

İnanç Pratiklerinin Dönüşümüne Dair Sosyolojik Çıkarımlar: Yoga Deneyimi Üzerine Nitel Bir Araştırma*

Gamze AKSAN**

Kübra ELNABARAWY***

ÖZ

Postmodern dönemde, ruhsal iyileşmeye yönelik temel ilgiler, bu alandaki aktivitelerin artışıyla şekillenen dinamikler arasında yer alırken, bireylerin davranış biçimlerini, ilişkilerini ve yaşam tarzlarını bu doğrultuda yeniden yorumladıkları gözlemlenmektedir. Bu bağlamda bireylerin inançlarında ve buna dair pratiklerde seküler temelli yeni dini hareketler gibi farklılıklara yönelmesi ve bu durumun inşa ettiği sosyal ilişkilerin analizi sosyolojik açıdan önem kazanmaktadır. Bu çalışma modernleşme sürecinin bireylerin inanç biçimlerine ve kutsalla olan ilişkisine dönüştürücü etkisi bağlamında inanma pratiklerini yoga deneyimi üzerinden ele almayı amaçlamaktadır. Bu çerçevede mülakat tekniğinden faydalanılarak yoga merkezleri ve yoga uygulayıcıları ile görüşülmüş, araştırmanın temel amaçları doğrultusunda belirli bulgulara ulaşılmıştır. 6 kurum işletmecisi ve 18 katılımcıdan elde edilen nitel mülakat verileri; günlük sosyal ilişkilerin yüzeyselleşmesi ve dejenere olması ile inanç ve ibadete yöneliş ve bunların mahiyetinin anlaşılması, bilginin özüne erişme, bireysel çıkarılardan kaçınarak kolektif çıkara yönelme hissiyatı gibi birtakım motivasyonların ön plana çıktığını göstermiştir. İlginç sonuçlardan birisi ise yoganın semavi dinlerin inanç pratikleri ile kıyaslanması ve onlarla benzeşim kurulması yoluyla inancın bireysel deneyimlere dayanan ihtiyaçlarla ilişkilendirilmesi olmuştur.

Anahtar Kelimeler: Modernleşme ve Birey, Yeni Dini Hareketler, İnanç Sosyolojisi, Kutsal, Yoga.

Başvuru / Kabul: 18 Ekim 2024 / 19 Aralık 2024

Atf: Aksan, G., Elnabarawy, K. (2024). İnanç Pratiklerinin Dönüşümüne Dair Sosyolojik Çıkarımlar: Yoga Deneyimi Üzerine Nitel Bir Araştırma, *İmgelem*, 15, 205-238.

Sociological Implications of the Transformation of Faith Practices: A Qualitative Study on the Experience of Yoga

ABSTRACT

In the postmodern era, individuals' primary interests in spiritual healing are among the dynamics shaping the increase in activities in this area, while it is observed that individuals reinterpret their behavior patterns, relationships, and lifestyles accordingly. In this context, the tendency of individuals to gravitate towards

*Bu çalışma Doç. Dr. Gamze Aksan'ın danışmanlığında yürütülmüş olan ve Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsünde Kübra Elnabarawy tarafından 2023 yılında yüksek lisans tezi olarak savunulan "İnanç Pratikleri Bağlamında Yoga: Nitel Bir Araştırma" isimli çalışmanın verileri çerçevesinde hazırlanmıştır.

Bu çalışmanın verileri Selçuk Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Etik Kurulu'nun 16.09.2021 tarihli ve 2021/56 numaralı karar izniyle elde edilmiştir. / The data of this study were obtained with the permission of the Ethics Committee of Selçuk University Faculty of Letters, Ethics Committee dated 16.09.2021 and numbered 2021/56.

**Doç. Dr., Selçuk Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Sosyoloji Bölümü, Konya/Türkiye, E-posta: gaksan@selcuk.edu.tr, ORCID Numarası: [0000-0001-5051-4630](https://orcid.org/0000-0001-5051-4630), ROR ID: <https://ror.org/045hgzm75>

***Uzm. Sosyolog, Kayseri/Türkiye. E-posta: kubranabarawy@gmail.com, ORCID Numarası: [0009-0007-3606-0899](https://orcid.org/0009-0007-3606-0899)



differences such as secular-based new religious movements and the analysis of the social relationships constructed by this tendency have gained sociological significance. This study aims to address faith practices through the experience of yoga, in the context of the transformative impact of the modernization process on individuals' forms of belief and their relationship with the sacred. Within this framework, interviews were conducted with yoga centers and practitioners using the qualitative research method, and certain findings were reached in line with the main objectives of the research. The interview data obtained from 6 institution managers and 18 participants showed that motivations such as the superficiality and degeneration of daily social relationships, the turn towards faith and worship and understanding their nature, access to the essence of knowledge, and the inclination towards collective interest by avoiding individual gains came to the fore. One of the interesting results was the comparison of yoga with the faith practices of monotheistic religions and the establishment of similarities, reducing faith to needs based on individual experiences.

Keywords: Modernization and the Individual, New Religious Movements, Sociology of Faith, the Sacred, Yoga.

Received / Accepted: 18 October 2024 / 19 December 2024

GİRİŞ

Modernleşmenin inancın bireysel ve kamusal temsiline olan etkisi mevcut inanma biçimlerini dönüştürürken, bu doğrultuda bazı bireylerin belirli motivasyonlarla kendi yaşamları içerisinde inançlarını yeniden konumlandıkları gözlenmektedir. Bu dönüşümle başa çıkma yolları arayan bireyler için ise yine modernleşme ile birlikte ortaya çıkan yeniçağ hareketleri veya bu hareketlerle ilişkilendirilen meditatif pratikler alternatifler sunmaktadır. Böylelikle postmodern toplum kuramlarının betimlediği sosyolojik koşullar çerçevesinde kendisine güvenli bir zemin bulmaya çalışan, arayış içerisindeki modern bireylerin ruhsal iyileşmeye dönük aktivitelere yönelerek aynı zamanda davranış biçimlerini, ilişkilerini ve yaşam tarzlarını bu doğrultuda yeniden inşa ettikleri görülmektedir.

Toplumsal yapı, insan etkileşiminden oluşan sosyal ilişkiler bütünüdür. Bu etkileşim sosyal gerçekliği meydana getiren inanç, düşünce ve ilkelerden oluşmaktadır. Bu meydana geliş süreci her ne kadar 'tabii' olarak algılanıyor olsa da sosyal gerçeklik içerisinde yaşanan her etkileşim çeşitli dönüşümlerin sebebidir. Dönüşümün etki boyutları içerisinde bilginin çeşitlenerek artması, uzmanlaşma ve bununla birlikte gelişen teknolojinin yeri büyüktür. Teknolojinin doğrudan ve dolaylı etkileriyle, bilgi toplumu olarak nitelendirebileceğimiz günümüz toplum modeline bakıldığında artan tüketimin ve buna bağlı oluşan manzaranın ideolojilerle, kültür ve kitle iletişim araçlarıyla özendirilmesi toplumun diğer alanlarında olduğu gibi inanç pratiklerindeki değişime de hız kazandırmıştır. Nitekim modern sosyal teorideki birçok yaklaşım; özellikle klasik dönem yaklaşımlar ve pozitivist bakış açılarının etkisiyle, ampirik verilerden yola çıkarak kutsala bakış açısının dünyevileşerek giderek toplumsal yaşantıyı etkileme gücünün azalacağını, bu çerçevede de dinin önemini kaybedeceğini ya da yerini seküler inanç formlarına bırakacağını dile getirmekteydi (Bkz. Aron 2000; Ünlü 2023: 176). Tarihsel süreç, özellikle 1900'lü yılların kaotik yapısı, artan teknolojik

İnanç Pratiklerinin Dönüşümüne Dair Sosyolojik Çıkarımlar:

Yoga Deneyimi Üzerine Nitel Bir Araştırma

gelişmeler, iki dünya savaşı tecrübesi, soykırımlar, ekonomik krizler, aile yapısındaki dönüşümler ve artan suç oranları gibi önemli toplumsal olayların küresel ve yerel düzeyde yaşanması, umutsuzluğa düşen insanlığın çare arayışında inanç konusunun, özelde ise dinlerin yeni yorumlarıyla yeniden gündeme geldiğini göstermektedir.

İnanç pratikleri ruhsal ve zihinsel süreç bağlamında önemli kültürel unsurları içerisinde barındırır. Yoga genel bir iyilik haline referansla, bireylerde zihinsel dinginliğin sağlanması ve bedensel sağlığın korunması konusunda beşer dünya için hedefleri olan ve bunu belirli etik ilkeler ve ahlaki kurallar çerçevesinde, bazı teknik fiziksel pratiklerle birleştirerek gerçekleştirmeye çalışan kapsamlı bir sistemi anlatır. Tarihsel açıdan oldukça eski kaynaklara dayandırılan bu pratik şüphesiz ontolojik anlamda bir “din” şeklinde değerlendirilemeyecek olsa da, günümüzde modern sosyal hareketler içerisinde, dönüşen inanç formlarını anlatan yeni dini hareketlerden birisi olarak ele alınmaktadır. Bu çalışma ise bireylerin inanç pratiklerini, bu pratiklere atfettikleri anlam ve değeri aynı zamanda gündelik hayatlarına ve ilişkilerine yansıtma biçimlerini yoga deneyimi ile anlamayı amaçlamaktadır. Çalışma genel olarak inanç, sosyolojinin inanca bakışı, yeniçağ hareketleri içerisinde yoga gibi üst başlıkları anlatan teorik kısım ve nitel araştırma verilerini içeren uygulama kısmından oluşmaktadır. Teorik çerçevede inancı ve üst varlıkla ilişkiyi anlatan modern sosyal teoriler bağlamında, sahip olunan inancı dair tarihsel arka plan din sosyolojisi literatüründen referansla bir zemine oturtulmaya çalışılacaktır. Başvurulan teorik ve kavramsal arka planda modern sosyal teorilere, konuyla ilgili öne çıkan fikirleri ve yeniçağ hareketleri ile ilgili yaklaşımlar eklenerek bu çerçevede inanca yönelik akımlara eğilim, söz konusu literatür ele alınarak betimlenecektir. Uygulama kısmında ise merkez işletmecileri, öğretmenler ve uygulayıcılardan oluşan katılımcılarla gerçekleştirilen mülakatlardan elde edilen nitel araştırma verileri yorumlanacaktır.

İnanç Kavramı ve Sosyolojinin Din ve İnanç Olgularına Bakışı

İnanç, bireylerin kendi özgün anlamını yükleyerek içselleştirdikleri, içerisinde öznel referanslar barındırdığı için tek ve sabit bir tanımı mümkün olmayan bir kavramdır. Sözlük anlamı açısından değerlendirildiğinde ilk olarak “bir düşünceye gönülden bağlı bulunma; itikat” şeklinde tanımlanırken ikincil ve sonraki tanımlarda “birine duyulan güven, inanma duygusu” ile “inanılan şey, görüş, öğreti” olarak ifade bulmaktadır. İnançın sözlük olarak dördüncü tanımında dine referansla karşılaşılmaktadır; “Allah’a, bir dine inanma; akide, iman, itikat” (TDK 2024). Diğer bir tanımında ise “bir şeyi güvenle doğru sayma tutumu” şeklindeki kavram; “yeterince gerekçesi bulunmayan, kesin olmayan bir şeyi doğru sayma, akıl yoluyla genel geçer

bir doğrulama yapmadan başkasının tanıklığı üzerine kurulmuş kanıtları bir kuşku olmaksızın onaylama” (Akarsu 1988: 104) anlamında kullanılmaktadır. İnanç kavramının toplumdaki karşılıklarının her ne kadar din ile birbirini çağırıldığı düşünülse de kavramsal tanımların işaret ettiği gibi aslında birbirinden belirli koşullarda farklılaşır. Din toplumsal bir kurum olarak inanç ve tapınma konularını kapsamakta; temelde ise kutsal ve yasak kavramlarına gönderme yapmaktadır. İnsanın barınma ve güvende olma hisleri ve istekleri en temel ihtiyacı olurken inanç da bir bakıma bireyin ruhsal barınmasında kendisini güvende hissetmek için yaşadığı coğrafya, sosyal çevre ve içine doğduğu aileden başlayarak, öğrendiklerinin yanında gözlem ve deneyimleri sonucunda inşa ettiği, kendi için güvenli bir limandır (Aydın 2014). Böylelikle bireylerin geleceğe dair bilinmezliğin oluşturduğu kaygı, korku ya da güvensizlik ile başa çıkma serüveninde inancın en büyük destekçi olduğunu söylemek mümkündür.

Sosyal bilimler literatüründe inancın belirli parametrelere göre tutumla ilişkilendirildiği görülmektedir. Bu çerçevede inanç ve iman arasındaki ayrıma dikkat çekilerek bir anlam üretme aktivitesi olarak inançla, herhangi bir dini geleneğin genellikle yazıya dökülmüş değerlerine inanma olarak iman arasındaki başkalık ayırt edilir. İman genellikle yapısı itibarıyla geleneksel olan bir değer sistemini “benimsemeyi” anlatırken, inanç yaşama karşı daha genel bir tutum olarak ifade edilmektedir. Burada sosyal etkileşim ön plana çıkarak dünyaya dini olan ve olmayan ayrımı ile bakışta inanç, dini değerleri içinde barındıran daha geniş bir bilinçlilik hali demektir (Fowler 1992; Ok 2005: 119). İnanıcı tutumdan ayıran görüş ise çoğunlukla sosyal psikologlar tarafından öne sürülmüştür. Bahsedilen ayrıma göre genel olarak, bilişsel yönler 'inançlara', duygusal veya motivasyonel yönler ise 'tutumla' atfedilmiştir (Fishbein ve Raven 1962: 35). İnanç bir tür tutum olarak değerlendirildiğinde, bu tutum sahip olunan şey her ne ise, onun bir bakıma güven içinde doğru sayılışı anlamını da içerir. Yeterli dayanağı olmayan, dolayısıyla kuşku duyulan bir şeyin doğru sayılması olası değildir. Dolayısıyla inanç; akıl aracılığıyla herkesin benimseyebileceği bir doğrulama yapılmaksızın, birtakım şahitlikler yoluyla sağlanmış kanıtların, bir bakıma herhangi bir şüphe barındırmadan kabul görmesidir. Bireyin bir üst varlığa inanma isteği zamanla bu arzunun fark edilmesi ve bu doğrultudaki bilgileri öğrenerek kendini eğitmesi süreçlerini içerir. Bu durum modernleşme deneyimi açısından düşünüldüğünde, örneğin modern öncesinde kişi Tanrı'nın, acıları hafifletme gücüne inanır/ inanmak isterken; moderniteyle beraber “Tanrı” bu konuda güç yitimine uğrar. Nitekim pozitivizmin kurucusu Comte üç hal yasasını anlatan evrimci-ilerlemeci din yaklaşımında, pozitivizmle birlikte toplumun son aşamasının “insanlık dini” olduğunu ilan etmiştir. Comte (2015), bir bakıma Tanrı'nın yerini insanın alacağından söz eder. İncanın moderniteyle

İnanç Pratiklerinin Dönüşümüne Dair Sosyolojik Çıkarımlar:

Yoga Deneyimi Üzerine Nitel Bir Araştırma

dönüşümüne bu bağlamda bakıldığında Yeniçağ hareketleri bir anlamda Comte'un söyleminin gerçekleşmeye başladığını haber vermektedir.

İnancın tek bir tanımına rastlamak mümkün değildir. Bireyler için temel ihtiyaçlardan biri oluşu ve içinde yaşanılan zaman dilimi, çevresel şartlar, aile, bireysel gözlem ve deneyimler gibi faktörlerden etkilenmesi dolayısıyla inancın farklı dinamiklerden etkilendiği söylenebilir. Bu çerçevede inancın din ile ilişkisi ön plana çıkmaktadır. İçeriğinde gidilmesi gereken makbul yol, yasa, hüküm, gibi anlamları bulduran din, esasında bireylerin geleneğe göre davranış göstermelerini ve inandıkları üst varlığa saygıda bulunmalarını önermektedir. Özelde bu kurumsal yapı bireyler için hayatın içerisinde sınırlar koymakta, kuralları belirlemekte ve hayatın akışına yön vermektedir (Bilgin 2014: 75).

Klasik dönemden modern döneme uzanan süreçte toplum analizi yapan sosyal teoriler, ampirik verilerden yola çıkarak, hayatın bazı alanlarında inancın kurumlaşmış hali olan dinin büyük ölçüde önemini yitirerek anlamını kaybedeceğini öne sürmektedir. Modern sosyal teorideki gelişmeler, sosyoloji biliminin seküler olarak inşasını desteklemektedir. Bu seküler reflekse uygun olarak dönemin analizleri ve gelecek projeksiyonları meta anlatılarla karşılık bulmuştur. Nitekim Spencer, etik kuralların kutsal temellerini kaybetmesi sebebiyle değerlerin günbegün sekülerleşeceğini dile getirmekteydi. Dinler, öyle ki toplumların basit ya da ileri olması neticesinde kendi niteliğini ortaya koyabilirdi (Koştaş 1995: 72). Dönemin yaygın sosyal bilim kuramları, ilerleme olgusunun “gerçeklik”ten sapmayı artık geride bırakması konusundaki ısrarı, alan araştırmalarında diğerkâmlık-nesnellik geriliminin başarıyla yönetilmesini sağlayarak sonuçta, toplum analizlerinde din ve inanç konularının, daha kapsamlı toplum modelleriyle ilişkilendirilebilmesi mümkün olmuştur. Bu çerçevede bilimin temelini oluşturan şüpheli gayretler; materyalist, indirgemeci, olgucu, evrimci bakış açılarıyla dini sembelleri değerlendirerek yapılan tartışmalara belirleyici özellik kazandırmıştır. Durkheim (2010) ise bu nesnel bakışı daha ileriye taşır. Yaptığı incelemelerde, toplumun bilinç kazanmasıyla oluşan semboller sistemini anlatan din, sosyolojik bir olgudur. Din ve kutsal olarak ifade bulan çeşitli dinsel olgular, ideallerin, semboller ile inançların pratik temsilidir. Dinin metafizik yönünü göz ardı eden Durkheim'e göre yaratıcı, bir toplumun inanma biçimleri ve pratiklerinin kolektif nesnesidir. Böylelikle Durkheim din olgusunu, bir ölçüde toplumun bizzat kendine tapınması ve kutsallığın sosyal dayanışma aracılığıyla ortaya çıkması şeklinde anlamaktadır (Okumuş ve Baltacı 2020: 32). Weber, Marx, Sorokin gibi klasik dönemin etkisindeki düşünürler dinin düşüşünün engellenemeyeceği yönündeki fikirlerinde ısrarcıyken

daha yakın düşüncede, örneğin Parsons, Bellah, Douglas, Luckman gibi düşünürlerde sekülerleşmenin kat'i surette olası olmadığı fikri hâkimdir. Deneysel verilerden yola çıkılarak somut fikirler sunmaya çalışan yaklaşımlarda ise, hayatın bazı kısımlarında dinin önemini yitireceği ya da tamamen silineceği, ancak diğer görüşlerde savunulduğu gibi dünyevileşmenin evrensel ya da değiştirilemez bir ilerleyiş manasına gelmediği ifade edilmektedir (Davis 2004: 298). Söz konusu bakış açıları dine temel yaklaşımları yansıtırken burada dinin modernleşme ve birey ilişkisinde ele alınması gerekliliği de açığa çıkmaktadır.

Modernleşme, Birey ve Din

Dünyada gerçekleşen tarihsel ilerleme ile ortaya çıkan dönüşüm sürecinin bireyin inançla kurduğu ilişkiyi değiştirdiği açıktır. İnsanlığın ilk dönemlerinde dinin her alana nüfuz ettiği bilinmektedir. Ancak modern toplumlarda bireyin yücelmesi, aklın ve bilimsel bilginin devreye girmesiyle dinin toplumsal ilişkileri inşa eden işlevinin geri plana çekilerek bireysel seçim ve vicdan meselesi olarak algılanmasının teşvik edilmesi söz konusudur (Kurtbaş 2022: 96). Bireylerin eskiden farklı olarak gelenekten ve manevi dünyadan uzaklaşması aydınlanma döneminin günümüze uzanan etkilerinden birisidir. Maneviyata karşı mesafeli yaklaşım, modern insanı tanımlayan temel niteliklerden biri haline gelirken, dindar kimliğe sahip olmayan bir kimsenin yaşayış biçiminde mistik davranışlara ve düşüncelere yer vermemesi doğal olarak beklenir ve tutarlı bulunabilir. Ancak burada dikkatleri esas üzerine çeken nokta kendisini dindar olarak tanımlayan kimselerin de günümüzde kendi inancına rasyonel bir şekilde yaklaşma çabasıdır. Böylelikle kişi dinin emirler ve yasaklarına inancı gereği değil ahlaki, beşer veya toplumsal bir iyiye karşılık geldiği için uymaktadır. Emir ve yasaklarda her ne kadar ahlaki ve toplumsal iyi bağlamı aranıyor olsa da, dinin yaşanma biçimi toplumsalın içerisinden bireysel alanına bırakılmıştır. Dinin duygusal özü dönüşerek kutsal olanın artık mistik, heyecan verici, hayranlık uyandırıcı özelliklerinden uzak anıldığı görülmektedir. Rasyonel akıl dinin işlevlerini yeniden tanımlamaktadır. Öyle ki oruç ya da yoga gibi çeşitli din temelli pratikler ve ritüeller sağlıklı yaşam maksadıyla gerçekleştirilmeye başlanırken konuda uzman bazı kişilerin zamanın ruhuna uygun olarak telkinlerini bu doğrultuda temellendirdikleri görülmektedir. Kutsal, modern birey üzerindeki büyüsunü kaybederken Eliade (2004) bu durumu din dışı bir varoluşa düşüş şeklinde tanımlar. Hıristiyan düşüncesinde ise durum vahim olarak değerlendirilir, ortaya çıkan bu yeni durum bir tür algı tıkanıklığı ve anlama yitimidir. Bu duruma karşı, var olan duyarsızlık durumu da kutsal olan neredeyse her şeyin bilinçdışına itilmesine neden olmuştur. Dolayısıyla modern insanın gündeminde bu konu yerini neredeyse tamamen kaybetmiştir (Yılmaztürk 2003: 154). Modern birey açıklayıcı, somut tanımları

İnanç Pratiklerinin Dönüşümüne Dair Sosyolojik Çıkarımlar:

Yoga Deneyimi Üzerine Nitel Bir Araştırma

sevmekte, belirsizlikten kaçmaktadır. Dini inanç bağlamında kutsal tamamen nesnel özelliklerine indirgenmiş olan dünyada elle tutulur bir karşılığa sahip değilken, bu tanırsızlık ve belirsizlik alanı modern birey için ise aslında ürkütücüdür. Böylelikle de gerçekte bireylerin ontolojik olarak güven duygularını tekrar sağlamak, korumak ve sürdürmek için farklı baş etme yöntemlerine yöneldikleri görülmektedir. Diğer taraftan mevcut toplumsal sorunlar, özellikle de rasyonel olarak algılanması beklenen dünyanın bilgisiyle çözülemeyen problemler, bireyleri kendi dini inançlarını daha fazla sahiplenmeye veya yeni dini hareketlerin altına girmeye ya da yoga gibi farklı seküler inanç alternatiflerine yönelmektedir. Burada bireyin inanma isteği etkili olurken, bugün inancın bireyden başlayarak toplumsala yansıyan bir dönüşüm yaşadığı söylenebilir.

Din ve gelenek birbirinden her ne kadar ayrı ve ontolojik olarak kıyaslanamaz olsa da dinlerin bireylerin yaşamları üzerindeki kuşatıcı etkisi ve kültürel yapıya yansımaları onu gelenekselleştirmektedir. Bu durum dini, teoloji ve felsefenin yanında sosyolojinin konusu yapar. Özellikle yirminci yüzyılın ilk çeyreğini kapsayan zaman dilimi içerisinde sosyoloji ve din antropolojisi modern sosyal bilimler için ‘kültür’ kavramı ile ilgili tartışmaları başlatmıştır. Bu durumun temel sebebi dinin kültürle ilişkisi olurken ilerleyen zamanlarda kültür, din konusundan bağımsızlaşarak kültüre doğru bir ilerleyişin sergilendiği görülmektedir (Davis 2004: 291-305). Din ve kültür iç içe geçmiş halkalar gibidir. Toplumların dini yargıları kültürel kodlardan etkilenirken kültürleri de dini yaklaşımlardan izler taşımaktadır. Kültüre sirayet eden dinsel izlerin bir sonraki nesle aktarımı söz konusudur. Toplumlar kültürel kodlar aracılığıyla edindikleri inancın gerekliliklerini ritüellerle gerçekleştirirken zamanla bu ritüeller bireylere anlamlı gelmemeye başlayabilmekte; neticesinde inanç anlamını ve işlevselliğini yitirebilmektedir. Özellikle modernleşme sürecinin inşa ettiği seküler kültür, iman edilen mevcut üst varlığın konumu ve onunla kurulan ilişkinin geleneksel yollarla içselleştirilememesi sorununu beraberinde getirerek bireyi yeni ve farklı inanç serüvenlerine, “yeni bir Tanrı” arayışına sürükleyebilmektedir.

Yeni Çağ Normali: Kutsalın Peşindelik?

Yeni, çoğu zaman ilgi çekicidir. Bu çekicilik henüz yeninin bütünüyle deneyimlenmiş olmaması ile ilgilidir. Eşya, insan veya herhangi bir sistem açısından sıfat teşkil edebilecek bu ‘yenilik’ hali, yeni dini hareketleri de ilgi çekici yönleriyle sosyal hareketlerin özel bir türü olarak karşımıza çıkarmaktadır. Bunlar gerçekte toplumsal dönüşümün bir nevi dışavurumunu gruplaşmış pratiklere yansıtan sosyal hareketler yeni toplumsal biçimler ve yaşam tarzları

taleplerini kapsayan kolektif davranış biçimleridir (Günay 1998: 25). Sosyal hareketler pek tabii toplumdaki bağımsız ortaya çıkmamaktadır; dahası toplum daima dönüşen dinamik yapısı sebebiyle yeniliğini her daim korur ve toplumla beraber dönüşerek akışa ayak uydurur. Habermas'ın ifadesinde “artık sorun, tehlikedeki hayat tarzlarının nasıl müdafaa edileceği ya da yeni hayat tarzlarının pratiğe nasıl dâhil edileceğidir”. Toplumdaki bölüşüm sorunu yeni uzlaşmazlıklara sebep olurken gerçekte bu durum Touraine için “toplumsal hayatın yeni bir temsili” dir (Çayır 1999:16-42). Toplumun dönüşüme yatkın doğası onu her an değişime ve yeniliklere açık kılmaktadır. Günümüzde daha yaygın hale gelen “yeni dinler” de gücünü buradan alır. Barker'in (1992) değindiği gibi geç modernleşmeyle birlikte hızlı değişim rüzgarının yeni dinlerin ortaya çıkmasında etkisi büyüktür. Dini, manevi ve ruhsal alanlar üzerindeki bu dönüşümün adı ‘yeniçağ hareketleri’ olarak karşımıza çıkmaktadır. Maneviyata ilişkin birtakım ruhsal fikirler ve pratikleri içinde barındıran yeniçağ hareketlerinin yapısındaki belirsiz dinamikler bu hareketlerin tanımlanmasını güç hale getirir. Modern batı toplumlarında önemli bir özellik haline dönüşen bu hareketlerin taraftarları, dünya üzerindeki bütün dinleri ve felsefi yaklaşımları birlikte takip etmektedir. Yeniçağ inanç ve uygulamalarına dair ilk çalışmalar “Sayentoloji”, “Satanizm”, “Mooculuk”, “Ufoculuk” yönelimleri ile başlarken (Eşmeli ve Topal 2022: 93) “Yoga, Zen Meditasyonu, Hristiyan Gnostizmi, Hinduizm, Reenkarnasyon, Karma, Astroloji, Teosofi, Pozitif Düşünce, Taoizm, Animizm, Astral Seyahat, Sufizm, Paganizm ve Büyücülük” gibi öğeleri içerisinde barındırmaktadır (Arslan 2006: 16). Yeniçağ hareketlerinde bütüncül inanç biçimiyle hedeflenen yalnızca dini inançlardan ziyade yaşamın kendisinin kutsallığının farkına varılmasıdır.

Kuramsal bir sistemi, tutarlı bir felsefesi ya da doğması olmaması nedeniyle yeniçağ hareketlerinin tanımı her ne kadar zor olsa da; bu yönelimin ruhsal konulara bireysel dokunuşu hedefleyen bir tavır olduğundan bahsetmek mümkündür. Bireylerin şahsi deneyimini önemseyen yeniçağ hareketleri, yine bireylerin kendi üretimleri olan mistik ve yeni dini hareketleri kapsamaktadır. Hareketin takipçileri, sadece dinler değil farklı felsefi yaklaşımlardan da diledikleri uygulama ve savunuları yine diledikleri ölçüde alabilmektedir. Söz konusu hareket, destekleyicilerine, ihtiyaçları olan tatminin sağlanmasını vadeder. Nitekim bu çalışmanın alan araştırması kısmında görüşmelerden elde edilen veriler, bu araştırmanın konusu olan yoga ile gönül bağı kuran neredeyse tüm katılımcıların ifadesinde benzeşen yeniçağ hareketlerini anlamak açısından önem taşıyarak, “inanılan şeyin kişinin ihtiyaçlarına yanıt vermesi” meselesini açığa çıkarmaktadır.

İnanç Pratiklerinin Dönüşümüne Dair Sosyolojik Çıkarımlar:

Yoga Deneyimi Üzerine Nitel Bir Araştırma

Modern dünyada merkezileşen ve yeniçağ hareketleri pratiğinin gösterdiği gibi merkezileştikçe yalnızlaşan bireyin “tanrılaşma”sı; toplumların inanç pratiklerine yaklaşımlarının dönüşümüne ivme kazandırmıştır. Nitekim bu çalışma makro düzeyleri anlatan metaforik tanımlarda moderniteyle birlikte yalnızlaştığı ifade edilen bireylerin inanma arzusuyla başa çıkma yolculuğunda yoganın yeri ve etkisi üzerine odaklanmaktadır. Etnik bir inanç pratiği şeklinde değerlendirebilecek olan yoganın küresel açıdan kazandığı popülerlik, farklı dinlere mensup din adamlarının bu konuda fikirlerini paylaşmalarını beraberinde getirmiştir. Yoganın bireylerin anda kalma ve beraberinde ruhu dinginleştirme bağlamlarında olumlu olarak değerlendirilen etkileri; bir dine mensup olsun ya da olmasın kimi bireylerin tercihi haline gelmektedir.

Yoganın Tarihi

Yoga insanları etkileyerek neredeyse her çağda var olan inanç biçimlerinden birisi olarak tanımlanabilir. Yoganın bu tarihselliği, onunla ilgili kültürel çeşitlenmelere neden olmuştur. Budizm ve Jainizm’de derin düşünmenin araçlarından birisi şeklinde kabul gören yoga Hinduizm’de altı ortodoks düşünce akımından biri sayılabilecek kadar önemli bir yere sahiptir. Kökünü Sanskritçe “yuj”dan alan kelime “birleştirmek, bağlamak, öküze bukağı vurmak” anlamlarına karşılık gelmektedir. Bahsedilen anlamın hayat bulması yoganın ana kaynağı olan Yoga Sutra’da milattan önce neredeyse ikinci yüzyıla uzanarak insan ve yaratıcı arasında kurulması hedeflenen bağa atıfta bulunur. Beden ve ruhun aynı anda önemsendiği bu pratiğin tarihinin oldukça eski olması onun çıkış noktasına dair asıl referansları belirsizleştirmektedir. Yoganın geçmişi adına Mohenjo-Daro ve Harappa gibi tarih öncesi dönemde Hint kültürüne ait arkeolojik kazılar önemli bir kaynak niteliğindedir. Bu kazılarda ele geçen mühür baskılarında yoga oturuşunu andıran şekillerin bulunması, bazı araştırmacılar tarafından bu pratiğin Hinduizm öncesinde, milattan önce 3000'lere dayandığı şeklinde yorumlanmaktadır. Ancak, bu konuda farklı yaklaşımlara sahip araştırmacılar da bulunmaktadır (Kahya ve Macun 2001: 63-74). Fakat elde edilen bilgiler sonucunda milattan önce beşinci yüzyıllara uzanan Budizm’in daha henüz teşekkül etmediği dönemlerde systemsiz de olsa yoganın varlığından bahsetmek mümkün gözükmemektedir. Budizm ve Jainizm’den sonra yoga ruhun aydınlanması amacıyla uygulanan derin düşünce aracı gibi görülmeye başlanmış ve söz konusu görülme biçimi Hinduizm’in yogayla ilişkisinin bu doğrultuda evrilmesine neden olmuştur. Ancak yoga asıl gelişimini daha çok Hinduizm inancı çerçevesinde gerçekleştirmiştir. Budist ve Jainist yönelimler yogayı aydınlanma ve kurtuluş fikriyle zihnin uyanışının aracı şeklinde

değerlendirir. Buna karşın Hindu ekollerindeki pratiklerde yoga daha düzensiz ve folklorik temalara sahiptir. Aydınlanma yolunu anlatan yazıt olan Yoga Sutra'ya göre yoga sekiz aşamadan oluşur. Bu pratiklerle yogada asıl amaç temel olarak kişinin ruh, beden, zihin üçgeninde denge ve kontrolün sağlanması yoluyla kendisiyle bütünleşmesidir. Ulaşılması beklenen tepe nokta, kurtuluştur. Bu yüksek hedef için en temelden harekete geçmek gerekir. Öncelikle öğrenilmesi gereken ise kontrol kavramıdır. Dolayısıyla zihin, ruh gibi boyutsal varlıklar üzerinde çalışılmaya geçilmeden önce eldeki en maddi varlık olarak beden kontrolünün sağlanması gerekir. Kontrole aşinalık oluştuktan sonra zihinle etkileşim devreye girerek nihayetinde ruhsal dinginliğe erişilmektedir. Pratiklerden birisi olarak; uyanıklık, rüya ve rüyasız uyku hallerinin ötesinde bir tür transa geçme durumunu sonrası kazanımı diğer bir aşamada mutlak mutluluk birleşerek kurtuluşa biraz daha yaklaşılmaktadır (Comans 1993: 20)

Burada bahsedilen süreci başarıyla nihayettendirmenin kişiye olağanüstü yetenekler kazandırdığı düşünülmektedir. Klasik yoga uygulamalarının temelinde “yama” ve “niyama” olarak isimlendirilen etik ilkeler ve ahlaki kurallar bulunur. Pratiğin temeli ise bireyin hem kendisi hem de çevresiyle dengeli bir yaşam sürmesidir. Patanjali'nin Yoga Sutraları'nda açıklandığı üzere, “yama” ve “niyama” ilk iki basamak olarak kişinin zihinsel, fiziksel ve ruhsal açıdan bütünleşebilmesini sağlamaya yönelik ahlaki yol göstericilerdir (Patanjali, Yoga Sutra, 2.29; Baharati 2001). “Yama” bireylerin sosyal ilişkilerde uygulaması gereken ahlaki kurallar olarak beş alt başlığa ayrılmaktadır; ahimsa (şiddetsizlik), fiziksel, zihinsel ve sözel şiddetten her canlıya karşı kaçınmayı (Desikachar 1999); satya (doğruluk), dürüstlük ve hakikate sadık kalmayı; asteya (hırsızlık yapmama), başkasına ait olanı almama ve gereksiz hırsı kontrol altında tutmayı (Iyengar 1965); brahmacharya (iffet/özdenetim); enerjiyi koruma ve bilinçli bir biçimde yönetmeyi; aparigraha (sahiplenmeme), ihtiyaçtan fazlasını istememe, maddi ve manevi aşırılıklardan kaçınma (Feuerstein 2001) olarak ifade edilmektedir. Niyama aşaması ise kişinin kendi içsel disiplini ve öz bakımı ile ilişkilidir. Beş ana niyanma; saucha (temizlik), santosha (hoşgörü/memnuniyet), tapas (disiplin), svadhyaya (öz-bilgi), ishvara pranidhana (teslimiyet) (Devananda 2011; Patanjali, Yoga Sutra, 2.45) aşamalarını içerir. Bu ilkelerin, yoga yolundaki bireylerin yalnızca fiziksel uygulamalara odaklanmaktan öte, etik bir yaşam tarzı benimsemelerine yardımcı olduğu düşünülmektedir.

Gerçekte akıl sahibi olan her bireyin kendi davranışlarına yön vermesi beklenir. Ancak bu, bedeni kontrol edebiliyor olma anlamı taşımayabilir. Gündelik hayatta gerçekleştirdiğimiz süregiden çoğu insan eylemi otomatik gerçekleşir. Otomatikleşmiş bir davranış, artık üstünde düşünmeden gerçekleştirildiği için çoğunlukla insanlar yalnızca hareketlerine yön verebilir,

İnanç Pratiklerinin Dönüşümüne Dair Sosyolojik Çıkarımlar:

Yoga Deneyimi Üzerine Nitel Bir Araştırma

burada bedene dair herhangi bir kontrol durumu gerekemeyebilir. Diğer bir aşama bireyi beden ve davranış farkındalığı kazandırmaya teşvik eder. Burada asıl amaç zihnin kontrol altına alınmasıdır. Birey kendi içsel ve dışsal olarak muazzam bir enerji sirkülasyonu içerisindeyken bu durum hareket ve canlılığın yanında yorgunluğu da beraberinde getireceği için bu durumun giderilebilmesi adına “pranayama” olarak isimlendirilen zihnin kontrol altında tutulması ve boşaltılması yoluyla bir açıdan temizlik niteliği taşımaktadır. Her birey düşünceden ibarettir; zihnin boşaltımı ve sessizliğin kişinin sahip olduğu gerçek gücü bulma bu düşünceye göre önemli bir fark ediş noktasıdır. Diğer adım “pratyahara” da dünya kaynaklı her türlü dış etkiye karşı olumsuz veya olumlu fark etmeden duyarsızlaşma aşamasıdır. Bu aynı zamanda bireyin kendi duygularına ya da zihinsel üretimine karşı duyarsızlaşmayı içerir (Ceyhan ve Yiğit 2016: 180). Altıncı adım “dharana” genel olarak konsatrasyon gücü ile zihinsel rahatlama ve arınma süreçlerini anlatan meditasyona giriş basamağıdır. Bu basamakta yoga uygulayıcısı, zihinsel bir noktaya odaklanır. “Dhyana” adımı ise bu odağı sürekli hale getirmeye karşılık gelen diğer aşamadır. Son olarak “samadhi” uygulayıcı için ruh-beden bütünlüğünün ötesinde kişisel bütünlüğün dünya hayatı içerisinde homojenleşmesidir. Bir nevi birlik hali ve birlik olduğu şeyin kendisi olmak demektir. Buradaki amacı bilinebilir her şeyin yoga yoluyla bilinebileceği iddiası ile ilişkilendirebilmek mümkündür (Kesarcodi-Watson 1982: 79). Dolayısıyla her bir aşamada bilişsel bir pratiği anlatan yoga gerçekte çok farklı uygulamalara sahip olduğu için yoga pratiğine dahil olmak isteyen kişinin kendisine en uygunu seçmesi beklenir. Bu durumda kendi içinde “guru” adı verilen uzmanların uygulayıcılara yardım ettiği görülmektedir. Fakat yoga pratikleri herkes için uzman (eğitmen ve/veya guru) olma zorunluluğu öngörmez, öyle ki farklı mesleki uzmanlıkları olan insanlar örneğin, çalışırken yoga yapmaktadır (Kanbir 2024: 31).

Semavi Dinler ve Yoga İlişkisi

Din kurumu toplumsal işleyişte belirli bir düzen sağlayabilmek için, koyduğu kuralların uygulanmasında bireyleri muhatap kılarak düzelme ve kurtuluş vadeder. Bireylerin düzelmesi ya da dinin beklediği şekilde davranması ilişkide bulunduğu diğer kurumların işleyişine yansımaktadır. Din düzenlemeleri yalnızca kurallarla mümkün hale getirmeye çalışmaz. Bununla birlikte inanma pratiklerinin gerekliliğini de öğütler. Bu pratiklerin bireyin hayatına kazandırılmasıyla amaçlanan, yaratıcı imgesinin ve bireyin iman ettiği dinin kurallarının bireyin zihninde aktive edilmesini sağlamaktır. Bireyin kontrolde tutulmasının, kontrol dışı davranmamasının toplumun düzenlenmesi adına yararlı olacağı düşünülür. Bu nedenle her din,

dini inanca dair pratikleri içerir. Örneğin İslam dininin inanç uygulamaları; namaz, oruç, zekât ve hacdır. Her inanç pratiğini kendi içinde değerlendirmek mümkün iken temelde hepsinin bireyin ruhsal hayatında devir dengesi işlevi gördüğü söylenebilir. Örneğin, namaz kılmak isteyen bireyin önce abdest alması gerekir. Suyla mümkün olan bu pratiğin sadece bedeni değil ruhu da temizlediğine inanılır. Halk arasındaki yaygın inanışa göre abdest almak ruhu günahlardan arındırır. Örneğin, oruç ibadetinde bedenin dinlenmesine izin verilir. Açlıkla birlikte zihninin farklı açılardan aktifleşmesi beklenir. Böylelikle birey sadece bir bedenden ibaret olmadığı farkındalığını yaşayabilir. Kutsal bir ay olduğuna inanılan ve oruç ibadeti yapılması beklenen ramazan ayı aynı zamanda inananı için yaratıcıyı aklında tutması bakımından değerlendirilir. Zekât ve hac uygulamaları için de benzerlik söz konusudur. Birey kutsalla etkileşim kurarak inancının kutsallaştığına inanır. Hac deneyimi de bunu örnekler. Aynı şekilde zekât da toplum içerisinde Bourdieu' ya göre daha toplumsal bir işlevi anlatarak sermaye türleri açısından birbiriyle karşılaşma imkânı olmayan üst gelirli ile alt gelirli bireyleri bir araya getirir (Yarcı 2014). Gelir açısından farklı grupların etkileşimi bireyler için maddesel şeyleri sorgulamasına yardım eder. Bu etkileşim, her ne kadar toplumu ekonomik bir dengeye görece ulaştırmayacak olsa da; alan kişinin maddi, veren kişinin manevi açıdan doyuma ulaştığı bir kazanım sağlar. İnanç pratikleri şüphesiz sadece Tanrı inancı olan semavi dinlerin kurallarına inananlarına atfedilebilir değildir. Müslümanların, Hristiyanların, Yahudilerin inanç pratikleri olduğu gibi Şamanistler veya Budistler de inancını yaşamak, arınmak ya da kurtuluşa ermek için çeşitli uygulamalarda bulunmaktadır.

Durkheim (2010) “Dini Hayatın İlkel Biçimleri” kitabında dinin ve yaratıcının mevcut toplumun kodları çerçevesinde tasvirlerde değişiklikler gösterdiğinden söz etmektedir. Durkheim Tanrı inancının olmadığı dinlere örnek olarak Budizm’den bahseder. Budizm’in tanrısız ve ateist bir ahlaka sahip olduğuna farklı düşünürlerin yaklaşımları çerçevesinde kitabında yer vermiştir. O’na göre Budist, dünyayı acı ve kederin mekânı olarak görmektedir. Bütün bu acı ve kedere dünyada var olmak zorunda olduğu için maruz kalan insan ilgisini dünyaya odaklar. Budist’e göre dünya yalnızca bir olgudur. Bu olgu; acısıyla ve kederiyle bir bütün kabul edilse bile mücadele yine de ondan kurtulmak üzerinedir. Ancak bu zor görevde güven duyabileceği tek varlık yine kendisidir. Budist’in kendisine yardım etmesi için çağırdığı ve sonrasında yardımlarından ötürü teşekkür ettiği ya da yardım çağrısına dönüş vermediği için öfkelenildiği bir tanrısı yoktur. Budizm’in bazı mezheplerinde Buda bir tanrı olarak görülmeye başlanmış ve adına tapınaklar inşa edilmiştir. Genel olarak Budizm’de tanrı figürünün alışla gelmişten farklı olması onun bir dinden ziyade felsefe olarak yorumlanmasına sebep olmuştur

İnanç Pratiklerinin Dönüşümüne Dair Sosyolojik Çıkarımlar:

Yoga Deneyimi Üzerine Nitel Bir Araştırma

(Dods 1887: 180). İnsan hakları savunucusu olarak bilinen Hint siyaset ve din adamı Gandhi'ye göre (akt. Kripalani 1958) bütün inançlar aynı temele dayanmaktadır. Bu konudaki ifadeleri şu şekildedir:

“Tanrı, İnanç sahibi olan herkesin malıdır; öyle ki, ateist olanların ateizmini bile tanrı kabul etmek icap eder. Bir defa, başka dinlere ait olan kutsal yazıları da, ama o dinlere inananların gözü ve inancıyla okuyup kavramasını ve değerlendirmesini becerebilseydik, görecektik ki aslında bütün dinler tek bir ana inanca dayanıyorlar ve hepsi de insanlığa yardımcı olmak ve onu ışığa çıkarmak bakımından ortak bir karakter taşımaktadırlar” (1958 58- 61).

Gandhi'nin bu ifadeleri Budizm inancının da diğer bütün inançlar gibi özgün bir forma sahip olduğuna ve bütün inançlarla beraber Budizm'i de kendi özelinde değerlendirmek gerektiğine işaret etmektedir. Budizm inancında herhangi bir tanrı varlığına yer olmadığını düşünmek bu inancın esas öğretisine ters düşecektir. Budizm'in merkezinde acılardan sıyrılmak yatmaktadır. Fakat bu sıyrılış acıları örterek ya da onlardan kaçarak değil mevcut benliğe tutunarak, elde olanların farkına vararak, anda kalarak ve beden-ruh bütünlüğünü sağlayarak yapılmaktadır. Bunun için tercih edilen yöntemlerden biri de yogadır.

Bireyler modern ya da geleneksel fark etmeksizin, olağanüstü bir deneyim yaşadıklarına inandıklarında yahut yaşadıklarının olağanüstü olduğunu düşündüklerinde bunu uhrevi bir tecrübe olarak değerlendirirler. Yoga pratikleri bu konuya örnektir. Daha önce de ifade edildiği gibi yoganın inanca ilişkin boyutu ve din olarak algılanışına olan eğilim, semavi dinlerin ilgisini çekmesine ve araştırmalara konu olmasına neden olmuştur. İlgili literatür değerlendirildiğinde, çalışmaların farklılıkları veya benzerlikler açısından konuyu ele aldıkları görülmektedir. Çalışmalarda ritüellerin ya da yoga felsefesinin dinlerin inanç sistemlerine benzer taraflarının yanı sıra ontolojik farklılıklarına dikkat çekilmektedir (Bkz. De'Michelis 2005; 2008; Alter 2013; İnci 2019; De Silva 2020; Amini ve Quassini 2020; Eroğlu 2022; Fortacı 2023). Bazı araştırmacılar, yoga pratiğinin meditasyon ve ruhsal dinginlik sağlama yoluyla, semavi dinlerin ibadet ve dua gibi pratiklerine benzer bir ruhsal deneyim sunduğunu belirtmekte, bununla birlikte, diğer araştırmacılar, yoganın Hinduizm ve diğer doğu felsefeleri ile olan köklü bağlarından dolayı, bazı inanç sistemlerinde tereddütle karşılanabildiğini vurgulamaktadır. Örneğin, Elizabeth De Michelis (2008), yoganın Batı'da modern ve spiritüel bir araç olarak kullanılırken, geleneksel dinlerin öğretilerinden farklı bir yapıda olabileceğini belirtmektedir.

Yoganın dinle ilişkilendirilen boyutu yoga yapan kişinin -yogi- yoga bu pratik esnasında dünyevi olana perde çekmeyi ve manevi alana perde aralamayı hedeflemesinden kaynaklanır.

Kutsalla etkileşimin, etkileşime gireni kutsallaştırdığına dair inancın bir nevi kutsalın keşfiyle hedefin ‘doğal’ ve ‘insani’ sınıflardan sıyrılmak olduğu söylenebilir (Douglas 2001, Yılmaztürk 2003). Nitekim Altizer’e göre (1963) din insanoğlunun yaşamı boyunca izini sürdüğü büyük anlamlara cevap vermede oldukça cömerttir. Bu anlam arayışı gerçekte benzeşerek insanların ortak noktalarından birisi haline gelmektedir. Eliade (2004: 23) insanları dindar ve dindar olmayan şeklinde ele alarak bu konuya yaklaşır. Böylelikle dindar olmayanın, varoluşunun anlamıyla ilgili gerçekte kafa karışıklıkları bulunmaktadır. Dolayısıyla modern bireyin kutsal olana dair tepkiselliği çeşitli bunalımlar yaşamasının da sebebidir. Dindar bireyler ise, modern olanın bireysel şüphelerinin aksine sadece görmek isteyenlerin inandığı bir şeyin varlığı konusunda oldukça iknadır. Bir yaratıcı vardır. Onun yarattığı her şey biriciktir. Bu biriciklik ise bireyin kendi özgünlüğünü fark etmesiyle bir nevi rüştünü ispat etmiş olur. Bu ispat, aynı zamanda özgün bir yaşamın sürülmesini vadeder.

Anlamlandırma, zihinsel, sosyal ve duygusal açıdan mutlu bir hayat sürmenin de aynı zamanda temelidir. Modern birey için anlamı olmayan bir dünya yaşanılabilir bir yer değildir. Bu noktada dinin sosyolojik açıdan işlevselliği açıktır. Yaratıcı üzerine yoğunlaşan bir çeşit özel psikoterapi tekniği olan Logoterapinin kurucusu Frankl (2000) da çalışmasında bu konuya yer vermiş, anlam arayışının insan yaşamının neredeyse temel problemi olduğuna işaret etmiştir. Bu yaklaşımda manevi olarak adanmanın önemi vurgulanırken din “süper anlam” olarak ifade edilmiştir (Frankl 2000: 92). Dinin temel amaçlarından birinin bireye bir yaşam amacı sunmak olduğu düşüncesi göz önünde bulundurulduğunda, söz gelimi dindar birey bu anlam sorununu kolaylıkla bertaraf edebiliyorken tanrıyla arası açık modern birey, çözüm için yeni yollar bulmak durumunda kalmaktadır. Bu çalışmanın araştırma aşamasındaki temel sorusu ise tarihsel ve sosyolojik olarak İslam dininin ana damar inanç temelini oluşturduğu içinde bulunduğumuz coğrafyada örneğin inanç, teslimiyet ya da arınma hissi konusunda farklı alternatiflerin aranmasının nedenlerine duyulan merak olarak ifade edilebilir.

Araştırma Deseni: İnanma Pratikleri ve Yoga Deneyim İlişkisi

Toplumun inanma isteği üzerinden ele alınarak, kişilerin inanma pratiklerinde yeni dini hareketler gibi farklılıklara eğilmesine sebep olan asıl faktörleri anlamak amacı ile bu çalışmada nitel tekniklerden faydalanılarak araştırma yapılması planlanmıştır. Çalışmada inanç konusunda bireylerin yaşamlarının olağan veya olağan dışı akışında kendi mevcudiyetlerini değerlendirerek, olaylar karşısında baş etme stratejisi olarak işlevsel görülebilen yoga örneği üzerinden inanma pratiklerine ilişkin bilgi üretmek amaçlanmıştır.

İnanç Pratiklerinin Dönüşümüne Dair Sosyolojik Çıkarımlar:

Yoga Deneyimi Üzerine Nitel Bir Araştırma

Yöntem

Nitel araştırma, veri toplama ve analiz aşamasında bilim insanlarının karmaşık toplumsal olguları anlamlandırmalarına ve tanımlamalarına imkân sağlar. Bu nedenle nitel araştırma tekniği araştırmacıya konuyu en tabii şekliyle gözlemleme olanağı sunar. Nitel araştırmalarda araştırmacı, çalışma konusunu oluşturan olgu ve olaylara herhangi bir müdahale yapmadan, kendi doğal akışları içerisinde anlamaya çalışır (Karaboğa 2019). Nitel araştırmalarda hedef, araştırma öznelerinin dünyayı anlama tarzını detaylı açıdan görmek olduğu için bu araştırmada nitel araştırma tekniği kullanılmıştır. Bu çerçevede fertlerin inanç pratiklerinde yeni dini hareketler benzeri farklılıklara eğilmesine sebep olan dinamiklerin analizi görüşme (mülakat) tekniğinden elde edilen veriler üzerinden gerçekleştirilmiştir. Çalışmada, gerçekte yoga deneyimleyenler için inanç ve din olgularının anlamı noktasında derinleşmek istenmiş, böylelikle de bu olguların “bireysel deneyimlerde ortaya çıkan ortak anlamları keşfedebilmeyi kolaylaştıran fenomenolojik araştırma tekniğinden”(Creswell 2020) faydalanılmıştır. Çalışma kapsamında veri toplama maksadıyla tercih edilen bu metot, derinlemesine bilgi toplanmasına imkân vermektedir. Başka yöntemlerle mukayese edildiğinde kişilere erişim ve veri toplama hususunda daha fazla vakte ihtiyaç olması ve sübjektif yönler içermesi bu uygulama tekniğinin zayıf taraflarından olsa da (Gökçe 2007), bu metot ile nicele kıyasla daha fazla yanıt toplanabilmekte, gidişata yön tayin edebilmekte; suallerin dizilişiyle katılımcının algısı üzerinde hareket imkânı bulmakta ve katılımcının anlık geri bildirimleri takip edebilmektedir (Yıldırım ve Şimşek 2005; Creswell 2020). Çalışmada toplanan veriler kartopu örnekleme tekniği ile seçilirken veri toplama aracı olarak yarı yapılandırılmış açık uçlu sorular kullanılmıştır. Görüşmelerden elde edilen veriler çerçevesinde katılımcıların yoga deneyimleri ve yükledikleri anlama dair elde edilen çıkarımlar tematik olarak ayrıştırılarak analiz edilmiştir.

Mülakat Verilerinin Yorumlanması

Küresel bir fenomen olarak karşılaşılan yoganın yoga uygulayıcılarının hayatındaki yeri ve yogaya yükledikleri anlamın araştırıldığı bu çalışmada; veriler katılımcı söylemlerine dayandırılarak yogayla nasıl tanıştıkları, yogadan ne bekledikleri ve bunu inanç pratikleriyle karşılaştırmalarında; manevi-ruhsal ve/veya fiziki-bedensel boyutlarıyla nasıl ele aldıkları anlaşılmaya çalışılmıştır. Çalışma süreci boyunca, teorik arka plan ve saha araştırmalarının sonuçlarıyla birlikte bütünleyici şekilde aktarılması hedeflenmiştir. Araştırma genelinde 6 mekân sahibi-yöneticisi ve 18 katılımcı ile gerçekleştirilen mülakatlardaki ortak noktalar, birbiriyle örtüşen ve ayrışan temalar verilerle sunulmuş, uygun olan kısımlar tabloleştirilmiştir.

Verilerin yorumlanması iki temel tema üzerinden gerçekleştirilmiştir. Bunlardan ilki yogaya yönelme olurken diğer tema inanç pratikleri ve yoga arasında kurulan ilişkiyi anlatmaktadır.

Araştırmanın mülakat kısmı saha çalışması boyunca ulaşılan veriler numaralarla kodlanmıştır. Kod listesi, araştırmanın bulgular kısmında tematize edilerek elde edilen veriler çerçevesinde birtakım sonuçlara ulaşılmıştır. Verilerde çeşitlilik elde edebilmek amacıyla farklı şehirlerden yoga merkezlerine ulaşılmaya çalışılmış, görüşmeyi kabul eden İzmir, İstanbul, Ankara, Kayseri ve Konya'daki yoga merkezleriyle mülakatlar gerçekleştirilmiştir. Böylelikle yogaya ilgi duyanların profili hakkında bilgi sahibi olunmak istenmiştir.

Yoga Merkezleri Mülakatları

Araştırma kapsamında İzmir'de, İstanbul'da, Ankara'da, Kayseri'de ve Konya'da çalışma hayatına devam eden Yoga Merkezlerindeki sorumlu kişilerle görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Söz konusu büyük şehirlerdeki yoga merkezlerine, araştırma gerçekleştirilirken pandemi sürecinin devam etmesi nedeniyle telefon vasıtasıyla ulaşım sağlanmıştır. Görüşme transkriptlerinde alt konular; “yogayı ne şekilde anlamlandırdıkları, cinsiyet oranı, yaş aralığı, yogayla ilgilenme nedenleri, meslekleri, devamlılıkları ve yoga merkezine yaptıkları dönütler” şeklinde hazırlanmıştır. Ardından kurumların yönlendirmesi ve tanıdıkların tanıdıklarına ulaşılarak kartopu yoluyla ulaşılan bireylere 25 sorudan oluşan mülakat formu sunulmuştur. Çalışma süresince yoga merkezleri, şehirlerin ilk üç harfiyle (örn: KodİZM) kodlanılmıştır. İstanbul'da Anadolu yakasındaki merkez KodİSTK şeklinde; Avrupa yakasındaki merkez KodİSTN şeklinde anılmıştır. Yoga merkezleriyle sağlanan görüşmeler sonucunda Nişantaşı ve Alsancak gibi lüks semtlerdeki merkezler KodİSTN ve KodİZM dışındaki merkezlerin katılımcı dağılımının her kesimden olduğu saptanmıştır. Yoga yapanlardaki cinsiyet oranına bakılınca KodİZM harici neredeyse tüm katılımcıların kadınlardan oluştuğu belirlenmiştir. Yaş aralıkları göstermektedir ki yoga genç yetişkinler arasında daha popülerdir. Yoga merkezleri katılımcılarının meslek dağılımları hakkında fazla bilgi vermeyi tercih etmeseler de toplanan veriler ışığında katılımcıların çoğunun doktor, mimar, akademisyen gibi sosyo-ekonomik durumu iyi insanlar olduğu kaydedilmiştir. Katılımcıların yoga yapma sebeplerinin büyük ölçüde fiziksel sağlıkla ilgili olurken; bunun yerine, küçük bir kesimin statü elde etme ve yine az sayıda kişinin yoga felsefesine yakınlık duyma amacıyla yogayla ilgilendiği gözlenmiştir. Yoga merkezleri yöneticileri katılımcılarının devamlılığına tam not vermişlerdir. Yoga merkezleri bu memnuniyetin karşılıklı olduğunu; aldıkları geri bildirimlerde ve üyelerinin devamlılığını gördükçe üyelerin yogaya dair olumlu bir yaklaşımaları olduğunu hissettiklerini

İnanç Pratiklerinin Dönüşümüne Dair Sosyolojik Çıkarımlar:

Yoga Deneyimi Üzerine Nitel Bir Araştırma

ifade etmişlerdir. Yoga merkezleri ile yapılan mülakatlar sonucu elde edilen bilgiler Tablo 1’de biçimsel olarak gösterilmeye çalışılmıştır.

Tablo: 1

Şehirler	İstanbul (Avr.)	İstanbul (Anad.)	Ankara	Konya	Kayseri	İzmir
Genel profil	Beyaz yakalılar	Her kesimden	Her kesimden	Beyaz yakalılar	Genellikle hamileler	Modern kesim
Cinsiyet	Genellikle kadın	Genellikle kadın	Kadın sayısı erkeklerden birkaç kat fazla	Hepsi kadın	Geneli kadın/ bazen eşler de katılıyor.	Genellikle kadın
Yaş aralıkları	20-40	20-50	25-40	12-30	25-35	7-82
Meslek/Sosyo-ekonomik durum	İş sahibi.	Cevapsız	Doktor, eczacı, akademisyen	Cevapsız	Cevapsız	Mimar, psikolog, serbest meslek
Geliş Nedenleri	Fiziksel sağlık	Fiziksel sağlık, az bir kısım inanış /felsefe	Fiziksel sağlık, az bir kısım statü maksatlı	Rahatlama/ mental arınma	Zihinsel/ fiziksel rahatlama	Zihinsel/ruhsal rahatlama
Devamlılıkları	Değişken	Sürekli	Değişken	Sürekli	Sürekli	Sürekli
Geri bildirim	Pozitif	Pozitif	Pozitif	Pozitif	Pozitif	Pozitif

Yoga Uygulayıcıları Mülakatları

Kurumların yönlendirmesi ve kartopu yoluyla iletişim kurulan 18 bireye yönlendirilen temel ve alt sorularla toplam 25 sorudan oluşan mülakatlar gerçekleştirilmiştir. Bu çerçevede; “cinsiyet, yaş, akademik düzey, meslek” bilgilerinin yanı sıra yogaya başlamalarında etkili olan nedenler, yoganın felsefesine olan ilgi, yogayı anlamlandırma, yogadan beklenti ve yoganın bu beklentileri ne oranda karşıladığı, yoganın hayatlarında neden olduğu farklılıklar, inanç pratiklerine yaklaşımları, mensubu oldukları inanç sistemleri ve bu sistemlerin pratiklerini ne oranda sağladıkları, dinin yeryüzündeki yeri hakkındaki fikirlerine ve inanç pratiklerinin dönüşümü hakkında sorulara verilen cevaplar doğrultusunda uygulayıcıların fikirlerine ulaşılmaya çalışılmıştır. Yoga uygulayıcılarının demografik bilgileri Tablo 2’de gösterilmiştir.

Tablo: 2. Katılımcılara İlişkin Demografik Bilgileri

Katılımcı	Cinsiyet	Yaş	Eğitim	Meslek	Şehir
k1	K	48	Üniversite	Yoga Eğitmeni	İzmir
k2	K	62	Üniversite	Öğretmen	İzmir
k3	K	30	Üniversite	Yoga Eğitmeni	Kayseri
k4	K	35	Üniversite	İlahiyatçı	Kayseri
k5	K	45	Lise	Yoga Eğitmeni	Antalya

k6	K	22	Üniversite	Endüstriyel Tas.	Muğla
k7	K	51	Üniversite	Mühendis	İzmir
k8	K	51	Üniversite	Yaşam Koçu	Kayseri
k9	K	40	Doktora	Akademisyen	Mersin
k10	K	33	Yüksek Lisans	Mimar	Kayseri
k11	K	24	Lise	-	Mersin
k12	K	49	Yüksek Lisans	Yoga Eğitmeni	İzmir
k13	E	27	Üniversite	Yoga Eğitmeni	İstanbul
k14	K	30	Yüksek Lisans	Mühendis	Ankara
k15	K	55	Üniversite	Ceo	İzmir
k16	K	22	Üniversite	Stajyer Avukat	Ankara
k17	K	35	Üniversite	-	İstanbul
k18	K	25	Üniversite	Öğretmen	Ankara

(K: Kadın / E: Erkek)

Yogaya Yönelme Sebepleri, Yogaya Yüklenen Anlam ve Yogadan Beklenenler

Demografik olarak incelendiğinde yogayla ilgilenenlerin cinsiyetleri neredeyse tamamen kadınlardan oluşmaktadır. Katılımcıların verdiği bilgilerden yola çıkılarak yaş aralıkları açısından yoganın daha genç kesim kadar ileri ve orta yaş gruplarına da hitap ettiği fark edilmektedir. Meslek grupları anlamında; yogayla yoga merkezlerine giderek ilgilenenlerin sosyo-ekonomik seviyesi yüksek insanlardan oluştuğu; yüksek gelir grubuna sahip olmayan yoga yapanların daha ziyade evde uyguladıkları bilgisine ulaşılmıştır. Katılımcıların büyük kısmı ifadelerinde yogayla ilgilenme nedenlerini manevi/ruhsal amaçlara dayandırmaktadır. Bu kapsamda elde edilen veriler ışığında katılımcıların bazıları ruhsal sebepli depresyon/psikolojik bunalımlar/endişelerle alakalı ruhi bir dinginleşme; bazıları merak/ruhsal ve kişilik anlamında beklentiler; diğer bir kısmı ise zihni bir sakinleşme veya yavaşlama gibi alanlarda zihinlerini ve bedenlerini eğitime amaçlarıyla yogayla ilgilendiklerini söylemişlerdir. İfadeler şu şekildedir;

“Yoga deyince, herkesin vardır ya önyargıları. Benim de direk aklıma bağdaş kurup oturduğumuz bir meditasyon geliyordu. Bir yaz günü sosyal medyada geziniyordum. Bir kadının 30 günlük bir yoga programı olduğunu gördüm. Onunla başladım ama sonra stüdyoya gidip grup derslerine başladım... İlerledikçe insan daha da motive oluyor” (K6).

“Ben hep sporla uğraşıyordum zaten. Fitness, koşu, pilates, spor bunlar çok sıkıcı dedim ve sosyal medyada sevdiğim bir kadının yoga çalışmalarını gördüm. Farklı geldi. Bunu da denemek istedim” (K11).

K6 ve K11 henüz yirmili yaşlarının ilk yarısında olmanın avantajını yaşayarak sosyal medyanın onlara sunduğu bir imkân sonrasında hayatlarına yogayı dâhil etme fırsatı yakalamışlardır. Tüketim çağı olarak ifade edilen günümüz dünyasında sosyal medyanın duruma ivme kazandırması ile yoga da yeni bir tüketim alanına dönüşmüştür. İfadelerde

İnanç Pratiklerinin Dönüşümüne Dair Sosyolojik Çıkarımlar:

Yoga Deneyimi Üzerine Nitel Bir Araştırma

belirginleşen yogayla ilgilenme nedenlerinden “merak ve deneyimleme”; Adorno ve Horkheimer’in (2010) kültür endüstrisi kavramını akla getirmektedir. Yeni dini hareketlerin içerisinde yer alan yoganın dini ve ruhani doktrinlerle kitlelerin hizmetine sunulması inancın endüstrileşebildiğini örneklemektedir. Burada yoga ve meditasyon amacını oluşturan asıl unsurlardan bağımsızlaşarak gösteriş değeri ile popüler amaçlara hizmet eden kitleleştikçe endüstrileşen bir meta gibi görünmektedir. Gençlerden ziyade yetişkin katılımcıların yogayı hayatlarına katmaları daha ziyade fiziksel amaçlarla gerçekleşmiş görünmektedir, bunlardan biri 62 yaşındaki K7’dir:

“...Mesleğimin getirdiği zorluklardan dolayı boynumda devamlı ağrılar oluşuyordu. Bu ağrılara çare bulmak için yılda bir iki kere fizik tedaviye gidiyordum. Ama artık tıp da yogayı kabul ediyor. Oradaki doktor bana, senin bu kaslarını devamlı hareket ettirmen gerekiyor çünkü bu kaslar kıaldıkça aynı problemleri tekrar yaşayacaksın dedi”.

55 yaşındaki K15, K7 gibi doğrudan sağlık sıkıntılarıyla yogaya başlamamışsa da zamanla yogadaki devamlılık amacı buna evrilmiştir. K15’in yogayı hayatına dâhil etme hikayesi şu şekil de olmuştur:

“Yogayla 20 yıl önce tanıştım. O zamanlar ciğerlerimle ilgili sorunlarım olduğu için yogayı sürdürememiştim. Ama sonra öğrendim ki ona da iyi geliyormuş, devam ettim. . Ama yoga benim için kesinlikle bir hayat felsefesi. Yoga sadece fiziksel değil; ruhsal, düşünsel, insanın yaşama nedeni”.

45 yaşında olduğunu söyleyen K5 de aynı K7 ve K15 gibi kronik hastalıklarla mücadele edebilmek niyetiyle yogayı hayatına dâhil etmiştir. Daha sonrasında yogayla yoluna eğitmen olarak devam etmiştir. Başlangıç hikâyesi ise şu şekildedir:

“...ticari bir hayatım oldu 20 yıl kadar. Ticari hayatın bana getirdiği bazı hastalıklar oldu; bel fıtığı boyun fıtığı gibi... kronik hastalıklarım sebebiyle başladım yogaya. Aslında başlangıçta yogayı yaşam felsefesi yapmak bu yolda ilerlemek gibi bir düşüncem yoktu. Önce amaç kendimi şifalandırmaktı. Ve şifalandıkça bu şifanın benden diğer insanlara aktığını fark ederek yaşam yolumu tamamen değiştirip 7 yıldır yogayı yaşam stilim haline getirdim” (K5).

Zihinsel anlamda sakinleşme ve yavaşlama konusunda “zihin ve beden eğitimi” için edinilen yoga alışkanlığına dair beklentiler Giddens’in (1990) ontolojik güvenlik hissi kavramını akla getirmektedir. Yoganın hayatlarına eşlik etmesiyle sağladıkları faydanın fiziksel/bedensel olduğunu söyleyen katılımcıların tamamı beklentilerine müspet bir geri bildirim yaşadıklarını ifade etmektedir. Katılımcıların yoga yapma nedenlerinin daha çok fiziki sağlık durumları olmasıyla birlikte, az bir kesimin statü elde etmek ve yine az bir kesimin yoga felsefesine yakın olmak için yoga yaptıkları kaydedilmiştir.

“Genelde fiziksel sağlık amaçlı gelinmekte. Fakat gelme sebeplerini ikiye ayırmak lazım. Katılımcılarımızın bir kısmı evet sağlık amaçlı gelmekte ama bir diğer kısmı statü amaçlı gelmektedir. Anadolu erkeğinin bu tip şeylere bakış açısının değişmesi lazım... Yoganın prestij kıran bir şey olduğunu düşünüyorlar, tayt mı giyeceğiz diyorlar. Fakat işin içine girince çok keyif alıyorlar” (KodANK).

Bu sözler; yoganın kadınlar arasında prestij kazandıran bir durum olarak algılanmasına karşın erkekler tarafından imaj zedeleyen bir durum olarak düşünüldüğünü zihinlere bırakmaktadır. Öyle ki yapılan şey kadınlar için de erkekler için de aynı iken, gerçekte yoga için şekli giyiniş kaidesi olmadığı gibi rahat kıyafetler giymek yeterli olacaktır. Bu durum tüketim kültürüyle doğrudan ilişkilendirilebilir. Tüketim toplumlarında birey neyi ne şekilde ve ne ölçüde tüketiyorsa bu onun toplumdaki konumunu belirler. Baudrillard’a göre(2016) statü veya toplum dâhilinde söz konusu konum tüketim vasıtasıyla elde edilen bir şeydir. Toplumların tükettikleri mallar ve kültür zamanla Baudrillard’ın ifade ettiği gibi, belli bir yaşam tarzını, prestiji, gösterişi ve otoriteyi dile getiren “işaret değeri”ni göstermektedir. Sonucunda fertlerin tüketecekleri her ne ise, kendilerine katacağı işaret değeri için o şey satın alınmaya başlanmış olmaktadır. Kadim pratiklerin yeni kuşaklara iç derinliği azalarak aktarılıyor olması; bir değer tüketimi söylemi olarak Baudrillard’ın (2016) “işaret değeri” kavramıyla ilişkilendirilebilir. Katılımcıların yogadan beklentileriyle alakalı cevaplarda en fazla görülen ifade bireysel gelişimdir. Bu hususta yeniçağ hareketlerinin başlıca hedefi olan bireyden hareketle toplumsal iyileştirme amacı öne çıkmaktadır. Bronfenbrenner’a göre (1979: 35); gelişimsel değer ortaya çıkabilmesi için, kişinin gelişim yolculuğunu görünürleştirmede, ferdin algılayışında ya da bireyin hâlihazır konumu ve yaşanan zamanlar üzerinde ola gelen hareketlerinde bir değişiklik ortaya koyduğunun belirlenmesi gerekir. Yoganın kişilerin beden, zihin ve maneviyat üçlüsünde denge ve sağlık açısından olumlu ve bütüncül anlamda bir faydaya sebep olup olmadığı hususunda yoga yapanların mülakatlarda dile getirdikleri ifadeler bu konuda araştırmacıların kafasında da ortak bir fikir oluşmasına yardımcı olmaktadır. Yoga yapıyor olmanın Bronfenbrenner’ın (1979) “gelişimsel değer” olarak ifade ettiği tarzda bireyler üzerinde fayda sağladığı görülmektedir. K1’in öğrencilerinden olan K2’nin yogayı anlamlandırış tarzı şöyledir:

“Bedeni ve ruhi bir bütünleşme. Nasıl söyleyim size; yani bedeniniz size sadece bir madde. Anlatabiliyor muyum? Bu maddeyi ruhunuzla yönlendiriyorsunuz. Böyle tarif edebileceğim size. (K1) hanım kadar çok bilimsel tarif edemeyebilirim ama benim anlayışım bu; beden ve ruhun bütünleşmesi; maddeyi ruhla yönlendirmek” (K2).

Moderniteyle beraber beliren anlamsal boşluk ve boşta kalan inanç arzusu çıkmazı yapılaşma teorisinde Giddens’in (1990) ontolojik güven bağlamında değerlendirdiği bir kavram

İnanç Pratiklerinin Dönüşümüne Dair Sosyolojik Çıkarımlar:

Yoga Deneyimi Üzerine Nitel Bir Araştırma

olan “rutinleştirme” ile ifade edilmiştir. Bir kısım katılımcıya göre din ve manevi faaliyetlerin ayrı tutulması gerektiğine dair yorumları Berger’in (2002) endüstri toplumunun sonrasında ortaya çıktığını söylediği “özel alan” kavramını hatırlatmaktadır. Özel alan, bireyin çeşitli gönüllü ilişkiler aracılığıyla kendini gerçekleştirme veya tatmin bulma beklentisi içinde olduğu, ekonomik ve siyasi alanlardan farklı bir sosyal yaşam alanıdır. Bu alan, hem yapısal öğeler hem de sosyal-psikolojik özellikler taşır. Yapısal olarak, sosyal denetimin ya hiç olmadığı ya da oldukça azaldığı ve bireyin kendi hayatını düzenleme konusunda önemli bir esneklik kazandığı bir alandır. Sosyal-psikolojik açıdan ise, kişinin kendini gerçekleştirdiği ve kişisel doyum sağladığı bir alan olarak görülür. Bu bağlamda, günümüz modern toplumunda din ve manevi faaliyetler genellikle "iş dışı etkinlikler" olarak kabul edilmektedir. Çünkü birey, "din ile işin bir arada yürümediğini" fark ettikçe, dinsel inançlarını şekillendirmede en fazla özgürlüğe iş dışı özel yaşamında sahip olduğunu deneyimlemektedir (Berger 2002: 163-165). Nitekim katılımcılardan K7’nin dinin anlamına ilişkin yorumları bu teorik yaklaşımı örneklendirmektedir. İfadeler şu şekildedir:

“Bu konuya çok kafa yormadım... Ben mühendis olduğum için analitik bir insanım. Din benden uzak bir yerde konumlanıyor. İnançlarım benle beraber ama bir toplulukta baktığında; İş hayatına baktığın zaman, iş kadınıyım ben sonuç olarak. Dünyanın merkezinde konumlanmamalı...” (K7).

Yogayla ilgilenenlerin neredeyse yarısının yoga eğitmeni olduğu belirlenmiştir. Bu da yogayla ilgilenenlerin bir taraftan zamanla yogayla ilişkilerini profesyonel bir boyuta taşımak istediklerini gösterirken diğer taraftan yoga inancında felsefi derinliğe erişmenin yollarından birisi olarak da bu durumu değerlendirebilmek mümkün görünmektedir. İnanç pratikleri bağlamındaki sorulara verilen yanıtlarda, katılımcıların neredeyse tamamı yoga ve inanç pratiklerini birbirine oldukça benzer bulduklarını belirtmiştir. Bununla birlikte, aynı katılımcılar din ile yoga arasında bir bağlantı olmadığını, dinin bir inanç sistemi, yoganın ise bir felsefe olduğunu ifade etmişlerdir.

İnanç Pratikleri ve Yoga İlişkisi

Çalışmanın merkezinde yer alan inanç pratikleri ile yoga arasındaki ilişkiyi anlamak adına yöneltilen sorularda, katılımcıların büyük bir kısmı yogayı dinden ayrı bir olgu olarak değerlendirmiş; ancak yoga ve dini inanç pratikleri arasında benzerlik olduğunu belirten cevaplar vermişlerdir. Bu durum, Touraine’in (2016) eski sosyal hareketlerden farklı olarak çağdaş sosyal hareketlerin sanayi sonrası toplumlarda ekonomi temelli değil, kimlik ve yaşam standartları üzerinden ilişkiler ürettiğine dair tespitini hatırlatmaktadır. Aynı şekilde

Habermas'ın (2001) tehlike altında gördüğü bazı yaşam tarzlarının nasıl korunacağı ya da yeni yaşam tarzlarının hayata nasıl geçirileceğine dair sorusunun (Çayır 1999: 16-20) cevap projeksiyonlarından birisi olarak, ana referans noktası dini inançlar olan kadim pratiklerin her yeni kuşakta yaşadığı dönüşüme ve bu pratiklerin giderek yerini yeni meditatif uygulamalara bırakmasına dikkat çeker niteliktedir. İnanç pratiklerinin kendi içerisinde de bir dönüşüm yaşadığını düşünen katılımcılardan biri olan K6 bu dönüşümü olumlu değerlendirme nedeninin eskiye oranla daha çok düşünölmeye başlamasından kaynaklı olabileceğini şu ifadelerle derinleştirmiştir:

“Din hepimizin içinde olan bir şey; dinsiz, ateist bile zor durumda kaldığında bir anda iman edebiliyor. Hepimizin içerisinde bir inanma istediği var bir şekilde o açığa çıkıyor. İnanç pratikleri tabii bir dönüşüm geçirdi. Bunun bir yirmi yıl öncesi ve şu an arasında çok fark var. Belki insanlar evriliyor belki çağ evriliyor. Aslında toplum aynı toplum ama fikirlerimiz şimdi çok daha özgür... şimdi insanlar daha mı çok düşünmeye vakit ayırıyor. Bir yandan bakınca da güzel bir şey bu dönüşüm herkesin bir fikrinin olması. Artık insanlar bunun üzerine kafa yoruyorlar. Gerçekten bir şey var mı, ben neye inanmalıyım, nasıl davranmalıyım. Herkes kendince bir yol buluyor kendince bir din pratiği oluşturuyor belki de”.

Dini ritüeller, toplumsal dayanışmayı pekiştirirken, bireyin kendini toplumun bir parçası olarak hissetmesine de katkıda bulunur. İnanç pratikleri; söz gelimi “tapınma” mensubu olunan din ve kendisine tazimde bulunulan güçle ilişkinin devamlılığına etkisi sebebiyle Durkheim'ın da önem addettiği bir husustur. Durkheim (2010: 570) için bir dini ciddi biçimde uygulayan insanlar gerçekte, inanan kişide inançlarının neredeyse deneysel kanıtı olarak sevinç, iç dinginliği, esenlik, coşku izlenimlerini uyandıran şeyin tapınma olduğunu iyi bilirler. Tapınma, sadece inancın dışavurumunu sağlayan bir işaretler bütünü değil, aynı zamanda inancı yaratan ve düzenli aralıklarla yeniden oluşturan bir araçlar toplamıdır. İster fiziksel ritüeller olsun, isterse zihinsel süreçler, tapınmanın etkisi her zaman belirleyicidir. Durkheim (2010), tapınmanın bu merkezi rolüne vurgu yaparken, onun inancı besleyen ve pekiştiren temel unsur olduğunu belirtmiştir. Benzer şekilde, bazı katılımcıların yoga ile manevi ve ruhsal beklentiler arasında kurdukları bağ, Durkheim'ın insanın inanca duyduğu ihtiyaçla ilgili vurgusu ve Berger'in (Akt. Çiftçi 2002) inanç sistemlerinin anlam dünyasına kaynak olması açısından yaptığı açıklamalarla ilişkili bulunmuştur. Yogayı manevi bir tatmin aracı olarak gören bu katılımcılar, inanç pratiklerinin anlam yaratma işlevine benzer bir boyutta yoga ile bağlantı kurmuşlardır. Katılımcılardan yoga ve inanç pratiklerini karşılaştırmaları istendiğinde 18 katılımcıdan 14'ü benzerliklerinin fazla olduğunu söylemiştir. Örneğin, K5:

“İnanç pratiğinin bendeki açılımı 'kadim öğretisi', biz bu dünyayı deneyimlemeye gelmiş, insan olmaya çalışan ruhani; spiritüel varlıklarız. ..içinde inanç olan, ritüeli olan ciddi

İnanç Pratiklerinin Dönüşümüne Dair Sosyolojik Çıkarımlar:

Yoga Deneyimi Üzerine Nitel Bir Araştırma

anlamda teorik ve pratik emek isteyen her şeye okey. .. Yoga ya da başka bir şey diye ayırmaya asla gerek yok. Ben yogayla yolu gördüm bir başkası İslamiyet ile bir başkası Hristiyanlıkla bir başkası cem evinde bir başkası müzik yaparak görebilir”.

Bazı katılımcıların (K1, K4, K9, K15, K17, K18) yogayı namaza benzettiği görülmüştür. K9 ise yogaya ait pratikleri, özellikle de meditasyonu his yönünden duayla ilişkilendirmiştir:

“Yoga içerisinde öğrendiğimiz her şey aslında iyi bir insan olma ve kendimizle karşılaşma adına bir adım. Bu anlamda ben meditasyonu gerçekten de zihinsel olarak duayla çok eşleştiriyorum...genel anlamda dua ederken, ibadet ederken karşılaşılan o zihinsel rahatlık meditasyon sırasında da gerçekleşiyor. O yüzden birbirine çok yakın özellikleri var. Evet gerçekten de belki namaz kılmak gibi bir his bırakıyor olabilir meditasyon da” (K9).

Yine bazı katılımcılar (K1, K8, K15, K17, K18) inanç ve din olarak ikisinin de ritüellere sahip olduğunu, aydınlanma yolculuğunda rehber görevi üstlendiğini (K6, K7, K11) birine inanmak için diğerinden ayırmaya gerek dahi olmadığını ifade etmiştir.

“Evet ikisi de tutunacak bir dal gibi insanların hayatta kalmasını sağlıyor ama yoga daha bütünsel bir şey. Vücuda hareket katıyor, çakraları açıyor, bedene estetik bir form kazandırıyor, Alzheimer’a dahi iyi geliyor” (K15).

Bu noktada K15’in söylemleri dikkat çekicidir. Semavi dinlerdeki ritüellerin bedeni arındırma ve içsel – ruhani olarak temizleme vurgusu; yine ibadetler esnasında tekrarlanan ifadeler ve okunan duaların zihni aktifleştirdiği yorumlarıyla birleşirken yogada bir bakıma inancı içselleştirmenin yolunu bulduğunu ifade eden katılımcı konuyu şu şekilde dile getirmiştir:

“Tek tanrılı dinlerde ibadetin amacı kendine; zihnine zaman ayırmaktır. Ama yoga daha farklı bir şey. Yogayla inancı içselleştirmeye adım atıyorsun. Yoga senin bu adımı atmanı sağlıyor” (K16).

Diğer taraftan yoga ve inanç pratiklerinin birbirinden farklı olduğunu, yoganın odağının bu dünya olduğunu söyleyen sayıca az katılımcıdan biri olan K12’nin ifadeleri ise şu şekilde olmuştur:

“Yoga daha kapsayıcı; ruhsal, fiziksel, zihinsel, bedensel fayda sağlar. Örneğin inanç pratiğinde bedensel fayda yok. Yoga da amaç cennet-cehennem değil. Ceza korkusu ya da beklenti yok. İhtiyaca göre yaparsın”.

Yeniçağ hareketlerinin yaklaşımı taraftar toplama noktasında oldukça şansa yer bırakmaz niteliktedir. Hem herhangi bir dinin/ideolojinin mensubu bireylere hem de bir dine mensup olmayanları bir çatı altında toplamayı hedefleyen bu hareket, sentez bir din felsefesi

yaklaşımıyla aynı anda her kesime hitap etmeyi amaçlamaktadır. Moderniteyle beraber anlam dünyası zelzeleye uğrayan ve enkaz altında kalan anlam dünyasıyla sonuç olarak yüzleşilmesi gerekenler listesinde inanç isteği de yerini almaktadır. Yeniçağ hareketleri tam da bu noktada bireyin tutunacağı bir dal olmayı hedeflemektedir. Bununla beraber Giddens’ın ontolojik güvenle ele aldığı kavram olan “rutinleştirme”ye de tekrar gönderme yapmak gerekir. Dini uygulamalar, ruhsal anksiyetenin bilinçdışı kaynaklarını olabildiğince hafifletmeyle alakalı olan rutin, inanç sistemlerini insan varlığı ve toplumlar için rutin niteliğinde tapınma, ibadet ve ritüeller bütünlüğü vasıtasıyla gerçekleştirdiği soyut-manevi güven atmosferi sebebiyle varoluşsal güvenlik duygusunun sağlanması açısından oldukça temel bir mamba konumundadır. Bu yüzden günümüzde ruhani akımlara yönelik alaka artışı ve inanç sistemlerinin yükselişi rastlantı değildir (Gürsoy 2019: 49). Çıkmaza giren dünyayla birlikte fertler de kendi dünyalarında kendilerini kısır bir döngü içerisine hapsolmuş hissetmektedir. Bu noktada da yardımlarına varsa inandıkları dinlerin pratikleri yok ise yahut fayda sağlamadığı düşünülüyorsa da yoga ve diğer inanç biçimlerinin ve buna dair uygulamaların ontolojik güvencilik hissinin zinde kalması için bireylerin hayatlarında rutinleştiği ifade edilebilir. Katılımcıların yoga ve inanç pratiklerine dair sorulara verdikleri cevaplarda öne çıkan vurgular Tablo 3’te biçimsel hale getirilmiştir.

Tablo: 3. Katılımcıların Yoga ve İnanç Pratiklerine İlişkin Düşünceleri

Kod	Yoga beklentinizi ne kadar karşılıyor 0(hiç)-10(çok)	Dahili olduğunuz bir din var mı? Varsa nedir?	İnanç pratiklerini genel olarak ne sıklıkta yapıyorsunuz? Kendinize göre puanlayabiliyor musunuz? 0(hiç)-10 (çok)	İnanç pratikleri sizce işlevsel mi?	Dinin yeryüzündeki yeri nedir?	Din bir dönüşüm geçirmekte mi? öyleyse dönüşüme dair düşünceniz nedir?
K1	10	Yok	-	-	Zorunlu	Zorunlu
K2	10	Deist	7 (eskiden)	Hayır	Merkezde	Zorunlu
K3	7	İslamiyet	5	Bilmiyor	İlk sırada	Doğal
K4	6	İslamiyet	9	Evet	Sınır çizici	Negatif
K5	10	İslamiyet	10 (yogayla)	Genellenemez	Ticaret aracı	Pozitif
K6	8	İslamiyet	6	Evet	Temel ihtiyaç	Pozitif
K7	10	İslamiyet	6	Evet	Benden uzak	Yorumsuz
K8	8	İslamiyet	10	Hayır	Diplerde	Pozitif
K9	10	İslamiyet	3	Hayır	Abartılıyor	Tercih meselesi
K10	8	İslamiyet	8	Beklenti yanlıştır	Zorunlu	Pozitif
K11	8	İslamiyet	2	Hayır	Kontrol aracı	Pozitif
K12	10	Bilmiyor	1	Evet(doğru uygulanırsa)	Kötüye kullanılıyor	Karmaşık
K13	10	Deist	10	Göreceli	Lazım	Pozitif
K14	9	İslamiyet	6	-	Merkezde	İbadete zaman yok

İnanç Pratiklerinin Dönüşümüne Dair Sosyolojik Çıkarımlar:

Yoga Deneyimi Üzerine Nitel Bir Araştırma

K15	10	Deist	10	Göreceli	Öğüt verici	Kültürel bir durum
K16	9	İslamiyet	6	Evet(doğru uygulanırsa)	Toplum düzenleyici	Kişiyile alakalı
K17	8	Bilmiyor	0	Göreceli	Bilemeyiz	Pozitif
K18	8	İslamiyet	5	-	Hayat tarzı	Dönüşüm insanları etkiliyor

SONUÇ

Bu çalışmada, görüşmelerden elde edilen sonuçlara göre inançla ilgili anlatımlarda, inanca dair bireysel algılarının ve kişisel pratiklere atfettikleri anlamının dönüşmesiyle birlikte yoga uygulayıcısı olan katılımcıların temelde anlam arayışına yönelme ve pratik fayda bekleme gibi motivasyonlarla yoga gibi alternatiflere yöneldiklerini ifade etmek mümkündür. Semavi dinlere inanan, özellikle Müslüman katılımcıların deneyimleri göz önünde bulundurulduğunda, dinlerinden bekledikleri faydaya ulaşamamalarının ardından, bazı bireylerin dinden çıkma, deist olma ya da ne oldukları konusunda kararsız kalma gibi belirsizlikler ve anlam boşlukları yaşadıkları gözlenmiştir. Bununla birlikte inanç pratiklerini katılımcıların çoğu yerine getirmeyi sürdürmektedir. Katılımcılardan inanç pratiklerini en fazla yerine getirdiğini söyleyen kişi aslında sonrasında deizme yönelmiş; bu puanlamayı Müslüman olduğu zamanlar adına yaptığını belirtmiştir. Bu not, kişinin inanca fayda sağlama yoluyla eğilmesi ile de ilişkili olarak, inanç pratiklerinden fayda görmediği fikrini geliştirdiğinde sadece alternatif meditatif hareketleri hayatlarına eklemekle kalmadıklarını; bu durumun inanılan dinin terkiyle de sonuçlanabileceğini göstermektedir. Ancak katılımcıların büyük bir kısmı inanç pratikleri yerine fayda sağladıkları bir alternatife yönelmelerine rağmen inandıkları dinin pratiklerini yerine getirmekten de vazgeçmemiştir. Bu durumun temel sebebi, nihayetinde rutinleşen alışkanlıklardan vazgeçmenin zorluğu ve inançların işleyişine göre ibadetlerin yerine getirilmemesi durumunda bir cezalandırılmayla yüzleşebilecekleri, açıkçası yaratıcıdan korktukları yorumlarına dair görüşme notu düşülmüştür. Bu durum inanma prensipleri olarak toplumsal kodları akla getirmektedir. İnanca dair eylemlerin arkasında çoğunlukla iki motivasyon bulunur: “acıdan kaçınmak, iyiye yaklaşmak”. Nitekim Türk toplumunda geleneksel olarak çocuklar eğitilirken halk söylemlerinde somut bir anlatımla acıdan kaçma motivasyonunun izlerine rastlanmaktadır. “Allah yarar”, “cehennemde yanarsın” gibi ifadeler bu duruma örnektir. İnanç motivasyonu kişilerin inanç pratiklerine yüklediği anlam hususunda kilit bir noktaya sahiptir. Öyle ki çalışmanın teorik kısmında bahsedildiği üzere Budizm benzeri tanrısız dinlerde cehennem gibi bir tehdit ve cennet gibi bir müjde bulunmamaktadır. Bütünüyle

kendini gerçekleştirmek ve yükseltmek üzerine inşa edilmiş bu tarz dinler ve semavi dinler arasındaki en büyük farklardan biri bu husustur. O nedenle çocuklukta eğitilirken din ile korkutulmuş fertlerin; dinin zihin dünyalarında ilk izleri olumsuz bir temel üzerine otururken bu durumun büyüü bozulmuş modern dünyanın rasyonel karakteri ile uyuşmayacağı açıktır. Dolayısıyla bireylerin inanca ve kutsala yükledikleri anlam bağlamında meditatif pratikler içeren ve tek hedefi bireyi daha iyi bir noktaya ulaştırmak olan alternatiflere yönelmesinin yolu günümüzde çok daha kolay gözükmektedir. Fakat tüm bu görüntünün aksine, görüşme verileri çerçevesinde rastlanan maneviyata olan ilgideki artış Max Weber'in (1997) "dünyanın büyüünün bozulacağı" kehanetinin günümüz koşulları içerisinde tam anlamıyla gerçekleşmediği, insanların bir biçimde Weber'in büyü olarak ifade ettiğinden tabiri caizse kendilerini alamadıklarını göstermektedir. "Büyüsü bozulmuş" ifadesinde, dünya görüşündeki derin anlamların ve manevi deneyimlerin kaybolmuş olduğu, insanların yaşamlarında daha fazla mekanik ve yüzeysel bir yaklaşım benimsediği anlatılmak istenirken süreç içerisinde bireyin kendini yalnız ve yabancı hissetmesine, manevi tatmin arayışı içinde olmasına da işaret etmektedir. Dolayısıyla bu manevi tatmin arayışı; belki de Weber'in (1997) ifadesiyle insanın kendisini modern dünyada sıkışmış hissettiği "demir kafesi" aşma yollarından birisi olarak meditatif hareketleri karşımıza çıkmaktadır. Nitekim çalışmada görüşülen katılımcıların din ile alakalı soruları cevaplama biçimleri; din yaklaşımında yeni çağ ruhsallığı vurgulanmasında, küreselleşmenin etkisi nedeniyle, son yıllarda birçok alanda seri biçimde gerçekleşen toplumsal dönüşüm nedeniyle bir kesim bireylerin inançla ilişkisini fayda üzerinden kurması ve muhafazakâr dinlerden uzaklaşarak mistik, terapötik ve büyüsel inanç biçimlerine ve konulara yaklaştığını gösteriyor.

Sonuç olarak çalışma kapsamında elde edilen nitel araştırma verileri bireylerin bilincinde olduğu ve belirttiği gibi inanç pratiklerinde görece bir dönüşüm göstermektedir. Bahsedilen dönüşüm güncel çalışmalardan birisi olan Dökücü 'nün (2024) Türkiye'de farklı illerde yoga merkezi üyeleri ile gerçekleştirdiği meditasyon ve yogaya yönelik ilginin dindarlık ile ilişkisini konu eden nitel araştırmanın sonuç bulgularını desteklemektedir. Adı geçen çalışmanın sonuç bulgularında maneviyatın dönüşmeye başladığı ifade edilmiştir. Bu çalışmada ise katılımcılar bahsedilen dönüşümün bilginin özüne ulaşılma ve inançları kendi yararına kullanma isteği ile bütünleştiği fikrindedir. İbadetin öneminin fark edilmesi ancak kendi inanma araçlarının içinin boşalmış olarak hissedilmesi fertleri inanç pratikleri alternatiflerine yönlendirmektedir. Yönelinen pratikler ise bazen bir meditasyon bazen yoga bazen ise yorumlanmış bir yeni din- ki bu çoğu kez bağlı bulunan dinin yeni bir yorumu- olarak karşımıza

İnanç Pratiklerinin Dönüşümüne Dair Sosyolojik Çıkarımlar:

Yoga Deneyimi Üzerine Nitel Bir Araştırma

çıkılmaktadır. Çünkü birey yaşamın zaman zaman sarsan rüzgârlarında savrulmamak adına bir dala tutunma, ya da güvenli bir liman bulma gereksinimini bir şekilde gidermeye adeta mecbur görünmektedir.

EXTENDED ABSTRACT

The effect of modernization on the individual and public representation of faith transforms existing modes of belief. Consequently, it is observed that some individuals reposition their beliefs within their lives, driven by specific motivations. For individuals seeking ways to cope with this transformation, new-age movements or meditative practices associated with these movements—emerging alongside modernization—provide alternatives. Thus, within the sociological conditions described by postmodern social theories, modern individuals seeking a safe ground for themselves are observed to engage in activities aimed at spiritual healing. In doing so, they also restructure their behaviors, relationships, and lifestyles accordingly. Social structure is the totality of social relationships formed through human interaction. These interactions consist of beliefs, thoughts, and principles that constitute social reality. Although this process is often perceived as "natural," every interaction within social reality leads to various transformations.

Faith practices encompass significant cultural elements within the context of spiritual and mental processes. Yoga, referencing a general state of well-being, is a comprehensive system that aims to achieve mental tranquility and maintain physical health for humanity. This is achieved by combining ethical principles and moral rules with specific technical physical practices. Although historically rooted in ancient traditions and not ontologically regarded as a "religion," yoga is now considered one of the new religious movements within modern social movements, explaining transformed forms of belief.

This study aims to understand individuals' faith practices, the meanings and values they attribute to these practices, and how they reflect them in their daily lives and relationships through the experience of yoga. The study consists of a theoretical section that discusses topics such as faith, sociology's perspective on faith, and new-age movements, including yoga, as well as an applied section featuring qualitative research data. In the theoretical framework, an attempt will be made to ground belief and the relationship with a higher entity in historical context, referencing the sociology of religion. The theoretical and conceptual background includes modern social theories, prominent ideas related to the subject, and perspectives on

new-age movements. This allows for an exploration of trends towards belief-related movements within the relevant literature. In the applied section, qualitative research data derived from interviews with participants, including center operators, instructors, and practitioners, will be analyzed.

This study aims to understand the underlying factors that lead individuals to explore alternatives like new religious movements within their belief practices, focusing on the desire to believe. Qualitative research techniques are utilized to examine how individuals evaluate their existence in ordinary or extraordinary life flows and how they use yoga as a functional strategy for coping. Qualitative research enables scientists to interpret and describe complex social phenomena during the data collection and analysis stages. For this reason, qualitative methods offer researchers the opportunity to observe a subject in its most natural form. In this context, the dynamics that lead individuals to explore differences in belief practices, such as new religious movements, were analyzed using data collected through interview techniques.

The study specifically aimed to delve deeper into the meaning of faith and religion for those who experience yoga, employing a phenomenological research technique. This method, chosen for data collection, allows the researcher to gather in-depth information. Data for the study were obtained using the snowball sampling technique, while semi-structured open-ended questions were used as the primary data collection tool. The insights gained from the interviews regarding participants' yoga experiences and the meanings they attribute to them were thematically categorized and analyzed. This study examines yoga as a global phenomenon, exploring its role in practitioners' lives and the meanings they attach to it. Participant interviews provided insights into how individuals were introduced to yoga, their expectations from it, and how they compare it to their belief practices. These analyses addressed both spiritual-mental and physical dimensions. Throughout the research process, findings were presented comprehensively by integrating theoretical background with field research results. Interviews were conducted with 6 studio owners/managers and 18 participants from cities including İzmir, Istanbul, Ankara, Kayseri, and Konya, aiming to understand the profiles of those interested in yoga.

According to the interviews, participants pursuing yoga often express motivations such as seeking meaning and expecting practical benefits. Participants with a background in Abrahamic religions, particularly Islam, mentioned experiencing ambiguities and existential gaps, such as leaving their faith, becoming deist, or feeling uncertain about their beliefs.

İnanç Pratiklerinin Dönüşümüne Dair Sosyolojik Çıkarımlar:

Yoga Deneyimi Üzerine Nitel Bir Araştırma

Despite this, many participants continued to practice their religious rituals, even while engaging in alternatives like yoga. The primary reason appears to be the difficulty of abandoning routines and the fear of divine punishment for neglecting religious practices. Such sentiments reflect societal codes behind belief principles, often tied to motivations like "avoiding pain and seeking goodness." The influence of fear-based upbringing in Turkish society, where phrases like "God will punish you" or "You will burn in hell" are common, highlights the impact of early religious education. When such fear-based notions collide with the rational character of modernity, individuals may gravitate toward alternatives like yoga that focus solely on self-improvement.

Qualitative data reveal a relative transformation in belief practices. Participants describe their journey as seeking deeper knowledge and utilizing faith practices for personal benefit. Some noted that dissatisfaction with religious rituals led them to explore alternatives such as meditation or yoga, or reinterpretations of their existing faith. Despite these shifts, most participants did not entirely abandon their religious practices, demonstrating the influence of ingrained habits and fear of divine consequences. This study shows that yoga, as a meditative practice, is often embraced by individuals seeking refuge from life's challenges or as a secure harbor during turbulent times. Whether seen as meditation, a form of exercise, or even a reinterpreted new religion, yoga provides a significant outlet for individuals searching for meaning and balance in modern society.

KAYNAKÇA

- Adorno, T. W., Horkheimer, M. (2010). *Aydınlanmanın Diyalektiği*, N. Ünler ve E. Öztarhan Karadoğan (Çev.), İstanbul: Kabalıcı (1944/1969).
- Akarsu, B. (1988). *Felsefe Terimleri Sözlüğü*, İstanbul: İnkılap.
- Alter, J. S. (2013). Yoga at the Fin de Siècle: Muscular Christianity with a ‘Hindu’ Twist, in *Muscular Christianity and the Colonial and Post-Colonial World* (59-76).
- Altizer, T. J. J. (1963). *Eliade and the Dialectic of the Sacred*, Philadelphia: Westminster.
- Amini, M., Ouassini, A. (2020). Divergent Islamic Perspectives: Yoga Through The Lens Of Societal Custom, *Culture and Religion*, 21(2), 199-214. Doi: <https://doi.org/10.1080/14755610.2021.1923539>
- Aron, R. (2000). *Sosyolojik Düşüncenin Evreleri*, K. Alemdar (Çev.), Ankara: Bilgi.
- Arslan, M. (2006). Değişim Sürecinde Yeni Dindarlık Formları: “Yeni Çağ” İnanışları Örneği, *Değerler Eğitimi Dergisi*, 4(11), 9-25.
- Ataşağın, G. (2006). Jainizm, *Necmettin Erbakan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 21(21), 267-297.
- Aydın, M. (2014). *Sistemik Din Sosyolojisi*, İstanbul: Pınar.
- Barker, E. (1992). *New Religious Movements*, London: HMSO.
- Baudrillard, J. (2016). *Simülarklar ve Simülasyon*, O. Adanır (Çev.), Ankara: Doğu Batı.
- Berger, P. L. (2002). Dini ve Toplumsal Kurumların Değişimi, A. Çiftçi (Der.), *Din ve Modernlik- Toplum Bilim Yazıları I içinde* (121-174), A. Çiftçi (Çev.), Ankara: Ankara Okulu.
- Bharati, S. V. (2001). *Yoga Sutras of Patanjali* (Vol. 3), Delhi: Motilal Banarsidass.
- Bilgin, A. (2014). Din, Dindar, Dindarlık: Özeleştiril bir Değerlendirme, *ANEMON Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(2), 75-84.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design* [Elektronik Sürüm], Cambridge, Massachusetts, London: Harvard University.
- Ceyhan, D., Yiğit, T. T. (2016). Güncel Tamamlayıcı ve Alternatif Tıbbi Tedavilerin Sağlık Uygulamalarındaki Yeri, *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 6(3), 178-189.
- Comans, M. (1993). The Question of the Importance of Samādhi in Modern and Classical Advaita Vedānta, *Philosophy East and West*, 19-38.
- Comte, A. (2015). *Pozitif Felsefe Dersleri ve Pozitif Anlayış Üzerine Konuşma*, E. Ataçay (Çev.), Ankara: Bilgesu.
- Creswell, J. W. (2020) *Nitel Araştırma Yöntemleri*, M. Bütün ve S. B. Demir (Çev.; Ed.), Ankara: Siyasal Kitabevi.
- Çayır, K. (1999). *Yeni Sosyal Hareketler*, İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- D’Silva, P. J. (2020). Islam, yoga and meditation, Suzanne Newcombe & Karen O’Brien- Kop (Eds.), in *Routledge Handbook of Yoga and Meditation Studies* (212-225), London: Routledge.
- Davis, W. (2004). *Din Sosyolojisi*, İ. Çapcıoğlu (Çev.), AÜİFD XL V (2004), 11, 291-308.

İnanç Pratiklerinin Dönüşümüne Dair Sosyolojik Çıkarımlar:

Yoga Deneyimi Üzerine Nitel Bir Araştırma

- De Michelis, E. (2005). *A History Of Modern Yoga: Patanjali And Western Esotericism*, A&C Black.
- De Michelis, E. (2008). Modern Yoga: History and forms, in *Yoga in The Modern World* (29-47), London: Routledge.
- Desikachar, T. K. V. (1999). *The Heart Of Yoga: Developing a personal practice*, Simon and Schuster.
- Devananda, S. V. (2011). *The Complete Illustrated book of yoga*, New York: Three Rivers.
- Dods, M. (1887). *Mohammed, Buddha, and Christ; Four Lectures on Natural and Revealed Religion*, London: Leopold Classic Library (2016).
- Douglas, A. (2001). Eliade's View of The Study of Religion as the Basis for Cultural and Spiritual Renewal, B. S. Rennie (Ed.), in *Changing Religious World and End of Eliade*, New York: State Uni. of Newyork.
- Dökücü, M. (2024). Yoga ve Meditasyona Yönelik İlgi ve Dindarlık Eğilimleri İlişkisi Üzerine Nitel Bir Araştırma, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üniversitesi-Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Durkheim, E. (2010). *Dinsel Yaşamın İlk Biçimleri*, Ö. Ozankaya (Çev.), İstanbul: Cem.
- Eliade, M. (2004). *Dinin Anlamı ve Sosyal Fonksiyonu Menşe"lerin Özlemi*, M. Aydın (Çev.), Konya: Din Bilimleri.
- Eroğlu, A. H. (2022). Avrupa'da Yeni Din Anlayışları ve Türkiye, *Düşünce Dünyasında Türkiiz*, 2(7), 111-118.
- Eşmeli, İ., Topal, S. S. (2019). Yeni Dini Hareketler ve Kurtuluş Öğretisi, *Universal Journal of Theology*, 7(2), 91-107. Doi: <https://doi.org/10.56108/ujte.1201063>
- Feuerstein, G. (2003). *The Deeper Dimension of Yoga: Theory and Practice*, Boston: Shambhala.
- Fishbein, M., Raven, B. H. (1962). The AB Scales: an Operational Definition of Belief and Attitude, *Human Relations*, 15(1), 35-44. Doi: <https://doi.org/10.1177/001872676201500104>
- Fortacı, T. (2023). Dünya Küçülürken Din Genişliyor Mu? Kolonyalizm ve Küreselleşme Döneminde Dini Etkileşimin Dinamikleri, *Balıkesir İlahiyat Dergisi*, 17, 381-391.
- Fowler, J. W. (1992). The Vocation of Faith Development Theory, Fowler, Nipkow and Schweitzer (Eds.), in *Stages of Faith and Religious Development: Implications for Church, Education and Society*, London: SCM.
- Frankl, V. (2000). *İnsanın Anlam Arayışı: Logoterapiye Giriş*, S. Budak (Çev.), Ankara: Öteki.
- Giddens, A. (1990). *Modernliğin Sonuçları*, E. Kuşdil (Çev.), 4. Baskı, İstanbul: Ayrıntı.
- Gökçe, B. (2007). *Toplumsal Bilimlerde Araştırma*, 7. Baskı, Ankara: Savaş.
- Günay, Ü. (1998). *Din Sosyolojisi*, İstanbul: İnsan.
- Gürsoy, S. (2019). Tüketim Toplumu ve Ontolojik Güvenlik Erozyonu Dâhilinde Yükselen Akım "Yoga", Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi-Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Habermas, J. (2001). *İletişimsel Eylem Kuramı, İşlevselci Aklın Eleştirisi Üzerine*, M. Tüzel (Çev.), İstanbul: Kabalıcı.
- Iyengar, B. K. S. (1966). *Light on Yoga*, New York: Schocken.
- İnci, S. (2019). Selanik Piskoposu Grigorios Palamas ve Ortodoks Hristiyan Kilisesinde Hesyatik Gelenek, *Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 21(2), 929-948. Doi: 10.26468/trakyasobed.467844
- Kahya, E., Macun, İ. (2001). Hint Biliminin Günümüz Bilimine Katkılarının Kısa Bir Değerlendirmesi, *Belleten*, 65(242), 63-74. Doi: <https://doi.org/10.37879/belleten.2001.63>
- Kanbir, F. (2024). Yoga Culture in the Context of Modernity and Ontological Security: A Qualitative Research on Yoga Instructors and Practitioners, *Journal of Sociological Context*, 5(1), 27-50. Doi: <https://doi.org/10.52108/2757-5942.5.1.2>
- Karaboğa, D. Ö. (2019). Modern Yoganın Toplumsal Sınıf ve Toplumsal Cinsiyet Bağlamında Nitel Analizi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi-Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Kesarcodi-Watson, I. (1982). Samādhi in Patañjali's Yoga Sūtras, *Philosophy East and West*, 77-90.
- Koştaş, M. (1995). Auguste Comte'un Din Sosyolojisi, *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 34(1-4), 67-74.
- Kripalani, K. (1958). All Men are Brothers: Life and Thoughts of Mahatma Gandhi, As Told in His Own Words, Switzerland: UNESCO
- Kurtbaş, M. (2022). Din ve Tıp (Sekülerleşme Perspektifinden Bir Yaklaşım)-Talip Demir, *Daruşşifa İslam Tıp Tarihi Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 94-98.
- Ok, Ü. (2005). Bir Aktivite Sistemi Olarak "İnanç": İnanç Gelişimine Sosyo-Kültürel Bir Yaklaşım, *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 5(1), 111-134.
- Okumuş, E., Baltacı, A. (2020). Din Sosyolojisinde Emile Durkheim-Bir Giriş Denemesi, *İslami Araştırmalar*, XXXI/1, 32-49.
- Touraine, A. (2016). *Krizden Sonra*, O. Kunal (Çev.), İstanbul: YKY.
- Ünlü, Ö. (2023). Hobbes, Schmitt ve Agamben'de Politik Teoloji Sorunu: Egemen Kimdir?, *Felsefi Düşün: Sekülerizm, Post-Sekülerizm ve Demokrasi*, 20, 174-198.
- Weber, M. (1997). *Protestan Ahlakı ve Kapitalizmin Ruhu*, Z. Aruoba (Çev.), İstanbul: Hil.
- Yarcı, S. (2014). Pierre Bourdieu'da Sosyal Sermaye Kavramı, *Akademik İncelemeler Dergisi*, 6(1), 125-135.
- Yıldırım, A., Şimşek H. (2005). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*, Ankara: Seçkin.
- Yılmaztürk, F. (2003). Mircea Eliade'nin Kutsal Anlayışı, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi- Sosyal Bilimler Enstitüsü.

İnanç Pratiklerinin Dönüşümüne Dair Sosyolojik Çıkarımlar:

Yoga Deneyimi Üzerine Nitel Bir Araştırma

Makale Bilgisi/Article Information

<i>Etik Beyan:</i>	Bu çalışmanın hazırlanma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere uyulduğu ve yararlanılan tüm çalışmaların kaynakçada belirtildiği beyan edilir.	<i>Ethical Statement:</i>	It is declared that scientific and ethical principles have been followed while carrying out and writing this study and that all the sources used have been properly cited.
<i>Çıkar Çatışması:</i>	Çalışmada kişiler veya kurumlar arası çıkar çatışması bulunmamaktadır.	<i>Conflict of Interest:</i>	The authors declare that declare no conflict of interest.
<i>Yazar Katkı Beyanı:</i>	Birinci yazarın makaleye katkısı %50, ikinci yazarın makaleye katkısı %50'dir.	<i>Author Contribution Declaration:</i>	The contribution of the first author to the article is 50% and the contribution of the second author to the article is 50%.
<i>Mali Destek:</i>	Çalışma için herhangi bir kurum veya projeden mali destek alınmamıştır.	<i>Financial Support:</i>	The study received no financial support from any institution or project.

