsil etmektedir.

“Ya aslında şey böyle biraz abartılmış bir görüntü var. Çünkü nedense herkes her hareketi tam yapabiliyor. Yani hani o hanumanı herkes açıyor, o sıfırı herkes şey yapıyor böyle. Herkes mükemmel esnek falan” (Görüşmeci 9, kadın, 33)

Benzer şekilde bir başka görüşmeci için bu görünüş o kadar gerçek dışı gelmiştir ki, yoga pratiğini hatalarıyla paylaşan hesaplara yöneldiğini belirtmektedir.

“...Yani o kadar yapay ki hepsi, bir tane de böyle kendi yolculuğunu paylaşan hesap buldum. Ve onlar gerçekten böyle şeyler hani ya ben de bugün bu kadar açıldım. Böyle şey hatalarını da gösteriyor, gelişimini de gösteriyor. Tamam dedim bunu takip edeceğim.” (Görüşmeci 10, kadın, 27)

Yoga pratiği, belirli bir yaşam tarzının göstergesi olarak görünmektedir. Sağlıklı yaşam, estetik beden ve spiritüel bilincin ürettiği simgesel sermaye kuşkusuz, bu sermayenin sahibi olmak isteyen birey için önemlidir. Dolayısıyla tercih edilen yoga kıyafetleri, estetik pozlar ve hatta içinde olunan mekan dahi farklılık ve üstünlük sağlayan bir sermaye aracına dönüşmektedir. Bu kusursuzluk görüşünü yogayı, yalnız bireysel değil sınıfsal ve kültürel bir rekabet alanı haline getirmektedir (Bourdieu, 2017).

“Görsel olarak kılık kıyafet. Yani yoga yapan insanların kılık kıyafetlerine baktığımızda dışarıdaki normal yaşantısını sürdürürken ya da egzersiz ibadet ya da egzersiz halindeyken onların bir yoga öğrencisi ya da bir yogacı olduğunu anlıyorsunuz. Çünkü burada artık imajlar da gelişmiş. Yani onları toplumdan ayıran renkler, tasarımlar vesaire bunlar da gelişmiş. Bugünkü yogilerin giydikleri kıyafetler, ellerindeki makyajlar, yüzlerindeki ifadeler, kullandıkları kelimeler... Hepsinde inanılmaz bir reklam, bir tanıtım, bir imaj çalışması var. Bir çaba var yani aslında. (Görüşmeci 2, erkek, 43)

İmaj çalışmasının bağlı olunan habitusa yönelik göstergeler barındırdığı aşikârdır. Bir yogacının kullandığı materyallerin, tercih ettiği giyim tarzının ve hatta konuşmasının dahi onun habitusuna yönelik sınıfsal temsiller barındırdığı düşünülmektedir. Bir başka perspektiften yoga paylaşımları ve bu paylaşımların içindeki kusursuz görünüm gündelik yaşamda benliğin sunumunun en net ayrımlarından bir tanesidir. Pratiklerin medya aracılığıyla sunumu, içsel bir yolculuğun kendilik deneyimini dışsal onaylarla şekillendirmesinin aracı haline gelmektedir. Goffman için *dramaturjik benlik kuramı* içerisinde bireyler, sosyal yaşantılarını bir tiyatro gibi sunma anlayışı içerisinde dirler. Dolayısıyla birey, izlenme bilinciyle hareket ettiği bir “sahne” de belirli bir “rol” icra

etmektedirler (Goffman, 2020). Yoga üzerinde topluluk içerisindeki sahnede yoga pratikleri performans olarak karşımıza çıkmaktadır. Böylece pratik bireye yalnızca fiziksel olarak değil, sosyal olarak da yoga yapabilen bir gruba ait olma ve yoga yapamayan gruplardan farklılaşma imkanı sunmaktadır. Bunun yanı sıra Goffman'ın ön sahne ve arka sahne olarak gittiği ayrım, bireyin toplumsal rollerini oynadığı ve izleyenlere belli bir izlenim vermeye çalıştığı alan ön sahne, bireyin rol yapmak zorunda olmadığı alan ise arka sahne olarak tanımlanmaktadır (Goffman, 2020, s. 117). İzlenim yönetimi ile bireyler, sosyal durumlarda nasıl görünmek istediklerini denetleyebilmektedir. Yoga pratiğinin medyadaki sunumu, bireylerin ön sahnede seçilmiş kimlikleri ile görünmelerini imkanı kılın bir alandır. Aynı zamanda “benlik kuramı” sosyal medyada estetikleşmiş ve filtrelenmiş, seçilmiş bir kişilik sunulması imkanını da taşımaktadır. Bir görüşmecinin yoga pratiklerini medyadaki paylaşımına yönelik yaptığı açıklama seçilmiş bir sunumun göstergesidir.

“Hızlı çekim yapıyorum mesela. Şey diyorum ya neyse, arada düştüğüm yerler hızlı çekimde görünmez.” (Görüşmeci 1, kadın, 34)

Yoga yapan bireylerin kusursuz paylaşımları Goffman'ın ön sahne ve arka sahne olarak ayrımını yaptığı gösteri alanlarını hatırlatmaktadır. Yoga pratiğinin idealize edilmiş bir beden ile medyadaki yansıması ön sahnede ki sunuşun bir temsilidir. Yoga yapmanın yanı sıra yoga eğitmeni olmanın bu görünüşün kusursuzlaşmasında bir etken olduğu görülmektedir. İlişkili biçimde bir görüşmeci hoca eğitmeni olduktan sonraki paylaşımlarının yönlendirilmesinde etkiyi açıklamaktadır:

“Sen hoca olduğunda onun stresini de çok görüyorsun. Yani sana şunu söyleyenler oluyor. Çünkü hoca olduğunda sana birden tüm asanalar yüklenmiyor. Sen o yolda evet ilerliyorsun, pratiğinde derinleşiyorsun ama birden hepsini yapacak derecede olmuyorsun. Ve ders verirken, ee hocam sen bu hareketi yapamıyor musun, E sen hani hocaydın gibi duyumlar alıyoruz.” (Görüşmeci 7, kadın, 24)

Burada gerçek deneyimlere yönelik her şeyin arka sahneye kaldığı görülmektedir. Sakatlık, mutsuzluk, ağrı, psikolojik yorgunluk, stres gibi kusursuz olmadığı düşünülen tüm duygu ve düşünceler sahnenin ön bölümünde yer almamaktadır. Arka sahne tüm bu gerçek duygulanımların içermekle birlikte katılımcıların bir “kamera varmış gibi hareket ettiği” ve gerçek duygularını yine bastırarak dışsallaştırdığı bir alana dönüşmektedir.

“... Bir poz var mesela. Yani canın çıkıyor ama gülüyorsun. Gülemezsin ki zaten, canın çıkmış orada. Yani canın çıkıyorken... Fotoğraf vermenin ne zararı var ki? Ama vermezler.” (Katılımcı 2, erkek, 43)

“Bence de. Orda şöyle düşünüyorum. Bir süre sonra sen o gücü aldıktan sonra yani takipçilerin olduktan sonra sen ne kadar bu felsefeyi özümsersen yani kendi deneyimin ne kadar özümsersen özümse ona kapılıyorsun. Yani beğenilme ihtiyacına kapılıyorsun ya da insanların seni çok mutlu görmesi bir süre sonra kendini kandırmaya başlıyorsun. Ben uzun, uzun bir süre mutsuzum ama hayır ben mutluyum, herkes böyle düşünüyor dedim kendime. Hani bu kadar artık illüzyon. Sadece Instagram'a atıp da insanlara gösterdiğim bir illüzyon değil, kendine de yaptığım bir illüzyon. Çünkü dışarıdaki insanlar sana dışarıda gördüğünde ya Instagram'ın çok güzel, ne kadar güzel bir hayatın var dediğinde şey oluyorsun, evet benim çok güzel bir hayatım var. Evet doğru söylüyor ama belki de yok ya da gizlediğin, kaçtığın bir sürü şey var. Onları içeri halının altına süpürdüm.” (Görüşmeci 7, kadın, 24)

Bu verinin dikkat çeken noktalarından birisi bireylerin “önder” olarak yoga paylaşımlarını yönlendirirken yalnızca başkalarına değil kendilerine de bir illüzyon sunduklarının farkında olmasıdır. Bir görüşmecinin “mutlu değilim ama mutlu olmaya kendimi ikna ediyorum” (Görüşmeci 6, erkek, 24) şeklinde açıkladığı gibi yoga pratiğinin medyadaki sunumu kendini gerçekleştirme değil, kendini bir imaj üzerinden kurma sürecine dönüşmektedir. Baudrillard (2006)'ın bahsettiği manada *simülasyon* gerçekliğin yerine alan bir araca dönüşmektedir. Dolayısıyla bu imge *kendilik projesinin* yansıması gibi görünmektedir. Yoga pratiğinin spiritüel bir alanın dışına taşarak toplumsal olarak üretilen, gösterilen ve denetlenebilen bir alana dönüştüğü noktada Foucault'un inşa mekanizması devreye girmektedir (Foucault, 2013). Özellikle pratiğini belirli bir kaygı ile paylaşmayı seçen katılımcıların, bu paylaşımların kusursuzluğuna yönelik nitelemeleri oldukça önemlidir. Normatif beden standardını sürekli olarak yeniden üreten bu pozları bir görüşmeci niteliksiz bir bilgi birikiminin mükemmel beden postürü ile perdelenmesi olarak yorumlamıştır.

“... Bazı yogiler var, böyle. İnanılmaz. Hepsi böyle makyajlı. Pozlar böyle kusursuz. Renkler kusursuz. Bir imaj, bir çalışma vardı yani. Yani bu kadar kusursuzluk, bu kadar tam olma mükemmeliyet içeren bir hal içerisine girme ihtiyacı neden hissediyorsunuz? Neden yani? Şimdi bir tane şeyden, örneğin yiyecekten, buğday başağını bilirsin. Doldukça eğilir, doldukça eğilir, doldukça eğilir. Ondan sonra insanlar onun dolu olduğunu bilir zaten. O da böyle bayağı böyle kamburlaşır yani. Çünkü artık taşıma dökülme vakti gelmiştir yani. Ama boş bir başak dimdik mağrurdur böyle. Kusursuzdur postürü falan. Ben hep öyle değerlendiriyorum. Hep bir makyaj var, hep iyi görünme. Sözel olarak da öyle, biçimsel

olarak da öyle, egzersiz boyutunda da öyle, esasında dolu değil o beden...” (Görüşmeci 2, erkek, 43)

Bu kusursuz görünümün zorunlu bir motivasyonu olarak denetleme mekanizmalarını görmek mümkündür. Bireylerin kendilerini kuşatma altına alınmış bir illüzyonun içerisinde buldukları ve bunu sürdürmenin mevcut konumunu korumakla yakından ilişkili olduğu düşünülmektedir.

“Sen öğretmen olduğunda öğrencine acını gösteremezsin. Zayıflığını gösteremezsin. Hep pozitif olmalısın çünkü sen bir yoga eğitmenisin. Eğer sen mutsuzsan öğrenci o derse gelip nasıl şifa bulacak ki? Hani öyle düşünecek yani. Ya bu kendine hayrı yok. Bana nasıl hayrı olsun diyecek.” (Görüşmeci 7, kadın, 24)

Toplumsal denetim ve arzu mekanizmasının işleyişi, bireyin paylaşımını yönlendirmesindeki önemli araç olarak karşımıza çıkmaktadır.

“Başlarda biraz daha önemli bir şeyler söylemem gerekir düşüncesi var sanki. Orada böyle insanlığa hitap ediyor. Sonra bakıyorsun ki ya insanlığa hitap etmiyorsun aslında. Ediyorsun ama etmiyorsun ama uymak gerekebiliyor. Ve orada bazen de az önce konuştuğumuz o yanlış imaja da hizmet eden, ne yazık ki hizmet eden paylaşımlar kendim de yaptığım farkına varıyorum.” (Görüşmeci 16, erkek, 45)

Tüm bu tartışmalar içerisinde medya sunumunun en önemli noktalarından bir tanesi olarak “kusursuzluk” imajı, kişinin beden sağlığını riske atacak biçimde içerik üretmesine de sebebiyet vermekte ve bu manada yoga felsefesinin “şiddetsizlik” ilkesiyle net biçimde çelişmektedir. Bireyin kusursuz bir görüntü sağlamak ve bunu sunmak üzerine geliştirdiği biçimde ortaya çıkan şiddet, kişinin kendisine göstermiş olduğu bir şiddet türüdür. Bir görüşmeci bu alanı net bir şekilde açıklamıştır.

“Ama yoganın felsefesinde şu var, Yapabildiğini kadar, vücudun neye izin veriyorsa, zihnin neye el veriyorsa burada bir şiddetsizlik var. Ama şu an Türkiye'deki bugün sosyal medyada gördüğümüz anlayış her şeyi mükemmel yapmak üzerine. Yani atıyorum, baş üstü duramıyorsan sanki sen yogacı değilsin. Yani baş üstü durabilirsin ama sağlığın elverdiği kadar. İşte boyun fıtığı vardır, boyun düzleşmen vardır. Atıyoruz köprüye iniyor çok güzel böyle tam tekerlek gibi durması belki ama fiziksel olarak o açıklığı yoktur. Ama işte Türkiye'deki uygulayıcıları bunun uygulayıcıları özellikle topta olan isimler sanki onları yapman gerekiyormuş gibi bir şey yapıyorlar. Onu empoze ediyorlar. Bu sefer yoga yapan herkes mükemmel iş çıkartmaya çalışıyor ve sakatlanıyor. Yogacıların çoğu sakatlanıyor. Onun nedeni de bedeni çok zorlamaktan kaynaklanıyor.” (Görüşmeci 17, kadın, 48)

Bir diğerkod “pazarlama”dır. Yoganın pazarlanması, onun felsefi bağlamında koparılarak bir “ürüne” dönüştüğünün göstergesidir. Bu yogiler içerisinde de tartışmalı bir kavramdır, felsefi olarak aydınlanmaya yönelik bir yolculuğu imgeleyen ve bireyin özüne dönerek farkındalıkla yürütmeye çalıştığı bu aydınlanma yolunun pazar nesnesi haline gelmesinin mevcut ekonomik toplumsal bağlamın bir zorunluluğu olduğu fikri ön plana çıkmaktadır. Bunun yanı sıra bazı görüşmeciler için yoganın böylesi spiritüel bir boyutunun değersizleştirilerek sunulması yoga felsefesiyle tamamen çelişen bir görüntüdür. Bir görüşmeci bunu, ticarileşme bağlamında değerlendirerek çoğulculaşması ve çeşitlenmesinin pazarlama stratejisi haline geldiğinden bahsetmektedir.

“Bir de çok ticarileşmeye başladı ya şimdi yoga ile ilgili... Her şeyin yogası çıkmaya başladı. Bir şey yoga, şu yoga, önüne bir şey koyuyorlar. Çocuk yogası, hamile yogası... Aşırı ticarileşmeye başladı bu durum. Hani yogayı o ilk felsefeden, ilk çıktığı halinden çıkartıp hani modern... Bambaşka bir noktaya. Bambaşka bir noktaya getiriyorsunuz vesaire gibi (Görüşmeci 13. Kadın, 32)

Yoganın herkese uygun paketler halindeki bu sunumu Ritzer (2013)’in *McDonaltilaştırma* kavramıyla ilişkili görünmektedir. McDonaltilaşma tüketim kültürünün hızlı tüketilen nesnelerinin aynılık ve hızda çeşitlenmesini kapsamaktadır. Yoga bu manada psikolojik iyi oluş mekanizmalarına dayanarak iyileştirme ve mutlu bir yaşamı vaad etmesine yönelik pazarlama stratejileriyle de açığa çıkmaktadır. Her şeyin yogasının çıkmaya başlaması, eleştirel bir manada yoga pratiğinin derinlikle yapısından koparılarak, hızlı tüketilen, kategorilere ayrılmış bir hizmete dönüşmesinin yansımasıdır. Bu bağlamda yoga, hem kültürel bir pratik hem de pazar nesnesi haline gelmektedir. Bireylerin ruhsal ihtiyaçlarını gidermeye yönelik bir arayıştan, piyasanın ruhsal ihtiyacına karşılık vermeye yönelik bir entegre olmuşluk Ritzer’in deyimiyle tüketicinin hem üretici hem de ürün olduğu bir sisteme işaret etmektedir (Ritzer, 2013).

“Ve yoga dendiğinde biz şu an bunu sosyal medyada... Zihnini sakinleştirmek mi istiyorsun? Kafan çok mu karışık? Anksiyeteyle mi baş edemiyorsun? O zaman yogayı bir denemelisin şeklinde pazarlıyoruz açıkçası. Tabi ki bu bir pazarlama yöntemi aynı zamanda bir gerçek. Herkesin üzerinde etkisi olmayan ama çoğu insanın üzerine etkisi olan bir gerçek. O yüzden bundan da çok talep görüyorum. İyi değilim, iyi hissetmiyorum şu anda. Gelecek kaygısı yaşıyorum. Yogayı deneyimlemek istiyorum. Şuna gelmiş artık. Hiçbir şey bana iyi gelmiyor. Yoganın da gelip gelmeyeceğini bilmiyorum ama denemekten ne zarar gelir ki? Bir de buna bakayım. Hani o kadar çaresiz hissediyor kendini.” (Görüşmeci 7, kadın, 24)

Bu modern toplumda bireyin çaresizlik ve sıkışmışlık içerisinde kendi için aradığı çözümün bir kapısı olarak araçsallaşmıştır (Giddens, 2010). Hiçbir şeyin iyi gelmediği bir noktada yogayı kurtuluş vaadiyle deneyimlemek bunun aynı misyonla pazarlanmasını da gerektirmiştir. Modern toplumda kimliğini ve benliğini inşa etmede bir çıkış noktası arayan bireyin yogayla buluşması kendine iyi gelen bir alan bulması açısından işlevselleşmiştir.

Bunun yanı sıra yoga, spiritüel bir kimlik arayışıyla kol kola ilerleyen biçimde kendisine kariyer anlamında bir yol çizmek isteyen bireyleri de içine çekmektedir. Harvey (2019)'in neoliberal özne olarak tanımladığı bir birey, kendisini sürekli olarak yeniden konumlandırıran, görünür olan ve “satılabilir” bir benlik üretme stratejisi olarak görünmektedir. Ücretsiz yoga dersleri veren bir görüşmeci için bu kendi tanınırlığını artırmak için bir pazarlama stratejisidir.

“Bir yerde kendim için yapıyorum bunu. Tanınmak istiyorum, bilinmek istiyorum. Daha sonrasında hayatımın bundan kazanmayı istediğim için aslında. Çünkü bunu yaparken mutlu oluyorum. Bunu yaparken mutlu oluyorum ama maddi gelirim de buradan kaynaklı sağlamam gerekiyor benim.” (Görüşmeci 14, erkek, 33)

Yoganın ticarileşmesinin diğer ayağında özellikle eğitmenlik yolunda olan yogacıların bir “marka” haline gelme çabası göze çarpmaktadır. Harvey'in neoliberalizm bağlamında tanımladığı esnek, pazarlanabilir özne tipi bu görüntü ile benzeşmektedir (Harvey, 2019). Ayrıca eğitmenlerin spiritüel bir yolculuğa rehber olma misyonunun dışında gelişen yogayı satılabilir bir forma dönüştürerek sunma girişimleri neoliberalizm düzeninin ideolojisini açıkça yansıtmaktadır. Bir görüşme için medyada yoganın pazarlanması araçsallaşmış bir zorunluluktur.

“Ama bir kere günümüze ayak uydurmak diye bir şey var. Para kazanmak diye bir şey var. Bu bir gerçek yani. Ve pazarlama diye bir şey var. Benim kendimi pazarlayabilmem için o mecraı kullanmam gerekiyor.” (Görüşmeci 22, kadın, 37)

Görünür olmak kodu altına sıklıkla bahsettiğimiz biçimiyle yoganın pazarlanması Debord'un gösteri toplumu kavramını desteklemektedir. Bireylerin yalnızca yoga yapmayıp, yoga yaparken görünen, bunu kanıtlayan ve bunun onayıyla hareket eden bir özneye dönüşmeleri, gerçek pratik ile ilizyonun arasındaki ayrımın muğlaklaştığı bir alandır. Bir yoga eğitmeni bu alanda kendisine gelen taleplerden bir tanesini açıklamıştır.

“Çünkü Instagram'a bakarsan şu anda herkes yogayı bir poz ve estetik olarak gösteriyor. İşte bir poz yapabiliyorsan yogacısın. Mesaj atıyorlar mesela. Ben başüstü durmak istiyorum. Başüstüne durayım sonra beni yolla. Ben sadece onu Instagram'a koymak istiyorum diyen insanlar bile var.” (Görüşmeci 7, kadın, 24)

Bu durum yoganın içselleştirilmemiş bir şovla sunulmasının en açık göstergelerinden biridir. Aynı görüşmeci bir yoga eğitmeni olarak bazı paylaşımlarının yalnızca medyadaki pazarlama stratejilerine uygun olarak geliştirdiğini söylemektedir. Bu durumun kendisini rahatsız etse dahi takipçilerini kaybetmemek adına sürdürmek zorunda olduğu görüşü, yoganın tüketim toplumu içerisinde ki yerini açıkça ortaya koymaktadır.

“...Ve gene beni rahatsız eden ve çok açık konuşacağım. Sabah kalktığımda saat beşte güneşi selamlamak zorunda hissediyorum. Çoğu zaman da bunu Instagram'a atmak için hissediyorum ve sonra bundan rahatsız oluyorum. Çünkü insanlar o şekilde özeniyor. Bana sürekli şu mesajlar geliyor. Ya ne kadar güzel güne başlıyorsun. Biz de yoga yaparsak bu şekilde güne başlayacak mıyız? Hani senin hayatını görüyor ki sakın biri, işte ne kadar mutlu biri, işte sabahın köründe kalkabilen biri, demek ki yoga yapan biri. Çoğu zaman sabahlıypta, sabah beşte story atmışlığında var. Sonra uykuya devam. Ama bundan kimsenin haberi yok.” (Görüşmeci 7, kadın, 24)

Yoganın pazarlanmasında dikkat çeken bir diğer nokta, beden estetiği üzerinden kurgulanabilmesidir. Daha fit bir beden ve marka kıyafetlerle pratiğin pazarlanması yoganın bedenselleşmesinin en açık göstergesidir. Foucault'un “bedensel disiplin” kavramıyla açıklanabilecek bu sergileme, bireyin bedenini denetim altına alarak başkalarına sunması olarak yorumlanabilmektedir(Foucault, 2013). Böylece denetim ve özdenetim mekanizmaları arasındaki çizginin muğlaklaştığı görülmektedir. Birey yoga yaparken ve yogayı pazarlarken öz denetimsel biçimde bedensel esnekliğinin en üst sınırına ulaşma, kendinin en iyi halini sunma algısını kabullenmiş görünmektedir. Dolayısıyla yoga, belirli fiziksel uygunluğun ve görsel standartların bedenselleşmiş biçimi olarak yansıtılmaktadır.

“Yani çok fazla meta olarak sürülüyor ya ortaya. Bir de sanki güzel vücutlu kadınlar yapacak sadece bunu gibi. İşte efendim Alo yoga¹³ şeyleri var ya kıyafetleri. Onları giyenler yapacak.” (Görüşmeci 17, kadın, 48)

¹³ Görece yüksek fiyatlı yoga giyim ürünleri satan bir marka.

“...Mesela nasıl ilerletebilirim? 2-3 asanayı nasıl bağlayıp daha güzel bir görüntü sunabilirim?” (Görüşmeci 11, kadın, 29)

“... Bu hisle yapıyorsun ve sosyal medyanın böyle bir etkisi var hayatımıza. Pazarlama anlamında. Yogada ne oluyor? İnsanlar görüyor tamam mı? Aynı şekilde. İşte bacağı açıyor, aşırı esnek, ayağını alıyor, kafasına koyuyor. Oha diyor ya, adam esnek, süper bir hayat var, fiziği çok iyi. Ben de o olmak istiyorum. O refleksi, o motivasyonla yapıyorsun bunu.” (Görüşmeci 20, kadın, 34)

Tüm bunların yanında bireyler için yoganın pazarlanması halen içselleştirilmiş bir normallikle ifade edilmemektedir. Yoganın bir yaşam pratiği olarak bireyin dünyasındaki anlamı, böylesi ticarileşmiş ve medya tarafından kuşatılmış olmasına rağmen içsel anlamını yitirmemektedir. Böylesi içsel bir yolculuğun bir kadar da çelişkili biçimde pazarlanması Habermas’ın yaşam dünyasının sistem tarafından sömürgeleştirilmesi savı üzerinden düşünmeye açıktır. Bir görüşmeci için bu durum rahatsız edici çelişkileri barındırmaktadır.

“... Ama örneğin, şeylerin Esra Taner, Çetin Çetintaş falan felsefesini anlattığınızda çok güzel anlatıyor. Ve sesi de güzel, çok güzel anlatıyor. Gerçekten çok güzel veriyor o duyguyu sana... Ama o söylediğiyle yaptıkları uymuyor. Bu sefer rahatsız olmaya başlıyorsun. Çelişki de oluşuyor. Bu çelişki beni rahatsız ediyor.” (Görüşmeci 17, kadın, 48)

Yoganın metalaşması, bireyin kendi anlam dünyasını kurmasında bir zorluk yarattığı görünmektedir. Pazarlama dili ile gerçek benliğin dili arasındaki uyumsuzluk, standardize edilmiş anlamları içermekle birlikte, bireyin içsel bir boşluk ve tatminsizlikle karşı karşıya kalmasına neden olmaktadır.

“Bu korku beni rahatsız eden bir şey. Sanırım ticari bir yerden söyleyeceğim bunu. Instagram’da öğrencilerimi oturtup da doyum noktama bir yerde ulaştığımda bundan kaçmak istiyorum. Uzun bir süre derslerimi paylaşmak istemiyorum. Ya da o anki derste öğrenciye şunu söylemek hoşuma gitmiyor artık. Ya bir çekebilir miyim? Instagram’a koyacağım. Hani yogaydık. Hani sadece kendimiz için vardık. Hani sadece mat için vardık. Kendi iyiliğimiz için vardık. Hayır. Sen biraz da şovsun. Biraz da gösterişsin. Bu birazcık sadece sende değil, daha da kötüsüne gidiyorum şimdi. Kıyas. O hocanın bir sürü öğrencisi var. Bakıyorsun, görüyorsun. İşte belki ondan para almadı. Sadece Instagrama atmak için dersler düzenleniyor. Bakıyorsun işte... Böyle dersler var mı gerçekten? Böyle dersler var. PR yapıyorsun. Yani şu an benim yaptığım etkinlikler bile PR adı altında. Geri dönüşünün olması artık onu resmi kılıyor ve sen orada evet yani bunu yapmam gerekiyormuş diyorsun.” (Görüşmeci 7, kadın, 24)

2.2 Kolektif ve yoga

Geleneksel toplum yapısından modern toplum yapısına geçişle birlikte bireyler pek çok sınırlayıcı bağdan azad olmuşlardır. Bireyin özürlüğü ve eylemsel sınırları üzerinde tahrip edici bir sınırlılıkla geliştirilen akrabalık, aile, komşuluk, hemşerilik gibi bağların zedelenmesi modern toplum bireyinin özgür bir sosyalleşme ağı kurmasına müsaade etmektedir. Bunun yanında değişen yaşam koşulları ve bağların bireyleri tükenmişliğe götüren bir yalnızlıkla da baş başa bırakmıştır (Giddens, 2010). Dolayısıyla modern dönem de birey, kendi kamusallığını yeniden oluşturmaya yönelik bireysel bir mücadele içerisine girmektedir. Yeni kamusalılık arayışı, özellikle spiritüel arayışlar bağlamında seküler orta sınıflar için yeni bir cazibe merkezi haline gelmiştir (Aydın, 2019). Yoga, bireylerin yalnızca zihinsel değil, bedensel, duygusal anlamda gelişimlerinin olduğu bir yaşam pratiğine dönüşmüştür. Bu alanda yeni arkadaşlıkların kurulması, yeni duygudaşlıkların geliştirilmesi politik temelli bir yapılanmadan ziyade bireylerin özgür seçimleri ile oluşturdukları yeni toplumsallaşma ağlarının tezahürü olmuştur. Dolayısıyla bireyler yitirdikleri ilişkilere ve kamusalılıklara karşı ciddi bir güvensizlik ve kaybolmuşluk duygusuyla karşı karşıyadır. İlişkilerle birlikte pratiklerinde çeşitlenmesi, yerel aidiyet bağları üzerinde ciddi bir tahribata yol açmıştır. Kanbir (2024) tüm bu çatışmaları Giddens (2010)'ın *ontolojik güvenlik* perspektifi üzerinden tartışmaya açan çalışmasında yoga gibi yeni spiritüel arayışların, bireylere yeni ontolojik güvenlik bariyerleri inşa ederek kendi güvenli alanlarını oluşturma eğilimi içerisinde olduklarına yönelik çıkarımlar yapmıştır (Kanbir, 2024). Kolektif deneyim ve sosyal ilişki kategorisi içerisinde 5 temel kod karşımıza çıkmaktadır. Bunlar; “sosyalleşme ağı ve alan”, “kümülatif enerji/grup dinamiği”, “rekabet” ve tüm bunlardan başka bir perspektif getiren” cemaat/tarikat” kodlarıdır.

Modern dünyanın buhranı, birey üzerinde oldukça yıpratıcı bir etkiye sahiptir. Bunun ardında devam eden geç modernite veya postmodernite olarak adlandırılan süreç ise katı tüm oluşumların buharlaştığı bir toplumsal sürece doğru yönlendirmiştir. Toplumsal kurumlarla birlikte, geleneklerin, kuralların, ilişkilerin ve kimliklerin dolaşımının hızlanması bireyin referans noktası olarak görebileceği tüm sabitlikleri ortadan kaldırmaya niyetlenmiştir. Bu geçicilik toplumunu “refleksivite” kavramı üzerinden değerlendiren Giddens için birey artık kendi yaşamını değerlendiren, düzenleyen ve yönlendiren bir aktöre dönüşmektedir (Giddens, 2010). Elbet bu yaratım

gücünün birey üzerinde olumlu temsilleri görünür olsa da; toplumsal iletişim bağları üzerinde ciddi bir tahribata yol açmıştır. Yoga yapan görüşmelerin kendi “ben” alanlarını oluşturması ve bu sınırları kendi tahlilleriyle daraltma girişimi, benin dışında olan herkesi dışlayan bir bireyselleşme ağına da evrilmiştir. Bunun yanı sıra herşeyi ve herkesi olduğu gibi kabul etme niyeti, yeni iletişim kanalları da sunmaktadır.

“Yani gayet mutluyum arkadaşlarımla. Çünkü onlardan alabildiğim bir şey var. Mat dışında, yoga dışında da paylaşabildiğim alanlar olduğu zaman zaten o kendisi ilerliyor. O kadar çok alan açıyor ki. Hem kendi içinde hem sosyal anlamda.” (Görüşmeci 11, kadın, 29)

Alan açma girişimi bireyin toplumsal konumuna göre geliştirdiği yaşam standartlarının içerisinde yeni bir öznellik girişimi olarak da değerlendirilmektedir. Bireyin kendi yaşamının kontrolünün sosyal çevresini seçme ve değerlendirme hakkını sunması nedeniyle oldukça özgür bir alandır.

“Yani benim hep genelde sosyal çevrem tabiki de arkadaşlarım, iş arkadaşlarım oluyordu. Ya da işte üniversiteye gittiğim için üniversite arkadaşlarımdan oluyordu. Ama şu an hiç öyle değil. Şu an artık öncelikle kendi arkadaşlarımı kendim seçiyorum. Yani hiçbir sosyallığe ilişki duymadan. Sürekli sosyal olayım birileriyle görüşeyim gibi bir yerden değil de... Kendimi çok rahat ifade edebileceğim, çok rahat konuşabileceğim ya da vakit geçirirken sıkışmadığım, bir şeyleri yapmak zorunda hissetmediğim insanlarla iletişimde oluyorum ve bu benim sosyal çevremi çok ciddi anlamda etkiliyordu. Daha çok yoga yapan insanlarla bir aradayım zaten genel olarak.” (Görüşmeci 10, kadın, 27)

Yoga bu manada bireylere yeni bir sosyallik alanı sunmaktadır. Bireylerin kendilerini sıkışmış hissettiği sosyal alanlardan daha özgür ve mutlu oldukları bir sosyal çevreye doğru evrilmesi yoga pratiğini sosyal anlamını değerlendirmek için önemlidir. Yeni sosyal alan olarak yoga, daha önce kurulan sosyal ilişkilere yönelik bir sorgulamayı da beraberinde getirmiş ve yoga ile kurulan ilişkilerin daha “gerçek”, ve yogadan önceki sosyal ilişkilerin daha “yapay ve yüzeysel” olduğu üzerinden bir tartışma yürütülmüştür.

“...Sonra bu eğitime (Yoga eğitiminden bahsederek) başladıktan sonra yine aynı şekilde Ego'yla, Ego'nun benim hayatımın etkisiyle bu insanların hiçbirinin benim reel sosyal çevrem, hiçbirinin demeyeyim çok ağır bir laf, çok büyük bir kısmının aslında benim normalde hiç yanımda bulunmak istemediğim, barınmak istemediğim, bakış açısı olarak çok farklı olduğumuz, insanlar olduğumuz ve çok sabun köpüğü bir ilişki kurulmuş olduğumuzu fark ettim. Ve dedim ki, bir dakika ya. Ben bu insanlarla bir arada olmak istemiyorum. Bu insanların bakış açılarıyla hayata bakmak istemiyorum. Çünkü ne olursa olsun şöyle de bir

gerçek var. Yani sen ne yazık ki kiminle vakit geçiriyorsan osun. ” (Görüşmeci 20, kadın, 34)

Bu katılımcı ifadesi üzerinden düşünüldüğünde yoga sosyalliğinin başlangıç noktasındaki önceki deneyimlerin sabun köpüğü ilişkiler olarak aktarılması, yabancılaşma ve mesafe koyma sürecini yansıtmaktadır. Michele Lamont (2000)’un sembolik sınırlar olarak adlandırdığı bu çizgide birey, önceki ilişkilerini performatif ilişkiler olarak işaret etmektedir. Bu farkındalık anı, bireyin otantik benliğine ulaşması için bir çabayı yansıtmaktadır. Bu durum yoga gibi spiritüel pratiklerin bireylerin kimlik inşasında ve mevcut sosyal bağları yeniden değerlendirmesinde ki işlevini ortaya koymaktadır (Lamont, 2000).

Özellikle katılımcılar yoga stüdyolarını özel alanlar olarak deneyimlemiş ve bu alanda kurulan ilişkilerini gündelik hayattaki ilişkilerinde farklı olarak yorumlamışlardır. Daha yargısız, sakın ve kabul edici bir alan olarak yoga stüdyoları katılımcılar için “büyülü” bir deneyim sunmaktadır. Bu deneyim yoganın birleştiriciliğinin bir parçası olarak tezahür etmekle birlikte, burada bulunan insan profilinin de yeni sosyallikler kurmak için elverişli bir yapıda olduğu belirtilmiştir.

“Yoga gerçekten inanılmaz birleştiriyor. Onun sebebini de şu olduğunu düşünüyorum. Şimdi bizim Shavasana¹⁴ dediğimiz bir yer var. Bu ben eğitmen olmadan önce de benim en yakın arkadaşlarım Yogadan olmuştu. Çünkü Shavasana' ya yattığımızda bilinçaltımıza giriyoruz, kaybettiğimiz şeylerden işte mesela hocamız bizim iç dünyamıza dokunuyor, tüm ruhlarımız birbirini selamlıyor, ruhlarımız aslında hiçbir grup boş yere toplanmaz deyip bizi o grubu birleştiren ve bize gerçekten arkadaş olmamızı sağlayan bir yer yaratıyor. Ve sen yoga bittiğinde sıcak birisi oluyorsun ve herkese sarılmak istiyorsun. Yoganın böyle anlık bir etkisi var. Gördüğüm kadarıyla. Ve yoga bittiğinde herkesle kucaklaşıyorsun, ağlıyorsun. Ağladığın bir yeri paylaştığın insanla, acını paylaştığın insanla yaklaşıyorsun. Ve dışarıda kahve içmeye başlıyorsun. Birbirini anladığın ve destek olduğun bir yerdesin.” (Görüşmeci 7, kadın, 24)

Bir başka görüşmecinin devam eden söyleminde bu büyümlü alanın aynı zamanda bir sahne olarak işlev görüyor olması dikkat çekicidir. Ancak bu sahnedeki eylemlerin ve duyguların rolün bir parçası olduğu görüşü de net biçimde vurgulanmıştır. Bireyler

¹⁴ Shavasana, modern yoga uygulamaların asana(Duruş) olarak kullanılan egzersizlerden biridir. Genellikle yoga pratiği sonlarında rahatlamak için kullanılmaktadır. Ceset pozu ya da Mritasana da denmektedir. Vücudun sırt üstü pozisyonda rahat bir şekilde yatarak durduğu pozisyonudur. Gevşeme ve rahatlama da kullanılması nedeniyle etkili bir asanadır.

gündelik kaygılarını ve duygularını kapı dışına bırakarak dahil oldukları bu alanda performanslarını sergilerken arka sahneye bıraktıkları duyguları açığa çıkarmadan eyledikleri aktarılmıştır (Goffman, 2020).

“İşin içine girince gördüm. Şunu düşünüyordum. Şeyden, stüdyodan içeri girdiğim anda büyümlü bir yere giriyorum. Çünkü yoga dediğimde yargılardan uzak. Herkes inanılmaz kibar. Çünkü herkes dışarıdaki stresini, sinirini, kaba halini, belki kötü insan halini stüdyoya girerken dışarıda bırakıyor ve öyle bir yerden giriyor içeriye. Dedim ki, böyle bir şey olamaz. Sonra farkettim ki o büyümlü insanlarda sinirleniyor, küfrediyor, hiç kimse kusursuz değil. Herkes oynuyor.” (Görüşmeci 4, kadın, 33)

Ancak günün sonunda görüşmecinin aktardığı biçimiyle “o büyümlü insanlar da sinirlenebiliyor” ifadesi, bu geçici rolün bir noktada son bulduğuna işaret etmektedir. Yoga pratiğini devam ettirme noktasındaki birleşme, belirli benzeşmeleri içermektedir. Bourdieu (2015)’nin habitus ve alan kavramı üzerinden düşünüldüğünde bir alan, belirli kurallar, pratikler ve sermaye biçimlerinin birlikteliği ile oluşmaktadır. Buradaki kültürel normlar belirli sınıfsal paydalarda buluşma fikrini de barındırmaktadır. Bu alanda gerçekleşen eylem ve düşünce kalıplarının içselleştirilmiş biçimi ise habitusu anlatmaktadır. Bu habitus içerisinde ortaya çıkan yargılanmama, naziklik gibi normlar katılımcıların kendilerini rahat ifade etme imkanı bulduğu bir sosyal alan işlevi görmektedir.

“Dönüşüyorsun. Yani o habitusun içine giriyorsun bir şekilde. Ve onlar gibi olmaya, oyunu onlar gibi oynamaya başlıyorsun. Çünkü tırnak içinde o içinde bulunduğun çevrede ya birileri bir şey yapıyorsa bunun bir sebebi vardır diyorsun.” (Görüşmeci 1, kadın, 34)

“Oyunu onlar gibi oynamak” ifadesi, alanın kendi içinde barındırdığı norm ve değerlerin en açık ifadesidir. Öyle ki yoga alanı yalnızca birleştirici etkisiyle değil dönüştürücü etkisi ile de bireylerin hayatında önemli bir yer tutucudur. Dönüşmek, aynı zamanda grup aidiyetinin kazanılmasını da yansıtmaktadır. Görüşmecinin olduğu alanda yapılan şeyleri sorgulamaksızın bir sebebi olduğu varsayımı üzerinden kabulü, bireyin grup motivasyonuna aidiyet hissettiği alanlardan birisini temsil etmektedir. Bu kabul bireyin içine girdiği alanı içselleştirerek habitusu olarak kabul etme deneyimini de göstermektedir. Dolayısıyla birey, bu alanda kabul görmek için, oyunu alanın kurallarına göre oynama fikrini kabul etmektedir. Alanın kurallarının içselleştirilmesi her seferinde başka bireyler tarafından yeniden üretilmesine olanak tanımaktadır. Bu bireyin içine girdiği alanın sembolik sermayesini kazanmak için tercih ettiği bir yol olabileceği gibi,

daha kolay kabul görmek niyetiyle üzerine düşünülmemiş bir kabulü de anımsatmaktadır. Bir başka biçimde Bourdieu (2015)'nin “sembolik sermaye” olarak tanımladığı biçimiyle düşünüldüğünde beden pratiği esnasında açığa çıkan duyguların aktarılması, mekânsal ortaklıkta buluşan bireylerin “aynı yolda yürüme” mottosu ile ilişkiler geliştirdiğini göstermektedir.

“Sen ne yapıyorsan arkadaşların da onu yapıyor. O insanlarla arkadaş oluyorsun zaten. Çünkü ortak paydan var. Bir şeyler paylaşabiliyorsun o insanla aynı yoldasın.” (Görüşmeci 14, erkek, 33).

Bunun yanı sıra yoga yapma pratiğinde buluşulan alan, dış dünyadan uzak bir yeni kamusal alanı olarak da düşünülebilmektedir. Burada geliştirilen kimliklerin ise “yoga yapan insanlarla kurulan güçlü bir bağ” üzerinden etiketlenmesi mümkündür. Dış dünyanın acımasız ve eleştirel yönünün dışarıda bırakılarak kabul görmüş hissiyle geliştirdikleri bir aidiyet alanı olmaktadır. Burada kurulan arkadaşlıkların seçiminde bireylerin kendi seçimlerini yapabilme ve kendi normlarını oluşturan mikro bir topluluklaşmanın simgesidir.

“Ben yalnızlığı seven öncesinde, yani yogadan önce benim görüştüğüm neredeyse hiç kimse yoktu. Arkadaş olarak. Ama yoga ile birlikte ister istemez arkadaş grupları tanıdım, kişiler tanıdım ve bu eğitimler falan bittikten sonra da mesela planlar yapıyoruz. Buluşalım, kahve içelim, şuraya gidelim. Benim hayatımda kesinlikle sosyal alan açtı. Bu bir gerçek. Bundan da memnunum.” (Görüşmeci 22, kadın, 37)

Aynı zamanda yoga ile başlayan bir sosyal ilişki alanının yoga pratiğinin bitmesinin ardından da devam eden ilişkiler ağına dönüşmesi, bireylerin güvenli alanlarını gündelik yaşamlarının bir parçası haline getirme isteğinin tezahürüdür. Yoga eğitmeni olan bir katılımcı yoga dersleri sonrasında gerçekleşen sosyalleşme ilişkisini yoga felsefesinin bir parçası olarak yorumlamaktadır:

“ Dışarıya taşıyor. Dışarıya taşmasının da doğru olduğunu düşünüyorum. Sadece bunun bir sınırı var. Çünkü şöyle, sadece matta başlayıp matta biten bir ilişki bir antrenmandan, fiziksel egzersizden öteye gidemez. Yoga böyle bir şey değil. Yani dolayısıyla seni bulan kişi aslında senden alacağı bir sürü şey olduğu için buluyor. İşte matta başlayıp matta bittiğinde yine yoga asanadan ibaret mi sorusuna dönmüş oluyoruz. Çünkü sen matta başlayıp matta bitiriyorsan o ilişkiyi, ona sadece asana yaptırıyorsun. Dolayısıyla hani yoga sadece asana değil. 8 basamağı vardı ama sen kendi eğitmenlik yolunda bile sadece tek bir basamağa dönüyorsunsuna geliyor. Dolayısıyla ben şöyle yapıyorum, bunu da geliştirerek devam ettirmeye niyet ediyorum. Diyelim bir saatlik bir özel ders. Sonrasında mutlaka en az yarım

saat, kırk dakika vakit varsa bir, bir buçuk saatlik bir sohbet... Çünkü genelde beni bulan öğrencinin zaten buna ihtiyacı oluyor.” (Görüşmeci 8, kadın, 26)

Bu görüşmecinin dile getirdiği üzerinden düşündüğümüzde belli bir alana yönelik davranış kalıpları olarak özetleyebileceğimiz habitus alanının mat dışında ve yoga pratiğinin dışına taşması habitusun esnekliğini göz önüne seren bir hali anlatmaktadır (Bourdieu,2015). Dolayısıyla bu alana yönelik duygu ve davranış kalıpları gündelik hayatla bütünleşmektedir. Bunun yanı sıra yoga alanı içerisinde öğrenci ve eğitmen arasındaki dinamiğin anlamını yeniden anımsatarak eğiticinin bir “rehber” olarak karizmatik otorite ve liderliğinin bir temsidir (Weber, 2004). Aynı zamanda eğiticinin rolü, öğrenciyle duygusal bir bağ geliştirerek içselleşmekte ve ilerlemekte olması Arlie Hochschhil’in “duygusal emek” kavramıyla da son derece ilişkilidir. Hizmet sektöründeki işçilerin müşterilerle kurduğu ilişkiler üzerinden kurguladığı tartışmasında bu ilişki ağının yalnızca fiziksel bir döngüyle kurulmayıp, duygusal emeği de sunduklarını içermektedir (Hochschild, 2008). Katılımcı söylemlerinde sıklıkla bahsedilen biçimiyle bir yoga eğitmenin pratik sonrası öğrencileri ile kurduğu ilişki duygusal emeğin yansımasıdır. Yoga seansları esnasında oluşan kolektif bilinç bir ritüel olarak yogayla birleşerek “bir arınma hali” olarak da işlevselleşmektedir. Böylece sosyal bir ritüele dönüşerek organik dayanışmayı perçimlendiğini düşünülebilir (Durkheim, 2014). Yoga pratiği yalnızca öğrencisinin değil eğitmenin de bu sosyal ilişkiye destek vermeye niyet ettiği bir alan açmaktadır. Yoga felsefesinin yalnızca duruşlardan ibaret olmayıp bunu bir sosyallik alanına dönüştürme isteği aynı zamanda modern dönem yoga uygulamalarına karşı bir tepkiyi barındırmaktadır.

Modern yoga uygulamalarına yönelik katılımcı görüşlerinin büyük bir çoğunluğu, fiziksel bir egzersiz olarak yoga deneyimini başlayan, seans bittiğinde ortadan kaybolan bu manevi duygunun çelişkisi üzerinden söylemlerde bulunmaktadır. Ancak seansın bitmesi katılımcılarda bıraktığı izlerin bittiği anlamına gelmemektedir. Yoga yapan insan kimliği altında kurulan bazı özdeşiklikler katılımcıların yoga ile kurduğu arkadaşlıklara yüklediği anlamı değiştirmektedir. Birbirini hiç tanımadan arkadaş olan ve tanışıklığın arkadaş olmak için bir ön koşul olmadığı savını oldukça güçlü bir şekilde aktaran bir katılımcı:

“Benim zaten alanıma ayırdığım şey var. Şimdi yaşam standartlarım şu şekilde. Hani aslında 3M olarak adlandırılıyor. Mountain, metropol, manastır. Benim için metropol, iş yerim.

Mountain, yalnızlığım. Manastır, yoga stüdyom. Ya da oradaki arkadaşlarım. Bu şu demek, manastırımdaki insanlar benimle aynı frekansta sohbet edebildiğim ya da susabildiğim insanlar. İlk başladığımızda alan çok güzel. Kimin ne iş yaptığı, sadece ismini biliyorsun birçok insanın pratik yaptığın sırada. Ne iş yaptığı, Evli mi bekar mı? Ne kadar kazanıyor? Nerede yaşıyor? Çocuğu var mı? Bu soruları hiçbiri yok. Sadece yan yana pratik yapıyoruz. Ya da bu yogiler neden sürekli sarılıyor mevzu var. Çıktığımız derslerden sonra sarılarak kahkahalara boğulduğumuz, ağladığımız yani sadece ağlayana gidip sarıldığımız sadece gülene gidip sarıldığımız anlar var dışarıda da sosyal hayatımız devam ediyor Orası da çok sihirli.” (Görüşmeci 18, kadın, 36)

Sihirli bir alan ve manastır olarak imgelenen yoga alanının hiç tanımadığın kişilerle bağ kurma imkanı sunması, bireyin kendi kimliğinin ve etiketlerinin değersizleştiği ve böylece sınıfsal farkların ve konumların ortadan kalkarak eşitlendiği bir alanı temsil etmektedir. Bu alana yönelik söylem, tüm paylaşımın yoga üzerine kurulu olması ve birleşmesiyle kutsanmaktadır. Bu düşünceyle karşıt biçimde yoga alanının yeni kimlikler inşa etmek için önemli bir görev üstlendiği üzerinden de yürütülmektedir. Bu açıdan bakacak olduğumuzda Manuel Castells (1997)’in “ağ toplumunda kimlik inşası” kuramı bu alanda gerçekleşen kimlik inşa süreçleri anlamlı bir sentez sunmaktadır. Bireyin bu alanda yöneldiği duygusal ve eylemsel pratiğin bıraktığı izlenim neticesiyle bir proje kimliğini anımsattığı görülmektedir. Dolayısıyla katılımcılar yoga ile yalnızca mevcut sosyal ağlara eklemlenmekle kalmayıp, kendileri bir yaşam projesi oluşturma deneyimini de gerçekleştirmektedirler. Kurulan arkadaşlıklar, konuşulan konular ve verilen tepkiler bu proje dahilinde kabul edilebilir kimlikleri barındırmaktadır. Dolayısıyla pratikle birlikte gelişen duygusal bağın arkadaşlık bağına dönüşmesi bireyleri güvenli ve seçilmiş sosyal alanlar inşa etmektedir. Bir başka görüşmecinin perspektifi üzerinden değerlendirildiğinde yoganın açtığı bu alan yoga pratiğini yapma etkileşimi içerisinde bir anlam kazanmaktadır.

“Sahne, eser ve seyirci üçgeni vardır. Ben sahneye çıkıp herhangi bir eser çaldığımda, okuduğumda seyirci bunu takdir ediyor. Alkışlıyor ya da alkışlamıyor bir şey, yani bir tepki veriyor. Ve bunu bir zeminde, özel bir yerde yapıyorum. Bu orada anlamlı. Ben dışarıda enstrüman çaldığımda insanların sahnede beni dinlediği gibi bir moda girmiyorum. Dışarıda enstrüman çalmıyorum o yüzden. İnsanlar buraya derse geliyor. Burası onların sahnesi, onların zemini. Ben de onların seyircisi gibiyim. Evet yönlendiriyorum ama onları izleyen birisiyim. Hayatta birçok alanda hiç değişmiyor. Ve burası gerçekleştirme yeri. ...Dolayısıyla dışarı taşıtığında çok özel bir arkadaş, sosyal olarak özel bir arkadaşımız değilse dışarıda çok fazla görüşmemeyi tercih ediyorum, ancak sosyal medyadan belki... O

ilişkinin orada kalmasının daha sağlıklı olduğunu düşünüyorum. Çünkü orada geliyor. Dışarıda bunun karışma ihtimali çok yüksek. Çünkü burası, bu arena, sahnede öyle, normal değil.” (Görüşmeci 2, erkek, 43)

Aynı zamanda bunu sahne, eser ve seyirci üzerinden tartışmaya açan görüşmeci için eğitmenin seyirci rolüne dönüştüğü özel bir alanın tanımı yapılmıştır. Bu ifade ile yoga alanı bir tür “ritüel sahnesi” olarak, bireylerin yalnızca bedensel değil, varoluşsal ve duygusal bir performans sunduklarını göstermektedir. Görüşmeci için bu sahne alanının arka sahneye yani gündelik hayata taşınması riskli görülmektedir (Goffman, 2020). Hartmut Rosa (2021) “rezonans”(yankılanma) kavramı üzerinden bireylerin anlamlı ilişkiler kurma sürecinden bahsetmiştir (Rosa, 2021). Yoga bireylerin eserlerini sergiledikleri bir sahne olarak işlev görmekle birlikte katılımcıların kendi arasında, eğitmenle veya kendisiyle anlamlı ilişkiler kurduğu bir *rezonans* alanına dönüşmektedir. Ancak bu alanın sürdürülebilirliği, dışarıda gündelik bir pratiğe dönüşmeden kendi özel alanı içerisinde devam ettiği sürece anlamlıdır. Dolayısıyla yoga pratiğinin anlamı yoga yapıldığı alan sınırları içerisinde özel ve değerli olarak aktarılmıştır. Diğer katılımcılardan farklı olarak bu görüşme kesitinde yoga gündelik hayatın ilişkiler ağına dahil olan bir parça değil, mekânsal ve duygusal sınırlarını koruyan bir özel alan icrasdır. Bir başka perspektifle eğitmenin öğrenciyle arasına koyduğu sınırlar, bir önceki paragrafta tartıştığımız duygusal emek kavramına bir dönüş barındırmaktadır. Öğrenciler ile arasına bilinçli olarak bir sınır koyma düşüncesi, duygusal emek sömürüsüne karşı geliştirilmiş bir tampon mekanizma olarak da işlevselleşmektedir.

Yoga pratiğinin icra edilişinde pek çok farklı yöntem bulunmaktadır. Bireysel olarak yapılabileceği gibi bir grupta veya stüdyo da belirli bir ders akışını içerisinde de gerçekleştirilebilmektedir. Bu çok tartışmalı biçimde yoga pratiğinin içsel yönelim ve zihinsel meditasyon kısmını dışarıda bırakarak fiziksel bir egzersiz biçimiyle karşımıza çıktığı bir alandır. Bir spor alanı olarak da karşımıza çıkan yoga pratiğinin grupta birlikte yapılması bazı görüşmeciler için kolektif bir bilinci tetikleme nedeniyle oldukça anlamlı olmakla birlikte bazıları için egzersiz seviyelerinin ön plana çıktığı ve kıyaslanmaya başladığı bir rekabet alanına dönüşmektedir. Bu pratik özelinde kümülatif enerji kavramı oldukça öne çıkmaktadır. Bir görüşmeci grup derslerine yönelik tercihten şu şekilde bahsetmiştir:

“ Bir grubun içinde bir sürü farklı kişinin enerjisi açığa çıkıyor. Bir kere o alan tutuculuk bence müthiş bir seviyeye yükseliyor. Ben kalabalık pratik yapmayı çok seviyorum. Fiziksel pratikse. Çünkü dediğim gibi o kümülatif enerjinin yüzüne çok inanıyorum.” (Görüşmeci 8, kadın, 26)

Aynı zamanda grup enerjisi bireye kendini iyi hissetme motivasyonu da sağlamaktadır. Grupla birlikte bir pratik eyleme, sıklıkla grup enerjisi kavramıyla açıklanmaktadır. Bireylerin grup derslerinde aidiyet duygusu ile hareket etmesi ve bir alanı paylaşmak motivasyonu önemli bir paylaşım noktası olarak göze çarpmaktadır.

“İşte aslında yogadaki o birlikte bir şeyleri yapma hali de böyle. Oradaki insanlar o kadar belki inançla, belki heyecanla, belki sevinçle bir şeyler yapıyorlar ki sen de ister istemez zaten oradaki o enerjiyi o hissi alıyorsun ve kendini iyi hissediyorsun.” (Görüşmeci 4, kadın, 33)

Emile Durkheim, bireylerin topluluk içindeki davranış, düşünce ve duygularının bireysel eylemlerden farklılaştığını savunmaktadır. Bunu kolektif bilinç üzerinden açıklayarak ortak bir bilinç halini yansıttığı düşünülmektedir (Durkheim, 2014). Bu bilincin, bireyin grup içindeki eyleme motivasyonu üzerinde de etkili olduğu görünmektedir. Spiritüel bir alan olarak yoganın benliğin inşasında ego ile mücadele halinde olduğu görünmektedir (Heelas, 2008). Dolayısıyla grupla etkileşim halinde olmak bireyler üzerinde dönüşümsel bir etki yaratmakla birlikte benlik sunuşunun açığa çıktığı ve başarıyı görünür kılmayı amaçlayan egonun çatışma alanıdır.

“Grup dersleri bence çok daha böyle motivasyonu yüksek dersler oluyor. Daha böyle... Yani birey... Ben de mesela dikkat eksikliği olduğunu fark ettim ben yogayla beraber. O yüzden de bireysel çalışırken daha az odaklanabildiğimi gördüm. Kendimi daha az zorladığımı ve hemen bırakabildiğimi vesaire. Ama grup derslerinde çok daha... Grup motivasyonu... Motivasyon mu dersin, artık buna ego mu dersin, ne dersin. Bununla beraber bence çok daha eğitici ve dönüştürücü oluyor fiziksel olarak.” (Katılımcı 14, erkek, 33)

Öte yandan rekabetçi eğilimlerin yanı sıra grup dinamiği bir kolektif bilinç ve topluluk duygusu yaratması anlamında işlevseldir. Turner (2018)’in ifade ettiği biçimiyle ritüel çalışmaları, yoga gibi kolektif pratikleri geçici dayanışma duyguları yarattığını öne sürmektedir. Bu duygu farklılıkları bir kenara bırakarak daha eşitlikçi bir alan açma ihtimalini barındırırken beden faaliyetinin başarılı olma seviyesi ön plana alındığında eşitlik duygusunu darmadağın eden bir farklılık seramonisine dönüşmektedir. Turner (2018) ritüellerin bir eşik olarak bireyleri normalde bir araya gelmeyecekleri bir alana

taşıyarak geçici birliktelikler oluşturduğunu ileri sürmektedir. Yoga pratiği bu manada liminal (eşik) olarak birleşmeye olanak sağlamaktadır. Aslında dışarıda bir araya gelemeyecek olmaları katılımcıların Lamont (2000)'un kavramsallaştırdığı biçimiyle sembolik sınırlar vasıtasıyla birleşme eğilimi olduğunu göstermektedir.

“Grup dersleriyle çalışmak aslında, grupla çalışmak bu anlamda eğlenceli çünkü üç farklı reaksiyonla bir aradasın. Ve bu şuna benziyor. Üç farklı fikren, zikren, farklı insanı bir poz içerisinde aynı kılmak. Orada ideallerini, her birinin kendi içerisinde ideallerini gerçekleştirmesini imkan sağlamak. Aslında mizaçlar çok farklı. Aslında dışarıda bir araya gelemezler. Aslında birbirini sevmiyorlar, sevmedikleri tipler. Tabi olmak, işte bu da şeyin, bunun üstünde hikayemizdir, birazcık o taraflarına hitap ediyorum” (Görüşmeci 2, erkek, 43)

Bu birliktelik hali grup dersi dinamiğini “herkes yapmaya başladığında sen de yapmak istiyorsun” gibi bir motivasyonla da tetiklemektedir. Pek çok katılımcı bireysel olarak deneyimlemedikleri pek çok deneyimi grup içerisinde gerçekleştirebildiği ve bunun grup enerjisiyle açığa çıktığını desteklemektedir.

“Herkes yaptığı için herkesle beraber onu yapıyorsun. Farkına varmıyorsun o kadar açıldığını. En sonunda yapabildiğini görünce fark ediyorsun. Yani grup dinamiği gerçekten bambaşka bir şey” (Görüşmeci 9, kadın, 33)

Bu durum yoga felsefesi içerisinde birlik enerjisi olarak içselleşmektedir. Bir görüşmeci grupla birlikte yoga yapmanın dopamin mekanizmalarını harekete geçirerek bir ödül mekanizmasına dönüşümünde bahsederken, bir başkası birlik enerjisinin ve frekansın buluşması olarak nitelemektedir. Grupla aynı enerjide olma deneyimi, birlikte yoga pratiğini icra etmekle birleşerek kolektif bir bağa dönüşmektedir.

“Aynı seviyede değilsin ama aynı enerjidesin. Sen de o hareketi yapmaya çalışıyorsun, o da o hareketi yapmaya çalışıyor. Sen belki acı eşiklerinde de, esneme eşiklerinde de farklılaşıyor ama aynı şeyi deneyimliyorsun. Bir saat boyunca aynı şeyi deneyimlediğin için aslında belli bir şeyi paylaşmaya, yani algıyı paylaşmaya başlıyorsun. Ve şey oluyor, onunla bir bağ kuruluyor. Aslında içerideki insanlar da bunu kuruyor. Ve bu insanlar birbirini tanırırsa daha da güçlü bir bağ kuruluyor bence.” (Görüşmeci 9, kadın, 33)

Bu ifade de geçen ve pek çok görüşmeci tarafından da tekrarlanan aynı enerjide olma deneyimi duygular sosyolojisi açısından da önemli bir tartışmayı da açmaktadır. Hochschild (2008)'in ortak duygusal deneyimlerin toplumsal bağları güçlendirdiğine yönelik “duygusal emek” tartışması kolektif bir empati yaratması açısından işlevseldir (Hochschild, 2008). Farklı katılımcıların aynı duygu etrafında birleşerek bir pratiği icra

etmesi, bireyin kendine dönme yolculuğunu duygusal bir paydaşlık kurduğu topluluk ile birlikte yapmaya çalışmasının göstergesidir. Benzer şekilde “enerji uyumu” ve “aynı frekansta olmak ifadeleri”, spiritüel bağlam içerisinde bireyin ruhani bir bağ kuruşunu temsil etmektedir (Heelas, 2008). Bir başka görüşmeci için grup dinamiği içerisinde yoga bir kaçış alanı sağlamaktadır:

“Çok farklı oluyor. Bireysel çalışma biraz daha meditatif halde oluyor bedensel pratik yapsam bile. Ne kadar akışları iyi bilsen de, pratiği iyi bilsen de gerçekten kendi halinde olabilmeyi özümseyebilmek gerekiyor. Çünkü mesela tek başınıza evde spor yaparken, yani şimdi spor mu yapacağım, çok sıkıcı. Demenin aslında alt tarafında yatan şey, ben kendimle, kendi başıma bir şey yapmak şu anda bana ağır geliyor. Çünkü orada benim görmek istemeyeceğim şeyler var ve ben bunu tek başıma yaparsam bunu göreceğim. Ama grup pratiklerinde, grup enerjisi olduğu için kendi içimizdeki şeyi göremiyoruz. Evet, baskıladığımız şeyler... Baskıladığımız şeyleri orada mesela bireysel deyken çıkartabilmemiz için yani bu büyük bir erdem kısacası.” (Görüşmeci 6, erkek, 24)

Yoga pratiğini grup çalışması olarak icra etmenin bir başka anlatısı bireyin öz-farkındalık gelişiminden bir kaçış aralığı olarak da görünmektedir. Foucault’un öznellik ve içsel gözetim olarak adlandırdığı bu süreçte birey, kendi üzerine düşünmeye başladığı anda içsel denetim sistemini devreye sokmaktadır. Bireyin kendine yönelik bu dönüşü iç dünyasındaki olumsuzlukları ve görmek istemediği pek çok alanı göz önüne sermektedir. Pratiğini grup ile birlikte icra etme biçimi bireyin gerçek duygulanımlarıyla baş etmeye çalıştığı bir sahne düzenini anımsatmaktadır. Bu manada Goffman’ın ön sahnesi işlevsel bir konuma gelmekte ve bireyi kendisi ile yüzleşmekten kaçmasına imkan tanıyan bir kabul alanı sağlamaktadır. Gerçek duyguların grup dinamiği içerisinde bastırılması veya silikleşmesi, birey için manevi bir sığınak inşa etmektedir.

Yoga, felsefesi itibarıyla beden, zihin ve ruh bütünlüğünü kurmayı amaçlarken, beden üzerinden yapılan bir faaliyet olması neticesiyle bedenın sınırlarının devreye girdiği rekabetçi bir alana da dönüşmektedir. Bu durum, Norbert Elias’ın “beden terbiyesi” anlayışıyla örtüşmektedir (Elias, 2000). Beden, modern toplumlar için disipline edilmesi gereken bir projeye dönüşmüştür. Dolayısıyla bedenın daha yetkin ve donanımlı olması bireye ekstra bir statü ya da saygınlık getirmektedir. Sürekli olarak kendini geliştiren bireyin bedenının bir enstrüman gibi kullanarak daha iyi pratikler elde etmesi için sürekli olarak çalışmaya devam etmesi gerekmektedir. Yoga pratiği bedensel sınırların üst seviyelerde zorlandığı duruşları içermektedir. Böylece yoga pratiğinin icra etmede beden bir ön koşul olarak karşımıza çıkmaktadır. Beden sınırlarının zorlanması

ve hareketlerin icraati grup içerisinde başka anlamlara da gelmektedir. Grup dersi içerisinde bedenlerin yarıştırmalarına yönelik bir görüşmeci şöyle söylemlerde bulunmuştur:

“Böyle bir şeye giriyor insan. İlla bir düzenli pratik yapacağım, bilmem ne. Ve günde bir saat iki saat yapacağım diye. Bir şeyle yarışa giriyorsun.” (Görüşmeci 17, kadın, 48)

Pozları mükemmel yapma isteği veya görsel performansın üst düzeyde sunumu bireyler için oldukça önemli olmaktadır. Bunun yanı sıra eğitmen ve diğerleri tarafından fark edilme isteği grup dinamiğinin grup rekabetine evrildiği bir tartışma alanı sunmaktadır. Bir görüşmeci grup yoga dersindeki rekabet dinamiğini şöyle ifade etmektedir:

“Yani şey dersindesindir, grup dersindesindir. Mesela bir grup çok iyi yapıyordur. Bir hareketi, bir pozu. Bravo, bravo, bravo. Ama sen hani daha emekliyorsundur oralarda. Ama seni görmüyor hoca. Senin çabanı da görmüyor belki. Yani onlar mesela aslında çok kırıcı oluyor ve çok motivasyon düşürüyor. Grup derslerinde biraz daha görünür olma motivasyonu da ön plana çıkıyor sanıyorum.” (Görüşmeci 22, kadın, 37)

Yoga pratiği belirli bir içsel disiplin, bedensel çaba beklerken katılımcılar aynı zamanda duygusal manada tanınma ve onanma arzusu içindedirler. Dolayısıyla pratiğin icrası bir gösteriye dönüşmektedir (Goffman, 2020). Bedensel bir performans alanı şeklinde açığa çıkan yoga derslerinin beden sınırları esas alınarak bir statü yarışına dönüştüğünü görmek mümkündür. Bedensel gösterinin seyirlik bir başarı olarak tanınmaması birey için kırılma ile karşılaşmaktadır. Aynı zamanda grup ve eğitmen bir otorite olarak gözetim mekanizmasının devreye girmesini sağlamaktadır. Grup içerisinde yoga yapma deneyimi, diğer katılımcıların varlığıyla hareket etme bilincinin beden üzerinde ki tezahürü olmaktadır. Bu durum özyönetimsel bir rekabeti doğurarak normatif beden algısının ortaya çıkması ve bedenin özdisipliner bir biçimde denetlenmesini gerektirmektedir. Dolayısıyla birey, bilinçli ya da bilinçsiz bir biçimde bedeni üzerinde tahakküm kurmaktadır (Foucault, 2013). Böyle bir noktadan bazı katılımcılar için grup ve başka insanların seni gözlediğini bildiğin bir alanda yoga pratiği yapmak çok yıpratıcı ve zor bir deneyim olarak aktarılmıştır.

“Şöyle fark vardı... Bu mesela çok zor bir hareket deniyoruz. Yapamadığım zaman kendimi çok çevreden kopartamadığımı fark ettim. Yani bireysel olduğumda çok daha rahat deniyorum. Düşüyorum, kalkıyorum. Ama şu düşüncüyü kafamdan atamadım. Bunu

yapamazsam. Bir de sürekli çevreye bakıyorum. Aa bu kişi yapıyor. Aha şu kişi çok iyiymiş, grupta hep bir tedirgin olma hali vardı bende nedense.” (Görüşmeci 13, kadın, 32)

Dolayısıyla bir ritüel olarak yoga grup dinamiği içerisinde ikili bir görünüm sunmaktadır. Öyle ki bireyler grup ile ortak bir anı yaşasalar dahi bireysel performanslarını en iyi şekilde icra etme iddiasındadırlar. Bir grup dersi sırasındaki yoga pratiğini anlatan bir görüşmeci:

“Şu anda bile bir yarış var yani kim daha esnek kim daha fizyolojik olarak güzel kim daha estetik asana yapıyor, işte kim... Kendi iç dünyanda işte onun gibi olma hikayesi de daha ileriye, pratiğini daha ileriye taşıma hikayesi var. Bu da seni kendi içinde bir yarışa sürüklüyor. Yani bu da bir performans sergileme noktasına götürüyor seni. Yani bir performans... Sanat diyemem, spor diyemem. Performans nesnesi haline getiriyor yogayı” (Görüşmeci 1, kadın, 34)

Bu ifade de açıkça belirtildiği biçimiyle yoga, grup dinamiği içerisinde bir performans nesnesi haline dönüşmektedir. Sergileme anının keyfi, çoğu katılımcı için hareketleri daha iyi ve daha estetik yapma kaygısından sıyrılamamıştır. Dolayısıyla bedensel manada esneklik ve başarı, bireyin sınıfsal biçimde yeniden üretilmesine sebebiyet vermektedir. Grup rekabeti Sennet(1992)’ in kavramsallaştırması çerçevesinde yoga sahnesinde rol icra eden bireyin bedensel ve zihinsel sınırlarını sergileyerek kamusal bir gösteri nesnesine dönüştüğünün göstergesidir. Bu gösteri içerisinde birey, özel alanına çekilmiş maneviyat alanını; kamusallaştırdığı bir tiyatroya dönüştürmektedir. Yoga felsefesi bu maneviyat alanlarını daha içsel bir manada yeniden kurgulaması nedeniyle oldukça kişisel görünse de, grup yoga derslerinin görüntüsü bu maneviyat temellerinin dışından bir çerçeve çizmektedir. Özellikle eğitmenin gözünde görünür olma isteğiyle canlanan ve asanalarda ilerlemenin ödülle karşılanması, yoga felsefesinin hırs, rekabet gibi duyguları içermeyen felsefi temeline zıt düşmektedir.

“Bu bir gösteriye dönüşüyor işte bir saatten sonra. Bunu yapabilenler, yapamayanlara karşı bir ego savaşında yapamayanlar bunu neden yapamadığı için bir kin durumuna giriyor. Yani bunu direktliğiyle söylemese de bu davranışlarına vücut diline yansıyor. İşte o durumda biraz da oraların daha ruhani, daha özel bir yer olduğunu hatırlamaları gerekiyor.” (Katılımcı 15, erkek, 24)

Bu veride net şekilde belirtildiği üzere yoganın herhangi bir spor branşından daha özel bir yerde konumlanması katılımcıların karşıtlıklar üzerindeki çözümlemesinde

anlaşılmaktadır. Yoga pratiğinin grup içerisinde bir şova dönüşmesi, bahsedilen kolektif enerjinin açığa çıkmasını önleyen bir tehlike olarak aktarılmıştır.

“Yapabildi mi? Yapamadı mı? Ben neden yapamadım? O yapabildi. Hani mevzu artık fiziksel bir şova dönüştüğü anda o salonda güzel bir enerji yakalanmıyor. O kümülatif enerji oluşmuyor. Çünkü herkes bir poz var, bunu yapman lazım moduna giriyor. Ve yapamadığı durumlarda sinirleniyor, rahatsız oluyor, geriliyor. Hani neden yapamıyorum, edemiyorum durumları oluyor.” (Görüşmeci 15, erkek, 24)

Bu alanın bedensel yeterlilikle özdeşerek egonun gün yüzüne çıktığı bir alan olarak da görmek mümkündür. Bir görüşmeci için grup dersinde kendisi eğitmen olmasına rağmen, öğrenciler içerisinde daha ileri seviyedeki bir pratikle karşılaşmak egosunu zedeleyen ve onu rahatsız eden bir deneyim olarak aktarılmıştır.

“Fakat sonraları şöyle bir şey oldu, özellikle kendi eğitmenlik sürecim girince artık grup derslerine giremez oldum hakikaten. Çünkü şey, ben eğitmenim atıyorum, işte geliyor kız dışarıdan herhangi bir yoga öğrencisi. Asanaya giriyoruz. Bir dakika ben eğitmenim ama bu kız daha da derine gidebiliyor o yerden. Daha geri bükülüyor, daha bacağına açıyor. Ve bu bende bir anda kıyasa sebep oldu. Bu da tamamen egodan. Yani ben eğitmenim sen kimsin kafasıyla bakıyorum aslında” (Görüşmeci 20, kadın, 34)

Yoganın spiriteül ve içsel bir alan olarak görünümü bazı çelişkileri beraberinde getirmektedir. Özellikle modern dönem yoga uygulamalarının stüdyolarda gerçekleşmesi, belirli bir zamansal sınıf ve akış içerisinde uygulanması onun bireysel yolculuktan başka bir zemine taşımıştır. Stüdyo dersi kapsamında ki grup dinamikleri bireylerin içsel benliğe yönelme arayışı kolektif biçimde gerçekleştirme ideali taşıırken neo-liberal değerler (performans, başarı, rekabet) tarafından da yönlendirilmektedir (Heelas ve Woodhead, 2005). Dolayısıyla yogada gelişme ve ilerleme, “görünür ol ve alkışları topla” motivasyonu ile karşılaştığı noktada sembolik şiddet beden üzerinde açığa çıkmaktadır (Foucault, 2013). Bir görüşmeci yoga derslerinde yaşadığı örnekleri yoga felsefesi ile çelişkisi bağlamında değerlendirmektedir:

“Yani şimdi o kadar çelişkili ki kendi içinde çok çelişkili. Yoga diyor ki işte senin neyi ne kadar yaptığın önemli değil. Diyor ama derse giriyorsun, hoca çok iyi yapan birini alkışlıyor. Alkışlamayacaksın o zaman. O zaman neyi ne kadar yaptığının önemi oluyor. Bravo demeyeceksin herkesin içinde. Mesela o kişiye. Diğerlerinin motivasyonu düşmeyecek. Çünkü diyor ki yoga bir içsel yolculuk. Herkesin pratiği kendini ilgilendirir. Herkesin ne kadar yaptığı kendisiyle ilgili falan diyor. Ama bir grup uçuyor mesela. Bakıyorsun, alkışlar, kameralar çekiliyor falan filan. O zaman diyorsun ki, ben o zaman yapamıyorum. Eksik

hissediyorsun. Ya da o an kendi modun düşüyor. Ya da hırs yapıyorsun, gidiyorsun evde onu çalışıyorsun falan. Ama yoga diyor ki, hırs yapma diyor. Kendini kimseyle kıyaslama diyor.” (Görüşmeci 15, erkek, 24)

Bu ifadede açıkça gördüğümüz biçimiyle yoga pratiğinin başarı seviyesine göre tepkiyle karşılanması yogayı performans nesnesi olarak tanımlamayı kolaylaştırmaktadır. Ruhsal bir deneyim ve manevi bir söylemin performansa evrilişi bireysel rekabet duygusunun gelişmesi, yetersizlik ve duygusal baskının açığa çıkmasına zemin hazırlamaktadır. Goffman (2002)’ın sahne metaforu bağlamında bu durum toplumsal izlenim yönetimini karşılayan bir sergileme alanına dönüşmektedir (Goffman, 2020). Grup dinamiği içerisinde rekabet ve aidiyet duygularını başka bir perspektiften ele alan görüşmeci için yoga stüdyoları kurgulanmış bir illüzyon yaratmaktadır.

“Araştırmacı: Herhangi bir yoga stüdyosuna gitmiyorsun. Bunun özel bir tercihi var mı peki? Görüşmeci: Var. Çünkü çok yapmacık geliyor o ortam bana. Tamam, yogayı seviyorum ama çok da böyle yapış yapış olmak beni rahatsız ediyor açıkçası. Evet, deneyimledim. Ama dediğim gibi orada bir anlayış geliştiriyorlar. Böyle sanki aşırı bir bağ kurmak zorundaymışın diye bir ortam yaratılıyor. O da beni, yani bana uymuyor.” (Görüşmeci 17, kadın, 48)

Yoga stüdyoları, samimiyet, aidiyet gibi algılarla gerilimli bir ilişki içerisindedir. Öyle ki bu alanda ki duyguların sevgi, mutluluk, saflık üzerinden kurgulanması zoraki bir bağ kurma biçiminde baskı stratejisine dönüşme ihtimalini barındırmaktadır. Bir görüşmeci için bu durum yapmacık ve gereksiz olarak nitelendirilmektedir. Zygmunt Bauman (2003)’ın bağlanmak ve bireysel özgürlük arasında ki gerilim üzerine tartışması anlamlı bir çıkarım sunmaktadır. Bireyselleşmiş toplum düzeninde, bir alana veya topluluğa ait olmak isteyen birey, bu aidiyetin sınırlarını kendisi belirlemek istemektedir. Böylece yoga stüdyolarında karşılaşılan sıcak ve samimi yuvanın sembolik sınırlarla yapay bir oluşum olduğu görüşü de oldukça kıymetlidir. (Bauman, 2003)

Modern yoga toplulukları kendi içerisinde aidiyet, dönüşüm, disiplin gibi dinamikleri barındırmaktadır. Özellikle kolektif bir bilinç biçiminde yoga merkezlerine yönelen veya bireysel bir arayış olarak yogayı deneyimlemek isteyen bireylerde ortak bir benzeşme görünmektedir. Bu benzeşme bireysel veya grup halinde olsun, yoganın aidiyet duygusuna karşılık gelen bir yapısı olduğunu kabul etme eğilimidir. Cemaat ve tarikat kodu yoganın eğilimiyle ilişkili biçimde düşünülmelidir. Yoga stüdyolarının bireyler için anlamı farklılaşsa da, içinde bulunan bireylerin yaklaşımları ve barındırdığı sevginin

birey için anlamlı bir özdeşim kurma niteliği mevcuttur. Dolayısıyla klasik tarikat ve cemaat oluşumlarından farklı olarak mistik ve katı formda bir yapı değil esnek ve seküler nitelikte birleşmeyi içermesi açısından cemaatlerle benzerlik taşıdığı görülmektedir. Bir görüşmeci için yoga, bu anlamda seküler bir tarikatı anımsatmaktadır.

“Yani yoganın dediğim gibi bu kültüre ait olmayan bir, bu kültürün jargonuyla tarikat olduğunu düşünüyorum.” (Görüşmeci 2, erkek, 43)

Michel Maffesoli bu durumu *neo-kabilecilik* kavramı ile karşılamakta ve bireylerin geçici olarak aidiyet temelli oluşturdukları mikro topluluklara bu ismi vermektedir (Çelik, 2020). Yoga toplulukları bu bağlamda bir duygusal cemaat olarak okunabilmektedir. Bir ritüel olarak yoga pratiğinin devam eden asanaları, grup çalışmaları bağlamında ortak duygu ve düşünce alanının bir arada tutulması yoga pratiği bu alanla özdeşleştirme imkanı sunmaktadır. Bir görüşmeci bu durumu, stüdyoların içerisindeki o duygulanımı hissetmesi bağlamında açıklamıştır.

“Ya şeyi fark ettim mesela, ben yogaya başladığımda. Stüdyoya gittiğimde çok mutlu hissediyordum kendimi. Çünkü herkes çok mutlu. Herkes birbirine sarılıyor. Kimse kimseyi yargılamıyor. Bunlar birazcık beni böyle rahatlattı. İçine biraz daha çekilmeme sebep olan şey aslında daha çok insanların bana olan yaklaşımıyla biraz daha. O sevgisini hissetmek.” (Görüşmeci 21, kadın, 30)

Yoga topluluğu bu manada duygudaşlığa dayalı kabile oluşumu ile benzeşmektedir. Duygusal olarak benzeşim hissetmek, ait olmak ve kendini bu alanda var etmek duygusal paylaşıma dayalı geçici cemaat örneğini yansıtmaktadır. Aynı zamanda Türkmen’in Türkiye’de spiritüellik alanında yaptığı çalışmasında yoga gibi seküler-spiritüel pratiklerin cemaatleşme yönleri analiz edilmiş ve ortak semboller ve kolektif kimlik açısından bir manevi dayanışma ortaklığı olarak değerlendirilmiştir (Türkmen, 2021). Bu durum cemaat tipi bir örgütlenmeyle benzerlik kurmaktadır. Yoga yapan bireylerin kendilerini ait hissettikleri bu kimliğin tanımlanması ve genellenmesi bir kabilenin parçası olma hissiyatını ön plana çıkarmaktadır.

“Yoga yapan insanlar daha vicdani oluyor benim bakış açıma göre. Yani gördüğüm kadarıyla, kendi analizlerim kadarıyla ve daha böyle yardım etmeye açık, daha böyle ailevi, hani sen de bir kabilenin parçasısın, sen de bizim bir parçamızsın demeye açıklar. Felsefesini bilsin, bilmesin.” (Görüşmeci 6, erkek, 24)

Tüm bu bağın yanında yoga felsefesi içerisinde guruya ve modern yoga özelinde eğitmen veya rehberle duyulan güven, manipülatif biçimde kitleleri peşinden sürüklemeye ihtimalini de taşımaktadır. Böylece yoganın tarikatlaşmaya göndetim yapılan bir yönü de mevcuttur. Karizmatik bir otorite olarak rehber, gurubu ve bireyi yönlendirme etkisine sahiptir.

“... Bu alan insanı çok sömürülebilir hale getiriyor, çok açık hale getiriyor. Ve işin kötüsü bu tamam bir insanı bu hale getirebilir ama diğer tarafta bu söylemlere sahip insanlar için aslında çok büyük bir kitleyi yakalama ihtimalin var. Ve daha da kötüsü çok yönetilir bir kitleye sahipsin. Ve sen gerçekten erdemli bir insan değilsen gerçekten doğru yolda değilsen bu insanlara her şeyi yaptırabilirsin. Çok rahat yönlendirebilirsin. İlk başta basit bir şekilde yönlendirirsin şu işi yap dersin. Bunun altıncı adımında hadi artık silahları alıyoruz ve bize gelen karşı gelen insanlara karşı duruyoruz dersin. Çünkü artık sorgulama yetisini bırakmış karşısındaki. O yüzden bir noktaya kadar katılıyorum. Gerçekten tarikatlaşma ihtimalinin çok yüksek olduğu bir alan.” (Görüşmeci 2, erkek, 43)

Aynı görüşmeci bu tarikatlaşma sürecinin bireylerin rehberle yönelik sorgusuz kabulüyle ilişkilendirmektedir. Karizmatik bir lider olarak yoga eğitmeni ya da gurunun bireylere her şeyi yaptırabilme ihtimali bulunmaktadır. Bireylerin karizmatik bir otorite olarak guruyu ilahlaştırması, onun otoritesinin temelini oluşturmaktadır. Ancak bu süreç yalnızca kitlenin bu durumu meşrulaştırdığı biçimiyle işlerlik kazanmaktadır.

“Çünkü tarikatı tarikat yapan tarikat liderleri değil. Ona biat eden insanlar. Sen istediğin kadar konuş, karşında bir kitle yoksa sen hiçbir şeysin. Ama söylediklerini o kitle varsa ve o kitle dediğim gibi zihnini bir yerde bırakıp tamamen senin cümlelerini hayatına devam ediyorsa artık böyle herkesin kellesi senin elinde. Dolayısıyla bu tarz şeylerin tarikatlaşması, bu tarz oluşmaların tarikatlaşması çok yüksek ihtimal. Bence bunu da Türkiye’de göreceğiz yani çok yakın zamanda.” (Görüşmeci 2, erkek, 43)

Bir başka görüşmeci bir lider olarak gurunun peşinden gitme fikrinin tarikat şeyhinin peşinden gitmekle arasından hiçbir fark olmadığı vurgulanmıştır.

“Yoga bir tarikat. Yani bu çok net. Yani hani bunu bugün söyleyebildiğime inanmıyorum. Bunu mesela iki sene önce falan konuşmuş olsaydık çok başka bir şey söylerdim kesin. Evet, bir tarikat. Çünkü şu, insanlar bir şeye inanıyor, inanmak istiyor. Ve o inandığı şeyin peşinden gitmek istiyor. Bugün Çetin Çetintaş’ın peşinden gidenler de aslında aynı şey. Başka bilmem ne Hoca Efendi’nin peşinden gidenler de aynı şey yani.” (Görüşmeci 22, kadın, 37)

Görüşmeci 22'nin yoga pratiğini bir “tarikat” olarak tanımlaması, bireylerin modern seküler yaşamda anlam arayışlarını kolektif yapılar üzerinden gerçekleştirme eğilimine işaret etmektedir. Özellikle geleneksel dini cemaatlerden farklılaşan, ancak benzer şekilde bir lider figürü etrafında örgütlenen yeni manevi toplulukların, bireylere aidiyet, yönelim ve anlam sunduğu görülmektedir. Yoga gibi Batı'dan aktarılan ve sekülerleşmiş görünen pratiklerin dahi, Türkiye bağlamında tıpkı dini tarikatlar gibi bir “inanç topluluğu”na dönüşebildiği bu anlatıda açıkça görülmektedir. Bu durum, bireysel spiritüel arayışların kolektif bir kimlik ve bağlılık biçimine evrildiğini, modern toplumda boşalan anlam alanlarının yeni manevi odaklarla yeniden dolduğunu göstermektedir. Bu tarz oluşumları postmodern tarikatlar olarak gören nitelemeler de mevcuttur (Köse, 2006). Bireyin kişisel gelişim arzusuyla girdiği ancak tüm yaşantısının dinamiklerini belirleyen bir alana dönüşen yeni dinsel hareket biçimlerinin seküler bireyin hayatı da cemaatvari bir alana karşılık geldiği görülmektedir. Yoga tam olarak dinsel denmese de manevi bir spiritüel arayış pratiği olarak bireyin aidiyet, bağlanma ve kolektif birliktelik enerjisine kapılma hissine denk düşen bir alan açmaktadır.

“Fakat tarikat bölümüne katılıyorum. Şöyle katılıyorum aslında. En büyük sebeplerinden biri aidiyet duygusu eksikliği olan insanlar. İşte böyle atıyorum çok büyük travmaları olan, travmatik şeyler yaşamış insanlar için bir tarikat burası.” (Görüşmeci 20,kadın, 34)

Dinden ziyade içsel gelişim ve dönüşümü önceleme sürecin oldukça esnek ve özgür bir alan olarak sürdürülmesine imkan vermektedir. Bireylerin yoga stüdyosu içerisinde kendilerini güvenli ve mutlu hissetmeleri, bu atmosfere yönelik bir çekilme hissini beraberinde getirmektedir. Yoga stüdyosu, bireylerin benzer duygulanımlar içerisinde görünür oldukları bir duygusal güvenlik alanı yaratmaktadır. Bu anlamıyla sevgi, mutluluk gibi duyguların kendilik arayışı sürecinde içselleşmesi, alternatif bir maneviyat ortamı olarak yoga stüdyolarını yeniden düşünmeyi mümkün kılmıştır. Giddens (2010)'ın geç modern toplumlarda bir kriz olarak kurguladığı ontolojik güvenlik boşluğunun, sıcak bir cemaat rolüyle dolduran yoga stüdyoları bir anlamda alternatif bir cemaati anımsatmaktadır.

2.3 Motivasyonlar

Bireylerin yogaya başlama, sürdürme, aktarma motivasyonları yalnızca fiziksel ya da yalnızca ruhsal arayışla açıklanamayacak kadar çok kapsamlı dinamiklere sahiptir. Özellikle modern bireyin Giddens'in tahlil ettiği bağlamıyla sıkışmışlık, yalnızlık,

yabancılaşma ve anlam arayışı gibi deneyimleri alternatif spiritüel pratiklere yönelmede önemli bir etken olduğu görünmektedir (Giddens, 2010). Yoga serüveni içerisinde motivasyonlar önemli kategorilerden bir tanesidir. Bu kategori “başlangıç motivasyonu”, “sürdürme motivasyonu” ve “anlatma ve aktarma motivasyonu” kodları ile değerlendirilmiştir.

Birey, özellikle modern toplumsal hayatın içerisinde sıkışmışlık duygusunu yoğun olarak yaşamaktadır. Katı kuralların ve normların olduğu bu sisteme uyum sağlama, bireyin daha rahat bir yaşam sürmesinin en etkili yollarından biri olmaktadır. Gündelik hayatın verdiği iş, aile, yaşam stresi bireylerin kendilerine zaman ayıracakları bir kaçış alanına ihtiyaç duymalarına sebep olmaktadır.

“Sanırım böyle işin verdiği stresle alakalı bir şey olabilir. Hani böyle bir kaçış noktası olarak bulmuştum. Haftada iki gün gidiyordum. Yani böyle şey motive ediyordu. Yani geliştiğimi görmek. Bir yandan o ortama uyum sağlamak, farklı kişileri tanımak çok daha zor bir şey değilmiş, çok da korkunç bir şey değilmiş gibi düşündüm. Bir de böyle bazı hareketleri yapabildiğinizi görmek sizi bayağı motive ediyor.” (Görüşmeci 13, kadın, 32)

Yoga böyle bir zeminde bir kaçış alanı olarak karşımıza çıkmaktadır. Çağdaş toplumlarda artan iş yükü, bireysel yalnızlık ve baskı, bireyin gündelik yaşamını tükenmişlikle özdeşleştirmesine sebep olmuştur. Bu tükenmişlik Durkheim’ ın *anomi* kavramı ile ilişkili gözükmektedir. Öyle ki yalnızca bireylerin değil toplumların yalnızlık ve yönsüzlükle karşı karşıya kaldığı durumlarda yaşadığı kopuş, toplumsal bir anomiyi anımsatmaktadır. Yoga pratiği gibi manevi ve yeniden topluluklaşma eğiliminde olan birliktelikler bireylerin cemaat benzeri bağlar kurarak sosyal aidiyet duygularını yeniden inşa etme olanağı sunmaktadır (Durkheim, 2004).

“Fakat artık bir süre sonra şeyi de fark ettim ya ben kendime yarattığım bu sosyal dünyada da memnun değilim. Tamamen böyle kimlik bunalımı diye adlandırıyordum o zaman. Ya ben neden bu sistemin içinde var olamıyorum?” (Görüşmeci 20, kadın, 34)

“Gideyim. Kendi gündelik yaşadığım stresten kurtulayım. Gideyim eve rahat rahat uyuyayım. Her zaman bunun derdinde olduğum için başka kısımlarını düşünemedim bile.” (Görüşmeci 6, erkek, 24)

Bunun yanı sıra sosyolojik açıdan bireyin kimlik arayışı ve modernitenin sunduğu sınırsız seçenekler karşısında, inşa süreci ön plana çıkmaktadır. (Giddens , 2010) Bireyin

kendi kimliğini inşa etmesi hem toplumsal baskılardan kaçış hem de kendini içinde daha rahat konumlandığı bir aidiyet alanı oluşturmaktadır. Bireylerin kendilerini bu alana ait hissetmeleri orada kurduğu bağı oldukça güçlendirmektedir. Bir görüşmeci için yoganın deneyimlendiği ilk gün, çok büyük duygusal açılımlara sahne olan bir deneyimi ifade etmektedir.

“... Şöyle ilk gittiğim günü anlatayım. Benim için gerçekten çok güzeldi. Hani böyle yıldızlarla etrafa baktığımız günler vardır. Her zaman olmaz bu farkındalığımız ama. Mata çıktık, yaptık hareketleri. Bir çıktım, dedim ki her şey bir başka. Hani şey derler ya, kuşun sesi başka, ağacı gördüğün yer başka. Aslında orada ben varım. Aslında olmak istediğim yeri bulmuş gibi hissettim. İlk pratikten çıkışım gerçekten böyle kimyasal bir madde almış gibi hissettim.” (Görüşmeci 18, kadın, 36)

Görüşmecinin deneyimi, gündelik yaşamın rutini içinde bastırılan ya da görünmez hale gelen varoluşsal ihtiyaçların yoga yoluyla açığa çıktığını ve yeniden anlam kazandığını ortaya koymaktadır. Bireyler kendilerini ve çevrelerini daha rahat anlayabilmek için bir felsefeye yönelebilmektedirler. Bunu bir aydınlanma yolu olarak tercih etmek, içsel dünyayı rasyonelleştirerek kendi çıkmazını manevi bir felsefi sistemde yönlendirme girişimi olarak düşünülebilmektedir. Bu tür bir yön, modern seküler bireyin yeni dinsel formuna yönelmesinin göstergesidir. Ayrıca bireyler gündelik hayatları içerisindeki ilişkilerinin anlamlandırmak ve bireyselleşme veya toplumsallaşmanın sınırlarını çizmek amacıyla bir öğrenme girişimi içerisindeyler. Öyle ki bireyin kendine dönerek ben dediği noktayı anlamak için o noktayı deneyimlemek gereklidir. Bu deneyim bazen çatışmalı bir farkındalığı göz önüne sermektedir.

“Eşim yoga eğitmeniydi. ...Aslında başlangıç çıkış noktam da şuydu, onu anlamak adına ilişkiyi ve kendi düzenimi içinde bulunduğum düzeni anlamak adına neymiş bir yoga falan diyerek girdim içerisine. Çünkü yoganın aydınlanmaya, kendini sevmeye, tanımaya, kendin olmaya yönelik olan o çağrısının eşim gibi kişisel olarak bir çok insanın yanlış anladığını düşünüyorum... Daha fazla kendine dönen, kendi mutluluğu, daha bireysellik. İşte ben varım önce hayatta, ben varım, ben varım. Ben varım ama kendimle çatışmaya başladım. İlişki sorunlar yaşamaya başladı.” (Görüşmeci 2, erkek, 43)

Modern dönemde beden, fiziksel yönlendirmelerle yönetilen bir sermaye biçimi olarak karşımıza çıkmaktadır. Sağlıklı yaşam, zinde beden, fit bir vücudu hedeflemek, bireylerin bedenini geliştirebileceği bir alana ihtiyacı artırmaktadır. Bedensel gelişmenin sembolik anlamda bir saygınlık göstergesinin yanı sıra toplumun beden üzerindeki

algısına yönelik bir dönüştürme girişimi de dikkat çekmektedir. Daha sağlıklı yaşamak ve daha güzel bir bedene kavuşmak için tercih edilen spor aktivitelerinin, kişinin ruhsal manada rahatlayan bir etki göstermemesi, katılımcıları yogayı spor faaliyetlerinde ayıran alan olarak nitelendirmelerini sağlamıştır. Bu manada yoga diğer spor alanlarının sunmadığı bir rahatlama ile felsefesinin derinliğindeki “iyi gelme” motivasyonuna dayanarak takipçilerini çekmiştir.

“Hangi dalda ben daha rahat, en azından kafamdaki o spor yap düşüncesini de okeyletebilirim. Orada pilatese baktım, şeye baktım, Yoganın biraz işte felsefe kısmı. İster istemez, çünkü tam fitnessinde kendi işleyen bir felsefesi var ama bu kadar detaylı değil. 198’lik madde, aydınlanma yolu, beslenme stilinden tut, nasıl düşünmen gerektiğini kadar söylüyor yoga felsefesi.” (Görüşmeci 19, erkek, 37)

Yogaya başlama motivasyonu içerisinde pandemi ve travmaların da oldukça etkili olduğu görülmektedir. Öncelikle pandemi sürecinde bireyin yaşadığı bunalmanın bir kurtuluşu olarak yoga, kendinle kalma deneyimi anlamlandırması nedeniyle etkili olmuştur.

Travma pek çok insanın yaşamının bir şekilde yön değiştirmesine imkan veren olayları kapsamaktadır. Travmanın boyutu, kesişimi farklılaşsada pek çok görüşmeci için yogaya yönelim, travmaların ardından gelen bir yönelimin ifadesidir. Bireylerin hayatında karşılaştığı her türlü güçlük kişisel ve toplumsal bazda travmalar yaratmaktadır. Bu tip durumlar bireyin yalnızca hafızasında değil bedensel olarak da kayıt altına alındığı anlardır. Böylece beden travmaları kayıt eden bir hafıza mekanı olarak da değerlendirilebilmektedir. Yoga pratiği, bireyin bedenini sahiplenerek travmayı bedensel olarak da aşmaya çalıştığı bir alana karşılık gelmektedir (Herman, 1992). Bir görüşmeci bu alanda kendi deneyimi üzerinden samimi bir aktarımda bulunmuştur:

“Ve dersin başında böyle bir konuşma yaptı eğitmenimiz. Dedi ki bu kalça açıcı ders, burada sıkışan duygular var ve bu ders sonunda ağlayanınız olabilir, ağlamak isteyeniniz. Gülmek isteyeniniz olabilir, bağırmak isteyeniniz olabilir. Çok öfkeleneniniz olabilir. Okeyiz biz buna. Yapmak içinizden gelirse yapın. Ben dedim ki içimden, abi siz ne yaşıyorsunuz ve nasıl saçmalıklar bunlar ya. Yaklaşık iki buçuk saatlik bir akış oldu. Akışın sonunda ben hüngür hüngür ağlıyordum. Ve neden ağladığım konusunda hala en ufak bir fikrim yok. Gerçekten o benim dönüm noktam oldu diyebilirim artık. Bu işe tamamen kafamı vereceğim ve bu yolda ilerleyeceğim. Çünkü o dersten çıktıktan sonra gerçekten kendimi iyi hissettim.” (Görüşmeci 20, kadın, 34)

Turner'ın *ritüel mekanları* olarak tanımladığı bireylerin bu içe dönme anları, sınırların çizildiği güvenli ve travmasız bir alanın inşasını anımsatmaktadır (Turner, 2018). Bu alandaki bedensel deneyim eski davranışların bir kenara bırakılarak travmatik deneyimlerle kazanılan ruhsal kaosun yerini dinginliğe bırakma süreci olarak görülmektedir. Bir görüşmeci için bu süreç pandeminin toplumsal travmatik sürecine de denk düşmektedir.

“Şöyle, pandemi döneminde evde kalınca bir evde insanı rahatlatacak ve esnetecek, bedensel olarak da rahatlatacak bir şeyler arayışına giriyor insan.” (Görüşmeci 5, erkek, 44)

Bir başka görüşmeci için pandemi dönemi bedensel sıkışmışlığın hat safhada olduğu ve bireyin buna çözüm aradığı bir döneme karşılık gelmiştir. O nedenle yoga pratiği bu sıkışmışlığın panzehiri gibi işlev görmüştür.

“Zamanı çok ya o dönemde, bir şeyler arıyorsun. Bir de işte vücudun katılaşmış, nasıl açabilirim diye düşündüm.” (Görüşmeci 17, kadın, 48)

Bir diğer bakımdan incelendiğinde Covid-19 pandemisi, yalnızca küresel bir sağlık krizi değil, bireylerin gündelik yaşam pratiklerini sekteye uğratan, kendileri ve toplumla kurdukları bağı dönüştüren derin bir toplumsal kırılma sürecini yansıtmaktadır. Bu süreçte pek çok birey, yoga gibi bireysel, manevi alanlara yönelim yaşamıştır. Bu yönelim, bedeni zinde tutmak ve sağlığını korumakla birlikte, zihinsel bir zindelik, kaygıyla baş etme stratejisi olarak karşımıza çıkmaktadır. Özellikle pandemi süreciyle birlikte pek çok katılımcı yoganın hayatlarında başka bir anlam ifade ettiğini anlatmaktadır. Bir diğer taraftan katılımcıların travmatik süreçleri ile pandeminin iç içe geçtiği ve kaosun hat safhada olduğu dönemde yoga şifanın kaynağı olarak hizmet etmiştir.

“Orada böyle bir şey açıldı. Bir kapı açıldı. Yoga is loading oldu birazcık. Sonra tabi işte birazcık bu yogaya gelen insanların da bence çoğunda olan bir şey. Travmatik süreçler. İşte işimden atıldım. Hayatımda en sevdiğim insanlardan birinin işte hastalık süreci, kayıp süreci üstüne doktora sürecimde çok ciddi sıkıntılar yaşadım... Sonra Covid patladı. Havuzum elimden alındı. Bisikletim elimden alındı. Yolda çıkıp yürümek dediğimiz o icat elimizden alındı. Evde tıkdık kaldık. Ama ben tek başıma yoga da yapmadım evde. Çünkü korktum. Ama araştırmaya başladım.” (Görüşmeci 1, kadın, 33)

“Pandemide de o yüzden insanlar bu kadar yogaya, meditasyona sarılmış durumda. Çünkü doğadan koptuk, iletişimsizlik başladı, kimseyle görüşemiyorsun, düşünsene ne kadar kötü

bir durumdaydık. Bu noktada bence artık insanların bir şeylerin farkına varıp, dediğim gibi farkındalık çok önemli. O şeyin özüne inmeye çalıştılar. Hani başladılar, merak ettiler. Biz yemeğe, içmeye gelmiş olamayız bu dünyaya sadece gibi bir... Mesela düşünen kesim de çok çoğaldı benim tanıdığım çevremde. Çok büyük bir dersti pandemi. Benim için de öyleydi.”

(Görüşmeci 22, kadın, 37)

Yogaya başlama motivasyonunun bireylerin hayatında başka nedenlerle ortaya çıkması gibi sürdürme motivasyonu da bambaşka boyutlarda deneyimlenmekte ve desteklenmektedir. Katılımcıların yoga yolculuğuna yönelik sürdürme motivasyonları kendilik arayışı, bireysel çözülme, varoluşsal anlamlandırma gibi zihinsel ve spiritüel çözümlemelerde kendini bulduğu gibi, görülme ihtiyacı, sıkılmışlık ve bunalmışlığın içerisinde ki bir kaçış alanı olarak da işlevselleşmiştir.

Bireylerin yoga ile kurduğu ilişki, zihin ve bedenlerini dengede tutarak daha dingin bir yaşam isteği üzerinden tartışmaya açıktır. Bireylerin geç modern dönemde yaşadıkları kimlik krizleri, kimliğin sürekli olarak yeniden yapılanmasına ihtiyaç duymakta ve birey kendi yaşamını sürekli “içsel bir düzenleme” aracına dönüştürmektedir (Giddens, 2010). Bir görüşmecinin yoga pratiğini mecazi değil gerçek anlamda hayatta tutan motivasyon olarak değerlendirmesi oldukça çarpıcıdır.

“Beni hayatta ve intihar teşebbüsünden uzak tutuyor yoga. İntihar planları yapacağına gelecek planları yap. Başarısız olursan intihar edersin demiştim. En azından bir dene yaşamayı demiştim. Yoga ile tanışınca da denemezsen de olur. Yaşa, tadını çıkar. İlla bir şeyi başarmaya bir şey kanıtlamaya gerek yok ki zaten yaşadıkça şunu da öğreniyorsun ki bazı şeyler zamanı olunca oluyor” (Katılımcı 6, erkek, 24)

Bu ifade spiritüel hareket ve inançların literatür tartışması içinde yürütülen yeni dini hareketlerin zararlı ve “kült” olarak nitelendirilen yapısıyla çelişmektedir. Bireyleri sistemli biçimde zorlayan ve baskılan organizasyonlar olarak tanımlayan tartışmalara karşılık yoga, bireyin kaybettiği yaşam enerjisi, yaşam isteğinin yeniden kuran işlevsel bir hayatta kalma bağına dönüşmüştür. Bireyin yaşamı artık bir başarı alanı olarak değil, deneyimlenmesi gereken bir süreç olarak görmeye başlaması kendi anlamını ürettiği alternatif bir düşünme biçimine sevk etmiştir (Heelas, 2008).

Bu anlam bazıları için varoluşsal bir anlam üretimi biçiminde gerçekleşirken bazıları için bedensel ve zihinsel bir çözülme yaratarak bireyi spiritüel bir duygulanıma yönlendirmektedir. Bu yönlendirme bireyin Turner’ın *liminal alan* olarak bahsettiği dönüşüm potansiyeli taşıyan bir eşiksel alanla ilişkilendirilmektedir (Turner, 2018). Yoga,

geçici olarak bireyin gündelik rollerinden sıyrılarak özel hissettiği bir mekânsal ve zamansal imkan sunmaktadır. Aynı zamanda bu mekan ve zaman alternatif bir akışta bireyin iç dinamiğine göre şekillenmektedir. Yoga; bireylerin anlam arayışı ve içsel huzur arayışlarına manevi gelişim hedefine dayanarak sürdürdükleri bir deneyim alanı olmuştur.

“Yani buna iten şey aslında yoganın felsefesi oldu. Yani dediğim gibi egzersizden çok daha fazlası var. Sadece bedenlen yaptığımız bir şey değil. Zihin, beden ve ruh bütünlüğünü sağlıyoruz aslında asanaları yaparken. Ve o anda gerçekten hiçbir şey düşünmüyor oluşun. İnsan o kadar hayattan soyutluyor ki, düşüncelerden. Sıkışmışlıklardan. O anda hiçbir şey düşünmüyorsun. Bu çok hoşuma gitti. Şimdi ben anlatıyorum ama hani yaptıkça gerçekten bedende bir çözülme başlıyor enerji akışı olarak. Bu enerjiyi günlük hayatta göremiyoruz. Çünkü sinir, stres, işte hayat telaşı, koşuşturma derken bunun farkına varamıyoruz. Ama yaptığın zaman gerçekten ya ben ne kadar özelmışim diyorsun.” (Görüşmeci 11, kadın, 29)

Bir diğer yönüyle çabada kalma ihtiyacı öz farkındalık düzeylerini arttırarak bireyin “kendilik teknolojileri” olarak ifade edilen tekniklerle kendini dönüştürme potansiyelini açığa çıkma stratejisi olarak da işlev görmüştür. Helas ve Woodhead (2005)’in tanımladığı biçimiyle yeni spiritüel hareketlerin temel özelliklerin biri; bireyin geleneksel inanç sistemleri dışında geliştirdiği bireysel dönüşümü ve kişisel gelişimini önceleyen, zihinsel yönelimli deneyim pratikleri tanımına yakınlık göstermektedir. Ayrıca Yıldırım ve Özbey (2022) tarafından yapılmış bir çalışma özelinde yoga yapan bireylerin stres, anksiyete, öfke gibi duygularla başka çıkma becerilerinin daha gelişmiş olduğu çalışmasına bir katkı niteliğindedir. Böylece yoga yeni spiritüel hareketlerle uyumlu bir paydaş olarak bireyin kendine yönelik ilgi ve şefkatini artıran bir deneyim olarak görülmektedir.

“Yani çakralar kısmı, işte felsefe kısmına dönüp kendimi tanıma halim. Her şeyden önce o kendimi sevmeme halimi gördüm ya, yani o kendini sevmeme halimi bana gösterip kendimi nasıl sevebileceğimi öğrettiği bir yere dokununca hayatımda dedim ki bunun daha da derinine inmem gerekiyor” (Görüşmeci 10, kadın, 27)

Tüm bu keşifsel ve ruhsal yönelimlerin yanı sıra yoga ile gerçekleşen bir şeyleri başarabildiğini hissetme duygusu ve bunun görünür olması bireyin performansına yönelik bir deneyim yaşadığının göstergesidir. Yoga her ne kadar anda kalma, çabada kalma ve sonuçlardan bağımsız olarak sürdürmeyi desteklese de pratiğe döküldüğünde modern bireyin içinde doğduğu dünyanın normlarını bu spiritüel alana da taşıdıkları

görülmektedir. Öyle ki başarı odaklılık Bourdieu (2015)'nin *habitus* olarak adlandırdığı düzen içerisinde öğrenilmiş ve kabullenilmiş bir çaba olarak karşımıza çıkmaktadır.

“Bir şeyleri başarıyormuşum hissi geliyor yani. Pratiğimde ben biraz böyle hızlı ilerledim. Hani böyle gerçekten hocalarım falan da çok şaşıyor. Hani yaptığım şeyleri falan. Bir şeyleri yapabiliyormuşum hissini çok fazla yaşadığım için galiba birazcık da yogaya tutundum. Ama şey hani mesela yogayı niye seçtim? Yoga evet hani böyle rahatlayarak aslında. Çünkü tam böyle doktora stresinin de olduğu işte hani hayat stresinin de olduğu ve hani o bir saat içinde aslında harekete odaklanıp hiçbir şey düşünmüyorsun. Yani bu mindfulness dediğimiz aslında hani şeyi, öyle düşünceyi durdurup sadece ana odaklanabildiğimiz bir süreç oluyor ya. Benim açıkçası o çok hoşuma gitti. Hem zihnini hem bedenini terbiye etmeyi öğreniyorsun gibi bir durum oluyor bence.” (Görüşmeci 21, kadın, 30)

Yoga gibi içsel dönüş alanında tekrar karşımıza çıkan şey bireylerin öyle ya da böyle bir sebepten bu normları pek de kapı dışında bırakamadıklarını göstermektedir. Toplumsal normların yeniden üretilmesi bir kenara bırakarak toplumsal normsuzluğun ve geçişkenliğin aktif olduğu *akışkan modernlik* dünyasında yönsüzleşen bireyin kendine bir yön tayin etme arzusu olarak da karşımıza çıkmaktadır. Yoga pratiğinde sıklıkla tekrar edilen “nefese odaklanma, kendinle kalma” motivasyonu bireyin kendisiyle olduğu kadar içinde bulunduğu toplumla da özdeşlik kurmasını sağlayan bir “ritüel alanı” halini almaktadır. Bu anlamda görüşmeciler:

“Yoga eğitmenliğini aldıktan sonra yoga eğitimi vermedim bu arada. Hep kendim için çalıştım. Beden terbiyesi için ve hala devam ediyorum.” (Görüşmeci 2, erkek, 43)

“Biz şunu yapmaya çalışıyoruz. Yani bütün gün birbirimizin gözünü oyduktan sonra iş yerinde veya bir yerlerde çok dini ya da düşüncelerimizin keskin veya birbirine düşman olduğu bir ortamdan sonra geliyoruz bir yerde. Şimdi dur sakın ol ve nefesi dinle. Bu olmuyor zaten. Bu olmuyor. Olmaz. Ama bu olmuyordan şuna da gelmek yanlış. O zaman yapmayalım. Bu da değil.” (Görüşmeci 16, erkek, 45)

Yoga’ya başlama ve sürdürme motivasyonlarında etkili olduğu kadar aktarma motivasyonunun güçlü bir yanı olduğu görülmektedir. Yoga yapmaya başlayan bireylerin yarısından fazlası yolculuklarına yoga eğitmeni olarak devam ettiği görülmektedir. Buna yönelik sayısal bir veriye sadık olamayışımızın sebebi bu alana ilişkin sayısal kayıt tutan bir merkezin olmayışındır. Ancak hem yapılan çalışmalardan hareketle hem de mevcut araştırma verilerimizin ışığında ne sebeple yogaya başlamış olursa olsun yoga ile yolu kesişen çoğu kişinin yoga eğitmenliğine yönelik ilgisi

bulunmaktadır. Yoga bilgisini paylaşmak bu manada pek çok farklı nitelikte karşılanmaktadır. Zihinsel ve bedensel dengesini kurarak kendini gerçekleştirmek isteyen bireyin bu kadim öğretiyi paylaşma isteği bir görüşmeci özelinde kendi merkezinde kalma ve kimliğini sürekli olarak kendine hatırlatma girişimi olarak tanımlanmıştır.

“Öğrendiklerin aktarmayı neden yapıyorsun diye bir soru sorulursa eğer, en temelinde aslında şu kendini bir daha hatırlatmak için ve merkezi tutmak için aslında. Çünkü bunu yapmazsan başka yerlere dağılıp duruyorsun. İnsan kendinden başka hiçbir şey yapamıyor aslında. Yaptığımız ötekilere de fayda getirebilirsiniz ama her ne kadar söylemde ya da niyette bu olsa bile ben insanlara hizmet etmek istiyorum. Ben insanları bağışlamak istiyorum. Aslında biz kendimize yapıyoruz. Ama kendimize yaptığımız şeyi böyle bir güzellikle yaparsak güzel niyetler yapabilecek, o başkalarını da fayda getiriyor zaten.” (Görüşmeci 16, erkek, 45)

“İnsan kendinden başka bir şeye yapamıyor aslında” ifadesi yoganın bireyle iç içe geçmiş manevi yönünün anlaşılmasında önemli bir dayanak sunmaktadır. Bunun yanında tüm insanlığın bağışlanması ve insanlara hizmet etme isteği kendilikten ötekine giden bir yol olarak düşünülebilir. Heelas (2008)’ın yeni maneviyat arayışı içerisinde tartıştığı üzere, bireysel spiritüel bilgiyi başkalarına aktardıkça aslında daha derin bir otantiklik deneyimi yaşama imkanı bulmaktadırlar. Bu, dışsal bir öğretme değil içsel dengenin sürdürme biçimi olarak görünmektedir. Bu ifade bir biçimiyle Roof (1999)’un bireysel maneviyat arayışlarının kamusallaştığına yönelik aktarımıyla ilişkilendirilmektedir. Bunun bir misyon değil “şahitlik” olarak algılandığını vurgulayan Roof’un içtenlik ve gönüllülük vurgusu dikkat çekicidir (Roof, 1999). Taylor (2012) ise bu durumu *otantik benlik* kavramı üzerinden kurmuştur. Otantik benlik bireyin içten değerlerle deneyimlemeye başladığı bir alanı (ki bu alan başkalarını etkilemese dahi kendi başına anlamlıdır) ilham verici biçimde başkalarıyla paylaşmaya yönelen bir girişimdir. Bu kendilik deneyiminin toplumsal bir karşılığının da göstergesidir (Taylor, 2012).

Aynı zamanda yoga bilgisinin bir sohbet esnasında ya da yoga dersi akışı içerisinde aktarımı bireylerin kendilerine iyi gelen bir şey olarak değerlendirmeleri ile kendiliğin ifade edilmesi bağlamında önemli bir işlev kazanmaktadır. Giddens (2012)’a göre geç modern toplumda birey, içsel deneyimlerini estetik biçimde başkalarına sunarak sosyal bir bağ kurma girişimindedir. Bu bireyin kimliğinin yeniden üretmesinin yanısıra bireyin kendi olma halini başkalarıyla paylaşarak meşrulaştırmasının göstermektedir.

“Aslında şöyle, motivasyon kaynağı olduğumu hep söylerlerdi. Yogadan önce de ben sabahları kalkıp koşarken arkadaşlarım bizi de uyandırdı. Tamam biz kalabalık gruplar haline uzun dönemler koşarak, yürüyerek devam ettik. Ama yogadan sonra sadece şeyi görmeye başladım. Karşımdaki kişiyi hazır olduğu şekilde, hazır olduğu anda hazır olduğu cümle ve iletişimle söylemeyi öğrendim.” (Görüşmeci 18, kadın, 36)

Yoga bilgisini içselleştirmiş bireyin bunu aktarma motivasyonuna yönelik dönüşümünde bu bilgiye ait önemli bir çıkarım sağladığı görülmektedir. Yoga bilgisinin sadece bireysel bir seçim ve dönüşümden ibaret değil, evrensel bir kurtarıcı bilgi olarak yayma isteği Berger (2002)’in ima ettiği manada modern dünyadaki manevi ve dini pratiklerin bireysel tercih haline geldikçe paylaşılmasının değerli deneyimlere dönüşmesi olarak okunabilmektedir. Yoga bu bağlamda misyoner olmayan bir evrensel değer olarak karşımıza çıkmaktadır.

“Bu eğitime giderken ki niyetim aslında öğrenmek ve kendim uygulayabilmek güdüleriyle başlamıştı ama şuna geldi biraz. Bu çok değerli bir bilgi. Bunu merak edenlerle ve insanlarla paylaşmak gerekiyor sanki.” (Görüşmeci 16, erkek, 45)

Bu etik bir sorumluluk olarak yoganın paylaşılmasını ve yaygınlaşmasına yönelik isteği getirmektedir. Yogayı aktarma biçimin geleneksel dini yapılardan farklı olarak gönüllük esasına dayanan bir yapısı olduğu görülmektedir. Aynı zamanda yargısızlığı önceleyen bu aktarımda bireyin hazır bulunuşluğu mevcut bilgiyi edinmesindeki en önemli faktör olmuştur.

“Yani Şunu düşünmüştüm ben hep küçükken, ya biz Müslüman bir ülkede doğduk, işte bu kurallara göre büyütüyoruz, kendimi geçmişe götürüyorum. Birisi gelse bana dese ki, ya senin inandığın bu din aslında doğru bir din değil, ben yeni bir din getirdim, doğru olan bu. Tercih eder miydin? Etmezdim muhtemelen. Çünkü ben doğru bildiğim şeyle büyüdüm ve biz hiç kimseye bir şeye inanması için baskı uygulayamayız. Biz sadece onu öğretmekle, merak edeni anlatmakla, öğrenmek isteyeniyi yanıtlamakla mükellefiz” (Görüşmeci 8, kadın, 26)

Bu ifade Habermas (2019)’ın *iletişimsel eylem* kuramı ile de ilişkili görülmektedir. Habermas’a göre birey, kendi anlam dünyasını başkalarıyla paylaşmak istemektedir. Bu paylaşım rasyonel ve etik düzeyde bir diyalogla gerçekleşebileceği gibi bireysel seçime dayalı bir soft alanda da gerçekleşmesi mümkündür.

3. Yoga ve Yargılar

Yoga felsefesi itibariyle “yargısızlık” kavramının sıklıkla üzerinde durulduğu bir içeriğe sahiptir. Zihin ve beden temasının yargısız biçiminde gerçekleşmesi bireyin kendisiyle ve kendisi için çıktığı yolculuğun ilk koşuludur. Ancak yoganın toplumsal yaşam ve bireylerle temas ettiği noktada yargılar önyargı, toplumsal yargı ve cinsiyet yargıları gibi pek çok alanda karşımıza çıkmaktadır. Bu tema kapsamında:

3.1 Toplumsal yargılar

3.2 Toplumsal cinsiyet yargıları

3.3 Yoganın geleceğine yönelik yargılar

3.4 Yoganın bilimle kesişimi

Kategoriler altında tartışma yürütülecektir. Ön yargılar bu diğer kategorilerin içerisinde farklı noktalarda temas eden biçimde yerleştiği için ayrı bir kategori olarak değerlendirilmemiş önemli bir koddur.

3.1 Toplumsal yargılar/protesto

Her toplum belirli norm ve değer yargılarına sahiptir. İyi veya kötü, fazla ya da eksik olsun toplumsal yargıların temas etmediği bir alan bulmak neredeyse imkansızdır. Yoga felsefesi Doğu mistisizmin yansıtan biçimiyle bir din imajı verdiği gibi, spiritüel bir arayış pratiği olarak yeni bir akım olarak da değerlendirilmektedir. Roos ve Thomast’tan aktaran Köyüstü (2021)’ne göre yoga; kişilerin manevi olarak zihinle ve duygusal temaslarla zihin ve beden dengelerini koruyarak rahatlatmak amacıyla tasarlanmış eski bir disiplinden ötesi değildir. Bunun yanında yine Shroff ve Asgarpour’tan aktaran Köyüstü (2021)’ne göre yoganın en büyük amacı, yaşam formları içerisinde yargısız ve hoşgörüyle ilerleyen bir toplum yapısını tesis etmektir. Bu manada bir din olarak değerlendirilmese dahi, bir inanç seti olarak toplumsal birlik duygusunu tesis etmektedir. Böylece yoga bireysel faaliyetleri barındıran ve buradan hareketle toplumsal düzeni tesis eden bir ahlaki motivasyon olduğu da düşünülebilir. Yoga asanaları ve pratiklerinin bedensel sağlık ve fiziksel gelişim ile ilişkilendirilen alanlar olmakla birlikte, felsefi ve spiritüel yönü ile din imajı çizen mistik bir aydınlanma yolu da sunmaktadır. Toplumsal yargılar bu noktada özellikle Eskişehir özelinde yapılmış bu çalışmada oldukça görünürdür. Bireylerin içinde yaşadığı kentler ve memleketleri olarak

nitelendirdiği mekanlar arasında derin sınırla çizimleri bu yöreye ait yargıların değişiminin altını çizmektedir. Yöresel manada bir topluluğun genel yargıları genellikle geleneksel yaşam biçimi ve dindarlık alanında toplanmakla birlikte, toplumsal başarı kaygısı, statü ve gelecek kaygısıyla da ilişkilendirilmiştir. Böylece Türkiye gibi sosyo kültürel manada değişken dinamikleri bulunan gelenekselliği, dindarlığı ve modernliği bir arada yaşayan bir ülkede yoga farklılaşan anlam mücadeleleriyle karşı karşıya kalmaktadır.

“Biz ... (Memleketini belirtiyor, Güneydoğu’da bir il). Babamdan şöyle bir cümle duymuştum ya, bizim kültürümüze tersmiş tarzı ve o kadar çok şey duymuş ki işte biri geliyor oradan, bir ışık geliyormuş, aydınlanıyormuşsun.” (Görüşmeci 3, kadın, 25)

Kültürel manada bir ayrışma içinde olan toplumsal yargıların Foucault (2003)’un “normallik rejimleri” bağlamında değerlendirilmesi mümkündür. Buna göre “normlar” toplumdaki bireylerin duruşları, düşünceleri ve davranışlarıyla ilişkilendirilerek kabul görmektedir. Aşırılışmış olan her şey norm dışına itilmeye mahkum görünmektedir. Bir görüşmecinin yoga ile olan ilişkisinin aşırılık düzlemine taşınması, çevresi tarafından ciddi bir yargı ile karşılaşmasına sebep olmuştur.

“Şöyle, ilk zamanlar tabi bunu sadece bir beden hareketi olarak gördükleri için... İy ben hep hareketli bir insandım. Ama bunun tasavvufla birleştirildiği aşamada yakın çevremde bir korku başladı. İşte çok mu içindesin? Bir kere dilim değişti. Güzel bir şey. Kendinin farkına varıyorsun... Ve birden değişip arkadaşlarım da o ince çizgi de mi acaba? Yani şu an gerçek dünyayı algılıyor mu? Her şey yoga mı” (Görüşmeci 18, kadın, 36)

“İşin çok içinde olmak” yüzeysel ilişki ve kalıpların normal kabul edildiği bir düzenin içerisinde yargılanmaya açık bir hali yansıtmaktadır. Böylece yoga, bedeni ve zihni disipline ederek dinginleştiren ve yogayı bir yol olarak içselleştiren bireyler için çıkış kapısı niteliği taşısa da modern tüketim toplumunun performatif biçimdeki beden normlarıyla da çatışmaktadır.

“Çünkü ben, ailem memlekette(şehir ismi aktarılmadı, Anadolu’da küçük bir il) yaşıyor şu anda. Benim annemi arayıp instagramlarımızı görünce şey demişler, Ayşe (isim değiştirilmiştir) senin kızlar balerin olmuş(gülüyor). Annem Allah’tan biz kendimce bilinçli bir aileyiz ki bizi desteklediler.” (Görüşmeci 7, kadın, 24)

Bu görüşmecinin verisi kapsamına değerlendirildiğinde yoga, bağlı olduğu mekan ve kültür ile çetrefilli bir ilişki kurmaktadır. Anadolu’nun bir bölgesinde yaşayan aile ve çevresinden gelen yargılara dayanarak görüşmeci, yoga yapma halinin balerinlikle özdeşleştirilmesini gülümseyerek ve biraz da alaycı bir tavırla dile getirmektedir. Annesinin bu yöreye ait bilinçli bir aile olmasını önemli gören görüşmeci için yogaya

yönelik yargılar bilinç düzeyiyle yakından alakalıdır. Aynı görüşmecinin devam eden ifadelerinde;

“ Hani gene biz burada biliyoruz bir şeyler ama onlar orada bir şey den habersiz yani... Ben memlekete gittiğimde karşılaştığım bir de şöyle bir kesim oldu. Oradan çıkmak isteyen, dışarıyı çok merak eden ama aile baskısı olur ya da işte orada doğmanın verdiği ya da işin orada olmasının verdiği zorluklardan dolayı hiç çıkamayan insanlar sana çok saygı duymaya başlıyor. Ooo hocamız gelmiş, biraz daha burada kal bize oraları anlat, yogayı anlat. Nasıl bir şey yapıyorsunuz? ” (Görüşmeci 7, kadın, 24)

Dolayısıyla yogaya dair bir şeylerden haberdar olmak, içinde yaşadığın mekanın sembolik sermayesi ile çok ilişkili görünmektedir. Aynı görüşmecinin memleketi üzerinden verdiği bir diğer örnekte, dogmatik bir kültürel deneyim sahasından kaçış olarak yoga, ilgi çekici bir alandır.

Yoga felsefesinin Türkiye coğrafyasında din ve geleneksel inanç yapısı arasındaki gerilim, toplumsal yargıların şekillenmesindeki önemli etkenlerden biridir. Özellikle bu bağlamıyla modern bireyin dinsel kimliği ile spiritüel arayış arasındaki ikilemi yönetmede kararsız kaldığı ve kendine alternatif kimlikler ürettiği bir sahaya geçiş söz konusudur (Aydın, 2019). Bir görüşmeci yakın bir arkadaşı ile arasında geçen çatışmayı şöyle aktarmıştır.

“Çünkü ben yoga, neden yoga yapıyormuşum? Neden mutluluğu ve huzuru namazda bulmuyorum da yogada buluyorum diye. İşte ben güneşi selamlıyorum, güneşi, bir süre sonra güneşe tapacağım. Diyorum ki hayır öyle bir şey değil yani. Öyle bir ritüel var evet. Evet, gerçekten orada insanlar güneşi bir tanrıça olarak görüyorlar. Çünkü yaşam kaynağı olarak görüyorlar. Ama ben hani içimde inanç oralara girersek güneşe tapmıyorum ben... İşte neden burada sabah namazına kalkmayan insan neden meditasyona, sabah erkenden meditasyona kalkar? Ama diyorum ki ben gerçekten huzuru orada buldum.” (Görüşmeci 22, kadın, 37)

Bu manada Taylor (1989) modern bireyin kendi içsel hakikatinin bulmak istediği yol ile geleneksel dini kalıpların çatışabileceğinden bahsetmektedir. Ayrıca yoga başlangıcı itibariyle daha marjinal bir gruba yönelik pratikleri ve içerikleri barındırdığı savına dayanılarak toplumsal olarak çözülen kabulün yargılardan uzak olamadığı iddiası da geniş bir yer tutmaktadır. Marjinallikten meşruiyete doğru bir geçişin simgelandığı yoga, Bourdieu’ nun alan kuramı üzerinden kurgulanabilmektedir (Bourdieu, 2017). Yoga pratiği kültürel alandaki sermaye biçimlerini yeniden üreterek meşrulaşan bir sisteme doğru dönüşmektedir. Önceleri “zengin sporu”, “batı özentisi” gibi etiketlerle

dışlandığını söyleyen görüşmeciler, zamanla toplumsal değişim ve dönüşümlerin alan açtığı bir spor aktivitesine dönüştüğünün altını çizmiştir.

“Artık yoga yaygınlaştı. Bundan diyelim 20 yıl önce çok daha marjinal bir şeydir mutlaka yoga. Ama şimdi daha yaygın özellikle sosyal medyanın etkisiyle hızla yayılıyor ve hızla benimseniyor ve kanıksanıyor. Göre göre bazı şeyler normalleşiyor ya sosyal medyada bu normalleşmeyi çok hızlandırıyor yani.” (Görüşmeci 5, erkek, 44)

“Yani şöyle bir algı var. Yoga'yı parası olan insan yapar gibi bir algı vardı mesela bir ara. Yoga zengin sporu gibi bir şey çıktı. Yoga zengin sporu gibi bir şey çıktı tenisle falan eşleştirildi.” (Görüşmeci 14, erkek, 33)

Bir başka görüşmeci için yoga, geçmişteki görüntüsüne göre daha prestijli bir yerdedir. İnsanların içeriğe yönelik bilgilere hakim olmadan yargıladığı pratikten, yapmanın zor olduğu ve zor olması gerekçesiyle kabul gördüğü bir noktaya evrilmiştir.

“Şöyle bence artmaya başladı. Çünkü yoga artık... daha prestijli bir yerde. Bundan 5 yıl önce daha çok aşağılanan, dalga geçilen bir şeyken şu anda artık insanlar yoga yapmanın gerçekten zor bir şey olduğunu, çaba gerektirdiğini ve tüm sistemini kapladığını idrak etmeye başladılar.” (Görüşmeci 8, kadın, 26)

Yoga pratiğinin zorluğu ve meşrulaşması ile arasındaki ilişki oldukça anlamlıdır. Bu aynı zamanda Goffman’ dan esinlenerek bu alanda kullanabileceğimiz “damgalama” kuramıyla ilişkilidir (Goffman, 2020). Toplumsal etiketleme biçimi olarak kolay yapılabilecek şeyler, toplum tarafından hor görülmeye ve değer görülmemeye layıktır. Ancak bir pratiğin “zor” olması, dolayısıyla herkes tarafından yapılamıyor olması onu norm dışı bir marjinalliğe doğru sürüklerken meşruluğunu “özel olma” üzerinden yeniden kurgulaması anlamına gelmektedir. Bir görüşmeci için bu durumun toplumsal karşılığı benzer bir kabulle oluşmuştur.

“Yani toplumsal tepkiler benim beklediğim kadar sert değildi açıkçası. Yani daha böyle alaycı bir tutum bekliyordum ben. Ama öyle olmadı. İnsanlar bilakis takdir ettiler. ...Ve çoğu kişinin ortak tepkisi, biz işte bağdaş grubu omm demek sanıyorduk yogayı... Aslında o kadar da böyle bedensel olarak tırnak içinde minnoş bir şey değil. Bayağı zorlayıcı.” (Görüşmeci 5, erkek, 44)

Yoganın “minnoş” bir aktivite olmayışı onu cinsiyetçi bir yerden okumayı mümkün kıldığı gibi yalnızca bazı becerilere sahip kimselerin yapabileceği bir aktivite olarak özelleştirmektedir. Bu yaklaşım yoganın sınıfsal bir manada, elitist bir yaklaşımla değerlendirildiğinin göstergesidir. Harvery’in(2019) neoliberalizm toplumunda kişisel gelişim arayış ve pratiklerinin piyasa nesnesine dönüşerek metalaştığı bir sistemi de

yansıtmaktadır. Bir görüşmeci için yogaya yönelik yargıların bir diğer tarafı yoganın maddi bir kaynak karşılığında aktarımı üzerinden yapılan değerlendirme olmuştur (Harvey, 2019).

“Ya bize bir ders versene ama paramız da yok yani buna para veremem. Ona para vermeyi kendine yakıştırmıyor. Yani ben böyle biri değilim, ben enayi değilim, beni dolandıramazlar kafasıyla bakıyor ve buna para veremem ama bir de deneyelim bakalım neymiş, bir de merak ediyor içeriden bir yerden. Hani böyle insanlar da var.” (Görüşmeci 7, kadın, 24)

Böylece yoga deneyimi para ile satın alınabilecek bir deneyim olarak belirli bir sınıfsal kategoriye işaret etmektedir. Aynı zamanda para ile kurulan bu sınır, parası olmayanın erişemeyeceği elitist bir alana da çekilmektedir. Yoga, bu manada simgesel bir sermaye biçimi olarak sahip olanın avantajlı olduğu bir entelektüel tüketim malzemesi olarak değerlendirilebilmektedir.

Yoga pratiği ile özdeşleşmiş bir diğer nokta, yoga yapan bireyin daha sakin, kendini ve duygularını kontrol edebilen bir içgörüyle hareket edebilmesidir. Buna yönelik toplumsal yargılar ise, yoginin bedeninin de disiplin altına aldığı bir pratik alanını temsil etmektedir. Yoga yapma pratiğinin tamamen sınırlarından ve zihinsel modifikasyonlardan arınarak “aydınlanmış” bir yaşam pratiğine dönük olduğu baskısı, bireyin kendi üzerinde ki tahakkümü artırmasına sebep olmaktadır.

“Mesela şöyle, diyor ki, bu kadar yoga yapıyorsun hala sinirleniyorsun Sen de o kadar meditasyon yapıyorsun ama hiç sınırlarına hakim olamıyorsun. Öyle deyince daha çok sinirlendim. Yani bu böyle bir toplumsal baskı da var.” (Görüşmeci 22, kadın, 37)

3.2 Cinsiyet kalıpları ve yargıları

Yoganın cinsiyet kalıplarına yönelik yargıları oldukça kapsamlı bir tartışma alanı sunmaktadır. Öncelikle bu alan pek çok görüşmecinin tekrarladığı ve alan yazında da karşımıza çıktığı kadarıyla ezici çoğunluğunun kadınlardan oluştuğu görülmektedir (Cengiz ve Gür, 2021). Bu kapsamda yalnızca yoga değil, spiritüel arayış olarak nitelendirilen diğer alanlarda da bu şekildedir. Ancak yoganın spiritüel ve alternatif bir maneviyat zemini olarak eklektik ve kabullenici yapısı erkek katılımcılarında hızla artan ilgisine sahiptir. Yoga felsefesi itibarıyla kadın veya erkeklere yönelen bir içerik sunmamaktadır. Aksine yoganın cinsiyetlere yönelik bakışı daha eşitleyici bir perspektiften birlik vurgusu üzerine konumlanmıştır (Candan, 2021). Ancak yoga pratiğinin özellikle Türkiye’de ki uygulamaları ve bu araştırma kapsamındaki görüşmeci

verileri ile farklı başlıklar altında tartışmaya açılmıştır. Yoganın feminizm, beden in cinsiyetlendirilmesi, enerji kurgusu üzerinden cinsiyetlendirme, kadınlara yönelik bir spiritüel bir alan olarak kamusalıktan kaçış ve ticarileşmeyle birlikte metalaşmış bir cinsiyet sunumu temaları üzerinden ayrıştırmak mümkündür.

Bu ayrıştırma literatürle ilişkili biçimde spiritüel arayış alanın cinsiyet yönelimlere ilişkin kapsamlı bir veri sunarken, erkeklik, kadınlık gibi pek çok kavramsal tartışmayı da açmaktadır. Öylesine geniş bir yelpazenin bir alt kategori kapsamında tartışılmasının mümkün olmadığı gibi, özellikle feminist tartışmaları da içine katacak olduğumuzda çok çeşitlenmiş literatür kapsamını değerlendirmek bir sonraki çalışmalarda ayrıntılı incelenmek üzere ötelenmiştir. Dolayısıyla bu bölüm sınırlı bir değinmenin ötesinde kapsamlı bir değerlendirme yaptığı iddiasını taşımamaktadır.

Yoga pratiği, tarihsel değerlendirmeler içerisinde özellikle Doğu gelenekleri içerisinde geniş bir yer tutarken, Batı'ya yönelimi ve burada ticarileşmesi ile spiritüel bağlamının dışında başka kavramlarla özdeşleştirilmiştir. Özellikle yoga giyim tarzı nedeniyle “tayt giyen fit ve esnek kadınlar” ve “kadınların yapmış olduğu spor” temsili üzerinden metalaştırılmıştır (Candan, 2021). Özellikle erkek katılımcıların yoga yapma deneyimine yönelik almış olduğu eleştiriler, manevi bir pratik olarak yorumlanan yoganın cinsiyetlendirmiş görünümüne örnek teşkil etmektedir.

“Kadınların yapmış olduğu bir egzersiz. Sana yakışmaz. O garip guraba şekillerde nasıl durabiliyorsun? Niye duruyorsun? Yani şöyle... Benimle çok dalga geçtiler.” (Görüşmeci 2, erkek, 43)

Bu görünüm Bourdieu' nun habitus kavramı ile erkeklik ve kadınlık normları üzerinden açıklanabilir (Bourdieu, 2015). Özellikle erkekliğin hegomonik bir güç nesnesi olarak ortaya çıkışı ve “güç, kuvvet” gibi dinamiklerle özdeşleştirilmesi toplumsal cinsiyet rollerinin bir tezahürüdür (Cengiz ve Gür, 2021). Elbette erkeklik biçimleri ayrıntılı biçimde birçok sosyo- kültürel etkiyle yoğurularak başka teorilerde tartışılmıştır. Erkeklerin anlam arayışına yönelik kaygıları, mevcut toplumsal bağlam içerisinde iş ve para ile kurduğu ilişkiler, erkek duygusallığının farklı yorumlanması gibi pek çok etken erkeklerin yoga ile kurduğu ilişkinin çeşitlenmesine sebep olmuştur. Özellikle Gür ve Cengiz (2021)'in bu alanda yayınlamış oldukları çalışmada Hegomonik erkeklik biçimi olarak, erkeklerin kendilerine güvenli, yeterli ve yardıma ihtiyaç duymayan bireyler olarak nitelendirilmelerinin, erkeklerin spiritüel arayışlara yönelik ilgi ve alakaları

üzerinden ciddi bir tahribat yarattığı savının üzerinde durulmuştur. Diğer taraftan bu alanlara yönelik ilgi “yaratım enerjisi” ya da “dişil” enerji üzerinden sıklıkla ilişkilendirilmiştir. “yaratım enerjisinin” dişillikle özdeşleşmesinin, kadının spiritüel alana yönelik ilgisinin nedeni olarak sunulurken, erkeğin ancak dişil enerjisini açığa çıkararak içinde bulunabileceği bir alan olarak kodlanması ilgi çekicidir.

“Yaratım enerjisi diye bir şey var ya, Kadının doğurganlığı. Evrenin, yaratım enerjisinin dişinin doğurduğu, kadın doğurduğu yani. Yani dünyadaki erkek yogilerin de daha efemine, daha kadınsı yani bedenlerindeki dişil enerjiyle bu icraları yaptığını ben görüyorum. Hatta benim içerisinde, iletişim içerisinde olduğum kişilerin çoğu daha dişil enerjiyle oradalar. Dişil enerji, hani erkek kadın olarak ayıracak olursak. Bunun yaratım enerjisine, şöyle, yaratım enerjisine bağlanabilir.” (Görüşmeci 2, erkek, 43)

Bunun yanı sıra eril ve dişil enerjinin herkesin içinde olduğu ve yalnızca baskın tarafında açığa çıktığına yönelik bir söylemde dikkat çekicidir. Ancak enerjisinin dişil yönünün ağır basması erkeklerin, tamamıyla eril bir enerji ile bu alanda barınamadığı düşünülmektedir.

“Bir de yani, dikkat edersen, yogacı olup ön planda olan erkekler daha efemine. Onun için erkekler bence bundan biraz kaçıyor. Yani onlar da sanki öyle etkilenecekmiş gibi düşünüyorlar.” (Görüşmeci 17, kadın, 48)

“Ben onu o şekilde görmüyorum. Yani oradaki alanda şeyi görmüyorsun. Erkek ve kadın değil. Dişi ve eril. Hepimizin içinde var. Onun içinde de bir dişil taraf var, benim içimde de bir eril taraf var. Orayı dengeliyorum orada. Ama dengelemek lazım yani.” (Görüşmeci 18, kadın, 36)

Böylece Judith Butler (2014)’ın *cinsiyet performativitesi* kuramı üzerinden düşünüldüğünde, yoga pratiğini dişil enerjiyi çıkararak ya da yalnızca kadın ya da erkek olarak pratik etmek, cinsiyet kimliklerini pekiştirdiği gibi onları başka anlamlarda yeniden üreten bir performans olarak ortaya çıkarmaktadır.

“Erkekler ponçik spor olarak adlandırılıyor. Yani çünkü erkek güç ağırlıklı çalıştığı için kas yoğunluğunu büyük kütleler halinde görmek istiyor. Yoga bize büyük kas kütlesi, görsel olarak büyük kas kütlesi getirmiyor. Daha ince, uzun kaslar getiriyor... Erkek dediğimiz şey, o gücü göstermek istiyor.” (Görüşmeci 18, kadın, 36)

Yoga pratiğinin daha feminen bir alan olarak kodlanması esasında bir damgalanma biçimi olarak “erkeklik krizleri” ile ilişkilenebilir. Doğan(2012)’a göre geleneksel erkeklik rolleri, duyguların ifade edilmesi, içsel farkındalığın açığa çıkması

gibi unsurlar karşısında kırılmalışmaktadır. Bu kırılmalılığın görünürlüğü, erkekler ve çevreleri tarafından bir “cinsiyet ihlali” potansiyeli taşımaktadır. (Doğan , 2012)

“Dış çevre bendim. Yogaya önyargıyla yaklaşan bendim. Yani beni başlatırken dayım var. Dayım eşcinsel olduğı için ilk başta dayım beni götürürken esprisini de yaptım. gay gay şeyleri niye götürüyorsun diye.”(Görüşmeci 6, erkek, 24)

Benzer şekilde bir başka görüşmeci bu ihlali, yoga yapmak isteyen erkeklerin karşılaştıkları toplumsal baskılar özelinde değerlendirmiştir. Ancak bu baskılara karşısında erkeklerin “gizli” bir alana taşıdıkları istekleri toplumsal baskı, sıkışmışlık ve cinsiyet rollerinin erkeklik üzerinden okunmasına imkan vermektedir. (Yılmaz , 2021)

“Eğer yoga ile çok alakası olmayan biriye bir erkek grubuyla konuşuyorsun o anda. Kanka gay misin? Yoga yapacaksın. Bu yapıştırma olduğunda içinde varsa da o anda işte diyemiyor saçmalama diyemiyor. Ya ne işim olur yogayla diyor ve kestirip atıyor ve sonradan ya hocam bi özel ders alabilir miyim, kimsenin görmediğı yerde bir özel ders yapabilir miyiz?” (Görüşmeci 7, kadın, 24)

Aynı zamanda mevcut literatür, erkeklerin spiritüel pratiklere katılımında kadınlardan ciddi manada farklılaşan biçimiyle azlığını ortaya koysa da spiritüel liderliğin, erkek figürü üzerinden tekrar açığa çıktığı ve erkek spiritüel lider ya da eğitmenlerin, erkek öğrencilere oranla çoğunlukta olduğunu ortaya koymaktadır. (Cengiz ve Gür, 2021) Çalışmamız özelinde bu alan ilişkin anlamlı bir veri olmadığından yorum yapmak güçtür ancak bir görüşmecinin bilindik erkek bir spiritüel liderin görünümüne ilişkin yaptığı yorum oldukça dikkat çekicidir.

“... Karşıma bir adam çıktı. Renkli bir taht. Turuncular içerisinde. Tırnağında böyle renkli renkli ojeler. Bu ne ya dedim. Böyle bir ön yargı. Ama nasıl bir ön yargı? Bu nasıl bir şey ya dedim. Bir açtım böyle bir 10 dakika zor dayandım yoga yaparken 10 dakika falan kapattım. Dedim ki aman ya dedim zaten bir şeyle benzemiyor kadın mı erkek mi ne bu belli değil falan diye.” (Görüşmeci 22, kadın, 37)

Tüm bu süreç, ataerkil toplum yapısı içerisinde yaşamlarını sürdüren bireylerin yoga ile kurdukları ilişkiyi cinsiyetlerden sıyrılmış bir alan olarak yaşamamalarına sebep olmaktadır. Cinsiyetten sıyrılamama, toplumsal cinsiyet normlarını yeniden üretirken, toplumda cinsiyetler üzerine oluşturulmuş tahakküm ve sınırlayıcı değerleri yerinden etme veya esnekleştirme anlamında işlevsel bir görünüm de sunmaktadır. Alandaki yoğunlaşmanın erkek ya da kadın popülasyonu üzerinden değerlendirilmesi, sınırlarının muğlak ve bireysel olduğu “özel bir alan” inşasını tetikleyen bir unsurdur. Dolayısıyla kadının kamusallaşması, kendine zaman ayırması ve çıkış noktası olarak yogaya

yönelimi, spiritüel arayışların moder bireyin bireysel kimliğinin üretebildiği özgür bir alan inşası ile benzeşmektedir (Giddens , 2010). Böylece kadının özellikle ev içi emeğinin meşru görüldüğü ve aile düzeni içerisinde anlamlı olduğunu sürdüren ataerkil dayatmacı görüşün karşısında yoga, kadına ev dışında bir karşı-kamusal alan inşa etmektedir.

“Erkekleri bilmiyorum ama kadınların daha çok dahil olacağını düşünüyorum ben. Yine çünkü çok fazla baskı var toplum olarak. Ve kadınlar hani bir çıkış noktası, bir şey, kendini bir yerden ayırıştırıp kendine zaman ayırma. Belki bunun için yine kadınlar üzerinden gidecek.” (Görüşmeci 18, kadın, 36)

Dolayısıyla yoga, kadınlar için alternatif bir kamusal alanı olarak kendi benliklerini özgürce kurmalarını sağlayan güvenli bir alan oluşturma potansiyeline sahiptir. Bir görüşmeci bu çatışmayı, ailesiyle yaşadığı tartışma üzerinden açıklayarak, kadınların toplumda özellikle evlilik içerisindeki belirli normlara uymalarını öğütleyen geleneksel yaklaşımın tutumuyla karşı karşıya kalışını aktarmıştır:

“Ben de ilk başta kabul ettirmekte çok zorlandım anne ve babama. Bildikleri ve kabul ettikleri bir çalışma biçimi var kadının. Çalışıyorsa bile sabah 9'da akşam 6'da gider, akşam 6'da çıkar, akşam evinde olur, yemeğini yapar. Çocuğu varsa bakamıyorsa belli bir miktar o bakar, ondan sonra bakıcısı olur. Bu öğrenilmiş bir hayat düzeni. Orada çok çatışma oldu. Yani sen eşin izin veriyor mu yoksa sen eşine rağmen mi yapıyorsun? Bak bunu iyi ayırt etmen lazım. Bak kızım olmaz. Evin şöyle, evin böyle. En fazla savaşı onlarla vermişimdir.” (Görüşmeci 4, kadın, 33)

Elbet madalyonun diğer yüzü kadının ev içi emek sömürüsü ve gündelik pratiklerini dahi ev içine hapsedme biçiminde değerlendirildiğinde başka bir tartışma alanını doğurmaktadır. Evden online olarak yoga dersleri veren evli ve çocuk sahibi kadın bir katılımcının görüşü dikkat çekmektedir.

“ Yani evde işte 1 saat 1,5 saat neyse, dersimi yapıyorum sonrasında yemek, bulaşık hepsine zaman kalıyor. Evden çıkmadan, işlerim aksamadan halloluyor yani.” (Görüşmeci 22, kadın, 37)

Özellikle evden çıkmadan ve ev işlerini aksatmadan pratiğini devam ettirme motivasyonu, kadının ev içi iş yükünü azaltmadığı gibi, bunların yanına ek olarak yüklenmiş bir görev olarak görünmektedir. Dolayısıyla bireyin kendi özgürlüğünü kurguladığı bir alan olarak yoga, ataerkil sistemle de örtüşerek meşru biçimde devamlılığını sürdürebilmektedir.

Tüm bu tartışmaların yanında yoganın spiritüel bağlamında kopararak bir “beden pazarına” dönüştürülmesi, bedenin kapitalist toplum düzenin bir meta olarak pazarlanması halini yansıtmaktadır. Bu anlamda kendi sosyal medyasında yoga paylaşımları yapan bir görüşmeci, sosyal medya görünürlüğünün verilerine takip ettiğinde böyle bir bulguyla karşılaştığını belirtmiştir:

“Hatta şöyle ben kendi çapımda bilimsel verilerim var. Benim yoga derslerimde İşte böyle taytlı kız, beli ince poz olduğu zaman o ders üye sayısını arttırıyor. Ama ne zaman orta yaşlı koydun, erkek koydun üye sayını düşmeye başlıyor. Çünkü algı orada” (Görüşmeci 14,erkek, 33)

Özellikle tercih edilen giyim tarzının ve buna yönelik yorumlar üzerinden yoganın kadın bedeniyle özdeşleşmesi Gürbilek (2011)’in kadın bedeninin disipline edilerek ve estetikleştirilerek tüketime sunulması tartışması ile ilişkilenebilir. Özellikle görüşmeci 5’in ifadelerinde gördüğümüz “taytlı ve büstiyerli” kadın bedeni erotize edilmiş biçimde görünmektedir. Bu medya üzerinden “görünür olma ve pazarlama kaygısı “ gibi süreçleri de desteklemektedir (Töz, 2021).

“Bence mevcut imajı, toplumun genelindeki mevcut imajı daha feminen bir şey, yoga. Toplumun gözünde. Yoga deyince böyle... Fit, sıkı, taytlı böyle bir kadın gözünün önüne geliyor. Öyle bir imaj geliyor yani” (Görüşmeci 5, erkek, 44)

Aynı zamanda yoganın beden üzerinden yorumlanmış bu görünümünü, yaygınlaşmasına öncülük eden bir imaja dönüştürmesi neticesiyle anlamlı bulan görüşmecilerde mevcuttur. Mevcut kapitalist toplumsal sistem içerisinde yoganın cinsiyetten ve pazarlamadan bağımsız biçimde yaygınlaşmasının pek mümkün olmadığı görüşleri de mevcuttur.

“Çünkü cinselliğin patladığı bir yüzyılda yaşıyoruz. Tabiki büstiyer ve taytlı kadınlar olacaktı. Yoksa insanların nasıl ilgisini çeksin bu sistem? Kim önemser şu yüzyılda çarşaf sarıp oturan birini? Geçmişte bu önemliydi ama artık farklı bir çağda yaşıyoruz. Bu bir sorun mu? Bence değil. Çünkü her ne sebepten olursa olsun, bilgi birilerine ulaşıyor.” (Görüşmeci 8, kadın, 26)

Bu görünümü özellikle kendine dönük bir eleştiri olarak yorumlayan bir başka görüşmeci için, yoganın beden üzerinde ki kusursuzlaştırıcı etkisinin gösterilmek istenmesi ve bir “gösteri” mahiyetinde sunulması, mevcut imajını destekleyen bir uygulama olarak ifade edilmiştir. (Demir, 2000)

“Yapılan harekette aşırı kıvraklık gerektirmesi erkek anatomisine uymuyor. İkincisi, işte yoga da hep insanlara lanse edilen, empoze edilen şey duygularla ilgili oluyor. Erkekler de o kadar duygusallığa yer yok. Ya da onu açığa vurmak istemiyorlar. O yüzden de yogadan kaçıyorlar ya da ilgilenmiyorlar diyoruz ki benim örneğim oğlum 17 yaşında anneciğim gel yoga yap diyoruz ya diyor kadınların işine ne gerek var diyor. Diyorum tamam strecing yaptırayım sana diyorum o zaman geliyor, birkaç gün sonra yogayı strecing olarak satıyorum ...” (Görüşmeci 17, kadın, 48)

Tüm bu tartışmaların yanı sıra yoganın erkekler tarafından günden güne artan bir ilgiyle karşılandığını söylemek yerinde olacaktır. Özellikle her ne sebeple olursa olsun yoganın görünürlüğünün artması, sınıfsal ve cinsiyet temelinde homojenleşen yapısının kırılması ve toplum genelinde hala belirli bir kesimde de olsa homojenleşen bir ilgi odağı haline gelmektedir.

3.3 Yoganın geleceğine bakış

Yoga, fiziksel ve zihinsel sağlık üzerindeki olumlu etkilerinden yola çıkılarak günden güne artan ilgiyle karşılanmaktadır. Sağlık alanında bedensel duruş ve sakatlıklarla başa çıkmadan, kanser, kalp hastalıkları, depresyon gibi pek çok hastalığı azaltıcı ya da tedavisine yardımcı olan bir faktör olarak değerlendirilmesi; modern tıpta bir seçenek olarak yoga paydaşının görünür olmasına neden olmaktadır (Köyüstü ve Kınık, 2021). Aynı zamanda yoganın stres azaltıcı ve zihin beden bütünlüğünü dengelemeye yönelik özelliklerinin ön plana çıktığı görülmektedir (Güler, 2010). Bir başka biçimde yoga özellikle pazarlama ve tüketim kültürüyle iç içe geçmiş biçimde karşımıza çıkmaktadır (Çilkin vd., 2017). Yoga etkinliklerinin pazarlanması, tüketici konumunda olan yoga uygulayıcılarına yönelik küreselleşen bir moda ürünü olma tehditi ile karşı karşıyadır. Görüşmeci fikirleri özelinde yoganın bu görünümünün özellikle takıdan giyim tarzına, yeme içme düzeni gibi geniş bir yelpaze ağıyla birleşen yoga tüketiminin etkili olduğu görünmekle birlikte; felsefesi itibarıyla bu alanların çok dışında felsefi ve derinlikle yapısıyla moda ile ilişkileneceğini savunan görüşleri de barındırmaktadır.

Yoganın geleceğine yönelik görüşler farklı renklerdeki yelpazenin dalları gibi birbirinden ayrılmaktadır. Temel olarak ortaklaşan tek payda, yoganın gelecekte daha yaygın olacağına yöneliktir. Ancak burada yaygınlaşan yoganın, pratik ve egzersiz olarak mı yoksa içsel ve derin bir felsefi sistem olarak mı sorusunun tek bir yanıtı yoktur.

“Yoganın geleceği şöyle bence çok daha fazla yaygınlaşacağını düşünüyorum. Çünkü bir kere sosyal medya, popüler insanların, halka mal olmuş kişilerin bu kadar yogayla ilgilenmesi belli kitleleri etkiliyor. Gerçek yogayla insanlar ne kadar ilgilenir onu bilemem. Ama yoga altında bir şeylerle çok daha fazla ilgileneceklerini düşünüyorum. Ama bu gerçek yoga mı olur? Yoksa Oyshodan¹⁵ taytlarımızı, takım bralarımızı alalım da 5 bin liralık matımla yoga stüdyosuna gideyim de bakın ne güzel bacağımı açıyorum diye Instagram'a post atayım yogası mı olur? Bilemem. Yoksa gerçekten içsel bir dönüşüm için mi insanlar yoga yapar?” (Görüşmeci 20, kadın, 34)

Yoganın geleceğinin ikiye ayrılan bir yol üzerinden devam edeceğini düşünen bir görüşmeci için:

“Bence yoga çok yayılacak. Herkes en az bir kez deneyimlemiş olacak... Hani ikiye ayrılacak diye düşünüyorum. Bu ekolden gerçekten iyi olmak ve şifa dağıtmak için yapanlar da devam edecek. Gerçekten bunu çok güzel paraya döküp çok güzel paralar kazanmak isteyenler de devam edecek” (Görüşmeci 7, kadın, 24)

Katılımcıların yoganın geleceğine yönelik görüşleri birkaç farklı alanda yoğunlaşmaktadır. Bunlardan ilki yoganın spiritüel çoğulluk içinde evrilerek farklı bilgi türleriyle kaynaşarak melezleşeceğine yönelik bir görüşü barındırmaktadır (Heelas ve Woodhead, 2005).

“Ama şu kısmı da olacak bence. Dediğim gibi çok fazla bilgi türüyle farklı alanlar yoga üzerinden açılacak gibi. Ufak bir bilgi karmaşasının da olacağını düşünüyorum. Manipüle edilebileceğini düşünüyorum. Çünkü kişiyiz yani duygularımızdan var olmuşuz. Bizim duygusal bedenimiz var. Bu alanda da suistimal edilebileceğini düşünüyorum kişinin” (Görüşmeci 3, kadın, 25)

Yoganın yaygınlaşmasında uygulayıcılarının önemli bir rolü olduğu ifade eden bir görüşmeci için, bu pratik “etik bir özne” olma yolunda bireyin kendini disipline ettiği bir kendilik teknolojisi olarak karşılanmaktadır (Foucault, 2013).

“Çünkü yoga pratiği sadece Asanadan ibaret değil ya. Bunu hep konuşuyoruz. Yani ben yalan söyleyen, hırsızlık yapan, başka birinin hakkına giren, kalp kıran bir insan olduğumda tek parmağımın üzerinde amuda kalkmanın hiçbir manası yok. Çünkü yoga bu değil.” (Görüşmeci 8, kadın, 26)

Katılımcıların önemli bir kısmı tarafından yoga, içsel bir dönüşüm aracı olarak, günden güne yaygınlaşan ve yaygınlaşmasının toplumsal manada iyiliğe doğru bir

¹⁵ Görece pahalı sportif giyim malzemesi üreten bir marka. Pek çok manada yogayla özdeşleşmiş tayt, bra, mat gibi tüketim ürünleri sunmaktadır.

yönelim olduğuna inanan görüşmecileri kapsamaktadır. Yoganın sekülerleşmesine yönelik karşı bir tutum oluşturan görüşmecilerden bazıları için, eğitmenlerde yalnızca bedensel bir pratik yaptıran öğretmenler değil, toplumun kanaat liderliğini üstlenebilecek etik taşıyıcılar olarak öne çıkmıştır. Yoga eğitmenlerine ayrıca bir parantez açmak yoganın geleceğine yönelik algı ve öngörülerini açıklamak için önemlidir. Eğitmenler bu sürecin taşıyıcısı olarak yalnızca asanaları ya da bireyleri şekillendiren önderlerden ziyade “geleceğin toplumlarını şekillendiren entellektüeller” olarak da karşımıza çıkmaktadır. Antonie Gramsci’nin (2004) *organik entelektüel* tanımına karşılık gelen bir ifade olarak bir görüşmecinin aktardığı biçimiyle yoga eğitmenlerinin aktardığı yaşam felsefesi gelecek yönelimlerin toplumlarının tohumlarını atmaktadır.

“ Ben bir eğitmenim ve insanlara bir şeyler öğreteceğim. Aslında bu da benimle ilgili değil. İhtiyacı olan kişi zaten gelip beni bulacak ya da benim gibi olan eğitmenleri. Herkes kendi ihtiyacına yönelik eğitmenini bulacak. O noktada önemli olacak çünkü geleceğin toplumunu biz oluşturacağız. Bizim eğittiğimiz çocuklar gelecekte yetişkin olacaklar. O yüzden bu aktarma aşamasında ne aktardığımız çok önemli.” (Görüşmeci 8, kadın, 26)

Eğitmenler bu süreçte, yalnızca bilgi aktarıcı değil, duygusal emek veren sosyal aktörlere de dönüşmektedir (Hochschild, 2008). Dolayısıyla duygusal emeğin karşılığını pratiğe yönelik içsel bir kavrayışla almanın yanı sıra karizmatik bir lider olarak otoritesini kullanarak toplumu farklı yönelimlere sevk eden kanaat lideri olma potansiyelini de içinde taşımaktadır (Weber, 2004). Bu alanda bir görüşmeci yoganın geleceğinin tarikatlaşmaya giden bir yola doğru evrildiği açıklarken:

“Ama şöyle devam eder. Yani bu... Tarikatlaşma gibi dediğimiz furya alır başını gider. Ve bunun arkasında bunu takip eden çok insanlar olur bence. Çünkü onlar böyle şu an şey gibi bu doğru yol, bu yoldan gidin gibi gösteriyor. Bunu sorgulayan birkaç kişi, başka ekoller, akıllar çıkmadığı müddetçe bu, bu yolda gider. Bundan para kazanılmaya da devam edilir.” (Görüşmeci 9, kadın, 33)

Bir başka görüşmeci, popüler bir yoga liderini referans göstererek, skandal bir şekilde bu sistemin çökeceği ve bu popüler liderlerin yoga içerisinde barınamayacağı görüşünü savunmaktadır.

“Bu bir komplo teorisi olabilir. Ben bu Çeto’nun(Çetin Çetintaş’tan bahsediyor) olayını bir skandal ile patlayacağını düşünüyorum. Çünkü bunun Amerika’da çok güzel örnekleri var... Çünkü burada daha ticari, daha kapital bir kafa olduğunu düşünüyorum. Bunun göstergeleri var devamlı saplantı gibi. Kitaplar falan hep kes, kopyala, yapıştır. Altı yok, temeli yok.

Turuncuya saplanması dolayısıyla bu imajlar bir süre sonra bu ülkede yok olacak.”
(Görüşmeci 2, erkek, 43)

Özellikle son dönemler Türkiye’deki spiritüel arayışlara yönelik artan bir ilgiyle yapılan çalışmalar da bu alanların özellikle büyük kentlerde, orta-üst sınıf kadınların artan talebiyle karşılanan bir pratik olduğu göstermektedir. Aynı zamanda kentlerin orta-üst kesimine hitap eden mahallelerde çoğalan yoga stüdyolarının sayısındaki artış, pratiğe yönelik ilginin kapitalist sistemle uyumlu biçimde sınıfsal bir sunumu olduğu görünmektedir.

“Yani Türkiye’de bence çok kötüye gidiyor. Yani çünkü herkes bunu bir şey olarak algılamaya başladı. Para kazanacaksınız ama para kazanmanın dediğim bir farklı yolları da var. Aşırı gösterişe gitmeye başladı. Ve insanların kendilerinin ispatladığı bir alan olmaya başladı. Yani benim yoga çevresinde gördüğüm şey bu. Ben işte bu hareketi yapabiliyorum. Ben şimdi bu kıyafeti giyebiliyorum gibi” (Görüşmeci 17, kadın, 48)

Bu durum aynı zamanda modern bireyin “kendilik sorgulaması” bağlamında verilen cevaplarla bezeli bir felsefi sistem olması neticesiyle bireyin toplumsal yaşamda yaşadığı krize anlamlı çıkışlar sunan bir “kaçış alanı” olarak ilgiyle karşılanmıştır (Giddens , 2010). Toplumun içinde bulunduğu kaos ve karmaşanın içerisinden çıkmanın anahtarı olarak gören görüşmeciler de mevcuttur. Bu çıkış, yoganın herkesi içine alan kapsayıcı ve dinginleştirici yapısının toplumun her kesimine sirayet edeceği görüşüyle birleşerek modern hayatın açmazlarından mecburi bir kaçış arasındaki dinamikle yakından ilişkilidir.

“Bir moda olarak kalmaz zannetmiyorum. Varlığımız sürekli bulunduracaktır. Sonuç itibarıyla içerisindeki bilgi ve şey olarak insanlar sürekli psikolojik bir buhranın içerisine giriyor. O dibe çöktüğü zaman da insanlar bu türlü yerlerde böyle bir nefeslenmek veya dinlenmek istiyor. Ondan dolayı da her zaman bir talep göreceği kanaatimdeyim.”
(Görüşmeci 16, erkek, 45)

Yoganın geleceğine yönelik bir başka düşünce, yoganın popüler kültürle iç içe geçen ticarileşme ağının sürekli olarak yeniden üretileceği düşüncesidir. Bu vurguda beden metalaşması ve yoganın gösteri nesnesi haline gelmesi de görünürlüğünü artıran bir diğer görüş olarak dikkat çekmektedir.

“Şöyle söyleyeyim. Şu anda dinlerimiz var. Dinlerimiz var ve bunları cennet satışını yapan kesimleri de var. Bunlar her zaman olacak. Bunları insanları dolandırmak için kullananlar da olacak. Bunları Instagram’da güzel gözükeyim diyenler de olacak. İşte oramı buramı gösterirken işte insanlar, toplum bana bir şey demesin, ben bunu yogaya yedireyim diyenleri

de olacak. Bunu gerçekten yoga olsun diye yapmak için olanları da olacak. Bu insan aktivitesiyle değişen bir şey. Yani çoğunluk nereye gider ben onu kestiremem. Çünkü bu çoğunluğun aktivitesi değil, bu bireysel bir aktivite özünde. Bireysel aktiviteleri bir topluma şey yapamayız Yogayı insanların nasıl hayatlarına kattıklarıyla alakalı. Çünkü öyle başlar, belki iki fazla izlenim alsın diye yoga yapıyorum. Yoga adı altında şeyi çok gördüm bu arada Twitch'de mesela çıplaklık ve cinsellik yasak ama yoga yapıyorum deyip yoga taytı giyip işte götünü kameraya dönerek yoga yapıyor. Yoga yapıyor, sözde.” (Görüşmeci 6,erkek, 24)

Öte yandan yoganın mevcut sistemi içerisindeki konumunu eleştiren bazı görüşmeciler için yoga, felsefi bağlamı içerisinde dönüşüm potansiyelini içinde barındıran bir sistem olduğu gibi, bu sistemden koparak yeni bir alan var etmesi gereken bir pratiktir. Sistem eleştirisi içinde katılımcılar yogayı hem pasif bir direniş alanı hem de mevcut sistemi yeniden üreten bir üretim aracı görmektedir. Yoganın alternatif bir alan açıp açmadığı sorusuna net bir cevap vermek çok zordur. Ancak bireylerin kendilerini anlama ve yönlendirme stratejileri göz önüne alındığında yoganın, bireye kendini bulma ve ifade etme alanı sunan, aynı zamanda toplumsal yaşam içerisinde bulamadıkları duygulanımları ve hisleri dahil edebildikleri özgür bir deneyim sahası sunduğu bir gerçektir.

“Dünyevi ihtiyaçlarımız, dünyevi zevkler diye adlandırdığımız şeyler. Bir yerde, çünkü her şey sonlu ya, insan bir yerde sonsuzu aramaya başlıyor. Sonsuz, koşulsuz sevgi. Ya çünkü her şey çıkar ilişkisine dayandı, işte hep para, pul böyle. Ama insanlar bir yerde de diyor ki ya işte mesela çok iyi maddi durumu. Sevgiyi satın alamıyorum diyor. .Mutluluğu satın alamıyorum, ona param yetmiyor. Bu noktada artık başka bir arayışa giriyorsun. Çünkü ruhunu da beslemen, doyurman gerekiyor.” (Görüşmeci 11, kadın, 29)

Yoganın yaygınlaşmasına yönelik ortak algının bir zorunluluk ya da dayatma ile mi yoksa bireylerin halen kendi tercihlerinin parçası mı olacağı ikilemi oldukça tartışmalıdır. Bazı görüşmeciler için bu süreç, mecburi olarak yaygınlaşacak bir tüketim alanına dönüşürken, bazıları için içsel bir kurtuluş reçetesi olarak benimsenecektir. Özellikle yoganın bir tüketim nesnesi olarak popülerleşmesi de bir şekilde yogayla kurulan temasın olacağına yönelik görüşler mevcuttur.

“Evet. Popüler bir şey oldu. Herkes yoga yapıyor. Yogaya atıyorum burada Eskişehir gibi küçük bir yerde bile sekiz tane stüdyo vardır yoga yapabileceğin... Çok daha ulaşılabilir işte kolay buluyorsun yani istediğin bir yerde bulabiliyorsun...” (Görüşmeci 20, kadın, 34)

Yoganın yaygınlaşması ile tartışmaya açılan bir diğer konu, yoga yaygınlaşmalı mı? Sorusu olmuştur. Bu soruya yönelik bambaşka çıktılar mevcuttur. Yoga Türkiye’de resmi kaynaklarda Herkes İçin Spor Federasyonu’na bağlı bir spor dalı olarak kabul görmektedir. Bu oldukça tartışmalı başka bir konu olarak karşımıza çıkmaktadır. Eğitimciliğinin devlet tarafından antrenörlük belgesi şeklinde verildiği bir kamusal görünümü karşımıza çıkmaktadır. Ancak bazı görüşmecilerin de üzerinde durduğu tartışma olarak yoga herkesin yolu veya sporu değildir. Bireylerin kendilerini aramak ve bulmak için başka imkanları varken bunu yalnızca yoga olarak sınırlandırmak bir illüzyon olarak tanımlanmıştır. Bu nedenle bir görüşmeci yoganın herkes tarafından yapılmaması gerektiğini savunarak bunu gerekçelendirmiştir:

“Yok, herkes yoga yapmamalı. Yani bilmiyorum. Ya istiyorsa yapsın ama mesela çok çelişiyorsa kendisiyle eğer, o zaman yapmasın. Yani değil mi? Yani çünkü şöyle, ya dedim ya bir sürü yol var. Ama bu ille de yok olmak zorunda değil ki. Yani o insanın hayatında başka bir şey ona iyi geliyordur. Gitsin onu yapsın yani... Belki sabah namazı kılarken orada bulacak kendini. Belki onun tekamülü, yolculuğu orada. Yani bu yüzden herkes yoga yapsın falan. Gerçekçi gelmiyor bana.” (Görüşmeci 22, kadın, 37)

Bir başka görüşmeci için yoga, toplumsal bir kurtuluş reçetesi sunması itibariyle, herkes tarafından özümseyerek uygulanmalıdır.

“...Yükselişe başlayabilmemiz için tamamen dibe çökmüş olmamız lazım. Şöyle bir teori var. Artık bizim neslimizin doğuracağı çocuklarla yükselişin başlayacağına dair şeyler var. Tabi yani bilimsel bir şey değil bu ama bir inanış sistemi diyebiliriz. Ben buna inanıyorum. Çünkü bunun olması gerekiyor. Yani sistem bize bunu gösteriyor. Yoga bunun en kolay ulaşılabilir yolu. Kurtuluşu.” (Görüşmeci 9, kadın, 33)

Tüm bu tartışmalarla birlikte yoganın ve daha genelde spiritüel arayışların geleceğine yönelik pek çok farklı görüş mevcuttur. Ancak öyle görünüyor ki niyetlenen ya da tercih edilen sebepleri farklılaşmakla birlikte yoga ilerleyen dönemlerde adını daha çok duymaya başlayacağımız bir spor, felsefe veya yaşam biçimi olacaktır.

3.4 Bilimle kurulan ilişkiler

Yoga pratiği spiritüel bir içe dönüş pratiği olarak spiritüel arayış zemininde değerlendirilmeye yatkınlığıyla birlikte özellikle son dönemlerde sağlık alanında yapılan pek çok çalışmada da üzerinde durulan bir uygulama olmuştur. Dolayısıyla yoganın bedensel ve zihinsel sağlığı geliştirmeye yönelik pratikleri içeren fizyolojik bir uygulama alanı olarak geliştirildiği görülmektedir. Ayrıca yoganın stres, anksiyete gibi rahatsızlıklara yönelik olumlu etkilerini gösteren çalışmalarla birlikte alternatif ya da

tamamlayıcı tıbbi bir alan olarak karşımıza çıkmaktadır (Güneş, 2020). Bir görüşmecinin yoganın kendisine iyi geldiğini aktarmak için başka düşünme biçimlerinin kullanıldığını söylemesi, yoga bilgisinin spiritüel bilgi ile kurduğu ilişkiyi anlamak için önemlidir.

“Senin psikolojini mutlaka etkiliyor. Ama kimisi bunu eril dışıl ikilisinden yakabiliyor, öyle rahatlıyor. Kimisi de benim gibi anatomik olarak bakıyor oluyor, öyle rahatlıyor.”
(Görüşmeci 17, kadın, 48)

Bunun yanı sıra spiritüel manada içe dönüş ve meditasyon, etik yaşam gibi basamaklarla birleşerek spiritüel bir yaşam biçimi olarak görünmektedir. Bu ikili yapı, yoganın uygulamaları arasında da sürekli olarak karşımıza çıkmaktadır. Patanjali, sekiz basamaklı Ashtanga Yoga yolculuğundan bahsederken, yoganın fiziksel olarak karşımıza çıkan asanaları yalnızca bu yolculuğun bir adımı olduğunun vurgusunu yapmıştır (Patanjali, 2009). Dolayısıyla yoganın yalnızca asanalarla özdeşleştirilerek bir uygulama olarak sunulmasının, onun felsefi ve içsel dönüşüm amacıyla uzaklaşmasına yol açan bir sistemde meşrulaştırıldığını iddia eden görüşler de mevcuttur (Altınay, 2017).

Çalışma bağlamında içsel ve manevi bir yönelim olarak değerlendirdiğimiz yoganın bilimle ilişkilendirilerek açıklanmasını ve bilimle kurulan ilişki dinamiği Weberyen anlamla bürokratikleşme ve akılcılaşma serüveni içerisinde değerlendirmek mümkündür (Weber, 2004). Geleneksel ya da spiritüel bir bilgi formunun, modern dünyada geçerliliğini sürdürebilmesi adına “ölçülebilir” ve “rasyonel” bir bilgi biçimi şeklinde sunulması, bilgi sosyolojisi içerisinde bilginin değeri ve kabulü üzerinden tartışmaya açılacak veriler sunmaktadır. Yoga felsefesi içerisinde bilgi, sezgisel ve içsel biçimde deneyimlenen bir temelde sunulurken Iyengar (2012) pozitivist epistemoloji içerisinde bilgiyi; nesnel, ölçülebilir, tekrarlanabilir özellikleri ile öne çıkarmaktadır. Dolayısıyla yoganın bilmeye bakış açısı ile bilimsel paradigmanın değerleri arasında ki gerilimi kaçınılmaz olarak yoga uygulayacılarının söylemlerinde de yer bulmuştur. Bu noktada Arıkan (2021) ’ın yoga ve bilim ilişkisini değerlendirirken; modern bilimin, yogayı kendi araçlarına indirgeyerek ortaya koyduğunu, yoganın ise bilimi kendi içsel deneyimini görünür kılmak için araştırdığından bahsetmektedir.

Türkiye’de yoganın seyri bambaşka çalışmalarda bilimle ilişkilendirilmektedir. Yalnızca sağlık temelli fiziksel bir spor uygulaması olarak değerlendirilebildiği gibi, Doğu yönelimli, spiritüel bir deneyim alanı olarak da uygulanmaktadır (Akıncı, 2019). Ancak bu görüşme kapsamında görünen yapı, literatürde gördüğümüz yoganın akılcı ve

mistik deneyimle eşzamanlı olarak eklemlendiği görüşüne katkı sağlamaktadır. Bilimsel rasyonalite ve spiritüel deneyim arasındaki gerilime ilişkin katılımcı görüşlerinde modern bireyin kendi ile kurduğu ikili ilişkiyi de yansıtmaktadır. Yoga, spiritüel arayış ve yeni dini hareket literatürünün doğasına ithafen eklenmeci, esnek ve heterojen bir alan içerisinde üretilmektedir. Yoganın rasyonel olarak fiziksel bedenin geliştirilmesine yönelik bir alan mı yoksa spiritüel bir deneyim sahası mı olduğu karşılaştırması bu alanın dinamiklerini aydınlatan bir noktadır. Yoga kendi kökünden geldiği itibarıyla birdir, hepsidir. Modern bireyin çelişkili bilgi kaynakları arasında kurduğu denge, yoganın denge vurgusunun bir parçasıdır. Dolayısıyla birey, yoga ve spiritüellik ile kurduğu bağı bilimsel verilerle destekleyen onun meşruluğunu artıran bir çabayı da barındırmaktadır.

“Yogada Pusuas kasına ruhun kası deniyor. Sempatik ve parasempatik sinir sistemi arasında gidip geliyoruz ya, stresli olduğumuzda, üzüntülü olduğumuzda, endişeli olduğumuzda sempatik sistemde çalışmaya başlıyoruz. Dolayısıyla bu bedeni çok yoruyor. Beden seni derin nefes almaya iterek diyaframını aşağı esnetiyor. Sen hiç farkında bile olmadan aslında beden sana sakinleşme sinyali veriyor. Yani bu Mucizevi bir sistem. Dolayısıyla tabiki yoga yaptığın zaman dinginleşiyorsun ve sakinleşiyorsun. Çünkü gerçek bir yoga pratiği zaten seni buna yönlendiriyor. Pratiği zihninle yapıyorsun. Beden pratiği zihnini yönetmediğin sürece anlamsız. Herhangi bir fiziksel egzersizden ileriye gitmez.” (Görüşmeci 8, kadın, 26)

Bauman (2017)’ın tartıştığı anlamında modern birey, öylesine akışkan ve geçici kimlik, bilgi ve anlam setleri içerisinde akılcılığı ön plana çıkararak daha sabit anlam setleri kurma arayışı içerisinde. Bu, onun güvenli olmayan dünyada, güvenlik arayışı istemiyle ilişkilendirilmektedir. Bu anlamıyla modern birey yalnızca rasyonel bilginin geçerliliği konusunda hem fikir görünmemektedir. Bireyin anlam dünyasını inşa ederken, rasyonel bilgi ile alternatif bilgi arasında melezlenen bir ilişki kurduğunun göstegesidir (Göle, 2012).

“Şimdi buradan dönüyorsun, bakıyorsun günümüzde artık bilimden edindiğiniz her bilgi, yoga zaten söylüyor bunu. Bilimi de bırakmadan. Evet bilimi de bırakmadan ilerlesin yani. Okey Doğu felsefesini alıyoruz ama bilimsel verilerde var yani hemen de oraya gözü kapatmak bana çok akılcıca gelmiyor.” (Görüşmeci 5, erkek, 44)

Bu görüşmecinin ifade ettiği biçimiyle yoganın yalnızca Doğu felsefeleri üzerinden sunulması ve bilimin göz ardı edilmesi, bu alandaki spiritüelliğin altının doldurulmadığına yönelik en yoğun eleştirilerden bir tanesidir. Aynı zamanda bilimsel bilgi ile Doğu felsefesinin birbiri ile karşıt biçimde ele alınmasının yanlışlığı vurgulanmıştır.

“Yoga iyi, güzel de bunu çözebileceğim bir mentöre ihtiyacım var. Bu mentör de hani diyor ya ben daha realist, daha işte işe bilimsel bir yerden bakan hani bir spiritüel yaşam ve inanışlar var mıdır? Evet vardır. Ama bilim de vardır. Ama bir pozitivist bir yanı da vardır. Yani hani bilimle bağdaştırıyorum ben. Ben bunun hep böyle bir akılcı bir yerden gidiyorum.” (Görüşmeci 1, kadın, 34)

Benzer biçimde bir başka görüşmeci için bilim ile yoga ilişkisinin gelecekte birbiri içerisine dahil edilebilecek henüz çözülemeyen bir ilişkisi olduğunu vurgulamaktadır.

“Yani ben spiritüelliği ve biyolojiyi birbirinden ayrı düşünmüyorum. Bunlar bütün ama bunların arasındaki ilişkinin daha henüz çözülemediği bir nokta. Belki ileride çözüldüğünde bunun da bilime dahil olacağını düşünüyorum. Henüz çözümedi ama çözüldüğünde bilimsel bir ilişki.” (Görüşmeci 5, erkek, 44)

Aynı zamanda Türkiye’de sağlık ve beden pratikleri giderek “rasyonel mistisizm” olarak adlandırılabilir biçimde yeniden şekillenmektedir (Yalçın, 2017). Katılımcıların beden fonksiyonlarını dengeleyen ve sağlamlaştıran bir uygulama olarak yogaya bakışlarının yanında bu hali bilimle ilişkilendirerek meridyenlerin durumları veya Pusuas kasının işlevine yönelik terimlerle açıklamalar yapmaları, rasyonel mistisizm kavramını karşılamaktadır.

“Ama şu var, yin yogada örneğin meridyenler işin içine giriyor. Ve bu bilimsel olarak, evet, var. ...Ha yaptığın bazı hareketlerle de örneğin o meridyenleri uyarmış olabiliyorsun. Sana fayda sağlıyor... Çünkü beden sağlığı, ruh sağlığı, bence bütün fonksiyonel olarak bakman lazım. Stresin azaldığı için kendini daha rahat hissediyorsun.” (Görüşmeci 17, kadın, 48).

Aynı zamanda bedensel bilginin tartışmasında başvurulan yöntemlerin ve kullanılan dilin farklılaşması, bireylerin beden üzerindeki bilgi ve otoritesinin kurgulandığı bir alanı göz önüne sermektedir (Foucault, 2013). Dolayısıyla bedensel değerlendirmelerde, tıbbın otoritesinin yadsınamaz bir bilme biçimi olarak kabul etmekle; bireysel deneyimi bilgi kaynağı olarak görüldüğü bir müzakere sürecinin göz önüne sermektedir.

“Bedensel ve zihinsel dinginliğe erişmeyi sağlıyor... Bedensel dinginliğe zaten sağlıyor. O bilimsel bir şey zaten. Ama ruhsala da ben kendi tecrübelerime dayanarak ruhsal olarak da kesinlikle çok iyi geliyor.” (Görüşmeci 5, erkek, 44)

Toplumsal kimliklerin oluşumunda bireyin başvurduğu bir ikili yapının onu dogmatik sayıltılardan alıkoyarken, bilimin nesnelleşmiş bilgi biçimine de mesafe koymasına imkan sağlamaktadır.

“Çünkü insan bedenin çok karmaşık ve bilimin bile açıklayamadığı noktalar var. Bu tanrıçılık oynamaya giriyor benim bakış açımdan. (Yogada bedensel bir ağrının geçmiş deneyimlerden kaynaklandığı konusunda açıklıyor) Evet bunun farkındalığı önemli fakat bilim de var artık. Farkında olması lazım. Hani körü körüne ona inanıp da gideyim ben babamla aramı düzeltelim. Bacağımın ağrısı da geçsin demek saçma geliyor bir noktada. Önce bir doktora gidip teşhis konulacaksa, teşhis konulamıyorsa evet burada gerçekten garip bir şey var.” (Görüşmeci 6, erkek, 44)

Dolayısıyla spiritüel tecrübe tartışmasız biçimde bilgi edinmenin bir yolu olarak değerlendirilmekte ancak tek başına yeterli bir zemine oturmamaktadır. Dolayısıyla birey rasyonel bilgi kaynaklarını gündelik hayatını ve yaşamının anlamına uygun biçimde dönüştürerek kullandığının ve bu yeni melez edinimi, yeni bilgi formu olarak içselleştirildiği görülmektedir (Luckman, 2000).

“Ben doğal taşlı bileklikler yapıyorum zaten... Bunları falan(Kendi yaptığı doğal taş bilekliklerini göstererek) mesela spiritüalizmle ilişkilendiriyorum çünkü zaten taşların frekansı artık bilimsel olarak kanıtlanmış bir gerçek.”(Görüşmeci 8, kadın, 26)

Özellikle “enerji” kavramı üzerinde ortaya çıkan bu bilme biçimi, kişisel deneyime dayalı hakikat rejimlerinin bireylerin anlam dünyalarını melez bir bilgi stoğu tarafında inşa ettiklerini göstermektedir. Toplumsal yaşamda dini ya da spiritüel olan ile gündelik pratiklerin iç içe geçmesi bireylerin spiritüellik ve bilim arasında anlaşmalı bir tamamlayıcılık ilişkisi kurduğunu göstermektedir (Saktanber, 2002). Bu anlam bireysel arayış dinamiğinin çoğul yapısı karşımıza çıkmaktadır. Görüşmeciler pek çok manada bu ikiliği çelişkili biçimde değil, birbirlerini besleyen ve tamamlayan madalyonun iki yüzü gibi görmektedirler.

“Karşıt değil. Birbirlerini besliyorlar fakat farklı dillerde aynı şeyleri anlattıkları için farklı pencereden bakıyorlar. Karşıtlık illüzyonu yaratıyor. Aslında hepsi aynı şeyi anlatmaya çalışıyor. Yaratılışı, neden var olduğumuzu, insanın ne olduğunu. Dünya’ nın nasıl işlediğini, mekanizmaları öğrenme üstüne. İkisi de aynı şeyi anlatıyor. Farklı dillerle anlatıyor. Biri karma diyor, diğeri çekim yasası diyor.” (Görüşmeci 16, erkek, 45)

4. Ekonomi ve Yoga

Ekonomi ve yoga ilişkisi literatürde pek çok farklı disiplin tarafından ele alınmıştır. Sağlık, turizm, toplumsal, sportif bağlamında yapılan birçok çalışma yoganın ekonomi ile kurduğu ilişkiyi açığa çıkarmaktadır. Yoganın stres ve iş tatmini üzerindeki

olumlu etkilerinin ortaya çıkarıldığı çalışmalar olduğu gibi, çalışanların motivasyon düzeylerini artıran bir pratik olarak da öne çıkmaktadır (Polatcanlı ve Akın, 2024). Bu durum yoganın özellikle iş yerlerinde verimliliği artıracak bir araç olarak kullanımını yaygınlaştırmaktadır. Dolayısıyla içsel bir dönüşüm pratiği olan yoga performans artışını destekleyen bir kapital sistem ürünü olarak metalaştırılmıştır. Aynı zamanda yoga turizminin Öznalbant (2017)'in çalışmasında gördüğümüz üzere özellikle bir sektör haline gelmesinin yerel ekonomiye entegre oluşu ve kültürel mirasın ticarileşmesine yönelik çalışmalar da mevcuttur. Dolayısıyla yoganın doğmuş olduğu coğrafyadan Batı'ya taşınması ve popülerleşmesiyle ticari bir boyut kazandığını görmek gereklidir. Böylece yogayı kökeninden ayırıştıran biçimde metalaştırılması ve bu süreçteki ekonomik dinamikler yoganın oryantalist bağlamda kapitalist sisteme nasıl eklemlendiğini görmek için önemlidir. Aynı zamanda modern dönemde yoganın ticarileşmesi onun pazarlanması ve tüketim nesnesi olarak sınıfsal bir kesime hitap etmesi de gözden kaçırılmamalıdır.

Çok geniş perspektiften teori ve kavramlarla tartışılabilecek bu konu, çalışmamız kapsamında;

4.1 Kapitalist sistemle ilişki

4.2 Sosyo ekonomik, sınıfsal bir bağlam

olarak iki kategori altında tartışılmıştır.

4.1 Kapitalist sistemle ilişki

Modern kapitalist sistem emeğin metalaşması, piyasa dinamiklerinin insan emeği üzerine kurduğu tahakküm ve tüketimin anlamının farklılaşmasına bağlı olarak birçok sosyo kültürel dinamikle iç içe geçmiştir. Yoga pratiği hem felsefi ve spiritüel zeminde hem de kapitalist sistemin mantığı içerisinde yeniden şekillenmiştir. Özellikle görüşmecilerin yoga pratiğine dair aktardıkları deneyimler içerisinde, beden ve zihin farkındalığının bir sunuş halinde tüketim nesnesine dönüştüğünü göstermektedir. Baudrillard'ın tüketim toplumu kavramı üzerinden açıklanabilecek bu durum modern bireyin spiritel kimliğini inşa ederken geleneksel ve küresel tüketim kodlarından kaçamadığının göstergesidir (Boudrillard, 2006). Bu tüketim biçimi aynı zamanda içselleştirilmiş biçimde sistemle uyumlanmış bir yaşam tarzına da dönüşmektedir. Yoga felsefesi içerisinde gördüğümüz alma verme dengesinin yoga ekonomisi üzerinden meşrulaşması, yoga yapan bireylerin içsel denge arayışlarının ekonomik bir tezahürü olarak görünmektedir (Saktanber, 2002).

“Eğitmenlik alıp bunun akışını bilmeme rağmen yine gidip oraya bir bütçe ayırıyorum. Yine gidiyorum. Bu bir alma-verme dengesi. Eğer yoga stüdyolarının çoğalmasını istiyorsak, daha çok kişiye ulaşmasını istiyorsak, bu alma-verme dengesi içerisinde birilerine destek olmamız gerekecek. Ama en nihayetinde yoga stüdyolarına da bir işletme olduğunu unutmadan bakmamız gerekecek. Vergi ödüyorlar, öğretmenlerin paraları, onun dışında oraya alınacak malzemeler, onların yıpranma payları, bunların hepsi devrede. Yani oraya bir işletme olarak ayrı bakmak lazım. Yoga felsefesi içinde ne aldığımızı görerek bakmak için ayrı bakmak lazım” (Görüşmeci 18, kadın, 36)

Bu tip bir içselleştirmenin yanı sıra yoga pratiğiyle özdeşleşen giyim tarzı, mekânsal tercihlerin kapitalist sisteme entegre olan yoganın gerçek yogayla çatıştığı noktayı temsil etmektedir.

“Yani kişi mesela geliyor, derse geliyor. Ders bitiyor. Hocam da önerdiğiniz bir mat var mı? Kilim var mı diyorum evde. Kayıyor mu? Kayıyorsa at. Zeminde yap. Zeminde yap. Zaten senin omurgan sert zeminde çalışmaya müsait. Yapı olarak müsaitiz biz yani. Bunların hepsi kapitalist ürünler. Hepsi alayı yani. Yani baktığında değerlendirecek olursak.” (Görüşmeci 2, erkek, 43)

“Dolayısıyla bizim şu anda yoga dediğimiz şey zaten yoganın tam karşılığı olan bir şey değil. Biz bunu mevcut çağda yoğurduk, harmanladık, satılabilir hale getirdik, ilgi çekici hale getirdik.” (Görüşmeci 8, kadın, 26)

Aynı zamanda yoganın bir tüketim nesnesi olarak sunumu, kapitalizmin yalnızca maddi kaynaklardan beslenerek değil, duygularında üretim ve tüketim süreçlerinin bir parçası haline geldiği görünmektedir. Dolayısıyla Illouz(2007)’in “duygusal kapitalizm” kavramı, spiritüel alanın kapitalist görünümünde önemli bir kavramdır. Özellikle reklam kültürü üzerinden, *kendini gerçekleştirme*, *öz dinginliğe erişme* gibi kişisel gelişim söylemlerinin yogayla birleştirilerek kullanılması, bireysel bir pratik olan yoganın kitlelere hitap etmeye yönelik kapital yapısını yansıtmaktadır. Dolayısıyla bu noktada yoga, duyguların da pazarlandığı ve yönetildiği bir alanda yalnızca duygusal ve ruhsal değil, ekonomik ve ideolojik bir pazar haline gelmiştir.

“Ama bence eğer param varsa da yani bunda asla yadsımayacağım mükemmel bir şey çünkü kendine para harcadım. Sadece kendin için bir yatırım yaptın ve orada sabah sessizlik inzivasına girdin. Kendini dinledin. Çünkü şu anda çok koşturuyoruz... Biz kendimizi gerçekleştirme piramidinin o kısmına gelmemiz için ekonomide çok gerideyiz. O yüzden biz oraya çıkmakta çok zorlanıyoruz. Ve yoga biraz da en azından seni oraya taşıyabiliyor.” (Görüşmeci 7, kadın, 24)

Yoganın görünür imajının içerisinde en dikkat çeken nokta, özellikle kadın bedeni üzerinden içerikler sunan bir pazarı temsil ediyor olmasıdır. Bu haliyle yoga, kadınların kamusal alandaki özgürlük mücadelelerine göz kırpan bir alan açmakla, kadın bedeninin toplumsal cinsiyet temelinde metalaştırarak disipline eden ve sergileyen bir imgeye dönüşmektedir. Yoga yapan kadın bedeninin, sıkı, fit, esnek gibi hallerde özdeşleşerek tayt, bra gibi kıyafetlerle birlikte sunulması, cinsiyetlendirilmiş bir manevi alanın kapitalist görünümünü açığa çıkarmaktadır (Demir, 2000). Aynı zamanda seksüel bir noktadan kadın bedeninin teşhiri, bu bedene sahip olamayan kadınları dışlayan bir pazar nesnesine dönüştürmekte ve hatta yogayla buluşma isteğinin önüne ket vuran bir nokta olmaktadır.

“Çünkü biz de bunu da kullanmakta zorundayız aslında bir miktar. Çünkü reklam vermek zorundayız, bunu bunu yapıyoruz demek zorundayız. Mesela yoga ile uğraşan insanların özellikle bir sosyal medya sahibiyse bir de bu giyim alanına da girmesi asla beis görülmeyen bir şey yani. Evet taytlı oluyor, büstiyerli oluyor bu reklamlar, ben şişmanım gelmeyim diyen de oluyor yani.” (Görüşmeci 4, kadın, 33)

Bir başka değerlendirme kalemi olarak yoga yapan katılımcıların ve eğitmenlerin pratiklerini mesleki açıdan değerlendirmeleri oldukça kıymetlidir. Bazı görüşmeciler için bu alan yoga felsefesiyle uyumlu biçimde ilerlemesi gereken usta, çırak ilişkisinin dinamikleriyle çizilmesi gerekirken başka bir taraftan kendine iyi gelen ve sevdiği bir pratiği herkese aktarma ve önderlik etme noktasında mesleki bir opsiyon sunmaktadır.

“Fakat daha önce de değindiğim gibi yoganın özü değişmiyor. Ama insan zihinsel bir aktivite olduğunda, zihinsel bir düşünce yapısı, bir kalıp, bir felsefe, matematik gibi bir şey olduğu için insanla beraber değişiyor. İnsanın yaşam stili değiştiği için para devreye giriyor. Ama verme dengesi, eskiden guru öğretti verirdi. Öğrenci de hizmet ederdi. Çamaşırlarını yıkardı, odasını temizlerdi, yemek yapardı. Şu anda biz ona vakit harcamıyoruz. Biz para kazanmak için vakit harcıyoruz. Para kazanarak da hizmetin karşılığını parayla ödüyoruz. Yani şeyler değişti. Alma verme dengesi.” (Görüşmeci 6, erkek, 24)

Yoganın mesleki bağlamda değerlendirilmesi, eğitmenin karizmatik bir otorite figürü olarak yoga dersine paha biçmesiyle sisteme dahil olmaktadır. Piyasa mekanizmaları üzerinde paha biçilen yoganın bu pahanın karşılığını verip vermediği ise halen tartışma konusudur.

“Bizim aldığımız eğitmenlik çok uygun. Yani çok emek veriyorsunuz sabahtan akşama kadar. Bütün bir hayatınız içinde öğrendiğiniz bilgileri bize aktarıyorsunuz. Yani ve bunu sentezleyip bir şekilde. Eğer alabilirsek tecrübe çok kıymetli bir şey. Benim bir aşrama gitme

deneyimim şu an olmayabilir ama ben hocamın aşrama gittiği deneyimi paylaşabiliyorum. Değer yani.” (Görüşmeci 18, kadın, 36)

Yoga eğitmenleri, yoga dersinin değerine belirlemede bu süreçteki deneyimlerini aktarma, pozitif enerji yayma ve ilham kaynağı olma gibi duygusal değerleri de üstlenerek duygusal emeklerinin pahasını belirleyen aktörler olmaktadır. Bu durum mevcut sistem içerisinde oldukça anlamlı gözükse de bazı görüşmeciler için yoga felsefesinin kendi mantığına ve manevi yönüne baskılayan bir kapitalist sistem çözülmesi yaşamaktadır.

“Bugünkü yoga çok kapitalist bir yerde bir materyal. Para kazanmak için bir ürün. Ama aslında namaz gibi, oruç gibi bir şey. Namaz, yani Müslümanlıktaki namaz neyse beden eğitilmesi ve beden farkındalığını artırarak zihin ve ruhun eğitilmesi aslında o yüzden ben şundan bahsediyorum bir guru olabilmek için, gerçekten bu felsefeyi yaşayabilmen için, senin kapitalist sistemin dışına çıkıp evet bir tapınağa belki bir işte ne bileyim dağ bir yere gidip orada bütün bu dünyevi şeylerden uzakta özünü bulup özünle hareket etmen lazım.” (Görüşmeci 1, kadın, 34)

Bunun yanı sıra yoga pratiğinin özellikle yoga stüdyoları bağlamında değerlendirilmesi, onların da elektrik, su, vergi gibi bazı finansal gereklilikleri yerine getirme sorumluluğunu taşıdıkları noktada meşrulaşmış görünmektedir. Yoga stüdyosuna, dersine ya da eğitimine ödenen ücretin bu sistemin devamını sağlayan ve yoganın yaygınlaşmasında önemli bir aktör olduğu düşüncesinin yanından gelişen “para” verme dinamiğinin kendisine yüklenen anlam oldukça dikkat çekicidir. Bazı görüşmeciler bu ilişkiyi, para verilen bir şeyin değerli olduğu görüşü üzerinden tartışarak, yoga yapma motivasyonunda bir eğitmene para vermenin, sistemsel manada gerekliliğini vurgulamışlardır.

“Yani şu an günümüzde yoga adı altında satılan her şey çok pahalı. Daha da üzücüsü ücretsiz yaptığın zaman da kimse gelmiyor. Evet, ücretsiz yani diyor ki para verdim, bu demek ki çok kıymetli bir alan ve işte kendimi değerli hissetmeliyim... Bir spor yapmak istiyorsan, düzenli yapmak istiyorsan, özellikle benim açımdan, belli bir para verirsen ben o sporu yapıyorum. Yoga da böyle.” (Görüşmeci 9, kadın, 33)

Tam karşıtında yoga stüdyoları ve eğitimlere para vermenin bu denli kabullenilmiş olmasının ciddi bir tartışma alanı olduğunu savunan görüşler de mevcuttur.

“Biz bu şeylerin ne kadar çabuk kabul eder olduk bu miktarları, buralara bu paraları ayırmayı nasıl kabul eder olduk bilmiyorum.” (Görüşmeci 2, erkek, 43)

Yoga dersine paha biçilmesi, simgesel anlamda yoganın sistemleşmesini gerekli kılmaktadır. Dolayısıyla yoga içsel dönüşüm potansiyeli barındıran bireysel bir pratikten, ticarileşmiş sistemi yeniden üreten bir kültür endüstrisi pratiğine dönüşebilmektedir. Yoga, görüşmeci verilerinde desteklediği biçimiyle kapitalist sistem girdabının içinden sıyrılma direnişi ile, sistemle birlikte var olma edinimi arasında araftadır. Adorno ve Horkheimer (2002)'in belirttiği üzere, kapitalist üretim ilişkileri bireylerin standartlaştırarak kendi potansiyellerini açığa çıkarmasını ve eleştirel potansiyelini köreltmektedir. Dolayısıyla kapitalist tüketim alanı yoganın varlığıyla çelişerek varlığını sürdürmeye çalıştığı bir alana dönüşmektedir. Aynı zamanda yogaya para ayırma motivasyonu bir sonraki başlık altında ayrıntılı olarak tartıştığımız şekilde sınıfsal bir sembolik sermaye ağının parçası olma potansiyelini de içermektedir.

“Yani açıkçası şöyle düşünüyorum. Ya... Oradaki alma-verme dengesinin ben bir şekilde kurulduğuna inanan biriyim. Ama bu biraz daha şeyden de geliyor. Bazı gerçekten yoga inzivaları veya bazı kamplar çok pahalı. Ama bu biraz kişinin kendi yaşamındaki para ilişkisiyle de alakalı olabilir. Çünkü öncelik denen bir şey var aslında ve sen yogayı kendi hayatına ne kadar öncelik yapabiliyorsun onunla alakalı.”(Görüşmeci 22, kadın, 37)

Ekonomik anlamda özellikle inziva kampları, onlara biçilen ücretler, yoga derslerinin ücretlendirmesine ilişkin pek çok farklı saha verisi bulunmaktadır. Özellikle yoganın Doğu kökenli bir dini pratikle özdeşleşerek felsefesinin kavranması, dini bir içeriğin sunulmasından aykırı görüşlerin buluşmasına sebep olmuştur.

“Çünkü bana birisi şunu sormuştu. Hiç de beklemediğim birisi. Ya dedi yoga dedi Hindistan'da hani insanların dini gibi bir şey değil mi dedi. Evet dedim dininin bir parçası. Biz dedi nasıl namaz kılıyorsak yoga da aslında biraz onlar için öyle bir şey değil mi dedi. Ya dedim böyle bir benzetme yapabiliriz. Sen de camiye giderken para veriyor musun? Hayır dedim, vermiyorum. Ya da camiye giderken böyle bir talep yok. Peki neden yoga bu kadar pahalı? Neden bir dinin öğretisi olan bir şey başka bir dinin, özellikle senin ülkenin olan dinin de değil, öğretisi olan bir şey bu kadar pahalı bir hale dönüştü diye sorduğunda benim çok ilgimi çekmişti. Yani hem haklı, bir noktada da eğitmen olunca da şunu gördüm, çok emek verdin, emeğinin karşılığını dengelemek zorundasın, bir para almak zorundasın.” (Görüşmeci 7, kadın, 24)

Özellikle yoga pratiğinin, dış dünyadan sıyrılarak özüne dönmeyi öğütleyen sisteminin mevcut kaygılarla bezeli toplumsal yaşamda mümkün olmadığını savunan görüşler bulunmaktadır. Ancak farklı biçimde böylesi ticarileşmiş ve kapitalleşmiş bir toplumsal yaşam içindeki nefesin ancak ruhsal pratiklerle dindirebileceğine ilişkin

görüşler mevcuttur. David Harvey (2005)'in neoliberalizmin mekan ve zaman politikaları üzerinden yaptığı değerlendirmeler düşünüldüğünde, ruhsallık alanı da piyasa dinamikleri içerisinde kendisini teslim etmiş görünmektedir. Dolayısıyla bireyin manevi arayışın yol ve yöntemleri de piyasa politikalarının dışında gelişen bir özgürlük alanı sunmamaktadır.

“Türkiye'ye Batı'dan gelmesi şu oldu. Yoga bir pazarlama alanı, bir sektör haline geldiği için. Ya da böyle aktarıldığı için. O onun özünü değiştirmez. Fark etmez. Yani nasıl uyguladığınız bir şeyin temelinde ne olduğuna zarar vermez hiçbir zaman. Bu dinde de her şey için geçerli aslında. Bize gelene kadar şöyle oldu. Çeşitli saatlerle yapılan, hatta günümüzde ne yazık ki 45 dakikalık yoga dersleri var stüdyolarda. Herkes yoğun, herkes şehir hayatı koşturuyor, başka işi var. Farklı dersler, farklı yoga pratikleri, isimleri... Bu, bunun artık biraz pazarlanan hali. Ve onun için bununla beraber de bir sektör olarak tüm o taytlar, giysiler, pahalı matlar... Ama yoga aynı o manevi öz hala.” (Görüşmeci 16, erkek, 45)

Tüm bu tartışmalar dahilinde yoga, tüketim nesnesi olarak pek çok açıdan eleştirilse ve kendi felsefesine aykırı biçimde normalleşmesinin tartışmaları sürse dahi, çoğu katılımcı için özünde spiritüel ve manevi bir pratik olma işlevini sürdürmektedir. Bu işlev özellikle kurumsal dinlerle karşılaştırılarak, uygulamaların özden bir şey kaybettirmeyeceği vurgusu üzerinden tanımlanmıştır. Spiritüel pratiklerin kendi içinde sürekli anlam setleri inşa ederek eklemlenen çoğulcu ve özgürlükçü yapısı bu tema altında da kendisini göstermiştir. Yoga pratiği bireylerin anlam dünyalarında ve kişilik karmaşalarını çözümlemeye oldukça içsel bir motivasyon kaynağı olarak işlemeye devam ederken, kapitalist sistemde var oluşunu sürdürebilmesi adına, tüketim kültürünün bir paydaşı olmuştur.

“İnsanlar açıkçası işi olarak yapıyorlar. Örneğin mesleklerini bırakıyorlar. Burada yapmaya başlıyorlar. Hem kendi iç huzurunu sağlıyor hem de maddi gelir elde ediliyor.” (Görüşmeci 17, kadın, 48)

4.2 Sosyo- ekonomik ve sınıfsal bir bağlam

Yoga felsefesi, bireyin kendini tanıma, içsel dönüşüm ve spiritüel bir gelişim alanı olarak içselleştirilirken, öte yandan sosyo kültürel sistem içerisinde, sınıfsal bir pratik olarak da görülmektedir (Cengiz ve Gür, 2021). Yoganın erişilebilirliği, sınıfsal mamada ekonomik bir öncülü gerektirdiğinden herkes için deneyimlenmesi mümkün olmayan bir alan olarak değerlendirilmektedir.

“Namaste. Vallahi tamam. Ama gerçeklerden bir şey var. Yani gerçekler var. Öğrenci geliyor buraya. Adam, çocuk iki ay geldi. Ondan sonra dedi abi işte ben ekonomi yüzünden gelemedim. Yani adam daha 1500-2000 ödeyemezken. Sen oradaki yapıyı değiştirme. Kafa mantığını değiştirmeye çalışıyorsun. Yani onu oturup okumaya teşvik etme. Şimdi yoga dediğimiz şey sadece gel yap bitle gitmiyor ki okuman lazım. Sana seni anlatıyor yani. Senin de kendini bir bulman lazım.” (Görüşmeci 19, erkek, 37)

Yoganın içsel ve manevi dönüşüme yönelik pratik etme biçiminin değerlendirilmesinde, bireylerin mevcut toplumsal ve ekonomik kaygılardan sıyrılması bir ön koşul olarak görünmektedir. Bu bağlamda pek çok görüşmecinin ortak kanaati ekonomik kaygıların var olduğu bir zihinsel sistem içerisinde yoga manevi anlamda bir noktaya hitap edemediği olmuştur. Ekonomik ve toplumsal kaygılardan arınmamış bir zihnin yolculuğu, spiritüel bir boyutu deneyimlemek için hazır bir zihin olarak değerlendirilmemektedir.

“Çünkü mesela devam, benim işte ilk dersimde, yani ilk grubumda ortalama 20 kişiye yakın insan vardı. Döküldü 4 kişi kaldı. Yani bunun nedeni onlarda çünkü devam ettiremez ki bu işi. Şimdi geliyorsunuz ben sana anlatıyorum işte böyle ben sana böyle şey falan yoganın işte 8 basamağı işte beyni böyle değiştireceksin ya da Mindfulness işte Harvard'da yapılan araştırmasını konuşuyoruz. Ama yani adamda para yok. Anladın mı? Yani para yok adamda, finansal özgürlüğün olacak ya.” (Görüşmeci 19, erkek, 37)

Bu manada yoga sınıfsal pozisyonla doğrudan ilişkili görünmektedir. Ayrıca sınıfsal pozisyon yalnızca ekonomik değil, bireylerin sembolik ve kültürel sermayelerinin içine dahil olduğu bir alanı tanımlamaktadır (Bourdieu, 2015). Dolayısıyla bireyin yogaya ulaşması için yalnızca ekonomik sermaye sahibi olması yeterli görünmemektedir. Bu manada kültürel ve sembolik sermayesi düşük bireylerin bu alanın içerisinde yer bulamadığını düşünmek yanılgı değildir.

“Bence biz bunu neden yargılıyoruz? Bizim paramız olmadığı için ve gidemediğimiz için... Ya abi çok pahalı ya. Bu kadar da öğretiyi pahalı yapmaması da iyi. Herkes gidebilmeli. Aslında herkes gidememeli. Hazır olan gidebilmeli. Bunu ne kıyaslayabilir kapitalist sistemde? Evet, para kazanan hödüklerimiz de var ama para kazanan hödükler oraya para harcamaz. Gider meyhanede yer o parayı. Kumarda yer. Ama biraz daha idrak seviyesi artmış ve parası olan insanlar gider Çetin Çetintaş'ı tercih eder. Pozitif ayrımcılık yapılması gerekiyor ki eğitim doğru kişiye gitsin. Çünkü eğitmen de bir zaman harcıyor. Onunda sınırlı bir zamanı var.” (Görüşmeci 6, erkek, 24)

Literatürle ilişkili biçimde yoganın orta-üst sınıf kentli ve iyi eğitilmiş bireyler arasında yaygınlık kazanması tesadüf değildir (Cengiz vd., 2021). Öyle ki bireylerin

hayatlarına dahil ettiği pratikler spiritüel olsun veya olmasın, toplumsal zeminde bir karşılığı olan tüketim kalıpları olarak düşünülmektedir. Dolayısıyla bireylerin mevcut sınıfsal statülerini korumak veya daha üst bir statü grubuna ait hissetmek için tüketmeye yönelmeleri, yoga pratiğinin deneyim sahası ile de çakışmaktadır. Özellikle büyük kentlerin, orta, üst sınıf mahallerinle konuşlanmış yoga stüdyolarının mekânsal tercihi, hitap ettikleri toplumsal sınıfın tüketim dinamikleri ile yakından ilişkilidir. Tüketim kültürü içerisinde bambaşka kavramlarla tartışabileceğimiz bu alan yoganın yalnızca spiritüel bir pratik değil, aynı zamanda bir prestij göstergesi olarak yeniden anlamlandırılmasına neden olmaktadır. Bu da Thorstein Veblen (1899)'ın 'ayrıcalıklı sınıf' tüketimi kuramıyla ilişkilendirilebilir. Yoga artık "öz bakıma yapılan yatırım" söylemiyle statü belirten bir eylem halini almıştır. Dolayısıyla spiritüel tüketim, bireyin "kendine yaptığı bir yatırım" (self-investment) olarak görünmekle birlikte, aynı zamanda onun sınıfsal pozisyonunu dışa vurduğu ve yeniden ürettiği bir sosyal pratiğe dönüşmektedir.

“Bu biraz Starbucks'tan kahve almaya benziyor. Bu sosyolojik bir yerden kendi şeyimle bağdaştırdığımda bu orta sınıf insanların kendini üst sınıf hissetmek için Starbucks'a işte belki oradan gidecek parası yok ama orada kendini iyi hissetmek için bulunmak o parayı o kahveye vermesi gibi bir şey dönüştü. Ben belki yoga yaparsam üst sınıftan biri olurum.” (Görüşmeci 7, kadın, 24)

Modern kapitalist sistemin duygular dahil her şeyi yönlendirdiği bu sistem içerisinde yoga bireylerin öznellik deneyimleri üzerinden kimlik inşa etmelerinin en görünür örneklerini sunmaktadır. Öyle ki öznellik sınıfsal ve katmanlı bir toplumsal yapının dışında gelişmesi düşünülemez bir dinamiktir. Dolayısıyla yoga uygulamalarının maliyetinin belirlenmesi ve tercih edilmesi noktasında “markalaşmış” bir deneyim sahası bulunduğu görünmektedir (Bayramoğlu, 2013). Marx (2011)'ın *meta fetişizmi* olarak açıkladığı kavram üzerinden düşünüldüğünde, içsel bir deneyim sahası olan yoganın, piyasa koşulları içerisinde “ünlenme, pazarlama, marka, tanınırlık gibi değerlerle özdeşleşerek sunulduğu görünmektedir. Bu Bora (2011)'nın değindiği biçimde benzer dinamiklerin, zamanla “piyasa dostu” haline gelerek, tüketime dayalı bir “wellness” hizmetine indirgenen yapısıyla benzeşmektedir. Aynı zamanda yogayı tercih etme motivasyonu ile herkese ulaşma dinamiği arasında bir gerilim yaşanmaktadır. Sınıfsal bir pratik olarak yalnızca ekonomik değil; çevre, bilinç gibi kavramlarla da özdeşim kurarak oluşturulan ayrıştırmalarda yoga bilgisi herkese açık olup olmaması üzerinden

sorgulanmaktadır. Bauman(2003)’ın *kültürel elitizm* kavramıyla bağlantılı şekilde yoga bilgisi seçkin bir bilgiye dönüşme potansiyelini barındırmaktadır. Bu anlamda “idrak seviyesi” , “hazır olma” gibi içsel farkındalık süreçleri bir ön koşul olarak düşünülmüştür. Dolayısıyla Herkes İçin Spor Federasyonuna bağlı olan yoga, herkesin ulaşmasını mümkün kılmayan dinamikleri ile herkese ulaşmaya hitap etmeyen bilgi stoğu ile toplumsal eşitsizliğin göstergelerinden biri haline gelmektedir.

“Kadınlar, zorluk çeken kadınlar, göçmenler, evini kaybedenler, depremde zarar görenler, şiddet görenler, binlerce milyonlarca insan. O zaman beyaz yakalı plazadan çıkan birinden ziyade belki o kişinin daha çok ihtiyacı var. Ve siz ona ulaşamıyorsunuz. O da size ulaşmıyor. Çünkü parayla bunu sunuyorsunuz. Parayla sunmasanız bile ona ayıracak zaten zamanı yok. Yani siz iki mesai, iki ayrı işte çalışan bir insana evini geçindirebilmek için "Hadi gel şimdi oturun ve nefes alın" diyemezsiniz. Diyemiyorsunuz. Dolayısıyla bu imkanlar içerisinde ve bu bir pazar içerisinde şu anda üzgünüm böyle ama böyle.” (Görüşmeci 8, kadın, 26)

Elbette madalyonun öteki yüzü, hiçbir materyale ihtiyaç duyulmaksızın sadece zihin ve beden faaliyetleri ile ilerletme imkanı olan yoganın, herkesin erişimine açık bir noktadan temsil edilmektedir. Bu birleşim yoganın kapsayıcılığı ile birleştiğinde yoga, din ve spiritüellik arasında kurulan anlamlı bağlantı açısından da elverişli bir tartışma sunmaktadır.

“Yani bence yoga pahalı. Yoga pahalı, kendi başlı başına şöyle pahalı. Aslında pratik için çok az gereksinime ihtiyacınız var. Ama psikoloji olarak öyle değil. Zihinde senin hala para ve finansal sorunların varsa felsefe kısmına giremezsin...” (Görüşmeci 19, erkek, 37)

Bir görüşmecinin yoganın ahlaki bir öğreti olarak sınıfsal karşılığı olan bir kesime hitap ettiğini kabul etmekle birlikte, bu öğretinin mevcut idrak seviyesine veya toplumsal yaşam koşullarına ulaşmamış bireyler için alternatif bir aktarımının olduğunu savunmaktadır. Yoga felsefesi içerisinde anlatılan “karma” ile, semavi dinlerin ölüm ve yaşam arasındaki ayrımı tanımlamakta kullandıkları “cennet” ve “cehennem” kavramı eşdeğerde görülmüştür. Böylece yoga bilgisine sahip olmak için önkoşullara sahip olmayan insanların dahi bu yaşam felsefesi başka dini gelenekler içerisinde üretmelerinin mümkün olduğu aktarılmıştır.

“Bilinç düzeyi belli bir yere ulaşmış kişiye verdiğimiz eğitim farklı, henüz yeni öğrenmeye başlamışa verdiğimiz farklı, hiç bilmeyene farklı. Şimdi sen henüz maddede, işte dünya malında tabiri caizse, evde, arabada olan bir zihne ya kanka yoga felsefesi falan karma

dediğin zaman adam sana hadi oradan diyecek yani. Ama mesele bu öğretiyi onlara öğretmekse ne mahsuru var ki ona cennet cehennem demenin? Mesele iyi insan olsun zaten sonuçta aynı şey. Aslında fark etmiyor. Yoga felsefesi de karma diyor.” (Görüşmeci 8, kadın, 26)

Yoga sahasının kimlere açık olduğu ve kimlere kapalı olduğu esasında pek çok unsurla iç içe geçmiş görünmektedir. Yoga “ruhsal” ve “bedensel” iyilik vurgusunu kaybetmeden, sosyo ekonomik eşitsizliklerin içerisinde kaçarak yeniden üretildiği bir platforma dönüşmektedir. Yoga pratiği bu manada anlamlı bir “sınıf habitusu” halini almıştır. Sınıf habitusu yoga pratiğine katılmak, yoga eğitimleri almak gibi finansal sistemlerin devreye girdiği noktalarda önemli hale gelmektedir.

“Öğrencilerle, yogayı çok bilmeyenlerle yaptığım şey. Yani şunu söylemek istiyorum. Çok zengin ve çok parası olan, statüsü olan biri senin evine yoga eğitmenliğini almaya gelmez. Çok daha lüks bir stüdyoda, fotoğrafını çekip de koyabileceği bir stüdyoda, çok güzel düzenlenmiş bir stüdyoya gitmek ister.” (Görüşmeci 7, kadın, 24)

Sınıf habitusu kavramı yalnızca üzerine konuşulan maddi kaynaklarla değil, bireyin sahip olduğu kimlik ve aidiyet kaynakları ile de ilişkilidir. Bu manada ayrıcalıklı bir pratiğinin deneyim sahasına dahil olmak, bu alandaki dinamikleri içselleştirmese dahi bu sınıfa ait hissetme duygusunu beraberinde getirmektedir. Dolayısıyla kimlik, içinde bulunulan alanın içinde işlevsel biçimde yeniden inşa edilmektedir. Bu literatürde ayrıcalıklı bir sınıf pratiği olarak gözlemlediğimiz “orta sınıf spiritüalizmi” ile yakından ilişkilidir. Modern seküler bireyin, kendi anlam dünyasını ruhsal bir özerklik içerisinde kendisinin kontrol edebildiği manada yeniden üretmesi, ona özgür bir sınıfsal tercih ve deneyim alanı sunmaktadır (Öztürk , 2012).

“Bu yine aslında yogada istenmeyen, hatta şu an okuduğum kitapta da aynı şeyi söylüyor. Pazarlamanın da temeli bu. Şimdi sen... .Ben Şeyma Subaşı'nın ya da X bir kişinin taktığı şeyi takabiliyorum. Biz galiba bir noktada aynı sınıftayız. Hiçbir alakan yok aslında. Mümkün değil. O bunu muhtemelen saatlik ücreti bile değil yani 15 dakikalık ücretiyle almış. Sen 3 ay çalışıyorsun alıyorsun. Ama sınıfsal olarak aynı noktada hissettirebiliyor seni. Yoga da böyle.” (Görüşmeci 20, kadın, 34)

Yoganın kent yaşamındaki alternatif bir yaşam biçimi olarak deneyimlenmek istenmesi; kendinin, bedeninin ve zihninin “farkında” olan bireylerle birlikte paylaşılan bir kültürel sermaye sahası görünümündedir (Alemdaroğlu, 2014) . Aynı zamanda spiritüel arayışların orta sınıf deneyimleri üzerinden düşünüldüğünde kentli orta sınıfın,

bir yandan neoliberal değerle iç içe geçmiş yaşantısının doğallık, içtenlik arayışıyla entegre olduğu görülmektedir (Ayata, 2017). Yoga bu ikilem içerisinde bireye anlamlı bir direniş ve uyum sağlamaktadır.

“Ama mesela şimdi ben yapsam ve 20.000 TL benim kamp ücretimi desem kimse gelmez. Ama Çetin Çetintaş yapsa, Esra Taner yapsa, Barış İşcan yapsa, Fırat Tosun yapsa Onlara giderler. Çünkü bir markalaşmışlar, artık tanınmışlar, artık biliniyorlar. Ama yani burada isim, tanınmışlık fiyatı arttırıyor.” (Görüşmeci 4, kadın, 33)

Dolayısıyla bireyin içsel dönüşümünü gerçekleştirmek istediği alan kapitalist ve sınıfsal biçimde bir markalaşma değeriyle karşımıza çıkmaktadır. Aynı zamanda yoga ile şifalanması ve kendi yolunu bulması gerekenler ile buna ulaşabilenler arasında ciddi bir ayrım olduğu görüşü mevcut tartışmayı için önemlidir.

“Kendine dönmen kendi yolculuğunu bulman lazım ama bununla ilgili bir eğitim yok. Yani evet var ama işte o halkın aristokrat kısmına hitap eden eğitimler. Yani normal insanların, normal standartta yaşayan insanların o eğitimi alma şansı yok maalesef. Dolayısıyla burayı da beslememiz gerektiğini düşünüyorum. Çünkü hayatta belli bir standartın üstüne çıkmış insanlar zaten mevcut imkanlara sahip oldukları için istedikleri eğitimi alabilecek güce de sahipler. Ama bence bizim çalıştırmamız gereken, şifalandırmamız gereken asıl yer bilgiye ulaşamayanlar zaten. Halk.” (Görüşmeci 10, kadın, 27)

Bir başka görüşmeci için yoga, halka ulaşip, yaygınlaşacak bir pratik olmamalıdır. Çünkü yoganın kıymeti ve değeri biricikliği üzerinden tartışılmaktadır. Bu kapitalist sistem dinamikleri içerisinde bir tüketim ürünü olarak değerlendirilerek değerinin pahalı olmasıyla ilişkilendirilmiştir. Böylece yogaya atfedilen önem, onu biricik ve özel kılan zor ulaşılabilirlik üzerinden sürdürülmesi gerektiğini düşünen bir görüş de bulunmaktadır.

“Bence herkes yapmamalı neden herkes yapmamalı? O zaman biraz özelliğini ve biricikliğini kaybedebilir belki. Hani çünkü bir şey ne kadar maddi değeri düşükse aslında ticari anlamda veya algı olarak da o kadar küçük ve önemsizleşir.” (Görüşmeci 15, erkek, 24)

Benzer şekilde bir başka görüşmeci için:

“Evet yoga herkese ulaşmalı. Neden ulaşmalı? Eğer ki yine vaatlerden biri insanın o ben kümesini geliştirmesiye, benimiz genelde çok sınırlı. Aile diyoruz veya ülke diyoruz, belki inanç sistemi diyoruz veya bir etnik kimlikten bahsediyoruz. Bu kimlikler her zaman tarihte de baktığımızda savaflara ve acıya neden olan temel farklar. Çünkü ben diye adlandırdığınıza zarar vermezsiniz.” (Görüşmeci 16, erkek, 45)

Tüm bu tartışmaların nihayetinde yoganın ikili yapısı yine gün yüzüne çıkan bir dinamik olmaktadır. Yoganın sınıfsal ve kültürel bağlamda pek çok teoriyi destekleyen biçimde metalaşması ve bu sürecin diğer dinamiklerle birlikte spiritüel alanının çok dışında bir yerden okunması mümkündür. Ancak nihai olarak yoganın ulaştığı herkese “ben” kategorisine dahil etme fikri toplumsal manada eşit bir hissiyatla hareket edebilmenin sınıfsal ve tüm farklılıkları nötrleyen bir sistem olarak kavranması mümkün kılmiştir.



SONUÇ

Spiritüel arayış; ekonomik, toplumsal, kültürel ve geleneksel pek çok bağlamda anlamlandırılabilen; bireysel deneyimlere dayalı zengin içerikler sunan ve derinlemesine analizlere olanak tanıyan çok katmanlı bir olgudur. Bu alana ilişkin yapılan çalışmalar, farklı teorik yaklaşımlar çerçevesinde ele alınmakta ve literatürde hem kesişen ortak eğilimlere hem de birbirinden ayrılan yorumlara yer verilmektedir.

Literatürdeki birçok araştırma, bireylerin spiritüel yönelimlerini, modern yaşamın getirdiği kimlik bunalımları, varoluşsal sorgulamalar ve kurumsal din anlayışına duyulan mesafe ile ilişkilendirmektedir. Bu bağlamda, spiritüel arayışlar, geleneksel dinî yapılarla kurulan mesafeli ilişkinin bir sonucu olarak ortaya çıkan, daha bireysel, esnek ve deneyim odaklı bir inanç biçimi olarak değerlendirmektedir. Dolayısıyla bu yönelim, sadece bireysel bir tatmin arayışı değil, aynı zamanda moderniteye, sekülerleşmeye ve kurumsal din eleştirisine verilen çok boyutlu bir yanıt olarak da okunabilmektedir. Modern toplumlardaki krizin, bireyler üzerinde yarattığı anlam kaybı spiritüel arayış ve pratiklerin “alternatif kutsallıklar” üreterek talepleri karşılamaktadır. Böylece “yeniden büyülenme” olarak tanımlanabilecek bu süreç, Paul Heelas’ın ifadesiyle, seçmeci (eclectic) ve birleştirmeci (syncretic) tutumlarla şekillenen bireysel bir manevi deneyim alanı olarak ortaya çıkmaktadır. Bu deneyim alanı, geleneksel dinlerin kurumsal ve otoriter yapısından uzaklaşan bireylerin, daha çok deneyime ve içsel sezgiye dayalı olarak kendi spiritüel yollarını kurdukları bir zemin sunmaktadır. Modern bireyin bu yönelimi, toplumsal normlara, hiyerarşik inanç yapısına ve dogmatik düzenlemelere karşı duyulan mesafenin bir ifadesi olduğu kadar; aynı zamanda kimliğin yeniden tanımlandığı, anlamın bireysel olarak inşa edildiği bir alanın da göstergesidir.

Bu bağlamda yoga gibi spiritüel pratikler, bireylerin geleneksel dini yapılardan uzaklaşıp kendi anlam dünyalarını kurdukları, öznelliklerini yeniden inşa ettikleri hibrit alanlar olarak işlev görmektedir. Bu alanlar, bireyin toplumsal yapının kolektif normlarından geçici ya da kalıcı biçimde uzaklaştığı, bunun yerine deneyim, farkındalık ve bedensel-ruhsal bütünlük üzerinden alternatif normlar geliştirdiği bir dönüşüm pratiğine karşılık gelmektedir. Bu süreç, yalnızca bir inanç değişimini değil, aynı zamanda modernitenin getirdiği kimlik krizlerine verilen bireysel yanıtların da sembolik ve pratik düzeyde somutlaştığı bir yeniden inşa sürecidir.

Spiritüel arayış ve yönelimleri yeni dini hareketler bünyesinde bireysel deneyim sahası olarak öne çıkması bireylerin biricik eylemleri, söylemleri ve anlamlandırma mekanizmalarının anlaşılmasını gerektirmektedir. Özellikle kentli, iyi eğitilmiş ve çoğunluğu kadınlardan oluşan orta-üst sınıf bireylerin tercih ettiği bir alan olarak¹⁶ spiritüel arayışlara yönelik yoğun ilgi gündengüne artmaktadır. Sınıfsal ve görece “marjinal” bir kesimi kapsayan bir hareketlerin altından yatan pek çok faktör vardır. Özellikle modern dönem krizinin bireyleri sürüklediği sıkışma ve anlam yitimi ile birlikte modernizmin pek çok geleneksel yapının içini boşaltması, bireyler için güvenliklerini inşa edebildikleri yeni bir alanda var olma zorunluluğunu doğurmuştur. Spiritüel arayış dinamiklerinin öncülünde din ile kurulan ilişkilerin mahiyetini anlamak gereklidir. Bu manada araştırma kapsamında din, yalnızca geleneksel, kurumsal din anlayışını ya da Tanrı inancı barındıran semavi din anlayışını kapsamamaktadır. Araştırma özelinde din, şemsiye bir kavram olarak ruhani/ aşkın varlıkla kurulan manevi ilişki biçimine işaret etmektedir. Kutsalın nasıl dönüştüğü, kabulleri, ibadet ve inanç pratikleri farklılık gösterse de bireylerin “kutsal veya spiritüel” olanla kurdukları bağ biçimleri ortak bir kabul olarak “inanma” ihtiyacını içermektedir.

Yeni dünya düzeninde özellikle maneviyat alanının inşası, bireylerin hür iradelerini temsil eden şeffaf bir alandır. Dolayısıyla bu alanın normları ve hiyerarşik düzeni kendi içerisinde belirlenen sınırlarda saklıdır. Özgürlük, farkındalık, şeffaflık, hoşgörü gibi değerleri içermekle birlikte, spiritüel arayış alanı içselleştirilmiş bir habitus görünümündedir. Ancak habitus içine aldığı değerler tarafından yüceltilirken, dışarıda bıraktıkları neticesiyle sınırlar çizmektedir. Böylece spiritüel hareketlere katılan grup ve bireylerin ortak sınırları olduğunu da gözlemlemek mümkündür. Bu çalışma spiritüel ve manevi bir arayış pratiği olarak yoganın kendi habitusu içine dahil ettiği ve dışarıda bıraktığı değerler üzerinden ekonomik, sınıfsal, kültürel, sosyal alanlarla kesişimlerini tartışarak; yogaya spiritüel bir arayış bağlamında dahil olan ve yogayı manevi bir anlamlandırma pratiği olarak gören bireylerin dahil, diğer çatışma alanlarından kaçamadıklarını ve kendi spiritüel kimliklerini bu alanlarda yeniden inşa etme girişiminde olduklarını açığa çıkarmıştır. Güvenlik, istikrar ve anlam arayışının geç modern toplumların akışkan süreçleri içerisinde, bağlı kalma stratejisi olarak belirlediklerini

¹⁶ Bu alanda yapılan çalışmaların neredeyse tümü benzer bir kesimden bahsetmektedir. Özellikle büyük kentlerde yaşayan, orta-üst ekonomik sınıfı temsil eden, eğitilmiş kadın popülasyonu yeni dini hareket ve spiritüel arayışlara yönelik ilgi ve alakası tespit edilen önemli bir kesimdir. (Cengiz vd., 2021)

söylemek mümkündür. Bireylerin yoga ile kurduğu temasta spiritüellik başat bir öneme sahiptir. Dolayısıyla yoga, kentli görece seküler bireyin ruhsal ihtiyaçlarına cevap veren bir anlam üretimiyle birlikte; gündelik yaşam dinamikleri, tüketim tercihleri, medya ilişkileri, sosyal ve kolektif deneyimleri ile iç içe geçmiş bir toplumsal alan inşa etmektedir. Aynı zamanda bireylerin yaşam içerisinde etkileşimde olduğu toplumsal normlar, inanç ve pratik biçimlerinin yogayla kurulan teması derinden etkilediği gözlenmiştir. Yoga felsefesini benimseyerek kutsal olan ile doğrudan kurulan bağ, içsel dönüşüm ve kurtuluşa erme vaadiyle birlikte modern kapitalist sistemin dinamikleri ile kesiştiği noktada “sessiz bir tahakküm” biçimine dönüşmektedir. "Silent takeover" ifadesi, bu bağlamda neoliberal ideolojilerin dini ve manevi değerleri araçsallaştırmasını tanımlayan önemli bir ifadedir. Böylece yoga, özgürleştirici olduğu kadar disipline edici bir pratik haline gelmektedir. Özellikle daha çok, orta üst sınıfa ait bir yaşam tarzı göstergesi olarak ortaya çıkması piyasa dinamikleri, tüketim tercihleriyle ilişkilenen kültürel, ekonomik ve sembolik sermayeye dönüşmekten kaçamamıştır. İster manevi, ister fiziksel pratiklere öncelik vererek bu alana dahil olmuş olsun, her birey alanın piyasalaşma sürecinin kısılcına bir şekilde temas etmiştir. Yoga materyalleri, yoga stüdyoları, yogaya yönelik beslenme ve yaşam biçimi sunumlarıyla birlikte spiritüellik sembolik bir sermaye biçimi olarak ön plana çıkmıştır. Dolayısıyla sermayeye sahip olmak mevcut habitusun değerlerinin yeniden üretilerek “sınıfsal bir aidiyet” mekanizması olarak da işlev görmektedir. Sınıfsal olduğu kadar özgürlük ve bireysellikte örtüşen bu alan aynı zamanda fiziksel ve zihinsel sağlık, denge gibi içerikleriyle birlikte beden, zihin ve eylemlerin kontrol edildiği bir denetim ve üretim alanı olarak kurgulanmaktadır. Özellikle medya ve gündelik hayat içerisinde yaygınlaşan yoga temsilleri, gösteri ve sunum pratiğine dönüşerek “değer” biçilen bir performansa dönüşmektedir. Bunun yanı sıra yoga yapma pratiğine yönelik eğilim, belirli bir farkındalığı ve hazır bulunuşluğu öncelikle neticesiyle bazı öncülleri barındırmaktadır.

Yoga yapan, yoga eğitmenliği yapan bireylerin, yoga ile, toplum ile, içinde yaşadığımız ataerkil ve kapitalist sistemin normlarından bağımsız bir spiritüellik geliştirdiklerini iddia etmek alanı tek taraflı ve eksik biçimde anlamaya sebebiyet vermektedir. Spiritüellik kadar, toplumun içerisinde bir birey olan, manevi ve ruhsal yönelimi geleneksel semavi dinlerin merkezinden başka alanlara kaydırmış bireylerin, yine de geleneksel dinlerle kurdukları mesafenin tartışmalı olduğu görünmüştür. Literatür özelinde özellikle yeni dini veya spiritüel arayış dinamiklerinin mevcut kurumsal dinin

eperinde kurulmuş ve esasında onlardan ayrışan noktaları temsil eden pek çok anlam seti kurguladığı düşünülmektedir. Bu bilginin çok büyük bir kısmının bizim verilerimiz ile de doğrulandığı söylemekle birlikte, spiritüel bir arayış olarak yoga, aynı görüşmeciler tarafından hiç de spiritüel ve içselleştirilmiş olarak değil, oldukça dünyevi ve toplumsal biçimde de yeniden üretilmektedir. Bu durum bir çelişki olarak değerlendirilmemelidir. Çünkü alanın kendisi, bireyselliği, eklemlenebilir ve birleştirilebilir özelliğiyle birlikte bireye hepsiyle birlikte spiritüel olabilme imkanı sunmaktadır. Yoga yolculuğunu içsel bir deneyim sahası olarak adlandıran bireyin, medya ve medyadaki benliğinin sunumuna ilişkin çarpıcı biçimde sunmuş olduğu verilerin tartışmaları yogayı gösteri ve sahne üzerinde kurgulamıştır. Bir başka açıdan bireylerin kendi anlam dünyası içerisinde özünü, yaşamın anlamını hatta tanrıyı bulmasına olanak sağlayan bir alan olarak değerlendirilmektedir. Tam olarak yoganın spiritüalizmle kurduğu ilişki, yeni dini hareketlerin ortak özellikleri bağlamında tartışılan bireyselliğin, kendi anlam setlerini oluşturmaya yönelen eklektik yapısının bağdaştırmacı bir noktadan i içe geçtiğinin göstergesidir. Dolayısıyla bireyin manevi bir dönüşüm yaşarken, toplumsal yargı ve normların dışında bir yerde olmadığı anlaşılmaktadır.

Bir diğer bağlamda yoga ile kurulan manevi ilişkiler, dini formların katı ve korkutucu dünyalarından, kendine nefes alma alanı aan bireylerin manevi ruhlarının doyum noktası olarak görünmektedir. Bu manevi doyum, kendine dönme, kendini gerçekleştirme, tanrıyla ve kendinle bir olup yolculuğunu sürdürme deneyimleri üzerinden tahlil edilmekle birlikte, özellikle Türkiye’de aktif biçimde yaşanan İşlam kültürü ve onun konjktrnn tamamen dışında yaşanmamaktadır. Elbette bunu genellemek büyük bir yanılığı olacaktır ancak bireylerin yoga ile kurduğu ilişkilerin hemen bitişiğinde semavi dinlerle kol kola girdikleri bir alan bulunmaktadır. Yoga pratiklerinin, namaz pratikleri ile benzeştirilmesi, mantralar söylemek ile dualar okumanın benzerliği üzerinden kurulan dinamiklerde yoga, yaşam tarzını belirleme ve ona yönelik ahlaklı bir yaşam sürme misyonuyla bir aradadır.

Yoga pratiği, bireyler açısından çoğunlukla özgürleştirici, bireysel gelişimi önceleyen ve kişisel anlam arayışlarını destekleyen bir alan olarak değerlendirilmekle birlikte, bu pratiğin topluluk içinde ve kolektif biçimlerde deneyimlenmesi, bazı durumlarda cemaatleşme dinamikleriyle örtüşen yapılar ortaya çıkarmaktadır. Özellikle belirli ritüellerin, öğretici fiğrlerin ve ortak değer yargılarının etrafında şekillenen grup

yapıları, bireysel arayışa dayalı bu pratiği, aynı zamanda belirli normların, sembollerin ve davranış biçimlerinin yeniden üretildiği sosyal bir bağlama dönüştürebilmektedir. Bu durum, Maffesoli'nin kavramsallaştırdığı biçimiyle, geç modern dönemde ortaya çıkan "neo-kabile" benzeri topluluk yapılarını akla getirmektedir. Bireylerin ortak bir aidiyet hissi geliştirdiği, benzer yaşam tarzları ve dünya görüşleri etrafında bir araya geldiği bu yapılar, yoga pratiğinin yalnızca bireysel değil, aynı zamanda kolektif bir deneyim alanı olduğunu göstermektedir. Dolayısıyla yoga, bir yandan kişisel özgürlük ve içsel dönüşüm imkânı sunarken, diğer yandan katılımcıları belirli sembolik ve pratik çerçevelere dahil eden, zamanla aidiyet ve cemaatleşme duygularını besleyen bir sosyal formasyon olarak da işlev görebilmektedir.

Geleneksel dinlere yönelik bir diğer kapsam, yoganın mevcut dini söylemin çok dışından yeni bir maneviyat alanıyla birleşme isteğinin tezahür etmesidir. Özellikle modernleşme ve sekülerleşme pratiklerinin modern bireyin yaşamı üzerine kurmuş olduğu tahakküm, bireylerin sıkılmış ve bunalmışlıkları ile çıkış aradıkları bir alana yönlendirmektedir. Spiritüel bir arayış pratiği olarak yoga, yalnızca bireyin manevi boşluklarını doldurmaya hizmet eden bir araç değil; aynı zamanda sınıf ilişkilerinin yeniden üretildiği, kültürel sermayenin aktarıldığı, kimlik sunumlarının biçimlendiği ve toplumsal normların üretildiği çok katmanlı bir alandır. Bu çok yönlü yapı, yogayı bireysel düzeyde özgürlük alanı sunan ve toplumsal düzlemde tahakküm ilişkilerini yeniden üreten bir pratik hâline getirmektedir. Modern bireyin seküler yaşam biçimleri içerisinde kutsal olanla bağ kurma ihtiyacının bir yansıması olarak değerlendirilebilecek yoga; anlam üretimi, sınıfsal konumlanma, kimlik inşası ve kültürel melezleşme süreçlerinin merkezinde yer almaktadır. Bu yönleriyle yoga, modernitenin ruhsal boşluklarına karşılık verdiği gibi toplumsal yapının yeniden kurgulanmasına ilişkin önemli veriler sunmaktadır.

Yoga, günümüz toplumsal bağlamında özellikle kadınlar açısından özneleşme süreçlerine katkı sağladığı gibi, patriyarkal normların yeniden üretildiği bir pratik alanı olarak çifte bir işleve sahiptir. Kadınlar, yoga aracılığıyla bedenleriyle barışma, özerklik kazanma ve güçlenme gibi deneyimler yaşarken; aynı zamanda "fıt", "sağlıklı" ve "pozitif" beden normlarına uyum sağlama baskısıyla karşı karşıya kalmaktadırlar. Bu durum, yoga pratiğinin özgürleştirici ve disipline edici bir doğaya sahip olduğunu göstermektedir.

Çalışma kapsamında yapılan analizler, yoga pratiğinin yalnızca bedensel ya da ruhsal bir faaliyet olmaktan öte, bireylerin ifade özgürlüğü, inanç çeşitliliği ve yaşam tarzı arayışlarına alan açan bir söylem ve eylem zemini sunduğunu ortaya koymuştur. Bu bağlamda yoga, bireylerin hem özgürce konuşabildiği ve dinleyebildiği hem de inançlı ya da inançsız biçimde eyleme geçebildiği alternatif bir yaşam formunun mümkünlüğünü işaret etmektedir. Katılımcı anlatılarında sıkça karşılaşılan "farkındalık", "dinginleşme" ve "kendine alan açma" gibi ifadeler, yoga pratiğinin bireylerce anlamlandırılmasında dikkate değer bir metaforik çerçeve sunmaktadır.

Bu bağlamda çalışma, yoga pratiğinin, mevcut toplumsal yapının sınıfsal, cinsiyete dayalı ve kimliksel kodları içinde sıkışmış bireyler için adeta bir “balkon” işlevi gördüğünü iddia etmektedir. Balkon, yaşanılan evin (yani mevcut sosyal düzenin) bir uzantısı olduğu gibi ondan kısmi bir kopuşu temsil etmektedir. Birey, balkona çıkarak dışarıdan hava alma, dünyayı başka bir açıdan gözlemleme ve kendilik deneyimini farklı bir düzlemde yeniden kurma fırsatı bulmaktadır. Ne var ki bu alanın ferahlığı, bireye her zaman tam bir özgürlük sunmamıştır; çünkü balkon hala evin bir parçasıdır ve yapısal sınırlarla çevrilidir. Bu metafor, yoga pratiğinin bireysel dönüşüm arzusu ile toplumsal kısıtlar arasında nasıl bir gerilim hattında yer aldığını göstermesi bakımından dikkat çekicidir. Özellikle orta ve üst sınıfa mensup bireylerin deneyimlerinde belirginleşen bu "balkon habitusu", sosyal kimliklerin yeniden inşa edildiği, görünürlüğün değer kazandığı ve benlik sunumlarının çeşitlendiği bir zemine işaret etmektedir. Diğer yandan yoga pratiği, sahip olduğu manevi ve içsel dönüşüm potansiyelinin yanı sıra, dış dünyada sergileniş biçimiyle zaman zaman spiritüellikten uzaklaşan, performatif ve gösteri temelli bir yapıya da bürünebilmektedir. Bu durum, bireyin iç dünyasında deneyimlediği anlamla toplumsal alanda sergilediği görünüm arasındaki uçurumu derinleştirmekte ve benliğin çoklu sunumlarına zemin hazırlamaktadır. Böylece yoga pratiği, modern birey için hem bir kaçış alanı hem de kimlik ve aidiyet müzakerelerinin gerçekleştiği bir sahne işlevi görmektedir. Bu çok katmanlı yapı, yogayı kişisel özgürleşmenin ve toplumsal sınırlılıkların aynı anda deneyimlendiği bir alan olarak konumlandırmaktadır.

Bu çalışma, başlangıç noktasından itibaren yogayı bir spiritüel arayış pratiği olarak konumlandıran zemini tartışmaya açmayı amaçlamıştır. Bu bağlamda temel hareket noktası, bireylerin yoga pratiğiyle kurdukları ilişkiyi yalnızca teorik bir çerçevede değil, onların gündelik yaşamları içerisindeki deneyim, tutum ve yönelimleriyle birlikte

ele almak olmuştur. Bireylerin yoga aracılığıyla ortaya koydukları anlamlandırma biçimleri, kendilik inşası ve dönüşüm pratikleri bu araştırmanın merkezinde yer almıştır. Ancak araştırma süreci, özellikle saha verileriyle iç içe geçildiğinde, yoga pratiğinin tümüyle bireysel ve spiritüel bir alan olarak izole edilemeyeceğini, aksine ekonomik, sosyal, sınıfsal ve kültürel dinamiklerle yakından ilişkili çok katmanlı bir yapıya sahip olduğu fark edilmiştir. Bu gözlem, çalışmanın yalnızca bireysel spiritüel yönelimi anlamaya dönük değil, aynı zamanda yoganın bu yönelimin ötesinde nasıl bir toplumsal formasyona dönüştüğünü de sorgulamasına imkân tanımıştır. Bu nedenle çalışma, saha verilerinden hareketle dört ana tema etrafında yapılandırılmıştır. Bu temalar, yoganın spiritüel boyutunun yanı sıra, toplumsal yapıyla çakışan, kimi zaman gerilimli kimi zaman da iç içe geçen yönlerini açığa çıkarmayı mümkün kılmıştır. Böylece yoga, yalnızca içsel bir dönüşüm aracı olarak değil, aynı zamanda toplumsal, kültürel ve sınıfsal kodlarla örülü karmaşık bir pratik olarak değerlendirilmiştir. Araştırmanın bu yönü, yoga pratiğine ilişkin daha bütüncül bir anlayış geliştirilmesine katkı sunmayı hedeflemektedir.

Çalışma kapsamın özellikle Gömülü Teori'nin bize sağladığı avantajlardan bahsetmeden geçmenin yetersiz olduğu kanaatindeyim. Öyle ki spiritüel bir arayış dinamiği olarak yoganın kendi içerisine oluşmuş anlam setleri ve kodlarla anlaşılmaya çalışılması alanın dinamiklerini kaçırmamak için oldukça kıymetli olmuştur. Diğer taraftan uzun ve oldukça karmaşık verilerin bir arada temalandırılarak sunulması belki de her biri ayrıca bir araştırma konusu olabilecek temaların derinlikli analizlerinin yapılmasını sınırlandırmıştır. Dört temel tema etrafında – ekonomik, toplumsal, sınıfsal ve spiritüel boyutlar üzerinden – ele alarak sosyolojik teoriler ve saha verileri ışığında tartışmaya açılan bulgular, yoganın yalnızca bireysel bir pratik olmanın ötesinde, çok katmanlı ve çok boyutlu bir toplumsal olgu olarak değerlendirilebileceğini ortaya koymaktadır. Bununla birlikte, yoga pratiğine ilişkin sosyolojik çözümlemelerin sosyal bilimler literatüründe hâlâ sınırlı olduğu görülmektedir. Bu alan, özellikle Türkiye bağlamında, derinlemesine ve disiplinler arası yaklaşımlarla ele alınması gereken, görece bakir bir araştırma sahası niteliğindedir. Yoga, küresel ölçekte endüstriyel pazarlama süreçlerinden cemaatleşme pratiklerine, bireysel kimlik inşasından kültürel sermaye aktarımına kadar uzanan geniş ve karmaşık bir ilişkisellik ağı içinde yer almaktadır. Bu yönüyle yoga, sadece spiritüel ya da fiziksel bir uygulama değil; aynı zamanda beden, kimliğin, sınıfın ve anlam üretiminin yeniden şekillendiği bir toplumsal alandır.

Dolayısıyla beden sosyolojisi, tüketim sosyolojisi ve din sosyolojisi gibi alt disiplinler çerçevesinde yoga daha ayrıntılı, nitelikli ve eleştirel çalışmalarla ele alınmaya muhtaçtır.

Bu çalışmanın ortaya koyduğu bulgular, yoganın yalnızca bireysel bir pratik ya da spiritüel bir arayış biçimi olarak değil, aynı zamanda toplumsal, kültürel ve ekonomik bağlamlarla iç içe geçmiş çok katmanlı bir olgu olduğunu göstermektedir. Bu doğrultuda, gelecek araştırmaların yogayı yerel bağlamlarda, küresel, kültürel ve ekonomik dinamiklerle etkileşim içerisinde ele alması, alanyazına önemli katkılar sunacaktır. Özellikle toplumsal cinsiyet rolleri, medya temsilleri, sağlık söylemleri ve neoliberal özneleşme süreçleri gibi temalarla kesişimsel bir biçimde yoga pratiğini analiz etmek, yoganın hem bireysel dönüşüm hem de toplumsal yeniden yapılanma süreçlerindeki rolünü daha kapsamlı biçimde anlamaya imkân sağlayacaktır. Önümüzdeki çalışmalarda, yoga pratiğinin sınıfsal farklılıklar, kültürel sermaye türleri, yaşam tarzı tercihleri ve bedensel görünümü üzerinden nasıl farklılaştığını ortaya koyacak karşılaştırmalı saha araştırmalarına ağırlık verilmesi önemlidir. Bu tür çalışmalar, yoga deneyiminin Türkiye bağlamında taşıdığı özgün anlamları daha görünür kılacak; özellikle kültürel sosyoloji ve eleştirel toplumsal kuramlar çerçevesinde değerlendirilmesini mümkün kılacaktır. Yoga, modernitenin, küresel etkileşimlerin ve kimlik politikalarının kesiştiği toplumsal bir pratik olarak da ele alınmalıdır.

Sonuç olarak, farklı disiplinlerin katkısını bir araya getiren çok boyutlu yaklaşımlar, yoga üzerine yapılan araştırmalara kuramsal ve yöntemsel çeşitlilik kazandırabilir. Özellikle yoga pratiğinin gündelik yaşamla, tüketim kültürüyle ve bireyin toplumsal konumuyla nasıl ilişkilendiğini anlamaya yönelik çalışmalar, çağdaş toplumun manevi yönelimlerine yönelik dönüşen yapısını anlamada sosyolojik açıdan derinlikli bir zemin sunacaktır.

KAYNAKÇA

- Adorno, T. W., & Horkheimer, M. (2002). *Aydınlanmanın Diyalektiği*. (N. U. Baykan, Çev.) İstanbul: Kabalcı Yayınları.
- Akçay, E. (2010). Antik Yunan Felsefesinde Ruh ve Yeniden Doğuş İnancı. *İstanbul Üniversitesi Felsefe Bölümü Dergisi*, 19(1), 55-72.
- Akgül, M. (2012). Modernlik-Modernleşme, Postmodernlik, Sekülerleşme ve Din. İ. Çapcıoğlu, & N. Akyüz içinde, *Din Sosyolojisi el kitabı* (s. 181-210). Grafiker Yayınları.
- Akıncı, G. (2019). *Spiritüel Pratikler ve Modern Yaşam: Türkiye’de Yoga ve Meditasyon*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Akkaya, Z. (2015). *Yoga Felsefesi ve Uygulamaları*. İstanbul: Sinek Sekiz Yayınları.
- Akman, K. (2019). *Ezoterik yollar*. İstanbul: Alfa.
- Alemdaroğlu, A. (2014). Neoliberal Beden Politikaları ve Yaşam Tarzı Ayrışmaları. *Fe Dergisi*, 40-55.
- Althusser, L. (2014). *İdeoloji ve Devletin İdeolojik Aygıtları*. İstanbul: İthaki Yayınları.
- Altınay, R. (2017). “Yoganın Türkiye’deki Serüveni: Tıbbi Uygulama mı Spiritüel Yolculuk mu?”. *Sosyoloji Divanı*, 25(2), 120-142.
- Arıkan, E. (2021). Bilimin Egemenliğinde Yoga: Alternatif Epistemolojilere Bir Bakış. *Felsefe Tartışmaları*, 65(1), 88-103.
- Arslan, A. (2019). *Modernleşme Sürecinde Bireyin Anlam Arayışı ve Spiritüalizm*. İstanbul: İdeal Kültür Yayıncılık.
- Arslan, H. (2013). Hint dinlerinde bir arınma ve aydınlanma yolu olarak Yoga . *Doktora Tezi*. Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Arslan, M. (2020). *Spiritüel Özneleşme ve Beden: Alternatif Maneviyat Biçimleri*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Asad, T. (2007). *Sekülerliğin Biçimleri: Hristiyanlık, İslamiyet ve Modernlik*. İstanbul: Metis Yayınları.
- Aşut, Ö. (2018). *Piyasada Spiritüellik: Alternatif Tıbbın Sosyolojisi*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Ayata, S. (2017). Yeni Orta Sınıf ve Uydu Kent Yaşamı. D. Kandiyoti, & A. Saktanber(Ed.) içinde, *Kültür Fragmanları* (s. 38-55). İstanbul: Metis Yayınları.
- Aydın, F. (2018). Yoga felsefesi Bağlamında Bireysel Dönüşüm ve Mistik Tecrübe. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 18(3), 55-78.
- Aydın, M. (2019). Türkiye’de Spiritüel Arayışlar ve Yoga Uygulamaları. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 19(1), 45-60.
- Baba, S. (2009). *Bhakti Yoga: Sevgi Yoluyla Kurtuluş*. İstanbul: Gece Kitaplığı.
- Barker, E. (1992). *New Religious Movements*. London: HMSO Publications.

- Başkaya, Ş. (2006). *New Age Hareketi: Modern Bir Dinsellik Biçiminin Sosyo- Kültürel Analizi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü: Yüksek Lisans Tezi.
- Baudrillard, J. (2014). *Tüketim Toplumu: Söylenceler ve Yapılar*. (H. Deliceçaylı, & F. Keskin, Çev.) İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Bauman, Z. (2003). *Bireyselleşmiş toplum*. (T. Birkan, Çev.) İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Bauman, Z. (2017). *Cemaatler: Güvenli Olmayan Bir Dünyada Güvenlik Arayışı*. (N. Soysal, Çev.) İstanbul: Say Yayınları.
- Bauman, Z. (2018). *Modernite ve Holocaust*. İstanbul: Alfa Yayınları.
- Bayramoğlu, E. (2013). Ritüel, Performans ve Beden: Alternatif Dini Pratiklerde Tiyatro ve Yoga. *Folklor/ Edebiyat Dergisi*, 19(73), 143-160.
- Beck, U. (2001). *Risk Toplumu: Yeni Modernliğe Doğru*. (B. Doğan, Çev.) İstanbul: İthaki yayınları.
- Bell, C. (1997). *Ritual: Perspectives and Dimensions*. Oxford: Oxford University Press.
- Berger, P. (2000). *Kutsal Şemsiye* (A. Coşkun, Çev.). Rağbet Yayınları
- Berger, P. (2003). *Dinin Sosyal Gerçekliği*. Ankara: Sentez Yayınları.
- Berger, P. L. (2002). Sekülerizmin gerilemesi. A. Köse(Ed.), *Sekülerizm Sorgulanıyor* (s. 11-32). İstanbul: Ufuk.
- Berger, P. L., & Luckmann, T. (2015). *Modernite, Çoğulculuk ve Anlam Krizi: Modern İnsanın Yönelimi*. Ankara: Heretik Yayınları.
- Berry, T. (1971). *Religions of India: Hinduism, Yoga, Buddhism*. The Bruce Publishing Company
- Bilgin, N. (2011). *Modernlik, Postmodernlik ve Din: Bireyselleşme Bağlamında Yeni Dini Hareketler*. Ankara : Vadi Yayınları.
- Blavatsky, P. H. (2014). *Gizli Öğreti: Kozmogenezi*. (F. Ülkü, Çev.) İstanbul: Hermetik Kitap.
- Bodur, H. E. (2000). *Küreselleşme Bağlamında Batı'da Ortaya Çıkan Yeni Hareketler ve Türk Toplumuna Etkileri*. Ankara: Uluslararası Avrupa Birliği Tebliğ ve Müzakereleri .
- Bora, A. (2011). *Kadınlar ve Temsil: Feminizm, Kamusal Alan, Demokrasi*. İstanbul: İletişim Yayınları.
- Bordo, S. (2015). *Kadınlar, Beden ve Toplum: Feminizm, Güzellik ve Bedenin Denetimi* . İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Boudrillard, J. (2006). *Tüketim Toplumu*. (H. Deliceçaylı, & F. Keskin, Çev.) İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Bourdieu, P. (2015). *Ayrım*. Ankara: Heretik.
- Bourdieu, P. (2018). *Pratik Nedenler: Eylem Kuramı Üzerine*. (H. Tufan, Çev.) İstanbul: Heretik Yayınları.
- Bourdieu, P. (2024). *Bilimin Bilimi ve Düşünümsellik*. Heretik Yayıncılık.
- Byung-Chul, H. (2023). *Yorgunluk Toplumu*. (N. Gürbilek, Çev.). Metis Yayınları.

- Candan, M. (2021). *Yoga: Uygulamalar, Öğretiler ve Modern Dönüşümler*. İstanbul: Alfa Yayınları.
- Carrette, J. R., & King, R. (2005). *Selling spirituality: The silent takeover of religion*. Routledge.
- Castells, M. (1997). *The Power of Identity*. Blackwell.
- Cengiz, K., & Gür, H. (2021). İhtiyat ve Cazibe İkileminde Türkiye'de Spiritüel Erkeklikler. *Moment dergisi*, 8(1), 66-87. doi:<https://doi.org/10.17572/mj2021.1.6687>
- Cengiz, K., Küçükural, Ö., & Gür, H. (2021). *Türkiye'de Spiritüel Arayışlar: Deizm, Yoga, Budizm, Meditasyon, Reiki vb.* İstanbul: İletişim Yayınları.
- Connerton, P. (2009). *Modernite Nasıl Unutturur*. (K. Kelebekoğlu, Çev.) İstanbul: Yaylacık Matbaası.
- Connerton, P. (2014). *Toplumlar Nasıl Anımsar*. (A. Şenel, Çev.) İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Csordas, T. J. (1994). *Embodiment and Experience: The Existential Ground of Culture and Self*. Cambridge University Press
- Çelik, A. (2016). Max Weber ve Anlam Arayışı. *Sosyoloji Dergisi*, 34(1), 55-72.
- Çelik, H. (2017). Tüketim Toplumu Bağlamında Spiritüel Pratiklerin Yeni Dini Hareketlerdeki Yeri. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 1, 88-102.
- Çelik, H., & Ekşi, H. (2015). *Nitel Desenler: Gömülü Teori*. İstanbul: EDAM Yayınları.
- Çelik, K. (2010). *İslam'da Ruh ve Ahiret İnancı*. İstanbul: Ensar Neşriyat.
- Çelik, M. (2020). Postmodern Cemaatler ve Duygudaşlık: Maffesoli Üzerinden Yeni Dini Hareketler. *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 22(2), 659-681.
- Çetintaş, Ç. (2024). *Yoga Sutralar 1 "Bir yoginin el kitabı"*. İstanbul: YogaKioo Yayınları.
- Çetintaş, Ç. (2024). *Hakkımda*. <https://cetincetintas.com/tr/hakkimda>
- Charmaz, K. (2015). *Gömülü (Grounded) Teori Yapılandırma: Nitel Analiz Uygulama Rehberi* (2. b.). Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Çilkin, R. E., Hamurişçi, A. G., & Topsakal, Y. (2017). Bütünsel ve Manevi Turizm Kapsamında Yoga Turizmi. *ResearchGate*. doi:https://www.researchgate.net/publication/320182743_Butunsel_ve_Manevi_Turizm_Kapsaminda_Yoga_Turizmi
- Creswell, J. W. (2017). *Araştırma Deseni: Nitel, Nicel ve Karma Yöntem Yaklaşımları* (Çev. S. B. Demir). Eğiten Kitap
- Debord, G. (1967). *Gösteri Toplumu*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Demir, E. (2011). Gündelik Yaşamda Roller ve Kimlik: Goffman'ın Yaklaşımı. *Toplum ve Bilim*, 121.
- Demir, M. (2000). Yoga eğitmenlerinin beden, emek ve görünürlük stratejileri: Neoliberal öznellik bağlamında bir değerlendirme. *Kadın/Woman 2000*, 23(2), 25-44. doi: <https://doi.org/10.3389/woman.2022.023025>
- Derin, S. (2011). *Sahaja Yoga: İçeriği, Amacı, Türkiye'deki Faaliyetleri*. İzmir.
- Desikachar, T. K. (2001). *Yoganın Kalbi: Kişisel Bir Uygulama Geliştirmek*. İstanbul: Omega Yayınları.

- Doğan, A. E. (2012). Erkeklik Krizi ve Yeni Erkeklikler: Sosyolojik Bir Analiz. *Toplum ve Bilim*, 123, 44-67.
- Duman, Ö., & Koca, C. (2020). Modern Yoganın Analizi: Cinsiyetlendirilmiş Bir Sosyal Alan. *Fe Dergi*, 12(2), 59-73.
- Durkheim, E. (2004). *İntihar*. (R. Öztürk, Çev.) İstanbul: Say Yayınları.
- Durkheim, E. (2014). *Dini Hayatın İlkel Biçimleri*. (A. Berktaş, Çev.) İstanbul: İletişim Yayınları.
- Eliade, M. (1994). *Dinsel İnancın ve düşüncenin Tarihi*. (S. Rıfat, Çev.) İstanbul: Kabalcı Yayınları.
- Eliade, M. (2013). *Yoga: Ölümsüzlük ve Özgürlük* (Çev. A. Babacan). İstanbul: Kabalcı Yayınları
- Eliade, M. (2017). *Yoga*. İstanbul: ALFA.
- Elias, N. (2000). *Uygarlık Süreci*. (S. Belli, Çev.) İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Erdoğan, İ. (2015). Modern Dünyada Spiritüel Arayışlar ve Yoga. *Din Bilimleri Araştırma Dergisi*, 15(2), 131-153.
- Erdoğan, M. (2013). *Yeni Dini Hareketler ve Türkiye'de Yansımaları*. Ankara: Değişim Yayınları.
- Featherstone, M. (2005). *Tüketim Kültürü ve Postmodernizm*. Ankara: Ayrıntı Yayınları.
- Feuerstein, G. (2001). *The Yoga Tradition: Its History, Literature, Philosophy and Practice*. Hohm Press. Arizona
- Fishman, R. (2002). “Yirminci Yüzyılda Kent Ütopyaları: Ebenezer Howard, Frank Lloyd Wright ve Le Corbusier”. R. Fishman, & B. Duru (Dü.) içinde, *20. Yüzyıl Kenti* (A. Alkan, Çev., s. 107-126). Ankara: İmge Yayınevi.
- Foucault, M. (2003). *Hapishanenin Doğuşu*. (A. Kılıçbay, Çev.) Ankara: İmge Kitabevi.
- (Foucault, M. (2013). *Kendilik Teknolojileri*. (V. Urhan, Çev.) İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Fuller, R. (2001). *Spirituali but not religious*. Oxford.
- G.Aksan, & Elnabarawy, K. (2024). İnanç Pratikleri Dönüşümüne Dair Sosyolojik Çıkarımlar: Yoga Deneyimi Üzerine Nitel Bir Çalışma. *İmgelem*, 205-238.
- Giddens, A. (1991). *Modernity and Self Identity: Self and Society in the Late Modern Age*. Stanford: University Press.
- Garfinkel, H. (2006). *Etnometodoloji Üzerine Çalışmalar* (Çev. D. Elçin). Ankara: Heretik Yayıncılık
- Giddens, A. (1999). *Toplumun Kuruluşu*. Ankara: Bilim ve Sanat.
- Giddens, A. (2010). *Modernliğin Sonuçları*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Gita, B. (2021). *Bhagavag Gita: Tanrı'nın Şarkısı*. (A. Sancar, Çev.) İstanbul: Okyanus Yayıncılık.
- Goffman, E. (2020). *Gündelik Yaşamda Benliğin Sunumu*. (L. Akalın, Çev.) İstanbul: Metis Yayınları.
- Göle, N. (1991). *Modern Mahrem: Medeniyet ve Örtünme*. İstanbul: Metis Yayınları.

- Giddens, A. (1991). *Modernity and Self Identity: Self and Society in the Late Modern Age*. Stanford: University Press.
- Göle, N. (1991). *Modern Mahrem: Medeniyet ve Örtünme*. İstanbul: Metis Yayınları.
- Göle, N. (2012). *Seküler ve Dinsel: Aşınan Sınırlar*. İstanbul: Metis.
- Güler, M. (2010). *Yoga Egzersizlerinin, Çalışanlarda Esenlik ve Yaşam Kalitesi Üzerine Etkisi*. İstanbul.
- Günay, İ. (2007). Yoganın Mahiyeti ve Çeşitleri. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 7(4).
- Günay, Ü. (1997). Türkiye'de Toplumsal Değişme ve Din. *Türk Yurdu*, 17(116-117), 532.
- Günay, Ü. (1998). *Din Sosyolojisi*. İstanbul: İnsan Yayınları.
- Günay, Ü., & Ecer, A. V. (1999). *Toplumsal Değişme, Tasavvuf, Tarikatlar ve Türkiye*. KAYSERİ: Erciyes Üniversitesi .
- Güneş, M. (2020). Tamamlayıcı ve Alternatif Tıbbın Yükselişi: Yoga Örneği. *Türkiye Sağlık Sosyolojisi Dergisi*, 3(1), 44-59.
- Güngören, İ. (2013). *Hinduizm ve Reenkarnasyon*. İstanbul: Yoga Akademi Yayınları.
- Gür, H. (2020). Spiritual But Not Religious?: New Mevlevis of Contemporary Mevleviye in Turkey. *Journal of Empirical Theology*, 33(1), 122-148.
- Gürbilek, N. (2011). *Benden Önce Bir Başkası: Kurmaca ve Benlik*. İstanbul: Metis Yayınları.
- Habermas, J. (2019). *İletişimsel Eylem Kuramı*. İstanbul: Alfa Yayınları.
- Han, B. C. (2020). *Yorgunluk Toplumu*. İstanbul: Metis Yayınları.
- Harvey, D. (2019). *Postmodernliğin Durumu*. İstanbul: Metis Yayınları.
- Heelas, P. (2008). *Yeni Çağ ve Kendilik Dini*. İstanbul: Sufi Kitap.
- Heelas, P., & Woodhead, L. (2005). *Maneviyat Devrimi: Neden din Yerini Maneviyata Bırakıyor*. (H. Yılmaz, Çev.) İstanbul: Alfa Yayınları.
- Hegel, G. W. (2010). *Tarih Felsefesi*. (A. Yardımlı, Çev.) İstanbul: İdea Yayınevi.
- Herman, J. (1992). *Travma ve İyileşme*. (S. Akgün, Çev.) İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Hochschild, A. R. (2008). *Duyguların Yönetimi: Duygusal Emek Üzerine Bir İnceleme*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Illouz, E. (2010). *Duygusal Kapitalizm: Modernliğin Duygusal Yapıları*. (H. Kaan, Çev.) İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Iyengar, B. (2012). *Patanjali'nin Yoga Sutraları: Yorum ve Açıklama*. (Ö. Aras, Çev.) İstanbul: Okyanus Yayıncılık.
- Iyengar, B. (2018). *Yogaya Işık*. (Ö. Özarpacı, Çev.) Omega Yayınları.
- J.A.Hannigan. (1990). The New Religious Movements and the New Social Movements Compared. *Review of Religious Research*, 31(3), 246.
- Kanbir, F. (2024). Modernite ve Ontolojik Güvenlik Bağlamında Yoga Kültürü: Yoga Eğitimcileri ve Uygulayıcıları Üzerine Nitel Bir Araştırma. *Sosyolojik Bağlam*, 5(1), 27-50.

- Kara, M. (2006). *Tasavvuf ve Tarikatlar Tarihi*. İstanbul: Dergah Yayınları.
- Kirman, A. (2003). Yeni Dini Hareketleri Tanımlama Problemi ve Tipolojik Yaklaşımlar. *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*(4).
- Kirman, M. A. (2005). *Din ve Sekülerleşme*. Adana: Karahan Yayınları.
- Kirman, M. A. (2010). *Yeni Dini Hareketler Sosyolojisi*. Ankara : Birleşik Yayınevi.
- Kozanoğlu, H. (2006). *Popüler Kültür ve Simmel'in Bireyliği*. İstanbul: İletişim Yayınları.
- Köse, A. (1997). *Neden İslam'ı Seçiyorlar*. İstanbul: T.D.V.Y.
- Köse, A. (2002). *Yeni Dini Hareketler: Sosyolojik Bir Yaklaşım*. İstanbul: İz Yayıncılık.
- Köse, A. (2006). *Milenyum Tarikatları*. İstanbul: Truva Yayınları.
- Köyüstü, S., & Kınık, A. M. (2021). Yogaya Genel Bir Bakış ve Yoga-Sağlık İlişkisi. 21. *Yüzyılda Eğitim ve Toplum Dergisi*, 10(28), 123-139.
- Küçük, M. (2015). *Gözetim Toplumu ve Sosyal Medya*. Ankara: Siyasal Kitabevi.
- Küçükcan, T. (2005). Maneviyat ve Din: Kavramsal Bir Ayrım Mümkün mü? ". *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 5(2), 9-24.
- Lama, D. (2012). *Reenkarnasyon: Buda'nın Öğretisine Göre Hayatın ve Ölümün Anlamı*. (İ. Duygulu, Çev.) İstanbul: Omega Yayınları.
- Lamont, M. (2000). *The dignity of working men: Morality and the boundaries of race, class, and immigration*. Harvard: Harvard University Press.
- Luckmann, T. (2000). *Modern Dünyada Din*. (İ. Çapcıoğlu, Çev.) Ankara: Vadi Yayınları.
- Luckmann, T. (2016). *Görünmeyen Din: Modern Toplumda Din Sorunu* (A. Çoşkun; F. Aydın, Çev.) İstanbul: Rağbet Yayınları.
- Manaf, A. (2009). *Yoga Pratyahara Duyu Kontrolü ve Astral Teknikler*. İnkılap Kitabevi: İstanbul.
- Mardin, Ş. (1983). *Din ve İdeoloji (2nd ed.)*. . Ankara: İletişim Yayınları.
- Marx, K. (2011). *Ekonomi Politiğin Eleştirisine Katkı*. (S. Sülün, Çev.) İstanbul: Sol Yayınları.
- Mead, G. H. (2019). *Zihin, Benlik ve Toplum*. Çev. H. Hüsrev Hatemi. İstanbul: Pinhan Yayıncılık.
- Mircea, E. (1999). *Şamanizm*. (İ. Birkan, Çev.) Ankara: İmge Kitabevi.
- Mirza, G. A. (2018). *Yeni Dinselleşme Eğilimleri ve Maneviyat Arayışları*. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınevi.
- Müller, F. M., & Deussen, P. (2022). *Upanişadlar*. (S. Ertüzün, Çev.) İstanbul: Satori Yayınevi.
- Neuman, W. (2020). *Toplumsal Araştırma Yöntemleri*. (Ö. Akkaya, Çev.) Ankara: Siyasal Kitabevi.
- Özdemir, N., & Koç, F. (2020). Yoga Pratiği Yapan Bireylerde Spiritüel Deneyim ve Enerji Algısı. *Toplum ve Ruh*, 12(1), 55-72.
- Öznalbant, E. (2017). Yoga turizminin sosyokültürel perspektifi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Boğaziçi Üniversitesi.

- Öztürk, H. H. (2005). *Sosyolojik Yansımalar*. İstanbul: Ebabil Yayınları.
- Öztürk, Y. (2019). Yeni Dini Hareketlerde Beden, Ruh ve Ritüel: Yoga Örneği. *Sosyoloji Dergisi*, 39(2), 265-289.
- P.Berger. (2000). *Kutsal Şemsiye*. (A.Coşkun, Çev.) İstanbul: Rağbet yayınları.
- P.Berger, Berger, B., & Kellner, H. (2000). *Modernleşme ve Bilinç*. İstanbul: Pınar Yayınları.
- Patanjali. (2009). *Yoga Sutraları*. (Ş. Can, Çev.) İstanbul: İnkılap Yayınları.
- Polatcanlı, F., & akın, S. (2024). Yoga uygulamalarının stresle başa çıkma düzeyi üzerine etkisinin incelenmesi. *Education Science and Sports*, 6(1), 39-51.
- Ritzer, G. (2013). *Sosyoloji Kuramları*. Ankara: De Ki Basım Yayın.
- Ritzer, G., & Spetnisky, J. (2012). *Çağdaş Sosyoloji Kuramları ve Klasik Kökleri*. Ankara: De Ki Basım Yayın.
- Robinson, F. (2002). İslam'da Sekülerleşme. *Erciyes University · Journal of the Institute of Social Sciences* (13), 343-355.
- Roof, C. W. (1999). *Spiritual Marketplace: Baby Boomers and the Remaking of American Religion*. Princeton University Press.
- Rosa, H. (2021). *Rezonans: Dünyayla Bağ Kurmanın Bir Sosyolojisi*. (N. Gürbilek, Çev.) İstanbul: Metis Yayınları.
- Rumi, M. C. (2003). *Fihri Ma Fih*. (M. Güven, Çev.) İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Saktanber, A. (2002). Kadınlar ve Kamusal Alan: İslami Feminizm. *Toplum ve Bilim*, 93.
- Sarıkaya, H. E. (1978). *Neo Spiritizm, Modern Spiritizm*. İstanbul: Bilim Araştırma Merkezi Yayınevi.
- Schüle, C. (2008). İnsan neden inanır. Dinler ritüeller maneviyat bilim inancın köklerine iniyor. *GEO Dergisi*, 7(12), 43-57.
- Schwarz, F. (2005). *Kadim Bilgelik Yeniden Keşfi*. (F. Doğan, Çev.) İstanbul: Sınırötesi Yayınları.
- Sennet, R. (1992). *Kamusal İnsanın Çöküşü*. (S. Kardaş, Çev.) İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Sevgi, A. (2024). *Sosyal Kimlik ve Gruplaşma*. İstanbul: Çıra Yayın Grubu.
- Simmel, G. (2004). *Moda Üzerine*. İstanbul: Bağlam Yayınları.
- Simmel, G. (2015). *Modern Kültürde Çatışma*. İstanbul: Metis Yayınları.
- Simmel, G. (2016). *Estetik Üzerine Yazılar*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Smart, N. (1999). *Dünya Dinlerinin Karşılaştırmalı İncelemesi*. (A. Yılmaz, Çev.) İstanbul: İz Yayıncılık.
- Strauss, A., & Corbin, J. (1994). Grounded theory methodology: an overview. N. Denzin, & Y. Lincoln (Dü) içinde, *Handbook of Qualitative Research* (s. 273-285). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Tajfel, H., & Turner, J. (2013). Toplumsal Kimlik ve Aidiyet. T. Oral içinde, *Sosyal Kimlik Kuramı*. Ankara: Dost Kitabevi.
- Taylor, C. (2012). *Benliğin Kaynakları Modern Kimliğin İnşası*. (S. A. Baş, Çev.) İstanbul: Küre Yayınları.

- Topal, A. (2017). Bauman'ın Akışkan Modernite Anlayışı ve Kimlik. *Akademik incelemeler Dergisi*, 12(2), 227-248.
- Touraine, A. (2002). *Modernliğin Eleştirisi*. (N. Emanet, Çev.) İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.
- Tönnies, F. (2020). *Cemaat ve Cemiyet: Saf sosyolojinin temel kavramları*. (S. Zeybekoğlu, Çev.) İstanbul: Ötüken.
- Töz, G. (2021). Instagram'da spiritüel pratiklerin pazarlanması: Yoga örneği üzerinden gösteri kültürü eleştirisi. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 52, 143-168. doi: <https://doi.org/10.3906/iletisim.2021.052>
- Turan, S., & Sancar, F. (2014). *Yeni Dini Hareketler*. İstanbul: Açılım Kitap.
- Turner, B. S. (1996). *Din ve Sosyal Teori*. (A. Çelebi, Çev.) Ankara: Vadi Yayınları.
- Turner, V. (2018). *Ritüeller: Yapı ve Anti-Yapı*. (N. Küçük, Çev.) İstanbul: İthaki Yayınları.
- Türkdoğan, O. (1997). *Sosyal Hareketlerin Sosyolojisi*. İstanbul: Birleşik Yayıncılık.
- Türkmen, B. (2021). *Türkiye'de Spiritüellik, Yeni Dindarlık ve Bireysel İnançlar*. İstanbul: İletişim Yayınları.
- Uçar, M. K. (2018). *Kadim Bilgelikte Temel Öğretiler*. İstanbul: Cinius Yayınları.
- Uluç, Ö. (2013). *Yeni Dini Hareketler*. İstanbul: Yarın Yayınları.
- Ünsal, O. (2015). *Reenkarnasyon ve Bilimsel Yaklaşımlar*. İstanbul: Ruh ve Madde Yayınları.
- Veblen, T. (1899/2005). *The Theory of the Leisure Class*. New York: Oxford University Press.
- Vyasa, B. (2016). *Bhagavad Gita*. (A. Acar, Çev.) İstanbul: Omega Yayınları.
- Weber, M. (1905). *The Protestant Ethic and the Spirit of Capitalism*. London: Unwin Hyman.
- Weber, M. (2004). *Ekonomi ve Toplum*. (S. Doğan, Çev.) İstanbul: Kabalcı Yayınları.
- Weber, M. (2017). *Din Sosyolojisi*. (N. Öztürk, Çev.) İstanbul: İmge Kitabevi.
- Weiss, B. (2007). *Birçok Yaşam, Birçok Usta*. İstanbul: Akaşa Yayınları.
- Yalçın, A. (2018). Yoga ve Hint Felsefi Bağlamında Reenkarnasyon ve Karma İnancı. *Süleyman Demirel Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 5(1), 87-106.
- Yalçın, Ş. (2017). Bedenin İfadesi Olarak Yoga ve Toplumsal Cinsiyet. *Toplum ve Bilim*, 140.
- Yaman, M. (2012). *Alternatif Dindarlıklar ve Türkiye'de Yeni Dini Hareketler*. Ankara: Lotus Yayınları.
- Yardımcı, S. (2020). *Modern Türkiye'de Ritüel, Kimlik ve Bellek: Lacancı Psikanalizle Toplum Okumaları*. İstanbul: İletişim Yayınları.
- Yıldırım, B., & Özbey, S. (2022). Üniversite öğrencilerinde yoga uygulamalarının psikolojik iyi oluş ve duygusal farkındalık üzerine etkisi. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 42(1), 87-108.
- Yıldırım, S. (2011). Tasavvuf ve Reenkarnasyon: Benzetme mi, Gerçek mi? *Marife Dergisi*, 11(1), 45-62.

- Yıldız, M. (2021). Postmodern Dönemde Maneviyat ve Yeni Ritüeller: Yoga Üzerinden Bir Okuma. *İlahiyat Tetkikleri Dergisi*, 223-245.
- Yıldız, M. (2023). Neoliberal Özne, Tükenmişlik ve Sessizlik: Byung-Chul Han'ın Işığında Günümüz Bireyi. *İstanbul Üniversitesi İnsan ve Toplum Bilimleri Dergisi*, 3(2), 85-100.
- Yılmaz, G. (2021). Yoga pratiklerinde erkek bedeni: Feminin alanlarda hegemonik erkeklik ve normatif cinsiyet performansları. *Sosyoloji Dergisi*, 41(2), 215-236. doi: <https://doi.org/10.26650/sd.2021.41.2.0004>
- Yitik, A. İ. (1996). Hint Kökenli Dinlerde Karma İnancının Tenasüh İnancıyla İlişkisi. *Ruh ve Madde Yayınları*.
- Yitik, A. İ. (2005). *Hint Menşeli İnançların Türkiye'deki Faaliyetleri*. İstanbul: Ensar Neşriyat.
- Yitik, Ali İhsan ve Hammet Arslan. "Vedalar ve Kaynağı Üzerine", *Milel ve Nihal*, Cilt: 8, Sayı: 1, 2011, ss. 225-250.
- Zaller, J. (1992). *Kitle Görüşünün Doğası ve Kökenleri*. Cambridge: Cambridge: Cambridge University Press.
- Zizek, S. (2004). *İdeolojinin Yüce Nesnesi*. (T. Birkan, Çev.) İstanbul: Metis Yayınları

EKLER

EK-I – (Katılımcıların Demografik Değişkenleri)

Tablo 5

Görüşmecilerin Demografik Bilgileri

	CİNSİYET	YAŞ	EĞİTİM DURUMU	MESLEK	YOGA İLE İLGİSİ	MEDENİ DURUM
Görüşmeci 1	KADIN	31	DOKTOR A ÖĞRENCİSİ	YOGA EĞİTMENİ	YOGA EĞİTMENİ	BEKAR
Görüşmeci 2	ERKEK	43	YÜKSEK LİSANS MEZUNU	MÜZİK ÖĞRETMENİ, KENDİNE AİT PİLATES VE YOGA STÜDYOSU VAR	YOGA EĞİTMENİ	BEKAR
Görüşmeci 3	KADIN	25	LİSANS MEZUNU	YOGA EĞİTMENİ	YOGA EĞİTMENİ	BEKAR
Görüşmeci 4	KADIN	33	LİSANS MEZUNU	YOGA EĞİTMENİ	YOGA EĞİTMENİ	BEKAR
Görüşmeci 5	ERKEK	44	DOKTOR A MEZUNU	AKADEMİSYEN	YOGA EĞİTMENİ	EVLİ
Görüşmeci 6	ERKEK	24	LİSANS ÖĞRENCİSİ	ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİSİ	YOGAYLA İLGİLENİYOR	BEKAR
Görüşmeci 7	KADIN	24	YÜKSEK LİSANS MEZUNU	YOGA EĞİTMENİ	YOGA EĞİTMENİ	BEKAR
Görüşmeci 8	KADIN	26	LİSANS MEZUNU	KAFE İŞLETMECİSİ,	YOGA EĞİTMENİ, SPİRİTÜEL DANIŞMAN	EVLİ
Görüşmeci 9	KADIN	33	DOKTOR A ÖĞRENCİSİ	MİMAR	YOGAYLA İLGİLENİYOR	BEKAR
Görüşmeci 10	KADIN	27	LİSANS MEZUNU	TIBBİ SEKRETER	YOGA EĞİTMENİ	BEKAR
Görüşmeci 11	KADIN	29	LİSANS MEZUNU	YOGA EĞİTMENİ	YOGA EĞİTMENİ	BEKAR
Görüşmeci 12	ERKEK	46	YÜKSEK LİSANS	MEMUR	YOGA EĞİTMENİ	BEKAR
Görüşmeci 13	KADIN	32	DOKTOR A MEZUNU	AKADEMİSYEN	YOGAYLA İLGİLENİYOR	BEKAR

Görüşmeci 14	ERKEK	33	LİSANS MEZUNU	KAFE İŞLETMECİSİ	YOGA EĞİTMENİ	EVLİ
Görüşmeci 15	ERKEK	24	LİSANS MEZUNU	KAFE İŞLETMECİSİ	YOGAYLA İLGİLENİYOR	EVLİ
Görüşmeci 16	ERKEK	45	DOKTOR A MEZUNU	AKADEMİSYE N	YOGA EĞİTMENİ	BEKAR
Görüşmeci 17	KADIN	48	DOKTOR A MEZUNU	AKADEMİSYE N	YOGAYLA İLGİLENİYOR	EVLİ (1 ÇOCUK SAHİBİ)
Görüşmeci 18	KADIN	36	YÜKSEK LİSANS MEZUNU	ÇAĞRI MERKEZİNDE ÇALIŞIYOR	YOGA EĞİTMENİ	BEKAR
Görüşmeci 19	ERKEK	37	LİSANS MEZUNU	KENDİNE AİT SPOR VE YOGA MERKEZİ VAR	YOGA EĞİTMENİ	EVLİ
Görüşmeci 20	KADIN	34	LİSANS MEZUNU	SOSYAL MEDYA SATIŞ YAPTIĞI BİR MARKASI VAR	YOGA EĞİTMENİ	EVLİ
Görüşmeci 21	KADIN	30	LİSANS MEZUNU	YOGA EĞİTMENİ	YOGA EĞİTMENİ	BEKAR

[Tablo 5 (Devam) *Görüşmecilerin Demografik Bilgileri*]

EK -2 Görüşmeci Soru Formu

- 1- Demografik bilgiler (Yaş, cinsiyet, eğitim)
- 2- Biraz kendinizden bahsedebilir misiniz? Yoga ile ne zaman ve nasıl tanıştınız, nasıl başladınız?
- 3- Yoga eğitmenlik eğitimi aldınız mı/ almayı düşünüyor musunuz?
 - Eğer yoga eğitmenliği aldıysanız sizi buna iten şey ne oldu? Eğitmenlik aldıktan sonra spiritüel yaşama ilişkin bir ilgi ya da odak değişimi yaşadınız mı? Yaşadıysanız neler?
- 4- Yogayı ne sıklıkla yapıyorsunuz? Nerede, kiminle, hangi yoga türünü tercih ediyorsunuz?
- 5- Eğer stüdyoya gidiyorsa, stüdyo da bireysel ders mi grup dersleri mi alıyorsunuz? Gitmiyorsanız nasıl bir süreci takip ediyorsunuz?
- 6- Stüdyoya gidiyorsanız bu gruptaki kişilerle olan iletişiminiz sosyal yaşantınızda yer kaplıyor mu/ devam ediyor mu? (Dışarı da görüşmeler vs)
- 7- Çevrenizin yogaya bakış açısı nasıl?
 - Yakın çevrenizin tepkisi nasıl?
 - Yogaya yönelik toplumdaki bir takım olumlu, olumsuz kanaatlerin varlığı biliniyor. Bunların yansımaları hissediyor musunuz?
- 8- Ne için yoga yapıyorsunuz? Neden yogayı seçtiniz?
- 9- Sizce yoga felsefesi diye bir şey var mıdır? Varsa bu konu hakkında ne düşünüyorsunuz?
- 10- Herhangi bir yoga kampı ya da inzivaya katılıyor musunuz?
- 11- Yogaya dahil olma sürecinden sonra hayatınızda ne tür değişiklikler oldu?
(Ekonomik anlamda, sosyal çevrenize ilişkin, yaşam tarzınız ve hayata bakış açınız açısından)
- 12- İzlediğiniz uyguladığınız rutin ritüelleriniz var mı?
- 13- Yogaya ayırdığınız bir bütçe var mı? Bu işin ekonomik yanı hakkında ne düşünüyorsunuz?)
- 14- Yoga sizi ne tür duyguya götürüyor? Yoga yaparken ne hissediyorsunuz?

15- Bu noktada siz spiritüelliğin (Yeni bir ruhani aşkın bir duygulanım) neresindesiniz?

16- Doğal yaşam, vejeteryanlık/ veganlık hakkında ne düşünüyorsunuz?

17- Yoga ile bedensel ve ruhsal dinginliğe erişmeye ilişkin söylemler var, bu tür söylemlere ilişkin ne düşünüyorsunuz?

18- Yogada ilerlemek için bir rehber/öndere ihtiyaç var mı? Olmalı mı?

19- Yoganın geleceğini nasıl görüyorsunuz?



ÖZ GEÇMİŞ

Adı Soyadı: Reyhan Türkuzan

Eğitim Bilgileri:

**Lisans, Ankara Üniversitesi, Dil ve Tarih, Coğrafya Fakültesi, Sosyoloji Bölümü,
Türkiye, 2014-2019**

