



RÜYA FORMUNDAKİ İSTİHARE YAŞANTISININ DİN PSİKOLOJİSİ BAĞLAMINDA İNCELENMESİ*

 Hafsa HAFIZ^a

 Gülüşan GÖCEN^b

Öz

Bu makalenin amacı, istiharenin bu tecrübeyi yaşayanlar için ne anlama geldiğini açıklamak ve bu tecrübenin onların dinî ve psikolojik yaşamlarına olan etkilerini tespit etmektir. Bu sebeple istiharenin dinî tecrübe, psikolojik iyi oluş, dinî başa çıkma ve Allah tasavvuru ile ilişkisi ele alınmıştır. Bu bağlamda istiharenin pratik hayat üzerindeki etkileri incelenmiştir. Durum deseninde hazırlanmış olan bu nitel saha araştırma içerisinde, ölçüt ve kartopu örnekleme ile seçilmiş, 21-68 yaş aralığında (ort. 44,5), 16'sı kadın, 4'ü erkek toplam 20 kişi ile yarı yapılandırılmış görüşmeler yapılmıştır. Çalışmada, 18 yaşından büyük, birden fazla kez istihare tecrübesi yaşamış, istihareye bir yaşam biçimi olarak hayatlarında yer açan Müslüman kişiler tercih edilmiştir. Betimsel analiz kullanılan araştırmada bulgular iki üst tema ve altı alt tema halinde sunulmuştur. Buradan elde edilen bulgulara göre, birçok uygulama biçimi olan istiharenin daha çok rüya yoluyla Allah'tan işaret beklemek şeklinde deneyimlendiği görülmekle birlikte istihare yaşantısının en önemli unsurunun dua etme yoluyla Allah'a sığınmak olduğu belirlenmiştir. İstiharenin (i) kişileri derinden etkileyen bir dinî tecrübe olarak yaşandığı, (ii) psikolojik iyi oluş ve (iii) dinî başa çıkma ile olumlu ilişki içerisinde olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca, (v) Olumlu Allah Tasavvuru olan kişilerin, istihareye yöneldiği ve istiharenin, bu tasavvuru daha da güçlendirdiği ve (vi) tevekkül teslimiyet veya kabullenme ve kader yaklaşımları üzerinde etkili olduğu saptanmıştır.

Anahtar kelimeler: Din Psikolojisi, Rüya, İstihare, Dinî Tecrübe, Dinî Başa Çıkma, Allah Tasavvuru, Psikolojik İyi Oluş.



A RESEARCH ON THE LIFE OF ISTIKHARA AS THE FORM OF DREAM IN THE CONTEXT OF PSYCHOLOGY OF RELIGION

* Bu çalışma, ilk yazarın "Din Psikolojisi Bağlamında Rüya ve İstihare Yaşantısı Üzerine Nitel Bir Araştırma" başlıklı yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

^a Uzman, İstanbul Üniversitesi, hafsatosunhafiz@gmail.com

^b Doç. Dr., İstanbul Üniversitesi, gulusan.gocen@istanbul.edu.tr

The purpose of this article is to explain what *istikhara* means for those who experience it and to determine the effects of this experience on their religious and psychological lives. In this regard the relationship of *istikhara* with religious experience, psychological well-being, religious coping and the imagination of God is discussed. In this context, the effects of *istikhara* on practical life have been examined. In a qualitative field study prepared in the case design, semi-structured interviews were made with a total of 20 people, 16 females and 4 males, between the ages of 21-68 (mean 44.5) selected by criteria and snowball sampling. Muslim individuals over the age of 18, who have experienced through *istikhara* more than once, and who have placed it in their lives as a way of life, were preferred. In the research using descriptive analysis, the findings were presented in two meta-themes and six sub-themes. According to the findings obtained here, although it is seen that *istikhara*, which has many forms of practice, is experienced as waiting for a sign from Allah through dreams, it has been determined that the most important element of *istikhara* experience is taking refuge in Allah through prayer. It has been found that *istikhara* (i) emerges as a religious experience that deeply affects people, (ii) has a positive relationship with psychological well-being and religious coping. In addition, it has been determined that (iii) people with a positive imagination of Allah tend towards *istikhara* and that it further strengthens this imagination and (iv) has an effect on their approaches of tawakkul, acquiescency, acceptance, and destiny.

[The Extended Abstract is at the end of the article.]



Giriş

Birçok ilmin konusu olan rüya, hayatın uykuda devam eden diğer yüzüdür. Bu nedenle uyanıklıktaki yaşamın kapsamına giren her duygu, düşünce ve davranış gibi uykudaki hayat da üzerinde konuşulmaya ve etkileri incelenmeye değerdir. Kişilerin zor ve kararsız kaldıkları durumlarda yön tayin etmek için Allah'tan bir işaret beklemesi şeklinde tanımlanabilen istiharenin; kişilere rehberlik eden yardımcı bir uygulama olduğu söylenebilir. İslam dininin ilk kaynaklarına göre, Hz. Peygamber tarafından bir işe başlarken Allah'tan hayr dilemek için edilen bir dua olarak tavsiye edilen istiharenin, karar vermekte zorlanılan bazı durumlarda rüya yoluyla işaret beklemek biçiminde değiştiği görülmektedir. Bu çalışmada, yaygın olarak uygulanması sebebiyle istiharenin rüya formundaki biçimi araştırılmış, fakat bunun yanı sıra istiharenin kararsız kalınan ve zor zamanlarda başvurulmuş bir dua şekli olması, konunun din psikolojisi açısından çalışılmaya değer olduğunu göstermiştir.

Sözlükte “hayr” kökünden türeyen ve iyiliği istemek (Atay ve Atay, 1964: 506) anlamına gelen “istihare”, girişilecek bir işin hayırlı olup olmadığını rüyada haber almak için abdest sonrası dua okuyarak uyumak (TDK, 2005: 988), gaybı bilen Allah’a danışarak O’ndan yol göstermesini talep etmek olarak tanımlanmaktadır (Aydar, 2009: 9). İstihare, dinî açıdan sıkıntı oluşturmayacak bir iş hakkında kararsız kalındığında, iki rekat namaz kılıp dua ettikten sonra, rüyada manevi bir işaret beklemek olarak da tarif edilmektedir (Serinsu, 2009: 181).

İslam kaynaklarına göre istihare, Hz. Peygamber tarafından sadece namaz ve dua biçiminde tavsiye edilmektedir. “Her hâcetiniz hakkında hayr dileyiniz, nalinizin tasması koptuğunda bile” (Miras, 1978: 136) sözüyle çevresindekilere bir işe başlayacakları zaman istihare duası okumalarını öğütleyen Hz. Peygamber, arkasından iki rekat namaz kılıp başlayacakları iş için Allah’tan hayr dileyerek dua etmelerini telkin etmiştir (Hatipoğlu, 1983: 178). Tasavvuf literatürüne bakıldığında da, istiharenin Hz. Peygamberin öğütlediği şekilde ele alındığı görülür. Örneğin İbn Arabi (2006: 276), istiharenin Hz. Peygamberin ifade ettiği üslupla, girişilecek her türlü işte bir tevekkül biçimi olarak uygulanması gerektiğini dile getirir.

Hz. Peygamber’den sonra istiharenin, zamanla farklı uygulama biçimleri ortaya çıkmıştır. Fakat literatürde -incelenen kaynaklar çerçevesinde- bu değişimin ne zaman ve hangi sebeplerle gerçekleştiğine dair sarıh bir bilgiye ulaşılamamıştır. Dua ve rüya formatı dışında bilinen diğer istihare formlarının; Kur’an’dan bir sayfa açıp belli bir düzende veya rastgele açılan sayfadaki ilk ayetin manasının hayr veya şer olarak yorumlanması biçiminde uygulanan “Kur’an İstiharesi” ve bazı isim ve kelimeler zikredilerek tespih tanelerini sayarak gerçekleştirilen “Tesbih İstiharesi” (Elaltuntaş, 2014: 152) olduğu görülmektedir. Ancak zamanla yaygın biçimde rüyadan işaret beklemek formuna dönüştüğü gözlemlenen istihare, genel olarak İslam Hukuku’nda rüyada görülen renge göre yorumlanmakta (Bilmen, 1997: 208), beyaz ve yeşil görmek, hayra; kırmızı veya siyah görmek ise şerre işaret etmektedir (Paçacı, 2016: 119). Geleneksel istihare uygulamalarında kişilerin, evlilik, seyahat veya ticaret gibi konularda kendisi ve başkası için istihare uygulamak şeklinde iki yol izlediği bilinmektedir (İmamoğlu, 2004: 53-54).

Rüya ise Arapça “ra-e-ye” kökünden gelen uykuda bir şeyler görmek (İbn Manzur, 1994: 297), Güncel TDK Sözlüğü’nde (2021) düş, hayâl, gerçekleşmesi imkânsız durum; gerçekleşmesi beklenen, istenen şey ve umut gibi birkaç anlama gelmektedir. Rüya; insanın gündelik, zihinsel ve

ruhsal yaşamına uyku esnasında devam ettiği, imgesel tezahürlerden oluşan bir yaşantı; diğer bir ifadeyle hayatın uykudaki devamıdır (Jung, 2015: 35; Kara 2015:2; Hafız, 2020: 7). Ayrıca rüya, insanın iç ve dış dünyasının tesiriyle uyku sırasında deneyimlediği bu imgelerin uyanıklıkta hatırlanmasıdır (Çetin, 2015: 19). Rüya görmediğini söyleyen bir kişinin ya rüyasını hatırlamadığı ya da buna ilişkin bir rahatsızlık yaşadığı düşünülmektedir (İmamoğlu, 2004: 57). Tüm kültür, gelenek ve toplumlarda insanın kendisini tanıması için önemli bir bilgi ve ilham kaynağı olarak görülen rüya, her dönem insanı için ilgi çekici olmuştur. Bu noktada, modern psikolojinin de geleneksel rüya anlayışlarına yönelik eleştirel yaklaşımları söz konusudur. Bunlar arasında, bilincin derinlikleriyle açıklama (Freud, 1996; Jung, 2015; Fromm, 2015) ve fenomenolojik yaklaşım (Kara, 2017; Yalom, 2017) iki ayrı kutupta öne çıkan açıklama biçimleridir.

Freud, sözü edilen yeni rüya anlayışlarının öncüsü konumunda yerini almaktadır. *Düşlerin Yorumu* (1996) çalışması ile Freud, kendisinden sonra gelen birçok meslektaşısı için yol gösterici olmuştur. Freud (2018a: 116) rüya ile uğraşmanın mistisizmin işi olduğu ve bilimsellikte çeliştiği eleştirilerine karşı koyarak, hastalarının rüyaları üzerinde durmuş, psikanaliz kuram çerçevesinde onları tedavi etmenin yollarını aramıştır. Ona göre (1996: 69) rüyalar geçmişte yaşanan hadiselerin bilinçdışına itilmiş formlarıdır. Bu, bazen çocukluk ve gençlik yıllarında, bazen de yakın zamanda yaşananlarla ilgilidir. Bununla birlikte Freud (1996: 126) rüyanın önemli bir işleve sahip olduğunu söylemektedir. Ona göre (2018b: 99-110) insanın bastırılmış istek ve arzularının tatmininde önemli bir rol oynayan rüya aynı zamanda uykunun da devamlılığını sağlamaktadır. Ancak rüya yorumlarının önemli bir kısmında cinsel öğelerle (Freud, 2018b: 67) ilişki kuran Freud'un bu anlamda indirgemeci bir bakışa sahip olduğu söylenebilir. Öte yandan Freud'un rüya yaklaşımını eleştiren Jung (2015: 35), rüyanın bilinçle ilişkisine değinmekle birlikte o da (2015: 131) rüyaları ağırlıklı olarak mitolojik öğelerle açıklayarak meselenin odağını bilinçdışına taşımaktadır.

Rüyayı bilincin farklı katmanları doğrultusunda açıklayan anlayış, bilinçle bağına tamamen koparmamış olsa da bilinçdışının derinlerinde boğulma ve bu yönüyle meseleyi tek boyuta indirgeme tehlikesi oluşturabilir (bkz. Hafız, 2020). Fenomenolojik yaklaşım ise her şeyi bilinç odaklı açıklamaktadır. Örneğin Yalom (2017: 250) benlik ve yaşamın en iyi rüyalardan öğrenildiğini, bilinçdışının rüya analizlerinde bir anlamı olmadığını söylemektedir. Rüya konusunu inceleyen transpersonel psikoloji ise kendinden önceki bu anlayışları tamamen yok saymamış ancak farklı bir perspektif geliştirmiştir. Örneğin Merter'in (2014: 616) rüyanın bilinç, alt

bilinçdışı ve üst bilinçdışı olmak üzere üç varoluş alanına ışık tuttuğunu söyleyerek, onun rüyayı maddi ve manevi yaşam arasında bir köprü olarak gördüğü söylenebilir. Tüm bu anlayışlar ışığında rüya yaşantısının, hayatın uyanıklık evresi gibi çok katmanlı ve girift bir yapıya sahip olduğunu söylemek gerekir. Buradan hareketle kişilerin istihare namazı ve duası sonrasında Allah'tan somut bir işaret almayı beklemeleri; istiharenin, gelenekte rüyaya evrilmesinde önemli bir dinamik olarak görülebilir.

Rüya formundaki istiharenin yaygın olarak uygulanması din psikolojisinin rüyaya dair ilgisini istihareye yöneltmiştir. Din psikolojisi literatürüne bakıldığında, rüya konusunun metafizik öğelerin yardımıyla işlendiği görülmektedir. Örneğin Jung (2015), kişinin bireyleşebilmesi için kolektif bilinçdışında bulunan arketiplerin bilinç düzeyine yükselebilmesinde en uygun yolun rüyalar olduğunu söyleyerek; rüyaları kişinin kendini bulabilmesi ve tamamlayabilmesi için sezgisel bir destek olarak kabul etmektedir. Bununla birlikte Fromm (2015: 20), rüyaları içerik ve biçim açısından mitlere benzetmektedir. Entelektüel olarak tanımlanabilecek zihni aydın olan kişiler dahi uyku esnasında mit benzeri eserler yaratır ve Fromm'a göre mitler, her zihin seviyesindeki insan için bugünkü düşünce şemasında yerini almıştır. Transpersonel psikolojinin rüya yaklaşımında ise rüyalar ruha açılan pencerelerdir (Frager, 2003:138). Bu anlayışta bilinçüstü kavramı devreye girer ve uyku esnasında kişi bilinçaltı etkilerin dışında bilinçüstüne de bir yolculuk halindedir Bu da üst alemde kişiye rahmani haller yaşatır (Merter, 2014: 617). Sözü edilen bu rüya görüşleri göz önüne alındığında rüyanın, metafizik bir boyutunun da olduğu söylenebilir.

İlahiyat akademiasında rüya ve istihare konusu daha çok temel İslami İlimler alanında çalışılmış ve istiharenin kişilerin hayatlarına ilişkin işlevselliği meselesi göz ardı edilmiştir. Bu itibarla alanyazında konuya ilişkin din psikolojisi bağlamında derinlemesine bir değerlendirme ihtiyacı doğmuştur. Günlük yaşam içinde kişinin hayatına dair herhangi bir durum hakkında karar verme ve bunu uygulama sürecinde istihare bir başa çıkma modeline dönüşebilmekte ya da daha da derinleşerek bir dinî tecrübe olarak yaşanabilmektedir. Ayrıca din psikolojisi açısından ele alındığında istihare kişinin Allah'la olan ilişkisine de olumlu ya da olumsuz etki edebilmekte, bir yaşam deneyimi olarak kişinin iyi oluşuyla da etkileşim içinde olabilmektedir. Buradan hareketle, istiharenin (i) kişiler için anlamının ne olduğu, (ii) onların dinî ve psikolojik durumlarını nasıl etkilediği, (iii) kişiler için dinî bir tecrübe ise onlara ne anlam ifade ettiği, (iv) dinî başa çıkma olarak nasıl bir rolü olduğu, (v) istihare ile kader anlayışları ve (vi) istihare

ile Allah tasavvuru arasında nasıl bir ilişki olduğu bu araştırmanın temel sorularıdır.

A. Yöntem

Bu çalışmada istiharenin bu tecrübeyi yaşayan kişiler için ne anlama geldiğini, onların psikolojik durumlarına ve dinî hayatlarına olan etkilerini derinlikli bir yaklaşımla anlamak ve açıklamak için nitel araştırma yöntemi uygulanmış, araştırma deseni olarak durum çalışması modeli kullanılmıştır. Yıldırım ve Şimşek'e göre (2016: 73) bir kurum, kişi, grup veya ortama dair durumun detaylı şekilde araştırılması olan durum çalışmasında, kişiler, olaylar ve süreçler bütüncül bir yaklaşımla incelenerek, bunların durumu nasıl etkilediklerine ve durumdan nasıl etkilendiklerine odaklanılır. Bu çalışmada yarı yapılandırılmış görüşme modeli tercih edilmiştir. Yarı yapılandırılmış görüşme; araştırmacının görüşmeye çok az müdahale ettiği, görüşmenin seyrini daha çok katılımcının yürüttüğü ve konuşma konusunun derinine inme imkan veren bir yöntemdir (Arkonaç, 2017: 64).

1. Çalışma Grubu

Araştırmada amaçlı örnekleme yöntemlerinden, ölçüt örnekleme, kartopu ve zincir örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Bir nitel çalışmada, araştırmacı, araştırmanın problemini ve sorularını iyi biçimde anlamak için katılımcıları amaca yönelik seçmelidir (Creswell, 2017: 189). Ölçüt örnekleme, araştırma grubu için önceden belirlenmiş ölçütlerin araştırmacı tarafından oluşturulması ve bu ölçütleri karşılayan durumların çalışılmasıdır (Yıldırım ve Şimşek, 2016: 122). Bu nedenle çalışmanın katılımcıları 18 yaşından büyük, birden fazla istihare tecrübesi yaşayan ve İslam dinine müntesip kişiler olarak seçilmiştir. Ayrıca istihareye hem kendisi hem diğer kişiler için yönelen kişiler de çalışmaya dahil edilmiştir. Araştırmanın katılımcıları 44,5 yaş ortalamasında; 21-45 yaş arası 14, 46-68 arası ise 6 kişidir. 16'si kadın ve 4'ü erkek olmak 20 kişidir. Katılımcıların 2'si öğrenci, 5'i eğitimci, 3'ü emekli memur ve öğretmen, 2'si din psikolojisi uzmanı, 3'ü ev hanımı, 1'i iş adamı, 1'i finans ve mali işler müdürü, 1'i ziraat teknikeri, 1'i el sanatları uygulayıcısı, 1'i ise sahaf/kitapçıdır. Görüşme gerçekleştirilen katılımcıların 1'i İzmir'de, 1'i Van'da, 1'i Kocaeli'de, 1'i Uşak'ta, 1'i Belçika'da, geri kalan tüm katılımcılar İstanbul'da ikamet etmektedir. Katılımcıların 9'u evli, 7'si bekâr, 2'si eşini kaybetmiş, 1'i ise eşinden ayrılmıştır. Dinî açıdan kendilerini "dine yakın, dindar, muhafazakâr, içsel muhafazakâr, Müslüman, Ehli-sünnet itikadına bağlı dindar, dîni bütün, mütedeyyin, eksikleri olsa da dindar olmaya çalışan" gibi ifadelerle tanımlayan katılımcılar, bazıları 2-3 kez, bazıları ise birçok kez istihareye yöneldiklerini ifade etmiştir.

2. Veri Toplama Aracının Oluşturulması

İstihareyi tecrübe eden Müslüman kişiler için bunun ne anlama geldiğini, onların dinî hayatlarına, psikolojik durumlarına olan etkilerini; önce ve sonraki süreçte bu tecrübeye nasıl yaklaştıklarını tespit etmek için görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Konu ile ilgili yapılmış, literatür çalışmasından bir soru havuzu elde edilmiş, sonrasında buradan benzer soruların elenmesi ve araştırma sorularına hizmet eden maddelerin öne çıkartılmasıyla açık uçlu soruların yer aldığı yarı yapılandırılmış görüşme formu geliştirilmiştir. Görüşme soruları her düzeyde katılımcının anlayabileceği biçimde ifade edilmiş olup bu sorular geçerlilik ve güvenilirliğini artırmak için ve soru içeriğini incelemesi amacıyla doktora eğitilmiş bir klinik psikoloğa ve iki din psikolojisi uzmanı akademisyenin değerlendirmesine sunulmuştur. Uzman psikolog ve akademisyenlerin görüşleri alındıktan sonra araştırma sürecine uygun ve mantıksal olarak sıralanarak son şekli verilen soruların, veri almaya elverişliliğinin test edilmesi için araştırmaya geçmeden önce 2 kişi ile ön görüşme yapılmıştır. Geliştirilen görüşme formunda gerekli durumlarda da açıklayıcı bilgiler elde etmek için sondalara yer verilmiştir. Ardından en son düzenlenmiş şekliyle görüşme sorularına kişisel bilgi formu eklenerek, İstanbul Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Etik Kurulu'na sunulularak, gerekli onay alınmıştır. Alıntılama izni, kişisel bilgi formu ve yarı yapılandırılmış sorular görüşme formuna eklenerek veri toplama aracı son haline getirilmiştir.

3. Verilerin Toplanması ve Analizi

Katılımcılar ile görüşmeler 2019 yılının Ağustos ve Eylül aylarında gerçekleştirilmiştir. Kartopu örnekleme tekniğinden yararlanılarak görüşme yapılan katılımcılara ulaşmak için araştırmacı, kendi sosyal medya hesabından ve bazı uzman psikologların sosyal medya hesaplarından araştırmasını duyurarak istihare uygulayan kişilere ulaşmıştır. Görüşmelerin katılımcıların kendilerini rahat hissedebilecekleri ortamlarda gerçekleştirilmesine özen gösterilmiş, görüşme formundaki araştırmaya ilişkin ön bilgi katılımcılara okutulmuş, ses kaydı yapılacağı teyit edilmiştir. Alıntılama izni için ise, katılımcılardan imzaları alınmıştır. Görüşmelerden birisi katılımcının Uşak'ta yaşaması sebebiyle görüntülü konuşma şeklinde gerçekleştirilmiştir. Alıntılama izin belgeleri, görüşme deşifreleri ve ses kayıtları araştırmacı tarafından koruma altına alınmıştır.

Elde edilen verilerin, mantıksal ve anlamlı bir biçimde yorumlanmasına katkısı sebebiyle tematik biçimde kullanılması gerekmektedir. Buradan hareketle, katılımcıların istihareye verdikleri anlam

ve istihare ile verilen karar sonrasına dair durumlar temalaştırılmış ve betimsel analize tâbi tutulmuştur (Neuman, 2017: 663; Yıldırım ve Şimşek, 2016: 240). Bu araştırmada ulaşılan bulguların geçerlilik ve güvenilirlik değerlendirilmesi amacıyla inandırıcılık, aktarılabilirlik, tutarlılık ve teyit edilebilirlik yöntemleri kullanılmıştır. İnandırıcılığı sağlamak amacıyla yüz yüze görüşmeler esnasında sondalarla katılımcının ifade ettiği şey teyit edilmiştir. Bir alan uzmanı da verileri inceleyerek kod ve gruplandırmalar hakkında değerlendirmelerde bulunmuştur. Ayrıca bir yüksek lisans tezi olarak, iki uzman görüşünden daha geçerek onlardan gelen dönütlerle inandırıcılık faktörü olan uzman incelemesi, kuvvetlendirilmiştir. Ayrıca tutarlılık esasını için nitel araştırmanın her etabı şeffaf biçimde açıklanmıştır. Raporlama sürecinde görüşmelere ilişkin doğrudan alıntılara da yer verilmesi ve konunun başka çalışmalar için örnek oluşturacak sistematikte verilmiş olması aktarılabilirlik ölçütünü karşılamıştır. Doğrudan alıntılar tırnak içinde ve *italik* biçimde aktarılmıştır.

4. Araştırmacının Rolü

Nitel araştırmalarda, araştırmacı, katılımcılarla yoğun bir süreç geçirir ve onun araştırma sırasında evrildiği görülür. Ayrıca bu araştırma şekli yorumlamaya dayalı olması sebebiyle araştırmacıdan bağımsız değildir (Creswell, 2017: 187). Bu çalışmada da rüyanın, araştırmacının çocukluk yıllarından itibaren günlük hayatına ve psikolojik durumuna olan etkisi, rüyayı onun için önemli bir konuma taşımış, ayrıca birçok kez istihare tecrübesi yaşamış olması katılımcılarla verimli bir konuşma ortamı oluşmasını sağlamıştır. Araştırma sürecinde ve öncesinde rüya ile ilgili seminer ve programlara katılan araştırmacının, kavramsal metni ve görüşmelerini tamamlamadan önceki istihare algısı, çalışma bittikten sonra görüşmelerden elde ettiği bulgular çerçevesinde değişiklik göstermiştir.

B. Araştırmanın Bulguları

1. İstiharenin Anlamlandırılması

Kavramları anlamlandırmak için önemli bir araç olan dil, bir sanat olarak işaret ettiği şeyi düzenler ve onu adlandırıp cazip hale getirerek başka adlarla da süsler (Foucault, 2015: 81). Böyle bakıldığında katılımcıların istihareyi içsel manada anlamlandırmalarının, bu tecrübeye ilişkin ortaya koydukları kelimelerde ortaya çıktığı görülür. İstihare uygulaması; “İstihare kılmak” (K1K), “istihareye yatmak” (K2K, K8K, K9K, K10K, K11K, K14K, K20E), “istihare yapmak” (K3K, K4E, K5K, K6K, K7K, K13K, K16K, K17K, K19E), “istihare yapmak değil de istihare duası etmek” (K15K), “istihare etmek” (K18E), “istihare namazı kılmak, yatmak” (K12K) ifadeleriyle

tanımlanmaktadır. İstihareye ilişkin tanımlarda “yatmak, kılmak, etmek” şeklinde farklı ifade biçimleri kullanılmıştır. Bir yaşantı biçimi veya deneyim olduğu ön kabulü ile bu kavram, istihareye yönelmek, istihare yaşamak şeklinde ifade edilmeye çalışılmıştır.

Katılımcıların istihareye yükledikleri anlama dair paylaşımların tamamında Allah’a bir atıf yapıldığı ve “Bir işin hayırlı olup olmadığını anlamak için Allah’a danışmak, Allah’tan yardım dilemek” temasının ortaya çıktığı görülmüştür. İstiharenin ne demek olduğu sorulduğunda katılımcılar; “herhangi bir işin hayırlı olup olmadığını Allah’a sormak, O’ndan yardım dilemek (K1K, K5K, K8K, K10K, K12K, K14K, K20E); “Allah’a danışmak, müracaat etmek” (K2K, K7K, K16K, K17K, K19E) biçiminde temalar ortaya koymaktadır. Ayrıca istihare, kararsız kalınan bir konuda Allah’tan yardım veya hayr dilemek, O’ndan işaret almak (K3K, K4E, K6K, K9K, K11K, K13K, K15K K17K, K18E) şeklinde de tanımlanmıştır.

Katılımcıların bir kısmı, istihareyi rüya veya uyanıklık şeklinde bir ayrıma tâbi tutmadan Allah ile irtibatın bir yolu olarak görmekte, rüya ile olan ilişkisine sonraki ifadelerinde temas etmektedir. İstiharenin yalnızca rüyadan işaret beklemek olmadığını ifade eden K5K: *“Ben Allah’tan yardım dilemek diye yaparım. Biz insanlar illa yatacağız bir şey göreceğiz diye bakıyoruz ama istiharenin anlamına baktığın zaman yardım istiyorsun Allah’tan aslında. İlla rüyada değil, o duayı yapıp yatacağın görsen de olur görmeden de olur. Allah-u Teala’ya bir mesaj gönderiyorsun işte bana yardım et diye. Rüyada değil de belki gerçek hayatta da bir rehber gösterebilir. Belki biriyle karşılaşsınız”* sözleri ile istihareyi Allah’tan hayr dilemek olarak anlamlandırmaktadır. Katılımcıların bir kısmı (K3K, K9K, K11K, K12K, K15K, K16K) da bu görüşü benimsemektedir. K9K, Allah’tan gelecek cevabın kalbe bir his olarak da doğacağını, K12K, cevabın istihare namazı sırasında secdede o hissin ulaşacağını ifade etmektedir. K8K, istihareyi Allah’tan yardım diledikten sonra uykuya geçerek rüyada cevap beklemek şeklinde uygulamaktadır: *“İstihare bir işin hayırlı olup olmadığını, iyi veya kötü olduğunu öğrenmek için her yönden, eş yönünden veya iş yönünden başka niyet için veya siyah olduğunda kara olduğunda rüyanın hayırsız olduğu anlamında veya beyaz aydınlık yeşillik olunca güzel olduğunu anlamak içindir”*. Öte yandan K10K, istihareyi “sünnet” olarak uyguladığını ifade etmiş, K7K ise “manevi dünya ile iletişime geçmek” olarak anlamlandırarak bir alt tema oluşturmuştur.

İstihareyi daha çok kriz anlarında karar almaya bir yardım olarak gören katılımcılara karşın, K4E’nin istihareyi karar verme sorumluluğundan

bir kaçış noktası olarak anlamlandırması dikkate değerdir: *“Karardan kaçış noktasıdır. Çok kararsız kaldığın zaten vicdanını rahatsız eden bir şey varsa istihare yaparsın. Senin vicdanını asla tırmalamayan bir konu varsa zaten orada yürürsün. Ben de hep öyle yaptım. Ama yapmak istiyorsun aslında işin içinde başka arzuların nefsanî duyguların olduğunu da biliyorsun içten içe. O yüzden tırmalıyor. Belli ki kararı bırakmaya çalışıyorsun. O da işin kolayı gibi geliyor bazen”*. İstihareyi yüzde yüz bir karar mercii olarak görmeyen K11K, bu tecrübeyi sadece sıkışıp kaldığı zorlu durumlarda bir yardımcı olarak düşünmektedir.

İstiharenin anlamlandırılmasında ortaya çıkan, birbiriyle ilişkili olarak “samimiyetle Allah’a yönelmek” ve “istiharenin teslimiyet olduğuna inanmak” şeklinde görüş bildiren K16K, K17K ve K19E, istihareyi anlamlandırırken Allah’tan yardım dilemenin, O’na samimiyetle yönelmek şeklinde olması gerektiğini belirtmektedir. Teslimiyet vurgusunun ön plana çıktığı alt temada, katılımcılar (K4E, K8K ve K20E), istihareyi Allah’a teslim olmak şeklinde anlamlandırmaktadır: *“İstihare bu demek zaten. Ruhunu teslim ettiğin yer direk orası. Başka kimse yok”* (K4E); *“Allah’a sığınarak yatarım istihare teslimiyettir zaten. Bu neden kaynaklanıyor, ihlastan kaynaklanıyor”* (K8K). Ayrıca *“Genelde dinî tecrübe dediğimiz bir olay var ya. Ben ne kadar yaparsam yapayım sizin tecrübenizi ben hissedemem, benimkini siz hissedemezsiniz. Kişisel bir şeydir”* sözleriyle K9K ise, istiharenin bir dinî tecrübe olduğunu düşünmektedir. İstihare yaşantısını hayat içerisinde deneyimlenen heyecanlı bir süreç olarak anlamlandıran K4E, istihareyi *“7 günlük bir serüven”* olarak tanımlamakta bunu da; *“Kimse parazitsiz direk yukarıya Allah’a masum olarak bağlı olmadığı için, öyle peygamber gibi kimse yattım uyudum müthiş bir şey gördüm hadi uyguluyorum, böyle bir lüksü yok kimsenin. Öyle bir kalbi yüzde yüz temiz bir insan olacağını düşünmüyorum. Biraz da o yüzden bu işi bilenlerin önerdiği böyle bir yedi günlük bir serüven benim için”* diyerek açıklamaktadır.

Katılımcıların bir kısmı (K9K, K11K, K14K, K16K, K17K, K18E, K20E) kararsız kalınan veya girilecek yeni herhangi bir işte istihareye başvurmadan önce istihare gerçekleştirmek gerektiğine vurgu yapmaktadır. *“İstihareyi kullara sormak, istihareyi ise Allah’a sormak”* olarak tanımlayan K16K, manevî âlemde konunun mahiyetini anlamak için istihareye başvurulabileceğini dile getirmektedir. Katılımcı, rüyaya yatmadan da istihare yapılabileceğini düşünmektedir. İstihareyi bir dua olarak anlamlandıran katılımcılardan (K5K, K13K, K15K, K16K, K20E) K16K, istihareye yönelirken belirleyici olanın samimiyetle Allah’a yönelmek, O’na dua etmek olduğunu, bu şekilde Allah’a yönelen bir kişinin muhakkak cevap

alacağını belirtmiştir. Katılımcıların çoğu “danışmaya” vurgu yaparken, 2 katılımcı (K3K, K4E) “*istihare çocuk oyuncağı değildir*” diyerek istiharenin sonucuna göre hareket etme durumunu gündeme getirmiştir. Son olarak K9K, K10K ise istihareye sünnet olduğu için yöneldiğini ve çıkan sonucu uygulamak gerektiğini ifade etmektedir.

Katılımcıların önemli bir kısmı (K1K, K2K, K3K, K4E, K5K, K6K, K7K, K8K, K9K, K10K, K11K, K15K, K17K, K18E, K19E, K20E) istihareyi, onun uygulama yönünü öne çıkartarak “istihare duasını okumak ve namazını kılmak, kimseyle konuşmadan sağ tarafa dönerek yatmak” olarak tarif etmiştir: “*İki rekat namazı var o iki rekati kıldıktan sonra konuşmayacaksın. Hiç sabaha kadar konuşmayacaksın, niyetini alacaksın sağına doğru yatacaksın. Duası yazılı kitapta, o duayı yapıp yatıyorsun, Allah’ım hayırlıysa bana beyaz yeşil göster değilse kara kırmızı göster diyorsun*” (K10K). Geleneksel anlayıştan etkilenmekle birlikte katılımcıların bir kısmı (K4E, K12K, K13K, K14K, K15K, K16K) istihareyi içinden geldiği şekilde dua ederek tecrübe etmektedir: “*Şimdi istihare bizim Türk toplumunun anladığı anlamda bence namazı kılıp uykuya yatmak değil. Benim algım bu değil. İstihare Allah ile istihare etmek aslında. Yani sizin için hayır ya da şer olduğunu dediğim gibi temyiz gücüne sahip olabilmek için hayır mı şer mi diye Allah’tan yardım dilemek. Bu ama secdede olur ama belki ben biraz tefe’üle de inanırım*” (K12K). Anneanesi ve halasının özel istihare metotlarından bahseden K3K, anneanesinin uyumadan önce üç İhlas Suresi ve bir Fatiha Suresi okuduğunu, halasının ise uykudan uyandığında veya dua ettikten hemen sonra hangi yöne doğruluyorsa kararı ona göre verdiğini belirtmiştir. Buna göre karar verilecek konu için sağ yön hayırlı, sol ise şer olarak belirlenmektedir. Katılımcıların paylaşımları onların geleneksel anlayış ve klasik kaynakların etkisinde kalmalarıyla birlikte, samimi bir biçimde yöneldikleri dualar sonrasında istihare deneyiminden sonuç aldıklarını göstermektedir. K3K, K5K, K9K, K11K, K12K, K15K, K16K, istihare yaşantısının yalnızca rüyada işaret almaktan ibaret olmadığına işaret etmektedir. İstihare yaşantısının bu yönüyle Allah’tan yardım dilemek için uygulanabilecek bir dua tecrübesi olduğu söylenebilir.

Tüm katılımcılar, insanların hangi konularda istihareye başvurduğu ile ilgili, toplumun yaygın olarak *evlilik* konusunda istihareye yöneldiğini söylemiştir. Onu takiben K3K, K4E, K5K, K8K, K10K, K11K, K12K, K14K, K15K, K16K K17K, K18E, K20E *iş* konusunda, K3K, K4E, K11K, K13K, K14K, K15K, K18E, K20E, *okul, eğitim* meselesinde toplumun istihareye yöneldiğini belirtmişlerdir. K2K, K6K, K18 istihare uygulamalarında *ev, arsa gibi herhangi bir mülk satın alma* konusunun, K14K, K19E ise *çocuk sahibi olma*

konusunun istihareye yönelmede yaygın olduğunu söylemiştir. Bunların dışında *bir yere gitmek* konusu, *hastane işleri* meselesinin de istihare konusu olacağı belirtilmiştir. Ayrıca K15K istihare uygulamalarında bazı kişilerin abartılı davranış geliştirdiğini, “sütüm gelecek mi?” diye istihare yapan insanlar olduğunu eleştirerek dile getirmiştir.

Katılımcılara, kendilerinin hangi konularda istihareye yöneldiği sorulmuş, yine en yaygın olarak *evlilik* konusunda istihareye yöneldikleri (K1K, K2K, K3K, K4E, K5K, K7K, K8K, K10K, K11K, K12K, K13K, K14K, K15K, K17K, K18E) tespit edilmiştir. Sonra sırasıyla *iş* (K1K, K3K, K4E, K5K, K8K, K10K, K11K, K12K, K13K, K15K, K20E), *eğitim* (K3K, K4E, K11K, K13K, K15K, K20E), *bir yere gitmek*, *şehir değiştirmek* (K4E, K5K, K6K), *ailevi bir mesele* (K1K), *tarikata girmek* (K16K), *bir mülk satın almak* (K6K) istihare konusu olarak belirlenmiştir. Katılımcıların çoğunlukla hayatlarına ilişkin dönüm noktalarında istihareye yöneldikleri görülmektedir. Bu da katılımcıların paylaşımları istihare deneyiminin onların yaşamın tüm merhalelerini kapsayan biçimde, önemli konularda etkin bir rolü olduğunu göstermektedir.

İstihareyi anlamlandırırken ortaya çıkan en önemli bulgu, katılımcıların istihareyi Allah’a ulaşmada ve O’nunla iletişime geçmede bir vasıta olarak görmeleridir. İnanan insanın vereceği dünyevi kararlarda yüce Yaratıcı’ya sırtını dayama eğilimi, istihare yaşantısı ile pratik yaşamda karşılık bulmaktadır. Bazı katılımcıların istihare deneyiminde yalnızca dua etmenin bile kendisini huzura ulaştırdığı söylemi ve Allah’ın daima yanında olmasına ilişkin inancı bu görüşü desteklemektedir.

2. İstiharede Karar Sonrası Sürece Dair Psikolojik İyi Oluş

Pozitif psikolojinin ana konularından biri olan psikolojik iyi oluş modelini, Ryff (1989), kendini kabullenme, bireysel gelişme, yaşam amacı, başkalarıyla olumlu ilişkiler, çevresel hâkimiyet ve özerklik olarak altı boyutta açıklamıştır. Buna göre psikolojik iyi oluş; yaşam memnuniyeti, sıkıntılarla başa çıkmada, beden, zihin ve maneviyatın güçlü birlikteliğiyle sağlanan sağlıklı bir hayat şekli olarak açıklanabilir (Hefferon ve Boniell, 2018: 78; Göcen, 2014: 90-93). İbadet etmek, dua etmek gibi dine olan yakın olma halinin, psikolojik iyi oluşa katkıda bulunduğu, kişinin hayata bakış açısını olumlu yönde etkilediği, yapılan bazı araştırmalar ile (Hafız, 2020; Karslı, 2019; Gügen, 2019; Doğan, 2014; Acar, 2014; Göcen, 2014) tespit edilmiştir. Kişilerin, özellikle zorlu süreçlerde ve kararsız kaldıkları durumlarda istihareye yöneldiği görülebilir. Buradan hareketle kişinin yaşadığı duruma ilişkin karara ve sonrasında kabule varmasında, yaşamı

anlamli kılmak için bir eylemde bulunmuş olması, bireysel sorun çözme becerisini geliştirmesine katkı sağlayabilir ve bu tecrübenin insanın psikolojik iyi oluşu üzerinde etkili olacağı düşünülebilir.

İstihareye yönelen kişilerin istihare sonucuna göre aldıkları karar kadar, karar sonrası duygu durumu ve istiharenin pratik hayata ilişkin işlevsellik boyutunu ve istihare sonucuna göre karar vermenin kişiler üzerindeki etkisini anlamak önemli ve değerli görülebilir. İstihare sonrası duygu durumunu katılımcılar (K4E, K6K, K8K, K9K, K10K, K11K, K12K, K14K, K15K, K16K, K17K, K19E), “Allah’a güvenmek, teslim olmak ve tevekkül etmek” olarak açıklamaktadır. Özellikle “güven” temasının istihare uygulaması sonrasında ön plana çıktığı görülmektedir. *“Kendi açımdan bir o güven iman varsa, mukadderata teslim olma hissin varsa yapacaksın. Soruyorsan cevabına göre de hareket etmen lazım. Bu sana zor gelse de yapacaksın. Zor gelse de yaparken de güven duygusu içinde yapacaksın. Ben demedim o dedi, emir geldi yapıyorum manasında. Çünkü sen çıkamamışsın içinden”* (K4E). Katılımcı istihare öncesi ve sonrası için ortak bir duygu olarak “güvenmek” temasına vurgu yapmaktadır. Bu vurgu, “iman” kavramının sözlük manası içerisinde güven duygusunu barındırması bakımından iman-güven ilişkisi bağlamında dikkat çekicidir. Korku ve hüzün duygularının karşısında yer alan imanın içerdiği güven duygusu, inanan kimse için huzur duymaya da vesile olmaktadır (Alper, 2016: 99-100). İstiharede karar alma sonrası, sözü edilen korku ve hüzünden uzak olma durumu sayesinde Allah’a duyulan güvenin, bireyin psikolojik durumuna iyi yönde tesir ettiği düşünülebilir.

İstiharenin, Allah’a teslimiyet haline yönelttiği görülen katılımcılardan K9K, korku ve ümit arasında olmaktan söz etmiş ve durduğu o noktada teslimiyet duygusunun hâkimiyetine işaret etmiştir. K17K ise, yaşadığı sıkıntı ve zorlu tecrübelerin Allah’ın takdiri olduğu düşüncesiyle teslimiyet göstermesi gerektiği inancındadır: *“Dua ederim, Allah’tan hayırlısını isterim ama teslim olurum sonra. “Bir şeyi çok murad etme, Olduysa inad etme, O Hak’tandır reddetme” sözünü çok severim”*. Görüldüğü gibi katılımcı, istihare sonucu ne olursa olsun sorgulamamakta, teslimiyet duygusuyla kararını uygulamaktadır.

İstihare sonrası verdiği kararlarla ilgili “rahatlamak” duygusuna eriştiğini söyleyen K2K, bir evlilik teklifi almış ve maddi şartlar müsait olmasına rağmen istihare rüyasını durumun hayırlı olmayacağı yönünde yorumlamıştır: *“İçim rahat olur. Ama mesela orda üzuldüm evet dese miydim diye. Ama sonra düşündüm istihareye uydum içim rahat etti. Zaten daha*

sonradan olay, hayatın akışı bana o olayın olumsuz olduğunu gösterince mutlu oldum” sözleriyle zihninde bir soru işareti kalmış olmasına rağmen istihare sonucu istikametinde karar vermekte haklı olduğunu belirtmiştir. Kararsız kaldıkları bunalımlı dönemlerinde istihareye yönelmekte olan K1K ve K5K için istihare sonrası verdikleri kararda ümit etme duygusunun etkili olduğuna kanaat edilmektedir. K8K ve K14K’nın ise istihare rüyası sonrası, kararını verdikten sonra hayata tevekkül duygusuyla devam ettiği görülmüştür. Bir karar aşamasında durumu önce istihare ederek değerlendirdiğini ifade eden K14K, istihareye karar verdiği andan itibaren de tevekkül ettiğini söylemektedir: “İstihareye karar verme aşamasına kadar geldiysem tabii tevekkül ederim. Kendi adıma yani artık istihare etmişim tıkanmışım bir karar veremiyorum istiharede tamamen olumsuz bir durum olsa istihare niyet bile etmem zaten”.

İstihare sonrası duygu durumuna bakıldığında katılımcıların çoğunluğunun bu deneyiminden olumlu yönde etkilendiği, istihare yaşantısının zor durumda kalan kişilerin psikolojik iyi oluşlarına katkısının olduğu görülmektedir.

3. İstihare ve Dinî Tecrübe İlişkisi

Dinî tecrübe bireylerin benimsedikleri din ile ilgili duygu, davranış, inanç ve tutumları, içsel yaşam halleri, deneyimleri ve duyuları ile idrak ettiği tecrübe olarak tanımlanır (Yaran, 2009: 17). Tecrübe beş duyuyla gerçekleşen bir durum olarak kabul edildiğinde, dinî tecrübe de bir içe bakış olarak yoğun bir duygu haliyle sezgisel biçimde dinî bir bilgi kazanımı olarak ifade edilebilir. Mistik anlayışa göre ise tecrübe, duyular aracılığıyla yalnızca dış dünyadaki nesnelere idrak etmek değil, bununla birlikte kişilerin iç yaşantılarında Tanrı’yı sezgi yoluyla algılaması ve hissetmesidir (Gürses, 2019: 500). Freud ve Jung’a dayanan bilincin alt katmanlarına odaklı rüya yaklaşımına benzer olarak James (2017: 255), dinî tecrübenin yaşandığı alan için “eşikaltı” kavramını kullanır ve bilinçdışı dikkat çeker. Öte yandan son dönem transpersonel psikolojinin temsilcilerinden Merter’in üst bilinçdışı yaptığı vurgu burada önem kazanmaktadır. Günlük rüyalarda alt bilinçdışı ile temas şeklinde gerçekleşen yüzleşme (Merter, 2014: 616), aşkın güç Rab ile bir temasın talep edildiği istihare tecrübesinde yukarı doğru bir iletişim ile üst bilinçdışında gerçekleştiği söylenebilir. Schimmel’in (2005: 48) çoğu kültürde uygulanan, sınanmış bir yöntem kullanılarak, aşkın güçlerle ilişki kurmak olarak tanımladığı istihare tecrübesi için, bu yönüyle James’in (2017: 255) kullandığı dinî tecrübe kavramı akla gelmektedir.

Namaz ve duadan oluşan bir ritüel şeklinde uygulanması bakımından da

istihare, dinî tecrübe olarak ele alınabilir. Bugün artık, rüya yaşantısının uyku laboratuvarlarında dahi çalışılması (Domhoff, 1996; Solms, 2000; Hobson, 2012; Revonsuo, 2017) bilimsel ve dinî argümanların da rüya ve istihareyi işlevsel olarak vurgulaması göz önüne alındığında, bu yaşantıların bilimsel ve ahlaki normlara aykırı olmadığı görülmektedir. Swinburne'un (2001: 122) de işaret ettiği gibi kişiler yaşanan diğer deneyimler gibi kendilerine özgü dinî tecrübeler yaşayabilir ve bunu kanıtlamak zorunda değildir. Ancak bu tecrübenin rahmani veya şeytani olması noktasında temel dinî ve ahlaki esaslara uyum göstermesi beklenir (Gürses, 2019: 504). Bu noktada namaz ve duanın da içerisinde olduğu rüya yoluyla Allah'tan işaret bekleme durumu olan bu formdaki istihare yaşantısı, dinî bir tecrübe olarak görülebilir.

2016 yılında yapılan bir araştırmada (Sarı, 2016: 81) kişilerin rüya yoluyla yaşadıkları dinî tecrübeler çalışılmıştır. Bu bağlamda geleneksel yaklaşımla rüyada bir işaret almak yoluyla Allah'tan hayr ve yardım dileme biçimi olarak tanımlanan istiharede, Allah ile irtibatın amaçlandığı ve katılımcıların tümünün istihare yaşantısında Allah'a atıf yapmaları ve paylaştıkları deneyimlerde metafizik bir boyuttan bahsetmeleri sebebiyle, onların dinî tecrübe yaşadıkları söylenebilir. Bu bağlamda K4E'nin rüyanın zihinle değil kalp, ruh ve sezgiyle alakalı olduğu paylaşımı ve koşulları elverişli hale getirdikten sonra istihareye yöneliyor olması yaşadığı istihareyi dinî tecrübe noktasında anlamlı bir konuma getirmektedir: *"O gün aşırı yorgun mutsuz karamsar şeyler yaşadığın bir günün ardından istihare yapmamak lazım. Mümkünse nötr bir günün sonunda istihare yapmak lazım ki başka parazitler araya girmesin diye. (...) Özellikle şeytani varlıklara da açıktır, metafizik anlamda(...) O manada her zaman parazit gelebilir ama öyle bir günde yatmayı tercih ederim. Mümkünse çok konuşmamayı tercih ederim"*.

İlahiyat eğitimi alan K9K, yaşadığı istihare deneyimlerini dinî tecrübe olarak anlamlandırıldığını ifade etmektedir: *"Genelde dinî tecrübe dediğimiz bir olay var ya. Ben ne kadar yaparsam yapayım sizin tecrübenizi ben hissedemem, benimkini siz hissedemezsiniz. Kişisel bir şeydir. Bana göre fotoğraf makinesinin anlamları olabilir ama karşıdaki insanın hayatı açısından düşündüğümüz zaman, olumsuz gibi düşündüm (...) Bence herkes kendisi yatması gerekir"*. K3K'nın istihare ritüeli bağlamında sözünü ettiği yatağının temiz olmasından giyimine dikkat etmesine kadar gösterdiği itina ile manevi bir görüşme yapacak olma beklentisi de dinî tecrübe noktasında dikkat çekici görülebilir. Benzer şekilde K7K'nın istihareyi manevi dünyayla iletişime geçmek olarak anlamlandırması ve rüya meleklarının elçiliklerinden söz etmesi, katılımcının dinî tecrübe yaşadığı görüşünü güçlendirmektedir.

K15K'nın istihareyi, kişisel bir tecrübe ve süreç olarak değerlendirdiği, istihare deneyimi esnasındaki dua etme şekli ve sonrasında gerek rüya beklemek gerekse rüya haricinde bir işaret görmek noktasında istihareyi dinî bir tecrübe olarak yaşadığı söylenebilir. Zira istihare tecrübesinde dua ederken içsel olarak kendisini dünyadan soyutladığı ve ruhsal anlamda boyut değiştirdiği görülmektedir: *“Dua ederken sanki böyle çok başka bir evrendeymişim gibi, hani nasıl diyeyim, bu odada bile değilmişim gibi, başka bir âlemdeymişim gibi hissediyorum, böyle oluyor”*. Katılımcının içsel olarak dünyadan soyutlanma halinin, içedönük ve dışadönük dua sınıflandırmasında, içedönük dua karakteristiğine uyduğu söylenebilir. Bu dua şekli, duayı tecrübe eden kişinin sessizlikte Allah'a kulak vermesi tüm kalbiyle yönelmesi suretiyle, insanlardan uzaklaşıp kendisini izole ederek içe dönmesi, dinginleşmesi ve ruhunun tazelenmesine vesile olmaktadır (Horozcu, 2010: 91). İstiharedeki, yalnızlık, insanlardan uzak olma ve onlarla konuşmama durumunun, istiharenin bu dua şekline bir örnek teşkil ettiği düşünülebilir. Bununla birlikte istihare ritüeli bu yönüyle katılımcı için tam bir dinî tecrübe emsali olarak görülebilir. Katılımcı ayrıca istihare yaşantısında ettiği dua sonrası uykudan uyanma biçiminin hem bedensel hem ruhsal olarak farklı hissettirdiğini söylemektedir: *“İstihareye yattığımda özellikle ilk yatışta çok uyandığımda çok büyük bir ağırlık hissederim ruhen. Bilmiyorum bu psikolojik mi çok hissediyorum bunu. İstihare duasını yapıp uyduğum ilk gece özellikle. Sonrakilerde biraz daha hafifliyor ama ilk gece böyle bir nefesimin yetmediği gibi, o şekilde uyanıyormuş gibi, sanki gece nefesi çok zor almışım gibi uyanıyorum”*. Ancak katılımcı yaşadığı bu hali olumsuz olarak değerlendirmedeğini belirterek, istihareyi süreç itibarıyla başından sonuna kadar şahsına özel bir tecrübe olarak yorumlamakta ve bu yaklaşımına paralel olarak da bir başkası için istihareye yönelme durumunu doğru bulmamaktadır. Buna göre istihareye yönelen kişilerin istihare tecrübesini, dua ve niyetten süreç içerisinde birtakım olayların gerçekleşmesine kadar tümüyle alınan işaretler ve deneyimlerle değerlendirmesi gerekmektedir.

İstihare rüyasında dahlinin olmadığına, iradenin tümüyle Allah'a ait olduğuna ve samimiyetle Allah'a yönelerek dua etmeye vurgu yapan K17K: *“Namaz kılarırken ben kendimi dua ederken falan özellikle samimiyetle dua ederim. Dua çünkü istihare duasını okumak şart değil. Ben samimiyetle dua etmeyi tercih ederim. Hani bana bu rüyayı göstermesi için yardım diliyorum Allah'tan. O an içimden geldiğince dua ediyorum. Tamamen Mevla Teâla'ya yöneliyorum, rüya görüyorum diye kendimi özel hissetmiyorum çünkü. Mevla gösterirse gösterir. Göstermediği zaman Mevla göstermiyor zaten”*

demektedir. Ayrıca rüyada Allah'tan işaret aldığını ifade eden katılımcı, istihareye yöneldiği gecelerde saat üçte dinç bir şekilde uyandığını ve rüyasını net hatırladığını dile getirmektedir. Katılımcıya göre istihare Allah'tan işaret, cevap beklenen özel bir durum ve teslimiyet gerektiren bir haldir. Onun bu paylaşımları tam anlamıyla dinî bir tecrübe yaşadığını düşündürmektedir.

4. İstihare ve Dinî Başa Çıkma İlişkisi

Dinî başa çıkma, kişilerin yaşadıkları zorlu olayları, olumlu bir hale dönüştürebilmeleri için seçtikleri duygu, düşünce, tutum ve davranışları dinî yaklaşımların yardımı ile sürdürebilme durumudur (Ayten, 2012: 40; Göcen, 2015: 172). İstihare, hem salt dua ile hem rüyaya yatılarak hem de kalpteki duygu uyanışları bakımından değerlendirildiğinde olumlu bir dinî başa çıkma motifi olarak kabul edilebilir. Dinî başa çıkma, kişilerin, başlarına gelen zorlu durumlar karşısında gösterdikleri anlam arayışı olarak, içerisinde dua, affetme, sabır ve şükür gibi hayatın gerek kaotik dönemlerinde gerekse yolunda gittiği süreçte yardımcı bir roledir (Pargament, 1997: 178; Ayten, 2012: 37-42).

İslami psikolojinin kurucusu sayılan Malik Bedri (2017: 102-113-145), danışanlarına, kararsız kaldıkları zorlu durumlarda –sadece dua ve namazla- istihareye yönelmelerini tavsiye etmektedir. Bu noktada istiharenin, kişilere hayatlarında yalnız olmadıklarını hissettiren, zor durumda kaldıklarında sığınacakları aşkın bir varlığa teslimiyetle onları güçlendiren önemli bir yaşantı olacağı ve bu teslimiyetin kişilerin olumlu tevekkül duygusu eşliğinde bir kader algısı ile paralel bir seyir arz edeceği söylenebilir. Bir dinî başa çıkma biçimi olarak kabul edildiğinde istihare yaşantısı, kişinin Allah'a teslim olması, O'ndan yardım dilemesi, elinin uzanamadığı çaresiz kaldığı durumlarda sabretmesi ve yalnız olmadığını düşünmesi ile ruh halinin iyileşmesini sağlayacaktır (Şahin, 2018: 184; Karaca, 2006: 482). Bu bağlamda kararsız kalınan durumun aynı zamanda zorlu bir süreç olduğuna vurgu yapan katılımcılar (K1K, K2K, K4E), kararsız kaldıkları durumlarda istihareye yöneldiğini belirtmiştir. Burada katılımcıların kararsızlıkla başa çıkmalarında istiharenin etkin bir rolü olduğu görülmektedir. K2K, bu noktada özellikle tüp bebek tedavilerinde çevresindeki bazı kişilerin istihareye yöneldiğini gözlemlemektedir. Mali ve bedensel yükü ağır olan bu süreçte kişiler, tüp bebek uygulamasını gerçekleştirme noktasında doğru karar vermek için istihareye yönelebilmektedir. Göcen'in (2015) araştırmasında tüp bebek tedavisi gören kadınların umutsuz oldukları dönemlerde deneyimledikleri bazı rüyalarla ümitlendikleri, bilhassa dinî

içerikli rüyaların süreçle başa çıkmalarında yardımcı bir hal olduğu tespiti, katılımcının gözlemini desteklemektedir. Bu noktada kişiler için sıkıntılı zamanlarda hem salt rüyanın, hem rüya bekleme biçimiyle istiharenin dinî başa çıkmada etkin bir konumda olduğu söylenebilir.

Katılımcıların önemli bir kısmı (K3K, K8K, K10K, K11K, K12K, K13K, K14K, K15K, K16K, K17K, K19E, K20E), zor dönemlerinde istihareye yöneldiğini ifade etmiştir. Bununla birlikte K6K dışında tüm katılımcılar önemli dönüm noktalarında, kararsız kaldıkları konularda ve zor zamanlarda istihareye yöneldiğini ifade etmiştir. Buradan hareketle istiharenin bir sebep olmaksızın uygulanmadığı ve hayatın gidişatında tali sebeplerle Allah'tan yardım dileme biçiminde bir dua olarak gerçekleşmediği söylenebilir. K11K'nın; *"...bazı durumlarda çaresiz kaldığımız zamanda gittiğimiz bir şey. Benim için ilk etapta yapılacak bir şey değil. Zora girdiğimde yaparım tabii. Çok emin ve rahat olduğum bir konu olsa zaten istihareye gerek duymam yani."* sözleri sözü edilen dinî başa çıkma durumuna örnek teşkil etmektedir.

K15K'nın şu ifadeleri dinî başa çıkma bakımından dikkat çekicidir: *"Çok rahatlattan bir şey. Onu yanımda bir destek gibi. Allah'ın bana, hani ben size şah damarınızdan daha yakındır ayeti var ya, onu orada hissediyorum yani. Şöyle; Allah benim destekçim. Yani bu konuda yanlış bile olsa, sonuç olarak ben bu hatayı yapsam bile Allah beni mutlaka (...) zorlukla beraber kolaylık olayı, o kolaylığı çıkarıp bana gösterecek. Bendeki o tahammülle başlayan şey tevekküle dönecek diye düşünürüm. Allah ile irtibatı kesmemem lazım elbette. Kesinlikle istihare bu anlamda benim için destek, güvendir".* K17K, annesinin trafik kazası geçirdiği zor dönemde istiharenin durumla başa çıkmasını kolaylaştırdığını ifade etmiştir. Katılımcı Allah'tan yardım dilemek suretiyle tedavisiyle alakalı verilecek kararlarda istiharenin desteğinden söz etmiştir. K20E, *"Kul daralmayınca Hızır yetişmezmiş"* ifadesiyle istihareyi darıda kaldığı durumlarda uyguladığını belirtmiş, daralan kulu Allah'ın gevşettiğini söylemiştir. K3K ise lise döneminde okul seçimiyle ilgili yöneldiği istiharenin yardımını dile getirmiştir. İstihare sonucunun olumlu çıktığını ifade eden katılımcının *"O okulda mutsuz olduğum her an şunu dedim: Ama burası benim için hayırlı olan"* sözleri dikkat çekicidir.

İstihare sonrası herhangi bir işaret almadan veya bir karara varmadan dahi rahatladığını ifade eden katılımcılar (K5K, K6K, K7K, K9K, K11K, K12K, K13K, K15K, K17K), istihareyi sıkıntılı zamanlarda, Allah'a dua etmek, O'ndan yardım ve destek istemek olarak benimsediğini ifade etmektedir.

K5K, rüya görmeyi dahi beklemeden sıkıntılı durumlarda istihare yoluyla Allah'tan destek aldığını ve rahatladığını söylemiştir: *“Karar veremediğimde rahatlatıyor beni dua edip istihareye uyumak. Beni rahatlatıyor bu çok önemli. Çok ağır depresyonlar geçirdim. İstihare duası ederek yattığımda çok rahat uyuyordum. İyi şeyler de görüyordum. En azından rüyada rahat edeyim diyordum, gündüz kafamda çünkü çok fazla şey oluyordu. Yardım istemek için de böyle yaptım hep istihare”*. Uyanıklıkta sıkıntılı bir ruh durumu yaşayan katılımcının Allah'a sığınarak istihareye yöneldiği ve uyku halinde rüya yoluyla rahatladığı görülmektedir. K6K, hemen hemen her işinde istihareye yöneldiğini ve istiharenin yaşamında çok şeyi çözüme kavuşturduğu -evine eşya almak dahi- bilgisini paylaşmıştır. K13K ve K7K da istihare yaşantısını rüya beklemek olarak ifade etmenin sınırlı bir yaklaşım oluşturabileceği görüşündedir. K13K, sıkıştığını hissettiği meselelerde Allah'tan istihare yoluyla yardım istediğine işaret etmektedir: *“... ben istihareye sadece bir rüya olarak bakmıyorum (...) Çünkü ben orada önce dua ediyorum, hani öncelikle sıkıştığım noktadayım ve yardım istiyorum. Hani ağıladiysan rahatlama zamanın gelmiştir”*.

Allah ile irtibata geçme ihtiyacı duyan insan bunu dua biçiminde gerçekleştirmektedir. İstihare her ne kadar Hz. Peygamber döneminde dua ve hayr dileme biçiminde uygulanmış olsa da sonraki dönemde uyku alanına dolayısıyla rüya çerçevesine aktarılmıştır. Bu dönüşüm, Allah'tan talep edilen meseleye dair somut bir cevap alma beklentisi olarak yorumlanabilir. Zira bazı katılımcılar rüyalarına ilişkin yorum bile yapmaktan kaçınarak net bir cevap almak adına renklere odaklanmıştır. Bu biçimdeki istihare uygulaması ile dinî başa çıkmanın daha somut biçimde gerçekleştiği söylenebilir. Katılımcıların paylaşımları göstermektedir ki istihare, ister rüya bekleme isterse yalnızca Allah'a yönelme, O'ndan destek almak yoluyla olsun kişilerin yaşamlarında başa çıkma noktasında önemli bir destektir. Dinî bir tecrübe çerçevesinde biçimlenen istihare, kişilerin yaşamlarında rüyadan işaret ve cevap aldığı somut, iyi hissetmek ve rahatlamak duyguları eşliğinde ise soyut bir başa çıkma biçiminde değerlendirilebilir.

5. İstihare ve Kader İlişkisi

Katılımcıların tümünde, yaşanan sıkıntılı ve zorlu süreçlerin kaderlerinde var olduğu ve tüm bunları yaşamanın da bir anlamı olduğu inancı hâkim görünmektedir. Sıkıntılarla başa çıkma sürecinde istihare yaşantısının etkili olmasının yanı sıra kader algısının da önemli olduğu katılımcılarımızın (K5K, K6K, K7K, K8K, K10K, K11K, K12K, K16K, K17K, K18E) istihare süreci ile kader arasında net bir ilişki kurmasından da

anlaşılmaktadır. Örneğin K5K, evlilikle ilgili vereceği karar sürecinde yöneldiği istihareden olumsuz bir yanıt aldığını düşünmüştür. Ancak yakın çevresinin “rüya ile amel olmaz” anlayışı ile gördüğü baskı neticesinde evlenmiştir. Görüşmenin yapıldığı dönemde eşiyile ayrılık aşamasında olan katılımcının; *“Ya dedim ki herhalde bu benim kaderim, ağzım dilim bağlandı hayır diyemiyorum ben buna. Dilim ağzım bağlandı. İstihare zaten kaderin önüne geçemez ki yani. Orada kaderdi. Mevla Teala belki de göstererek bana o yolda, yaşayacağım varmış”* sözleri, yaşadığı durumu, kader ile açıkladığını göstermektedir. *“Bence kötüyü hissederek yolda yürümenin de ne olduğunu Mevla Teala bana gösterdi. Demek ki öğreneceklerim vardı. Acaba ateşle oynamak nasılmış öyle bir şey oldu”* paylaşımı, yaşadığı olumsuz süreçle başa çıkmada istiharenin ve ona bağlı olarak kader anlayışının etkili olduğunu ve evlilik tecrübesine ilişkin olumlu bir bakış açısı geliştirmesine katkı sunduğunu göstermektedir.

Kararlarını istihare sonucuna göre vermekte ve yaşadığı şey her ne olursa olsun onu kaderi olarak kabul etmekte olan K10K; *“... iyi de çıksa kaderim kötü de çıksa kaderim diyorsun. Ne çıkarsa onu uyguladığımız için. Kaderimizde ne varsa onu yaşayacağız. Aman bu kötü çıktı da aman atacağım diye bir şey yok. O artık senin kaderin, o senin nasibin varsa dolaşıp buluyor seni. Mevla'ya güveniyorsun işte orada”* diyerek Allah'ın belirlediği kaderden başka bir seçiminin olmayacağını belirtmiştir. K12K ise kaderinde ne varsa onu yaşayacağına inanmakta ve istiharenin bu noktada sadece hayatını renklendirdiğini söylemektedir.

Katılımcıların önemli bir kısmı (K1K, K2K, K3K, K4E, K5K, K6K, K8K, K9K, K10K, K11K, K12K, K15K, K16K, K17K, K18E, K20E), istiharede aldığı işaret (olumlu ya da olumsuz) her ne olursa olsun yaşadığı veya yaşayacağı olumsuz herhangi bir durumu, kaderinde yazılı olan bir imtihan olarak kabul edeceğini söylemektedir. K7K, K12K, K16K ise istihare rüyası yanlış yorumlanırsa böyle bir durumun yaşanabileceğini söyleyerek istiharenin verdiği sonuca itimat gösterdiğini ortaya koymaktadır. K3K'nın eğitim süreci ile ilgili yaptığı paylaşımında olumlu çıkan istihare rüyasının, yaşadığı olumsuz süreçle çakışmasına rağmen tecrübe ettiği zorluklarda hayır aramayı seçmiştir. K4E, K13K ve K17K da benzer yaklaşımlar sergileyerek istiharenin sonucu ile süreç devam ederken gösterilen kişisel reaksiyonların ilişkili olmadığını söylemektedir. K4E'ye göre kişi burada verdiği karardan değil süreç devam ederken tecrübelerine dair verdiği reaksiyonlardan sorumludur. K17K'nın *“Ona binaen Allah böyle takdir etmiş derim, ona teslim olurum. İmtihan olduğunu düşünürüm”* sözleri, istiharenin içeriğiyle alakalı yorumlamadan çok, istihareye yönelen kişinin kader algısındaki teslimiyet

duygusunu ön plana çıkarmaktadır. K5K, bu duruma ilişkin iradeye atıf yapmaktadır: *“Ama orda da işte gene benim iradem söz konusu. İmtihan noktası diye düşünüyorum. Allah iyi gösterdi ama kulum bakalım iyiyi kötüyü ayırt edebilecek mi diye”*. K15K ise istihare sürecine olumlu-olumsuz olarak değil, hayırlı-hayırsız olarak yaklaştığını ifade etmiştir. Yaşadığı bir tecrübesinden bahseden katılımcı, yöneldiği bir istiharede sonucun hayırlı olacağı yönünde bir yorum yaparak karar vermiş ancak süreçte sıkıntı yaşadığına işaret ederek yaşadığı bu olumsuzluğun hayırına olduğuna kanaat getirdiğini, bu süreçte geliştiğini ve yaşadıklarından çok şey öğrendiğini dile getirmiştir. Duanın hayatı şekillendirdiğine inanan katılımcı, istihareye de bu biçimde yaklaşmakta, istihare deneyiminde Allah'ın onu yalnız bırakmadığını, olumsuz görünen tecrübelerin bile kendisi için bir kazanıma dönüştüğünü ifade etmektedir.

İstiharenin kaderle ilişkisine son olarak, K7K ve K17K'nın dikkat çekici paylaşımları örnek gösterilebilir. Her iki katılımcı evlilik kararı aşamasında olumlu yorumlanan istihare rüyaları sonucunda bir karara vararak nişanlanmış, ancak süreç kendileri için olumsuz gelişmiştir. Kaderin büyük bir çark olduğu metaforunu kullanan K7K, burada istiharenin bu büyük çarkı döndürmeye gücünün yetmeyeceğine işaret etmiştir. Ona göre istihare sonucu her ne olursa olsun ve nasıl yorumlanırsa yorumlansın sonuç değişmeyecektir. K17K ise yaşadığı süreci, Allah'ın takdiri olarak değerlendirmiş, sorgulamak yerine süreçte Allah'a teslim olduğunu ve durumu kabullendiğini söylemiştir.

Sonuç itibarıyla katılımcıların paylaşımları ortak olarak, iyi ya da kötü, yaşadıkları her türlü durumun Allah'ın takdir etmesiyle gerçekleştiğine inanmaları yönündedir. Tüm katılımcılar istiharenin gerçekleşecek hayat olaylarını değiştirmediklerine, ancak yaşadıkları zorlu dönemlerde istihare yaşantısının destekleyici bir rolünün olduğuna işaret etmektedir.

6. İstihare ve Allah Tasavvuru İlişkisi

İnsanın doğumu ve çocukluğundan itibaren zihinsel gelişimi ve tecrübelerine bağlı olarak Tanrı'yı zihninde biçimlendirmesi olarak ifade edilen Allah tasavvuru (Yıldız, 2007: 10), kişinin hayatı boyunca Allah ile ilişkisini şekillendiren din psikolojisinin önemli bir konusudur. Bu süreç, kişinin içerisinde bulunduğu kültür ve kişinin tabii eğilimi ile de yakından ilişkili olup aynı zamanda duygusal ve zihinseldir (Mehmedoğlu, 2011: 27-37). Bir bireyin inandığı Tanrı'ya ilişkin ne hissettiği ve düşündüğüne, onunla ilgili kullandığı dil kılavuzluk eder (Hayta, 2017: 36; Göcen ve Genç, 2019). İstihare tanımları ve konuyla ilgili oluşturulan teorik çerçeve

düşünüldüğünde, istihareye yönelen kişilerin zihinlerindeki Olumlu Allah tasavvurunun onların verdiği kararlar ve karar verme biçimlerine pozitif bir katkısı olacağı düşünülebilir (Genç, 2019; Küşat, 2006). Özellikle yaşadığı bunaltıcı, köşeye sıkıştığı olaylar karşısında ya da herhangi bir işe başlamak noktasındaki kararsızlık dönemlerinde zihnindeki Allah tasavvuru onu bu tecrübeye yöneltebilir.

Allah tasavvuru ve istihare ilişkisi bağlamında, K2K, K3K, K4E, K6K, K8K, K9K, K10K, K13K, K14K, K17K, K18E, K19E ve K20E, Allah'ı, "Sığınılan - En Yakın", olarak tanımlamıştır. K1K, K2K, K3K, K4E, K6K, K8K, K11K, K12K, K15K, K17K, K19E ise "Kulunu Yalnız Bırakmayan, Yardım Eden" olarak tasvir etmiştir. Ortaya çıkan bu temalara göre katılımcıların Allah ile olan iletişimin samimiyete dayandığı görülmektedir. Allah tasavvurunun incelendiği bazı araştırmaların (Mehmedoğlu, 2011: 247; Genç, 2019: 69) sonuçları da bu bulguları desteklemektedir.

Katılımcıların istihareyi anlamlandırmada kullandıkları, "Allah'tan yardım ve hayr dileme" ifadeleri göz önüne alındığında, önemli bir çoğunluğun Allah'ı "en yakın", "sığınılan" ve onu takiben "kulunu yalnız bırakmayan" olarak tasvir etmesi, iki bulgunun birbirini desteklediğine işaret etmektedir. K8K'nın "*İnsanlardan daha yakın mesela. Şöyle, bunaldığın zaman kime sığınacaksın Allah'a sığınırsın. Zorda kaldığın zaman kime gideceksin O'na. İnsanlar sıkılıyor bir anlatıyorsun iki anlatıyorsun, evladın bile, ama Allah u Teâlâ sıkılmıyor o her zaman senin yanında*" paylaşımı, Allah'ın en yakın sığınak olduğu inancına dikkat çekici bir örnektir. Aynı şekilde altı yaşında babasını kaybeden K3K: "*Şöyle çok olur mesela diyelim bir görüşmeye gideceğim ya da bir durum var; Allah'ım ne olur ya hadi, o şöyle olsun ya şöyle yap. Bundan dolayı belki istihareye bu kadar yakınım. Onu gündüz böyle bir hissedecek ulviyetim yok kendimce. Gece yattığımda Rabbim o şeyi gösterecek bana*" diyerek Allah'ın baba eksikliğini de gidereceğine olan inancını ifade etmektedir. Bu inanca sahip katılımcıların, zorlu zamanlarda istihareye yönelmelerinden hareketle, kendisini Allah'a yakın hisseden ve Allah'ın onu yalnız bırakmayacağına inanan kişinin istihare yönelimine daha yakın olduğunu söylemek yanlış olmayacaktır. Allah'ı "sessiz cevap veren" olarak tasvir eden K6K'nın, Allah tasavvurundan bahsederken gözlerinin dolduğu gözlemlenmiş, duygularını çok yoğun yaşadığı izlenmiştir. Hemen her konuda istihareye yöneldiğini ifade eden katılımcı, istihare yoluyla Allah ile bağını daha da güçlendirmektedir. Bu bağlamda olumlu yönde güçlü bir Allah tasavvurunun, insanlara sıkıntılı zamanlarda kuvvet verdiği söylenebilir. Örneğin depresyon tedavisi olan K10K, Allah ile her an ilişki halinde olduğunu ifade etmiş, Allah'ı zikrettiğinde bir ferahlık duygusu

yaşadığını söylemiştir.

Katılımcılar “Biz, ona şahdamarından daha yakınız” (Kaf Suresi, 16) ayetiyle Allah’a olan yakınlıklarını dile getirmektedir. İman tanımına dair K18E’nin “Yani işte ben size şahdamarınızdan daha yakınım, yedi kat semavata sığmadım bir mümin kulumun gönlüne sığdım gibi kayıtsız şartsız ölçmeden biçmeden tartmadan, zaten Hz. Mevlana da işi laboratuvara sokmadan öyle bir iman, kamil bir iman olduğunu söyler, ben de o şekilde inanıyorum acizane” sözleri dikkat çekicidir. Ayrıca K17K’nın “...ben her şeyimi kalbimden geçiririm Mevla’dan o anda yardım isterim. Hani rahat ediyorum, şahdamarınızdan daha yakınım diyor ya. Onu hissediyorum, benimle olduğunu Allah-u Teâla’nın hissediyorum” ifadelerinden anlaşılacağı üzere Allah ile yakın temasın diğer ucunda istihare uygulamasının olması tabii görünmektedir. İstihareyi rüya beklemeden sadece bir dua olarak görme anlayışı bu yaklaşımı desteklemektedir.

Allah’ı, K4E, K7K, K11K, K12K, K15K, K16K, K19E, K20E, “Merhametli”; K1K, K6K, K12K, K15K, K16K, K20E ise “Ümit Veren, Müsamahakâr” teması ile tasvir etmiştir. K4E, Allah’ın merhametli oluşuna “Muazzam derecede merhametli görüyorum. Müthiş merhametli, senin için en iyisini o biliyor” sözleriyle işaret etmiştir. Bu tasavvur teması altında toplanan katılımcıların (K7K harici) Allah ile ilişkilerinin, güven duygusu temelli olduğu görülmektedir. K11K, Allah deyince aklına ilk olarak O’nun El-Vedûd (kullarına daima verici olan) isminin geldiğini, istihareye yalnızca dua etmek için dahi yönelebildiğini ifade etmektedir. Benzer şekilde K15K’nın, Allah’a (kendi ifadesiyle) sonsuz bir güvenle bağlı olduğu görülmektedir. Ayrıca “Çok çok müsamahakâr, affedici ama çok müsamahakâr” diyerek Allah’ın yarattıklarına karşı merhameti ve sabrına vurgu yapmaktadır. Katılımcıların genelinden ayrı düşünen K7K, Allah’ın merhametinin yanı sıra onun Kahhâr da olduğuna vurgu yapmaktadır. 20 yıl boyunca bir duada bulunduğunu ancak Allah’ın bu duaya karşılık vermediğini ifade eden katılımcı “Merhametini herhalde başka konularda gösteriyor” şeklinde sitemkâr ifadelerde bulunmuştur. Katılımcıların Allah’ı ümit veren olarak tasvir etmelerinin, istihareye yönelmede ümit duygusu ile olumlu bir ilişki içerisinde olduğu söylenebilir. K1K, istihare uygulamanın ümidini artırdığını ifade etmiş, Allah tasavvurunda O’nun en baskın özelliğinin “ümit veren” olduğunu söylemiştir.

K2K, K3K, K4E, K11K, K15K, K16K ve K20E, Allah tasavvurunda öne çıkan bir diğer tema olan “Esirgeyen-Bağışlayan” ve “Kulunu Seven, Kuluna Zulmetmeyen” çerçevesinde paylaşımlarını aktarmıştır. Allah’ın daima

hüsnü zan edilerek anılması gerektiğini ifade eden K16K, şirk günahına bulaşmadıkları sürece Allah'ın kullarını affedeceğine olan inancını dile getirmiştir. K19E ise Allah'ı anlatırken mütebessim bir hale bürünmüş ve O'nun adaletine ve merhametine işaret etmiştir. Yakın zamanda eşini kaybeden katılımcı, yas sürecini Allah'a duyduğu güven ve sevgi ile aştığını ve Allah'ın rüyalar yoluyla eşinin ahiretteki halinin çok güzel olduğuna dair işaretler gönderdiğine olan inancını paylaşmıştır.

Allah tasavvuruna ilişkin olarak K4E, Allah'a atfedilen kötülük kavramını irdelemiş, Allah'ın kuluna zulmetmediğini, dünyadaki kötülüklerin insan iradesiyle vuku bulduğunu ve Müslümanın rolünün önemli olduğunu dile getirmiştir. İstiharede de insanın sadece süreçten sorumlu olduğuna kanaat ettiği görülmüştür: *"O yüzden Allah'a bakışım bu. O en iyisini biliyor ve senin kendisiyle olan ilişkine bakıyor. Yani dünyada ne yaşadığına değil. O yüzden istihare de dünyada ne yaşadıklarımız ve kararlarla alakalı olduğu için totalde manasız. Manasız demiyim de önemsiz. Kendimdeki hissiyat en azından o"*. Bu noktada K2K, K3K ve K20E de Allah'ın kulu için daima iyi düşündüğüne ve kulunu ateşe atmayacağına inanmaktadır: *"Rahmetine merhametine güveniyorum Rabbimin. Ümit ağır basar bende. Allah öyle asan kesen değildir. Allah durup dururken kulunu ateşe atmaz. Hayvan bile yavrusunu koruyor, Allah kulunu korumaz mı?"* (K20E). Görüşmelerin geneline bakıldığında katılımcıların Allah'ı olumlu sözlerle tasvir ettikleri ve ümidin ağır bastığı görülürken K7K ve K15K Allah'ın merhametinin yanı sıra O'nun "korkulan" da olduğuna vurgu yapmıştır. Onlara göre Allah yanlış yapan kullarına cezalandırıcı olacaktır ve Allah'tan korkmak gerekmektedir.

Katılımcıların paylaşımları, onların Allah tasavvurlarının olumlu bağlamda güçlü olduğunu göstermektedir. Özellikle "Sığınılan, Kulunu Yalnız Bırakmayan, Merhametli, Ümit Veren, Bağışlayan" gibi temalar, kişilerin Allah ile pratik hayatta iletişim halinde olduklarını ifade etmektedir. Katılımcıların istihareye dair anlamlandırmalarına bağlı olarak bu yaşantının günlük hayatta işlevsel bir boyutta olduğu görülmektedir. Bu noktada Allah'ın kişilerin hayatlarının içerisinde yer aldığı ve onların hayatlarına dokunan, verilen kararlara müdahil bir konumda olduğu söylenebilir. Allah tasavvuru istihare ilişkisinde dikkat çeken en önemli bulgu kişilerin olumlu bir Allah imgesine sahip olduğu ve bu imgenin çok güçlü görüldüğüdür. Bu da dua ile Allah tasavvuru arasındaki ilişkinin pozitif olduğunu göstermektedir. Allah'ı olumlu temalarla tasvir eden kişilerin, kaotik dünya düzeninde yaşadıkları çaresizlik ve umutsuzluk hallerinde durumla başa çıkma yöntemlerini kolaylaştırıcaktır (Mehmedoğlu, 2011: 252). Bu noktada bir

yardım dileme ve dua biçimi olarak istihare, Olumlu Allah tasavvuruna sahip insanlar için önemli bir konuma yerleşmektedir.

Katılımcılara, istihareden sonra (sonucun olumlu veya olumsuz olması durumunda) Allah ile ilgili düşüncelerinin değişip değişmediği sorulmuş, K2K, K3K, K5K, K6K, K9K, K10K, K12K, K13K, K14K, K16K ve K17K'nın, "Allah'ın bendeki yeri hep aynıdır, her zaman çok güçlü" sözleriyle istihare sonucuna göre onların Allah tasavvurunun değişmediği bulgulanmıştır. K1K, K4E, K8K, K11K, K15K, K18E, K19E, K20E ise "*İstihare ile Allah'a olan bağımlı kuvvetlenir, Allah'a daha fazla yakınlaşıyorum*" cevabını vermiştir. K7K istihare ve Allah tasavvuru arasındaki ilişkiye net bir cevap vermemiş, duanın gücüne inanmadığını dile getirerek bu hususta çekimser kalmıştır.

Katılımcıların bir kısmının, istihare ile Allah tasavvuru arasında ilişki kurmaması, bu katılımcıların Allah'a olan yaklaşımlarının daha yerleşmiş, köklü olması ve istihare ile bunun değişmediğini düşündürmektedir. Bununla birlikte istiharenin bir ucu günlük yaşama, diğer ucu ruhsal yaşama dönük olarak işlevsel, yapıcı bir etkiye sahip olduğu söylenebilir. Olumlu Allah tasavvuruna sahip kişilerin istihareye yöneliyor olması araştırmanın önemli bir bulgusudur. Öte yandan katılımcıların bir kısmının istiharenin, Allah ile bağı kuvvetlendirdiğine inanması, kişilerin istihare yoluyla Allah'tan güç aldığını ortaya koymaktadır. İstihareyi bir süreç ve dua olarak anlamlandıran yaklaşım, bu güce daha fazla inanmaktadır : "*Çok kuvvetlendiriyor o tasavvuru. Allah'a inancım ya da sevgim değil, o sevginin gücü ortaya çıkabiliyor diyebilirim. Allah beni dikkate almış, kale almış beni diye düşünüp mutlu oluyorum. İlişki de tabii güçleniyor haliyle*" (K15K). İstihareye yönelen katılımcıların tümü, Allah'tan cevap aldığına inanmaktadır. İstihare yaşantısı, kişinin Allah ile olan güven ilişkisini de güçlendirmektedir: "*Bu Allah'a güvenin perçinleşmesidir (...)*" (K20E).

Bunlara ilaveten, araştırmada genel kabullerin dışında duran K7K, gerek Allah tasavvuru ile gerek çokça istihare yaşamasına karşın istihareye ilişkin net olmayan bakış açısıyla dikkat çeken bir karakterdir. Yaşadığı tecrübelerin kendisini hırçınlaştırdığını söyleyen katılımcının istiharenin bir dinî başa çıkma modeli olmasına veya psikolojik iyi oluşa katkısı olduğunu ortaya koyan yaklaşımlara mesafeli olduğu gözlenmektedir. Bundan sonraki yaşamında istihareye yönelmeyeceğini ve kimseye de tavsiye etmediğini belirten katılımcı "*Kader bellidir, siz kendinizi yırtsanız da Allah'ın dediği olur. İstihare size olumlu gösterse bile olumsuz olan şey yine sizin başınıza gelecektir. Sizin için istihare bir fal değildir. Ben yapmam da yaptırmam da*"

diyerek istihare ile arasına bir mesafe çizerek güncel fikrini ortaya koymuştur.

Son olarak; katılımcılara istihareye ilişkin son bir değerlendirme yapmaları için genel bakışları sorulduğunda; onlar, bu tecrübeyi yaşamının, hayatlarına dair yönlendirici bir etkisi olduğundan bahsetmektedir. İstihare, kişilerin aşkın bir varlığa sığınma ihtiyacını karşılamakta olduğu ve onların dinî başa çıkma ve psikolojik iyi oluşlarına katkıda bulunduğu gözlenmiştir. Ayrıca bir dinî tecrübe biçimi olarak açıklanabilecek olan istiharenin Allah ile iletişime elverişli bir konumda olduğu görülmektedir.

Sonuç ve Öneriler

Bu çalışmanın öncelikli amacı, rüya yoluyla uygulanan istiharenin işlevsel boyutunu incelemek, istiharenin tecrübeyi yaşayanlar için ne anlama geldiğini ve onların hayatlarına olan etkilerini tespit etmek, istihare deneyimlerini nasıl anlamlandırdıklarını açıklamaya çalışmaktır. Nitel araştırma modeli tercih edilen bu çalışmada görüşme tekniği kullanılmış, 18 yaşından büyük, birden fazla kez istihare tecrübesi yaşamış, istihareye bir yaşam biçimi olarak hayatlarında yer açan Müslüman kişiler tercih edilmiştir. 44,5 yaş ortalamasında 20 kişiden oluşan çalışma grubuna istihareye ilişkin sorular yöneltilmiş, bulgular betimsel analizle iki üst tema ve altı alt tema halinde sunulmuştur.

Elde edilen veriler, katılımcıların, istihareye rüyada aldıkları işaretler ve gördükleri bazı semboller aracılığıyla dünyevi yaşam ile dinî yaşam arasında bir güçlendirme anlamı yüklediğini göstermiştir. Katılımcıların çoğunun istihare deneyimini rüya aracılığıyla Allah'tan cevap bekleme şeklinde yaşadığı görülmüştür. Katılımcıların önemli bir kısmı ise zor zamanlarında ve karar vermekte güçlük çektikleri durumlarda istihareye yönelmekte ve bu tecrübeyi, Allah'tan yardım dileme ve O'na sığınma olarak anlamlandırmaktadır. Bu katılımcılar, istihareyi rüya ile sınırlamadan günlük yaşamlarının tümüne teşmil etmektedir.

Katılımcıların tamamı, istihareyi anlamlandırmada Allah'a atıf yapmaktadır. İstihare yaşantısının en önemli unsurunun dua etme yoluyla Allah'a sığınmak olduğu belirlenmiştir. Ancak istihareye yönelen kişilerin çoğunlukla zor zamanlarında ve kararsız kaldıkları durumlarda istihareye yöneliyor olmaları, istiharenin Hz. Peygamber tarafından tavsiye edilen biçimini, ilk kaynaklardan okumadıkları ve geleneksel öğretiler ile hareket ettikleri tespit edilmiştir. Katılımcıların çoğunluğu, istihareyi geleneksel biçimde uygulamakta, istihare namazını kılıp duasını ettikten sonra niyet edip sağ tarafa yatarak rüya yoluyla Allah'tan işaret beklemektedir.

İstiharede verilen karar sonrası duygu durumuna bakıldığında; teorik çerçevede çizilen dinî tecrübe, psikolojik iyi oluş, dinî başa çıkma ve Allah tasavvuru ile istihare ilişkisi görüşmeler sırasında elde edilen veriler ile desteklenmiştir. Katılımcıların buna dair bir soru sorulmamasına rağmen rüya ve istiharenin tecrübi doğasıyla uyumlu bazı tecrübelerini aktarması, istiharenin dinî bir tecrübe olduğu görüşünü desteklemiştir. Rüya ve istihare yaşantısında bilinçten tamamen bağın kopmadığı ancak bilinçdışı etkilerin de var olduğu kabul edilerek hem dua hem namaz hem de rüya süreci dikkate alındığında Allah ile iletişimin bu deneyimde gerçekleşeceği söylenebilir. Bu da istihare deneyiminin hem dua hem de rüya yoluyla, aşkın varlık Allah'tan yardım dileme biçimindeki anlamıyla, dindar bir kişi için işlevsel bir mahiyette olduğunu ortaya koymaktadır. Yaratıcı ile sezgisel düzeyde bir iletişim kurulan rüya ve istiharenin psikolojik iyi oluşa bu yönüyle de katkıda bulunduğu sonucuna varılmıştır. Zor durumda kalmanın ve bir konuda kararsızlık yaşamının istihareye yönelime etkisi ve akabinde kişiyi rahatlatması bulguları, araştırmayı istihare ile dinî başa çıkma ve psikolojik iyi olma ilişkisinin pozitif olduğu sonucuna götürmüştür.

İstihare sonrası verilen karara ilişkin duygu durumunda, katılımcıların çoğunun kadere vurgu yaptığı görülmüştür. Onlara göre istihare, kaderi değiştirmeyecektir ancak Allah tarafından takdir edilen yaşam yolunda, tevekkül, teslimiyet veya kabullenme ve başa çıkmada istihare deneyimi destekleyici bir rol oynamaktadır. Bu bağlamda istihare, kişinin iradesini yok saymaması şartıyla, dünyevi meselelerini Allah'a danışması ve sorumluluğu Allah'tan güç alarak üzerine alması olarak düşünülebilir. Araştırmanın nihayetinde sözü edilen bu işlevsel boyutuyla istiharenin, yaşamı kolaylaştıran bir konumda varlığını sürdürdüğü kanaatine varılmıştır.

İstihareye, Olumlu Allah tasavvuruna sahip kişilerin yöneldiği ve istiharenin bu tasavvuru daha da geliştirdiği araştırmanın önemli bulgularından birisidir. Katılımcılar paylaşımlarında, Allah'ın "En Yakın", "Merhametli", "Kulunu Yalnız Bırakmayan" vb. niteliklere sahip olduğu yönünde temalar ortaya koymuştur. Bununla, kişilerin Allah ile karşılıklı bir etkileşim halinde olduğu, zor zamanlarda ve karar verme aşamalarında istihareye yönelmelerinin doğal olduğu sonucuna varılmıştır. Ayrıca katılımcıların "Allah'a Güvenmek" temasını ön planda tutması iman-güven ilişkisi noktasında önemli görülmektedir. İman eden kişi, korku ve hüzüden uzak duygu durumu ile istihareye yönelerek Allah'a sığınmakta ve O'ndan yardım dilemektedir.

Son olarak; istiharenin, dua ve rüyadan ibaret olduğu düşüncesi, bizim

için, kapsamlı bir okuma-araştırma ve saha çalışması neticesinde değişiklik göstermiştir. Araştırma sonucu, bizi, bu tecrübenin rüyayı da içine alan, ancak kapsamı düşünüldüğünden çok daha geniş bir hayat tarzı olduğu fikrine ulaştırmıştır. İdeal istiharenin ise Hz. Peygamber'in tavsiye ettiği şekilde uygulanması gereken, akıl ve sezgi birlikteliğinde, Allah'a güven ve teslimiyet odaklı bir yaşantı biçimi olduğu son not olarak eklenebilir.

Araştırmanın bulguları ve edinilen gözlemlerden hareketle akademik çalışmalara ışık tutacağı umulan bazı tavsiyeler şu şekilde ifade edilebilir: Din psikolojisi alanında az sayıda çalışmanın olduğu istihare konusu ile ilgili psikoloji ve din psikolojisinin ortak nicel ve nitel saha araştırmaları yapması önerilebilir. İstiharenin rüya ile ilişkili biçimde çalışıldığı bu nitel araştırma sonrası, bu tecrübenin farklı uygulamalarını içeren daha kapsamlı nitel ve nicel çalışmalar ayrıca kavramsal ve kuramsal çalışmalar yapılabilir. Din sosyolojisi alanında istihare yaşantısının toplumsal boyutuna dair bir yaklaşımla, kişilerin istihareye yönelmesindeki toplumsal dinamikleri ölçmeye ilişkin nitel ve nicel çalışmalar yapılabilir. Bu araştırmada din psikolojisi bağlamında kullanılan dinî tecrübe, psikolojik iyi oluş, dinî başa çıkma, Allah tasavvuru gibi kavramlar ile istihare ilişkisi üzerine daha derin ve sistemli çalışmalar yapılabilir.



Teşekkür:

-

Beyanname:

1. Etik Kurul İzni:

Bu çalışma için etik kurul izni, İstanbul Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu'nun 9.09.2019 tarihli ve 08 numaralı kararı ile alınmıştır.

2. Katkı Oranı Beyanı:

Yazarlar, makaleye eşit oranda katkı sağlamış olduklarını beyan etmektedirler.

3. Çıkar Çatışması Beyanı:

Yazarlar, herhangi bir çıkar çatışması olmadığını beyan etmektedirler.



KAYNAKÇA

- ACAR, H. (2014). Kur'an Kurslarına Devam Eden Kadınlar Arasında Dindarlık Biçimleri, Dinî Başa Çıkma Faaliyetleri ve Psikolojik İyilik Halleri. *Doktora Tezi*. Danışman: Recep Yaparel. Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Felsefe ve Din Bilimleri Ana Bilim Dalı, Din Psikolojisi Bilim Dalı. İzmir.
- ALPER, H. (2016). *İmanın Psikolojik Yapısı*. İstanbul: Rağbet Yayınları.
- ARKONAÇ, S. (2017). Psikolojide Söz ve Anlam Analizi, Niteliksel Duruş. İstanbul: Hiperlink Yayınları.
- ATAY, H ve ATAY, İ. (1964). *Arapça-Türkçe Büyük Lûgat*. C.1. Ankara: Bayrak Matbaası.
- AYDAR, H. (2009). İstihare ve Rüya, Rüya Yolu ile Geleceği Önceden Öğrenme Girişimi. *Araşan Sosyal Bilimler Enstitüsü İlmî Dergisi*. S. 7-8, ss. 5-16.
- AYTEN, A. (2012). *Tanrı'ya Sığınmak, Dinî Başa Çıkma Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma*. İstanbul: İz Yayıncılık.
- BEDRİ, M. (2017). *Müslüman Bir Psikolog'tan Psikososyal Çözümler*. Çev. Osman Nuriler. İstanbul: Mahya Yayıncılık.
- BİLMEN, Ö. N. (1997). *Büyük İslam İlmihali*. İstanbul: Kaya Matbaacılık.
- CRESWELL, J.W. (2017). *Araştırma Deseni, Nitel, Nicel ve Karma Yöntem Yaklaşımları*. Çev. Ed. Selçuk Beşir Demir. Ankara: Eğiten Kitap.
- ÇETİN, Ö. (2015). *Rüya Olgusu ve Dindarlık Üzerine Bir Araştırma*. Bursa: Emin Yayınları.
- DOĞAN, M. (2014). Dindarlık Sabır ve Psikolojik İyi Olma Arasındaki İlişkiler. *Doktora Tezi*. Danışman: Faruk Karaca. Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Felsefe ve Din Bilimleri Ana Bilim Dalı, Din Psikolojisi Bilim Dalı. Erzurum.
- DOMHOFF, G. W. (1996). *Finding Dreaming in Dreams, A Quantitative Approach*. New York: Plenum Press.
- ELALTUNTAŞ, Ö. F. (2014). Parmak Uçlarındaki Kültürel Hazine: Tespih. *Bingöl*
- FOUCAULT, M. (2015). *Kelimeler ve Şeyler, İnsan Bilimlerinin Bir Arkeolojisi*. Mehmet Ali Kılıçbay (Çev.). İstanbul: İmge Kitabevi Yayınları.
- FRAGER, R. (2003). *Kalp, Nefs ve Ruh*. Çev. İbrahim Kapaklıkaya. İstanbul: Gelenek Yayınları.
- FREUD, S. (1996). *Düşlerin Yorumu 1*. Çev. Emre Kapkın. İstanbul: Payel Yayınevi.

- FREUD, S. (2018a). Psikanalize Giriş 1, Yanılgılar ve Düşler Üzerine. Çev. Kâmuran Şipal. İstanbul: Say Yayınları.
- FREUD, S. (2018b). *Rüya Psikolojisi, Yeni Başlayanlar İçin Psikanaliz*. Çev. Beyza Nur Doğan İstanbul: Gece Kitaplığı Yayınları.
- FROMM, E. (2015). *Rüyalar Masallar Mitler*. Çev. Aydın Arıtan ve Kaan H. Ökten . İstanbul: Say Yayınları.
- GENÇ. M. (2019). Ebeveyn Kaybı Yaşamış Üniversite Gençlerinde Otobiyografik Bellek Üzerinden Allah Tasavvurunun İncelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Danışman: Gülüşan Göcen. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Din Psikolojisi Bilimdalı.
- GÖCEN, G. (2014). *Şükür, Pozitif Psikolojiden Din Psikolojisine Köprü*. İstanbul: Dem Yayınları.
- GÖCEN, G. (2015). Tüp Bebek Tedavisi Almış Kadınların Dinî Başa Çıkma Süreçleri ve Dinî Yaşantıları Üzerine Nitel Bir Araştırma. *İstanbul Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, S.32, ss. 165217.
- GÖCEN, G. ve GENÇ, M. (2019). Ebeveyn Kaybı Yaşamış Bireylerde Otobiyografik Bellek, Allah Tasavvuru ve Dinî Başa Çıkma. *Bilimname, The Psychology of Religion*. 313-349. DOI:10.28949/bilimname.635965
- GÜGEN, B. (2019). Gebelik Sürecindeki Kadınlarda Manevi İyi Oluş ile Hayat Memnuniyeti İlişkisi. Danışman: Doç. Dr. Gülüşan Göcen. *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Din Psikolojisi Bilimdalı.
- GÜNCEL TÜRKÇE SÖZLÜK. (23.02.2021). Türk Dil Kurumu, "rüya", <https://sozluk.gov.tr/>
- GÜRSES, İ. (2019). Dinî Tecrübenin Bilimsel Değeri. *Kaygı*. S.18 (11), ss. 498-513
- HAFIZ, H. (2020). Din Psikolojisi Bağlamında Rüya ve İstihare Yaşantısı Üzerine Nitel Bir Araştırma. *Yüksek Lisans Tezi*. Danışman: Gülüşan Göcen. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- HATİPOĞLU, H. (1983a). *Sünen-i İbni Mâce Tercemesi ve Şerhi*. C.4. İstanbul: Kahraman Yayınları.
- HAYTA, A. (2017). *Allah'a Bağlanmak, Bağlanma Kuramı ve Tanrı Tasavvuru İlişkisi*. İstanbul: Onto Yayıncılık.
- HEFFERON, K. ve BONIWELL, I. (2018). *Pozitif Psikoloji, Kuram, Araştırma ve Uygulamalar*. Çev. Ed. Tayfun Doğan. Ankara: Nobel Yayıncılık.

- HOBSON, J. A. (2012). *Düşler*. Çev. Hakan Gür. İstanbul: Dost Kitabevi.
- HOROZCU, Ü. (2010). Din Psikolojisi Açısından Dünyevi İstek Duaları. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı.
- İBN ARABÎ. (2006). *Fütûhât-ı Mekkiyye*. Ekrem Demirli (Çev.). C. 4. İstanbul: Litera Yayıncılık
- İBN MANZUR. (1994). *Lisanu'l Arab*. C.14. Beyrut: Daru'l Fikr.
- İMAMOĞLU, A. (2004). Psiko-Sosyal Açıdan Rüya ve İstihare. İstanbul: Değişim Yayınları.
- JAMES, W. (2017). *Dinsel Deneyimin Çeşitleri, İnsan Doğası Üzerine Bir İnceleme*. Çev. İsmail Hakkı Yılmaz. İstanbul: Pinhan Yayıncılık
- JUNG, C.G. (2015). *Rüyalar*. Aylin Kayapalı (Çev.). İstanbul: Pinhan Yayıncılık
- KARA, H. (2015). Rüyalar, Hayal Kurma ve Uyanıklık. *Dinlenen Ben, Rüya ve Terapi Dergisi*. S.2, İstanbul: Yerküre Yayıncılık
- KARA, H. (2017). Belirsizlik, Karar Verme ve Rüyalar Üzerine. *Dinlenen Ben, Rüya ve Terapi Dergisi*. S.5, İstanbul: Yerküre Yayıncılık
- KARACA, F. (2006). Kader Algısı-Ruh Sağlığı İlişkisi Üzerine Empirik Bir Araştırma. *İslami Araştırmalar Dergisi*. S.3, ss. 479-489.
- KARSLI, N. (2019). Psikolojik İyi Oluş ve Dindarlık İlişkisi: Trabzon İlahiyat Örneği. *Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. S. 15. ss. 173-205.
- KÜŞAT, A. (2006). Ergenlerde Tanrı Tasavvuru. *Dindarlığın Sosyo-Psikolojisi*. Ed. Ünver Günay, Celaledin Çelik. ss.113-156. Adana: Karahan Kitabevi.
- MEHMEDOĞLU, A.U. (2011). *Tanrıyı Tasavvur Etmek*. İstanbul: Çamlıca Yayınları.
- MERTER, M. (2014). *Psikolojinin Üçüncü Boyutu, Nefs Psikolojisi ve Rüyaların Dili*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- MİRAS, K. (1978a). *Sahîh-i Buhâri Muhtasarı, Tecrîd-i Sarîh Tercemesi ve Şerhi*. C.4 Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları.
- NEUMAN, W. L. (2017). *Toplumsal Araştırma Yöntemleri, Nicel ve Nitel Yaklaşımlar*. 2. Cilt. Çev. Sedef Özge. Ankara: YayınOdası Yayıncılık.
- PARGAMENT, K.I. (1997). *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice*. New York: The Guilford Press.
- REVONSUO, A. (2017). *Bilinç, Öznelliğin Bilimi*. Çev. Selim Değirmenci.

İstanbul: Küre Yayınları.

RYFF, C. D. (1989). *Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. Journal of Personality and Social Psychology.* 57(6), p. 1069-1081.

SARI, S. (2016). Rüya Yoluyla Gerçekleşen Dinî Tecrübe Olayları Üzerine Bir Araştırma. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı, Din Psikolojisi Bilim Dalı.

SCHIMMEL, A. (2005). *Halifenin Rüyalari*. Çev. Tüba Erkmen. İstanbul: Kabalcı Yayınevi.

SERİNSU, A. N. (2009). *Dinî Terimler Sözlüğü*. Ankara: Meb Yayınları.

SOLMS, M. (2000). Dreaming and REM Sleep Are Controlled by Different Brain Mechanism. *Behavioral and Brain Sciences.* 23, p. 793-1121. Cambridge University Press.

SWINBURNE, R. (1979). *The Existence of God*. Oxford: Clarendon Press.

ŞAHİN, M. (2018). Dinî Bir Değer Olarak Tevekkül Yöneliminin Psikolojik Sebep ve Sonuçları Üzerine Araştırma. *Doktora Tezi*. Danışman: Hayati Hökelekli. Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Felsefe Ve Din Bilimleri Anabilim Dalı Din Psikolojisi Bilim Dalı.

TÜRK DİL KURUMU. (2005). *Türkçe Sözlük*. Recep Torbalı (Der.). Ankara: TDK Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, S.7, ss. 145-170.

YALOM, I. D. (2017). *Bağışlanan Terapi*. Çev. Zeliha Babayiğit. İstanbul: Pegasus Yayınları.

YARAN, C. S. (2009). *Dinî Tecrübe ve Meûnet, Sıradan İnsanların Sıradışı Dinî Deneyimleri*. İstanbul: Rağbet Yayınları.

YILDIRIM, A. ve ŞİMŞEK, H. (2016). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayınları.

YILDIZ, M. (2007). *Çocuklarda Tanrı Tasavvurunun Gelişimi*. İzmir: İzmir İlahiyat Vakfı.



A RESEARCH ON THE LIFE OF ISTIKHARA AS THE FORM OF DREAM IN THE CONTEXT OF PSYCHOLOGY OF RELIGION*

 Hafsa HAFIZ^a

 Gülüşan GÖCEN^b

Extended Abstract

Istikhara means sleeping by praying after performing ablution in order to receive some signs in a dream whether a job is good or not (TDK, 2005: 988), and asking Allah for His guidance (Aydar, 2009: 9). In addition, it is also described as waiting for a spiritual sign in a dream when after praying two rakats, when a person is undecided about any work that is not a religious obstacle (Serinsu, 2009: 181). According to Islamic sources, *istikhara* is recommended by Prophet Muhammad (SAAS) only in the form of performing prayer and reciting prayer. However, although different forms of *istikhara* such as “tasbeeh” and “Qur’an” emerged in the following period, *istikhara* as a form of waiting for a sign in a dream was widely practiced. The reason why this form has become widespread is that people want to receive a concrete sign from Allah. For dream is an experience consisting of imaginary reflections, in which people continue their daily, mental and spiritual life during sleep; in other words, it can be defined as the continuation of life in sleep (Jung, 2015: 35; Kara, 2015:2; Hafiz, 2020: 7). This study, which examines the effects of *istikhara* on people’s religious and psychological lives, is important in terms of examining the reflections of this experience on practical life in the context of the psychology of religion.

Objective: The aim of this study is to explain what *istikhara* means to those who have had this experience and to determine the effects of this experience on their religious and psychological lives. For this reason, the relationship of

* This work has been derived from the first author’s thesis entitled “*A qualitative research on the life of dream and istikhara in the context of the psychology of religion*”.

^a Specialist, İstanbul University, hafsatosunhafiz@gmail.com

^b Assoc. Prof., İstanbul University, gulusan.gocen@istanbul.edu.tr

istikhara with religious experience, psychological well-being, religious coping and God's vision has been examined. Thus, the research questions are as follows: a) What does *istikhara* mean for people and how does *istikhara* affect their religious and psychological states? b) If *istikhara* is a religious experience, what does it mean to those who have experienced it and what is the role of *istikhara* as religious coping? c) What is the relationship between *istikhara* and the understanding of destiny and the imagination of God?

Method: This research is a case study prepared in the qualitative method. A case study is a detailed investigation of the situation of an institution, person, group or environment. People, events and processes are examined with a holistic approach, focusing on how they affect the situation and how they are affected (Yıldırım and Şimşek, 2016: 73). In this research, criterion sampling, snowball and chain sampling method were used among the purposeful sampling methods, and the participants of the study were selected as people over the age of 18, having more than one *istikhara* experience among Muslims.

Data Collection and Analysis: Interviews with the participants were held in August and September 2019. Semi-structured interview technique was used in the research, whose data collection tools were interview and observation. The interviews were audio recorded with the permission of the participants, then transcribed and the identities of the participants were kept confidential. The data obtained were themed and subjected to descriptive analysis. The data should be used thematically due to its contribution to the interpretation of the data in a logical and meaningful way. (Neuman, 2017: 663; Yıldırım and Şimşek, 2016: 240). The researchers benefited from their observations when interpreting the findings. Direct quotations from the participants are included in the study.

Findings: Participants interpreted *istikhara* with themes such as consulting Allah, with asking Him for help in an undecided matter and difficult times, and turning to Him sincerely. The most important finding in making sense of *istikhara* is that the participants see it as a means of reaching Allah and communicating with Him. Most of the participants practice *istikhara* as waiting for a sign in dreams. The person who wants to make *istikhara* recites the prayer of *istikhara* and performs the two rakat prayer of it and then goes to sleep. According to the result in dream, the decision is made on the issue. On the other hand some of them understand *istikhara* as a connection with Allah without distinguishing between sleep and wakefulness. For people who experience *istikhara*, the emotional state after the decision is important just

like making a decision according to the result of *istikhara*.

Participants shared their experiences such as trust in Allah and submission to Him, and inner peace after *istikhara*. The majority of the participants were positively affected by the *istikhara* experience. In addition, it contributed to their psychological well-being in situations where they were difficult and unstable.

The practice of *istikhara* as a ritual is a suitable example for religious experience, as it is a process experienced before and after. The sharings of the participants made it possible to think about *istikhara* within this framework. A significant part of the participants states that they tend to *istikhara* during difficult times. In addition, there are participants who stated that they were relieved after *istikhara*, even without having any signs from their dreams or making any decision on that issue. These people state that they accept *istikhara* as praying to Allah and asking for help in difficult times. From these findings, it can be stated that *istikhara* is an effective practice in religious coping. Findings on religious coping also revealed that there is a relationship between participants' understanding of *istikhara* and destiny. An important part of the participants say that they will accept any negative situation they have experienced or will experience as a test written in their destiny, regardless of the sign (positive or negative) they receive in *istikhara*. In the context of the relationship between God's imagination and *istikhara*, a significant part of the participants defined God as "the closest being whom was taken refuge". In addition others described Him as a helper, the one who does not leave him/her alone, who is tolerant and giver of hope. There are also participants who especially emphasize the mercy of Allah. Another prominent theme in the imagination of God is that the participants describe Him as forgiver, lover His servant and the one who does not persecute him/her. The states of the participants shows that their God-imagination is strong in a positive context.

Result: The data obtained from the interviews have showed that the participants attributed to *istikhara* a meaning of strengthening the connection between worldly and religious life through the signs they received in the dream and some symbols they have seen. Most of the participants intend to *istikhara* in difficult times and they interpret this experience as asking for help from Allah and taking refuge to Him. Moreover, they reflect this experience to all their lives. All of the participants refer to Allah in giving a meaning to *istikhara*. It has been determined that the most important element of the *istikhara* is to take refuge to Allah through prayer.

As have been stated by the participants, the experience of *istikhara* plays a supportive role in the way of life that is ordained by Allah and in trusting, surrendering, accepting and coping.

Keywords: Psychology of Religion, Dream, Istikhara, Religious Experience, Religious Coping, Imagination of God, Psychological Well-being.



Acknowledgements:

-

Declarations:

1. Ethics approval:

Ethics Committee Approval for this study was obtained with the decision of İstanbul University Social and Human Sciences Ethics Committee dated 9.9.2019 and numbered 08.

2. Author contribution:

The authors declare they have contributed equally to the article.

3. Competing interests:

The authors declare no competing interests.

