



Apjir/ e-ISSN: 2602-2893

Cilt: 8, Sayı: 3, 2024, ss. 612-623/ Volume: 8, Issue: 3, 2024, pp. 612-623

Journal homepage: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/apjir>



KİTAP KRİTİĞİ/BOOK REVIEW

MANEVİ DANIŞMANLIK VE REHBERLİK MANEVİYAT PSİKOLOJİSİ VI

Atak, Mustafa-Bulut, Sefa (ed.). *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Maneviyat Psikolojisi VI*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 2024. ISBN: 9786253976750.

Sümeyye DOĞAN

Lisans mezunu, Sakarya Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Sakarya
Bachelor's degree, Sakarya University Faculty of Letters, Sakarya/ Türkiye
sumeyye.dogan@ogr.sakarya.edu.tr
orcid.org/000009-0001-5391-8902
ror.org/04ttnw109

Öz

İslami psikoloji, bireyin dini inançlarıyla uyumlu bir tedavi yaklaşımı geliştirerek modern psikolojiyle denge kurmayı hedefler. Manevi yaklaşımların terapiye entegre edilmesi hem de ruhsal boyutları ele alan daha etkili bir yöntem sunar. Pozitif psikoloji üzerine yapılan araştırmalar anlam, amaç ve aidiyet gibi unsurların bir bireyin kişiliğinin ayrılmaz parçaları olduğunu göstermektedir. Bu unsurları dikkate alarak, insanı yalnızca fiziksel değil metafizik açıdan da ele alan İslami psikoloji, modern psikolojinin sınırlarını genişletir. Bu disiplinlerin bir araya gelmesi hem de ruhsal iyileşmeyi destekleyen, kapsamlı ve şefkatli bir terapötik model ortaya çıkarır.

Anahtar kelimeler: Manevi Danışmanlık, Psikolojik Sağlık, Dini Danışmanlık, Manevi Değerler, Modern Psikoloji, Anlam Arayışı, Manevi Huzur

SPIRITUAL COUNSELING AND GUIDANCE SPIRITUALITY PSYCHOLOGY VI

Abstract

Islamic psychology aims to establish a balance with modern psychology by developing a treatment approach that aligns with an individual's religious beliefs. Integrating spiritual approaches into therapy offers a more effective method that addresses mental and spiritual dimensions. Research in positive psychology highlights that meaning, purpose, and belonging are integral aspects of a person's identity. By considering these elements, Islamic psychology broadens the scope of modern psychology, approaching the individual not only from a physical perspective but also from a metaphysical one. The merging of these disciplines creates a comprehensive and compassionate therapeutic model that supports both mental and spiritual healing.

Geliş Tarihi: 28.11.2024

Doi: doi.org/10.52115/apjir.1593025

Kabul Tarihi: 08.12.2024

Keywords: Spiritual Counseling, Psychological Health, Religious Counseling, Spiritual Values, Modern Psychology, Search for Meaning, Spiritual Peace

Giriş: Maneviyat ve Psikoloji: Birleşen Yollar

Modern psikolojinin alternatif bakış açılarına yeni ve yerli bir manevi ilgi gösteren maneviyat sempozyumları, insan psikolojisini dinden ve maneviyattan ayrı tutmakla sonuçlanan karışıklığı açıklığa kavuşturma girişimidir. Ruh sağlığı alanı (bazen) maneviyatı ihmal etse de son yıllarda yapılan araştırmalar, manevi yaklaşımların modern terapilere entegrasyonunun tedavi sürecini daha etkili hale getirebileceğini göstermektedir. Bu amaçla sempozyumlar, uygun psikoterapi uygulamaları için İslami psikolojide sağlam bir temel geliştirmenin önemine dikkat çeker ve insan kişiliğini şekillendiren dini yaklaşımlarla ilerler. Özellikle, psikoterapistlerin hastalarının dini inançlarına saygı duyarak nasıl destek sağlayabileceklerine rehberlik eder, çünkü bireyin dini yaşantısının psikolojik danışman tarafından bilinmesi beklenmektedir.

Diğer yandan maneviyat (spiritüalizm) ve psikolojiyi bütünleştirme fikri yeni bir kavram değildir. Tarihsel olarak psikoloji ve psikiyatri alanında çalışan araştırmacılar zihin, ruh ve davranış arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Bazı öncülerin teorileri, manevi psikoloji ile örtüşerek anlam arayışı, aidiyet ve kendini gerçekleştirme konularına vurgu yapar. Örneğin, "ait olmaya" odaklanan Alfred Adler, aşağılık duygusunun üstesinden gelmenin önemini ve (toplumsal) aidiyet duygusunu güçlendirilmesini vurgular. Kişinin daha geniş bir topluluk veya ilahi bir anlayışla derinden bağlantılı olması, kişisel gelişim ve iyileşme için gerekli olan bir bağlantı, aidiyet ve kimlik duygusunu nasıl beslediğini ele alan maneviyat psikolojisi ile örtüşmektedir. Benzer şekilde, hümanistik psikolojinin önemli isimlerinden Abraham Maslow, refah duygusuna ulaşmak için "kişinin ruhsal ihtiyaçlarını karşılamaya" önem vermektedir. İnsanların temel ihtiyaçlarını karşıladıktan sonra kendini gerçekleştirme aşamasına ulaşabileceklerini savunur. Kendini gerçekleştirme, kişisel gelişim ve bireyin olumlu düşünce yapısı ve davranışlarının refahına odaklanan "pozitif psikoloji", manevi psikoloji fikriyle de örtüşmektedir. Yine 20. yüzyılın ortalarında Rollo May ve Viktor Frankl'ın varoluşsal psikolojisi, "yaşamda anlam arayışının zihinsel sağlık için merkezi olduğunu" vurgular. May, insanın özgürlük, kaygı ve sorumlulukla başa çıkma biçimlerine odaklanırken Frankl'ın logoterapisinin vurguladığı acıda anlam bulmanın ruh sağlığı üzerindeki etkisi, spiritüel psikolojide yansıtılan bir yaklaşımdır: kişinin refahının yaşamdaki amaç ve anlam duygusuyla bağlantılı olduğu fikrini paylaşır ve anlam arayışının insandaki birincil motivasyon gücü olduğunu ileri sürer.

Anlam bulma ister inanç yoluyla ister varoluşsal sorular aracılığıyla olsun, ruh sağlığının anahtarı olarak görülür. İslami psikolojik yaklaşımla doğrudan bağlantılıdır. Modern psikolojinin bireysel refahı ele almasına karşın manevi psikolojinin önleyici ve bütünsel yaklaşımı, ruh sağlığı için derin ve kapsamlı bir çerçeve sumaktadır. Bu farklı

yaklaşımların bütünleştirilmesi hem zihni hem de ruhu dikkate alan kapsayıcı, önleyici ve anlamlı bir terapi yaklaşımının gelişmesine katkı sağlayabilir.

İslami Psikolojinin Terapiye Entegrasyonu

Geleneksel psikoloji, özellikle Freudian ve davranışçı yaklaşımlar yoluyla semptomları iyileştirmeye odaklanmıştır. Psikolojik ve manevi yaklaşımın farkını kıyaslırsak psikoloji, insan davranışlarının ve zihinsel süreçlerin veri tabanlı bilimsel çalışmasıdır ve daha çok insan bünyesinin bozulmaya elverişli kimyası ile ilgilenir. Bilimsel bakış açısı ile ölçülebilir dışsal deneyimleri araştırır, kişinin psikolojisinin ait olduğu sosyal gruplardan nasıl etkilendiğini inceler. Yani sistematik olarak deneysel, doğrulanabilir/test edilebilir veya yanlılanabilir. Maneviyat ise kolayca ölçülemeyecek öznel deneyimleri içerir ve daha çok bireyin içsel dengesi ve baştan sağlıklı bir yaşam sürmesi üzerinde durur. Ama manevi inançları kabul eden ve bunları benimseyen bir terapist, danışanın inançları bağlamında mücadelesini anlamlandırmasına, görünmeyen görünmesine yardımcı olabilir. Bu yaklaşım pozitif psikolojinin büyüyen alanıyla da uyumludur. Bu nedenle, psikolojiye yönelik İslami ve manevi yaklaşımlar modern bağlamda yeniden değerlendirilmektedir. Bu değerlendirmeler, kişilerin sorunlarını nasıl ifade edip paylaşımları gerektiği konusunda yol gösteren terapötik iletişim ve etkileşim süreçlerinin önemi artmıştır.

Bu çalışmamızda “Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Maneviyat Psikolojisi VI” adlı kitaptaki makalelerin kısa bir değerlendirilmesi yapılacaktır. Kitaptaki çalışmalar, psikolojik sorunlara manevi perspektiften yaklaşarak insan doğasına, benliğe ve ruha ilişkin İslami anlayışı ve yaklaşımı sunmaktadır. İnsanları yalnızca fiziksel varlıklar olarak görmek yerine hem fiziksel hem de metafiziksel olarak ele alıp değerlendirir. Böylece modern psikolojinin insanı gözlemlenebilir, izlenebilir, ölçümlenebilir ve tek boyuta indirgeyen yaklaşımına daha derin ve geniş bir perspektiften bakar. Her bölümün yazarları, mesleki deneyimlerini, fikirlerini, yöntemlerini ve kanıta dayalı araştırmalarını paylaşarak, İslam psikolojisinin klinik uygulamalardaki durumu hakkında bakış açısı sunmaktadır.

1. Bişr-i Hâfi Etkisi: Bağımlılıkla Mücadelede Maneviyatın Rolü Üzerine Bazı Tespitler

Kitabın ilk makalesinde Bartın Üniversitesi İslami İlimler Fakültesi Din Psikolojisi Ana Bilim Dalı'nda öğretim üyesi olan Dr. Nihal İşbilen'in, bağımlılıkla mücadelede maneviyyatın rolünü ele almıştır. Araştırmacı tanıttığı MTBD-7A modeli ile bağımlılık mücadelesine yönelik yedi aşamalı yaklaşım sunmuştur. Buna göre, manevi danışman, tanışma aşamasında danışanın öyküsünü dikkatle dinler ve onun dini hassasiyeti ile isteğine göre bu aşamaları tanıtır. Bu aşamalar; tövbe, sadakat, emanet bilinci, affetmek, sabretmek, ibadet ve diğer kâmlıktır. Çalışmada bu aşamalar ayrıntılı şekilde açıklanmış ve modelin ilk uygulamasının test edilmesi amaçlanmıştır. Çalışmanın sonuçları kitapta yer

almayıp, "Spirituality-Based Addiction Counseling Model Proposal: Theory and Practice" adlı makalede raporlanmıştır.

Ancak kitapta, "Bîşr-i Hâfî etkisi"ne ilişkin sonuçlara ve önerilere yer verilmiştir. Bîşr-i Hâfî'nin alkolü bırakarak bağımlılıktan kurtuluş hikâyesinin katılımcılara aktarılması, bağımlılıkla mücadelelerinde "gizli bir mucize beklentisi"ni ortaya çıkarmıştır. Katılımcılar, kendi çabalarıyla değil, ilahi bir müdahale veya mucizeyle bağımlılıktan kurtulacaklarına inanmaktadır. Bağlı bireyin, sorumluluk almak yerine, bir dış müdahaleyle sorunlarının çözülmesini beklemesi, kendi iradesini devre dışı bırakmasına ve süreci geciktirmesine neden olmaktadır. Katılımcılardaki bu metafizik beklenti, çaresizlik duygusuyla birleşerek bağımlılık tedavisinde sabrı devre dışı bırakmaktadır. Bazı katılımcılar ise, yaşadıkları zorlukları "Allah'ın bir uyarısı" olarak yorumlayıp bu durumu, kendi değişim süreçlerinde bir dönüm noktası olarak değerlendirmiştir. Bu yüzden tedavi sürecinde bireyin içsel potansiyelini harekete geçirecek yöntemler ön planda tutulmalıdır. Ama Bîşr-i Hâfî etkisi, dinî referansların bağlama uygun kullanılmadığı durumlarda ters tepkilere yol açabildiği de gözlemlenmiştir. Bu nedenle, danışanın maneviyat durumunun doğru anlaşılması kritik öneme sahiptir. Sonuç olarak, Bîşr-i Hâfî etkisinin, seküler ya da dinî ayrımı olmaksızın, bağımlılıkla ilgili her teori ve pratik için önemli bir fenomen olduğu belirtilmiştir.

2. Kur'an-ı Kerim Merkezli Manevi Danışmanlık ve Rehberlik

Kitabın ikinci makalesi Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Felsefe ve Din Bilimleri Bölümü Din Psikolojisi Anabilim Dalı'nda görevini sürdüren Prof. Dr. Mustafa Naci Kula'ya aittir. Kula, çalışmasında manevi danışmanlık ve rehberlik uygulamasında Kur'an-ı Kerim'den faydalanmayı ele almıştır. Kur'an, zorluklarla başa çıkma, manevi yönelim ve bilişsel stratejiler geliştirme konularına dair önemli öğretiler sunmaktadır. Kişilerin psikolojik sıkıntılarla başa çıkmalarına yardımcı olmak ve ruhsal danışmanlık için temel ilkeler sağlar. Yazıda ele alınan, Kur'an'dan seçilen bir sure ve iki ayet bu anlamda belirli rehberlik sunar: Bakara Suresi 155. ayet: Korku ve açlık yoluyla denemeleri ele alır, sabrı vurgular. İnşirah Suresi: Duygusal rahatlama ve zorlukların bilişsel yeniden yapılandırılması hakkında öğretir. Mülk Suresi 2. ayet: Yaşam testlerine ve doğru seçimler yapmaya odaklanır.

Bakara Suresi'ndeki "sabır" ve "dua" öğretilerinin, sıkıntılar karşısında kişiye yardımcı olacak manevi bir destek sağladığı, bireylerin hem zihinsel hem de davranışsal olarak nasıl bir tutum geliştireceklerini belirlediği ifade edilmektedir. Zorluklar karşısında sabır ve dua etmenin, Allah'a güvenmenin birey üzerinde ruhsal rahatlattıcı bir etkisi olduğu vurgulanır. İnşirah suresinde, zorlukların ve sıkıntılarının, her zaman kolaylıkla birlikte geleceği vurgulanır. "Şüphesiz her zorlukla birlikte bir kolaylık vardır" (İnşirah 94/6) ifadesi, bireylerin karşılaştıkları sıkıntılara dair bir bakış açısını şekillendirmeye yardımcı olur. Özellikle, bir işin bitirilip diğerine geçilmesi (İnşirah 94/7) önerisi, bireyin zihinsel sağlığını koruma açısından önemli bir stratejidir. Sürekli sıkıntıya odaklanmak yerine,

zihinsel bir yenilenme sağlamak amacıyla farklı alanlara geçmek, kişiyi daha dirençli kılar. Mülk suresi 2, bireyin içsel dünyasında bir denge kurmasına yardımcı olur. Zihinsel ve ruhsal olarak zorluklarla daha sağlıklı başa çıkmak için kişiye manevi bir ışık tutar. Allah'a güvenmek ve her şeyin bir düzen içinde olduğu düşüncesi, zor zamanlar için bir tür rahatlatıcı bir strateji olarak işler.

Sonuç olarak Kur'an'dan alınan manevi rehberlik, psikolojik destekle bütünleştirilince modern ruhsal danışmanlık uygulamaları için uygun hale getirilebilir. Zorlukları büyüme fırsatları olarak yeniden çerçevelemeyi teşvik eder. Kolaylığın zorlukları takip ettiği kavramı vurgulanır. Yorgunluk yaşarken farklı görevlerle meşgul olmak önerilir. Aktif başa çıkma mekanizmaları teşvik edilir. Zorluklar sırasında Tanrı'ya yönelmenin önemi vurgulanır. İnanç temelli yaklaşımlar, pratik başa çıkma stratejileriyle birleştirilir. Sabır temel bir terapötik araç olarak vurgulanır.

3. Ahmed Yesevî'nin Rehberlik Yöntemi

Üçüncü makale, Bingöl Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Tasavvuf Ana Bilim Dalı'nda görev alan Doç. Dr. Mehmet Şirin Ayış'e ait olup, makalede bir manevi danışman örneği olarak Ahmed Yesevî'nin rehberlik yöntemi tanıtılmıştır. Yesevî'nin beklentisiz ve sade yaşam felsefesi, manevi danışmanlara örnek bir yaklaşım olarak sunulmuş ve danışmanlarla kurulan ilişkiler açısından bir rehber olarak değerlendirilmiştir. Türkistan'da İslamiyet'in yayılmasında büyük etkisi olan Ahmed Yesevî'nin manevi rehberlik faaliyetleri şu başlıklarla ele alınabilir: Tevhid İnancı; Hz. Peygamber'e Bağlılık; Şeriata Bağlılık; Sohbet Geleneği; Halkın Diline ve Kültürüne Uygun Anlatım; Türk Kültürü ile İslam'ın Uyumunu Sağlama.

Yesevî, bireylerin hem ruhsal gelişimlerine hem de toplumun dönüşümüne katkıda bulunmuştur. Manevi eğitimde sohbetlere önem vermiş ve bunu, bireylerin ruhsal gelişiminde etkili bir yöntem olarak görmüştür. Onun sohbet geleneği, manevi danışmanın danışanı aktif dinleme ve empati ile birleştirme sürecinde modern bağlamda yeniden yorumlanabilir. Bu yaklaşım, bireylerin ruhsal denge ve anlam arayışlarında rehberlik sunabilecek güçlü bir modeldir.

4. Din ve Maneviyat Ruhsal Sorunlarla Başa Çıkmak için Kullanılabilir mi?

Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Tıp Fakültesi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Ana Bilim Dalı'nda öğretim üyesi olan Doç. Dr. Okan İmre, bu çalışmasında, manevi destek uzmanlarının bireylerin dini inançlarını ve manevi ihtiyaçlarını dikkatle anlamasının ve bu inançları güçlendirmek için uygun yöntemleri tedavi süreçlerine dahil etmenin önemine odaklanmaktadır. Bu süreçte, psikologlar ve manevi danışmanların iş birliği içinde çalışması ideal olanıdır ancak, bu tür bir müdahale uzmanlık gerektirir ve profesyonel etik kurallar çerçevesinde yürütülmelidir. Özellikle psikotik ya da manik atak dönemlerinde, yanlış yönlendirme riskine karşı dikkatli olunması kritik öneme sahiptir.

Din ve maneviyat, topluma da birçok fayda sağlar. Örneğin, suç oranlarını düşürmeye katkıda bulunur ve alkol ile madde kullanımına karşı kesin yasaklar koyarak bireyleri korur. Ayrıca maddi yardımlaşmayı teşvik eder; zekât ve sadaka gibi uygulamalar aracılığıyla toplumsal dayanışmayı güçlendirir. Sosyalleşmeyi artırma açısından da önemlidir; dini ritüeller ve ibadetler, bireyleri bir araya getiren ve toplumsal bağları kuvvetlendiren etkinliklerdir.

5. İntihara Yönelik Manevi Danışmanlığın Dinî Kaynakları

5. konu, Yalova Üniversitesi İslami İlimler Fakültesi Din Eğitimi Ana Bilim Dalı'nda öğretim üyesi olan Dr. Sümeyra Arıcan ile Yalova Üniversitesi Felsefe ve Din Bilimleri Din Psikolojisi Ana Bilim Dalı'nda tez sürecine devam eden Rümeyza Biçer'in ortak çalışmasıdır. VII. Maneviyat Sempozyumu'nda sunulan "İntihara Yönelik Manevi Danışmanlığın Dini Kaynakları" konulu bildiriden alınmıştır. Yazarlara göre intiharın önlenmesinde bireylerin manevi ihtiyaçlarının karşılanması ve toplumsal destek mekanizmalarının güçlendirilmesi kritik bir rol oynar. Manevi içerikli rehberlik, serotonin seviyelerini artırarak psikolojik ve nörolojik sağlığa olumlu katkılar sağlayabilir. Bu nedenle, umutsuzluk ve benlik saygısı kaybını önlemede manevi danışmanlık, dini içerik taşıması sebebiyle etkili bir araç olabilir. Ayrıca, dini organizasyonlara katılım ve topluluk desteği, bireylerin kendilik değerini artırma potansiyeline sahiptir. Örneğin, intihara teşebbüs eden bireylerde düşük öfke kontrolü yaygın olarak görülürken, meditasyon yapan kişilerde bu becerinin daha güçlü olduğu tespit edilmiştir. Bu nedenle, sadece dini rehberlik değil, meditasyon gibi uygulamalarla sürecin desteklenmesi de intiharı önlemede önemli bir etki oluşturabilir. Çalışmada, intihar oranları çocukluk, gençlik, yetişkinlik ve yaşlılık dönemlerine göre incelenmiş ve bu davranışların sebepleri araştırılmıştır.

Ayrıca çalışma, intihar davranışına ilişkin dini kaynakları ele almakta ve İslam ile Hristiyanlık perspektiflerini karşılaştırmalı olarak incelemektedir. Çalışmada kutsal metinlerden örnekler verilerek intiharın yasaklanması vurgulanmış ve manevi danışmanlığın intiharın önlenmesi ile rehabilitasyon sürecindeki rolüne değinilmiştir. Hem İslam hem de Hristiyanlık, hayatın kutsallığını ön planda tutarak bireylere sosyal dayanışmayı öğütler. Bununla birlikte, manevi danışmanlıkta dini öğelerin nasıl kullanılabilceğine dair pratik yaklaşımlar da sunulmaktadır. Örneğin ilgili ayet ve hadislerin kullanımı, danışanın moralini ve manevi bağlılığını artırabilir. Tövbe ve bağışlanma duaları ise bireyin kendisini yeniden değerlendirmesine ve ruhsal iyileşmesine yardımcı olabilir.

6. Bağımlılık Terapi ve Tedavisinde Manevi Danışmanlık

İstanbul Nişantaşı Üniversitesinde İktisadi İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesine bağlı Psikoloji İngilizce programınca öğretim üyesi Dr. Metin Çınaroğlu, bu konuda, din ve maneviyatın bireysel ve toplumsal faydalarını ele almıştır. Din ve manevi değerleri bir

yaşam tarzı olarak benimseyen kişiler ile bu değerlerden uzak olanlar arasında, bağımlılığa daha yatkın olan grup genellikle manevi değerlerden uzak bireylerdir. Bağımlılık, kişinin psikolojik ve fizyolojik dengesini bozarak sosyal ilişkilerine zarar verirken, manevi danışmanlık bireyin bozulan sosyal çevresiyle ilişkisini yeniden onarmasına yardımcı olur. Manevi uygulamalar (dua, tövbe, namaz, oruç), hem ruhsal hem de bedensel iyileşmeyi destekler. Aynı zamanda bu değerler, bireyin sorumluluk duygusunu güçlendirerek kendine zarar verici alışkanlıklardan uzaklaşmasına katkı sağlar. Örneğin, İslam'daki "emanet" bilinci, bireyin bedenine ve çevresine duyduğu sorumluluk hissini artırır. Temel olarak, manevi değerleri güçlü bireyler zararlı alışkanlıklardan uzak durmaya daha eğilimlidir ve bağımlı kişilerin tedavisinde din veya manevi danışmanlık yöntemleri genellikle olumlu sonuçlar vermektedir.

7. Batıdaki Manevi Bakım Uzmanlarının Perspektifinden Huzurevinde Bulunan Yaşlılar

Kastamonu Üniversitesi İlahiyat Fakültesinde görev yapan Dr. Dilek Koçak Bal'ın bu çalışması, VII. Maneviyat Sempozyumu'nda sunulan, huzurevlerindeki yaşlı bireylerin manevi bakımın önemini ve bu konudaki Batı'daki uzmanların deneyimlerinin ele aldığı bildiriden üretilmiştir. Türkiye'de birçok huzurevi bulunmasına rağmen bu huzurevlerinde henüz resmî olarak yaşlılara yönelik manevi bakım uzmanı tarafından destek sağlanmamaktadır. Oysa yaşlıların ruhsal desteğe olan ihtiyaçları, fiziksel destek kadar değerli ve önemlidir. Bu gerçeğe çalışmada, Hollanda'daki huzurevlerinde yıllardır manevi bakım desteği sunan uzmanlara sorular sorulmuş, onların deneyim ve görüşleri incelenmiştir. Matze ve Remie Jacobs gibi uzmanların katkıları ve görüşleri, çalışmanın derinliğini ve güvenilirliğini artırmaktadır. Hollanda gibi ülkelerin bu alandaki öncü yaklaşımlarını belirtmek, Türkiye'deki uygulamalar için bir referans noktası oluşturmaktadır.

8. Psikolojik Danışman Adaylarının Manevi Danışmanlığa Yönelik Tutumları

8. konu, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümünde görevli olan Yunus Altındağ'a aittir. VII. Maneviyat Sempozyumunda sunulan "Psikolojik Danışman Adaylarının Manevi Danışmanlığa Yönelik Tutumları" konulu bildiriden üretilmiştir. Çalışmada, psikolojik danışman adaylarının manevi danışmanlığa yönelik tutumlarının incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışma kapsamında yöntemler, veri toplama araçları, işlem ve bulgular yer almaktadır. Manevi danışmanlık, Batı kültürlerinde yaklaşık bir yüzyıllık bir geçmişe sahip olmasına rağmen Türk toplumu için oldukça yeni bir kavram ve uygulama alanıdır. Manevi bakım ya da manevi danışmanlık ifadeleriyle kavramsallaştırılan bu uygulama, Türkiye'de Mesleki Yeterlilik Kurumu (MYK) tarafından bir meslek alanı olarak kabul edilip tanımlanmasıyla resmî bir boyut kazanmıştır. Manevi danışmanlığın kavramsal olarak tanımlanmasında hem yurt içi hem

de yurt dışı literatürde tam bir uzlaşmanın olmadığı görülmektedir. Bu durumun temel sebebinin, maneviyat kavramının din kaynaklı mı yoksa dinden bağımsız mı ele alınacağı konusundaki farklı yaklaşımlardan kaynaklandığı düşünülmektedir.

9. Günümüz İnsanı ve Varoluş Bunalımı

9. konu, Üsküdar Üniversitesi kurucusu ve Türkiye'nin ilk nöropsikiyatri hastanesi olan Np İstanbul Beyin Hastanesi Yönetim Kurulu başkanlığında görev alan Prof. Dr. Nevzat Tarhan'ın VII. Maneviyat Sempozyumu'ndaki bildirisinden alınmıştır. Çalışma, günümüz insanının varoluşsal sorunları, anlam arayışı ve bu sürecin insanın psikolojik, ruhsal ve toplumsal gelişmeleri üzerindeki etkileri üzerinedir. Özellikle modern çağın bireysel ve toplumsal gelişmelerini analiz eder. Psikolojik düğümler ve hastalıklar, bedenimiz, zihnimiz ve ruhumuz arasındaki iletişim ve içsel dengenin bozulmasının bir sonucudur. Dünyanın baskısına sürekli maruz kalmamız, içimizde psikolojik düğümler oluşturabilir. Bu düğümleri, maneviyat aracılığıyla çözmeyi deneyebiliriz. Çünkü insan, kontrolünü kaybettiğinde doğüstü bir güce inanarak teselli bulur ve bu da insanın korku ve kaygı ile zamanla başa çıkmasına yardım eder. Ayrıca Pozitif Psikoloji, yaşamdan daha fazla doyum almaya rehberlik eder. Bu çalışma, özellikle olumlu psikolojik, manevi değerler ve anlam arayışı gibi alanlarda daha fazla çalışma yapmak isteyenler için yardımcı olabilir.

10. Anlam Arayışı ve Manevi Danışmanlık Konusu

Amerika Psikiyatri Birliği Uluslararası üyesi ve Psikiyatri uzmanı olan Mustafa Ulusoy'un VII. Sempozyumdaki bildirisinden alınan anlam arayışı konusu, bireyin yaşamını değerli ve önemli kılan unsurları keşfetme sürecidir. Manevi danışmanlık ise psikoloji, felsefe ve dini veya spiritüel öğretilerle kesişen bir çalışma alanıdır. Kişinin varoluşsal kaygılarını, inançlarını, yaşam amacını ve değerlerini sorgulamasına yardımcı olmayı hedefler. Aynı zamanda, kişilerin yaşamlarına derinlik ve anlam katma ihtiyacına yönelik profesyonel bir destek sunar. Bu çalışma: Manevi boyutlarına daha fazla odaklanmak isteyenler; hayatlarında zorluklarla baş ederken manevi kaynaklardan güç almak isteyenlere hitap eder.

11. Manevi Tekamülde Güzel Ahlak ve Verme Ahlakının Önemi

İstanbul Üsküdar'da Benötesi Psikolojisi Derneğinin kurucusu Dr. Mustafa Merter'in bu çalışması VII. Maneviyat Sempozyumu'nda sunulan "Verme Ahlakı" konulu çalışmasından alınmıştır. Metin, ana hatlarıyla, manevi tekâmül, güzel ahlak ve verme ahlakının (îsâr ve infak) önemine odaklanırken, nefsin mertebeleri üzerinden ele alır ve verme ahlakının bu süreçteki merkezi rolünü açıklar. Modern psikolojiye yönelik eleştiriler sunar ve İslam'ın ahlakî değerlerine dikkat çeker.

İnsan, maddi aleme indirilirken nefs-i emmâre (en alt nefis mertebesi) seviyesine sabitlenir ama bu seviyede uzun süre kalmak kişiye sıkıntı yaşatır. Nefs, bir bina gibi

katlardan oluşur; alt katlar (esfele sâfilîn) gölge yönlerimizi temsil eder. İnsanın asli gayesi üst katlara yükselmek olmalıdır. Bu katlarda ilerlemek, bireyi alt düzeylerin karanlığından kurtararak daha üst bir bilince ve manevi huzura taşır. Beled Suresi'ndeki "akabe" (yokuş) mecazı, bu yükselmenin zorluğuna vurgu yapmaktadır. Bu süreçte güzel ahlak ve verme ahlakı, insana rehber olur. Nefs psikolojisi çalışmalarının özü, güzel ahlak ve verme ahlakıyla doğrudan ilişkilidir. Zihinsel bilginin eksikliklerini manevi kalp tamamlar; çünkü zihin, nedensellik prensibine dayanarak doğru sonuçlara her zaman ulaşamaz. Psikolojik iyileşme süreçlerinde hayır işlerine katılım (sosyoterapi), bireyin ruhsal sağlığını destekler. Modern psikoterapi merkezlerinin, hayır kurumlarıyla entegre çalışması gerektiği vurgulanmaktadır. Modern Batı'nın kuru bilgiye dayalı yaklaşımı eleştirilmekte ve manevi boyutun eksikliğine işaret edilmektedir. Bu çalışma, güzel ahlak ve maneviyatı modern psikolojiyle ilişkilendirerek bireysel ve toplumsal gelişim arayışında olanlara hitap etmektedir.

12. Maneviyat Psikolojisi Destekli Bir Psikolojik Danışmanlık Merkezi Modeli: ERREM

2014 yılında Türkiye'de ilk kez düzenlenmeye başlanan Maneviyat Psikolojisi Sempozyumlarının bilim ve düzenleme kurulu başkanlığını yürüten ve ERÜ Psikolojik Danışma ve Rehberlik Merkezinin müdürü olan Dr. Mustafa Atak, VII. Maneviyat Sempozyumu'ndaki bildirisinden aldığı bu çalışmasında; psikolojik danışma ve rehberlik merkezi olarak faaliyet yürüten ERREM'i tanıtmaktadır. 2010 yılında kurulan ERREM, Erciyes Üniversitesinde yer alan Psikolojik Danışma ve Rehberlik Uygulama ve Araştırma Merkezi için kullanılan bir kısaltmadır. Bu merkez, öğrencilere ve çalışanlara psikolojik destek sağlama, rehberlik hizmetleri sunma, akademik başarıyı destekleme ve psikolojik araştırmalar yürütme gibi çok yönlü bir misyon taşır. Sağladıkları hizmetler genel olarak şunlardır: Bireysel Danışmanlık, Grupla Danışmanlık ve Eğitim Programları, Psikolojik Testler ve Ölçümler, Araştırma ve Yayın.

Bu tür merkezlerin varlığı, bireylerin akademik ve kişisel yaşamlarında daha dengeli ve başarılı olmalarına katkı sağladığı için değerlidir. Ayrıca, psikolojik danışma ve rehberliğin daha geniş kesimlere yayılmasına yardımcı olarak toplumun psikolojik sağlığını destekleme konusunda da kritik bir role sahiptir. ERREM gibi merkezler, sadece bireysel gelişimi değil, aynı zamanda toplumsal bilinçlendirmeyi de hedefler. Bu nedenle, böyle bir merkezin etkin çalışması, bir üniversitenin veya topluluğun genel refahına olumlu bir etki yapabilir. ERREM'i bir çok üniversitede yer alan psikolojik danışma ve rehberlik merkezlerinden ayıran en önemli özellik; bireysel terapilerde ve grup terapilerinde İslam, maneviyat ve nefis psikolojisi temelli psikoterapi yaklaşımlarının uygulamaya dökülmesidir.

Sonuç: İnsan Doğasının Çok Boyutluluğu

Maneviyat, birçok kişi için umut ve dayanıklılık duygusu sağlayan bir güç kaynağı ve insan potansiyelinin güçlü bir boyutudur. Ancak kimileri bunu geliştirmeyi seçerken kimileri seçmez. Bu, kişinin kendisinin ötesinde daha büyük bir gerçekliğe duyduğu ilişkinin sürekli geliştiği bir süreçtir.

Artık birçok çağdaş psikolog, bilim ve maneviyatı karşıt güçler olarak görmek yerine bu iki alanın birbirini tamamlayabileceğini fark etmektedir. Ruhsal danışmanlığı terapötik uygulamalara entegre etmek, yalnızca semptomları gidermekle kalmaz; aynı zamanda kişisel gelişim, kendini gerçekleştirme ve daha derin bir bağlantı için bir çerçeve sunar. Bu entegrasyon, danışanlara hem zihinsel hem de ruhsal ihtiyaçlarını karşılayabilecek daha kapsamlı bir destek sağlar. Ancak zorluk, her iki bakış açısının da saygı gördüğü bir denge bulmaktır ve maneviyat sempozyumları bu denge için çabalamaktadır. Terapide daha kapsamlı ve şefkatli bir yaklaşım geliştirerek hem zihinsel hem de ruhsal iyileşmeyi desteklemek artık teorik bir ideal değil, pratik bir gereklilik olarak görülmektedir.

Çalışmanın eleştirisine gelecek olursak, kitapta ele alınan yaklaşımlar gerekli ve önemli olmakla birlikte, bazı bakış açıları daha detaylı veya güncel farklı bakış açılarıyla açıklanmış değil. Sürekli olarak 'danışanlara karşı dikkatli davranın' uyarısı veriliyor, ancak uygulamaya dönük somut tavsiyeler sağlamaktan uzak. Örneğin, Bîşr-i Hâfî örneği ve etkisinin bazı danışanlarda ters etki etmesini açıklarken bireyin “çarpık inancı”ndan ve buna dikkat edilmesinden söz ediliyor. Daha baştan bir kişinin dini yaklaşımları reddetmesine karşı ilk yaklaşımın onda bir hata olduğunu düşünmek (etiketlemek) olmamalıdır. Bu, kişinin daha önce hocalardan veya dini otoritelerden doğru bilgi ve rehberlik almadığı gerçeğini göz ardı edebilir. Ve tam da bu konuya değinilmesi gerekirken Müslüman, dindar çevredeki yanlışlara bir eleştiri yer almamaktadır. Bu konu, ayrı bir başlık altında detaylı bir şekilde incelenebilir ya da sempozyumlardan birinin ana teması olarak ele alınabilir. Aksine, kitap yer yer aşırı şekilde dini ve manevi meseleler üzerine odaklanarak okuyucuyu, danışanı bunlarla fazla boğabiliyor. Bu yaklaşımlar, inancı güçlü olan insanlar için faydalı olabilir ama muhtemelen inancı zayıf ya da sorgulayan veya daha derin sorunları olan kişilerin yangında ilk duyulması gereken konulardan olmayacaktır. Dikkat edilmesi gereken şey, belirli öğretiler, küçük bir dindar grubun psikolojisini geniş kitlelere empoze etmeye sebep olabilir. Bu, öğretileyle rezonansa girmeyen ancak duygusal olarak manipüle edilen bireylere karşı büyük bir kötülüktür. Bir psikologtan nasıl danışanın maneviyatını bilmesi ve bunu kabul etmesi bekleniyorsa, bir manevi danışmanın da danışanın diğer yönünü bilmesi, kabul etmesi, bu konuda rahatça konuşabileceğini hissettirmesi gerekmektedir. Bu yüzden, bireye özgü manevi ve kişisel yolculuklarını anlamının daha derin ve etkili bir danışmanlık süreci gerektirdiği aşikardır. Ayrıca maneviyatı içeri sokmaya çalışırken bütün sorunların sebebi modernleşen dünyaya yıkılmaktadır. Bu da genel olarak dini otoritelerin veya bu alandaki yetkililerin asıl meseleden ne kadar uzak kaldığını gösterebilir ki danışanın konuşmaya

başlamak istememesi için bile yeterlidir. Din ve maneviyat psikolojinin ne kadar içinde olması gerekiyorsa halihazırda bu konudaki yanlışlar araştırılmalı ve bilinmelidir. Batılı bir danışanın sorununa karşı modernite veya sekülerliğin suçlanması daha uygun ve muhtemeldir. Ama Müslüman bir ülkenin danışanını anlamaya çalışırken ki birçoğunun dindar bir aileden veya çevreden geldiği gerçeğini unutmadan, en başta sıkıntının aranması gereken konular ve yaklaşımlar bellidir. Bu yüzden kitapta bu konuda yaklaşımlar sunulması, açıklamalar yapılmasıyla daha geniş kitlenin kitaptan faydalanmasını sağlanabilir(di).

Son olarak, kitabın ilk yarısının daha etkileyici ancak genel olarak tekrarların oldukça fazla olduğu ve ikinci yarısının da, özellikle sonlara doğru, aşırı dini referanslara odaklandığı görülmektedir. Bu yüzden kitabın genel olarak kime hitap ettiği konusunda net bir çerçeve çizilmiyor. Daha çok inançlı bireyler veya temel manevi danışmanlık bilgisine sahip kişiler ve uzmanlar için uygun görünüyor. Ancak, inancı zayıf ya da farklı bir dünya görüşüne sahip danışanlar için aynı derecede etkili olmayabilir. Yazılardaki araştırmalar çıkarıldığında, ele alınan içerikler hali hazırda inançlı danışanlar tarafından sıkça duyulmuş, okunmuş olacak ve buna ilgi duymayan danışmanlara ise çekici gelmeyecektir. Bu yüzden, ABD, Japonya, Vietnam ve Kore gibi farklı kültürlerden ve disiplinlerden uzmanların görüşlerinin kitaba dahil edilmesi yerinde olacaktır. Bu eleştiriler dikkate alındığında, kitabın hem daha geniş bir okuyucu kitlesine hitap etmesi hem de sunduğu yaklaşımların daha uygulanabilir olması mümkün hale gelebilir.

Etik Beyan: Bu çalışmanın hazırlanma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere uyulduğu ve yararlanılan tüm çalışmaların kaynakçada belirtildiği beyan olunur. / 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.

Yazar(lar) / Author(s): Sümeyye Doğan

Finansman / Funding: Yazarlar, bu araştırmayı desteklemek için herhangi bir dış fon almadıklarını kabul ederler. / The authors acknowledge that they received no external funding in support of this research.

Kaynakça

- Atak, Mustafa ve Bulut, Sefa. (ed.), *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Maneviyat Psikolojisi VI*. Ankara: Nobel Akademik Yayınları, 2024.
- Frankl, Viktor Emil. *İnsanın Anlam Arayışı*, İstanbul: Phoenix Yayınları, 2020.
- Adler, Alfred. *Modern Psikoloji*, Ankara: Dorlion Yayınları, 2020.
- May, Rollo. *Aşk ve İrade*, İstanbul: Okuyan Us Yayınları, 2019.