



Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi
Turkish Journal for the Spiritual Counselling and Care

Sayı: 2 • Aralık 2020 • 135-158
Issue: 2 • December 2020 • 135-158



Manevi Danışmanlık Açısından Fatiha Suresi Üzerine Psikolojik Analizler

Psychological Analyses on Surah al-Fatiha in Terms of
Spiritual Counselling



Mustafa Naci Kula

Doç. Dr.
Uludağ Üniversitesi
Eğitim Fakültesi
E-posta: nkula@yahoo.com
Orcid: 0000-0003-1763-9620
Bursa / Türkiye

Associate Professor
Uludağ University
Faculty of Education
E-mail: nkula@yahoo.com
Orcid: 0000-0003-1763-9620
Bursa / Turkey

Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi
Turkish Journal for the Spiritual Counselling and Care

Makale Türü • Article Type Araştırma • Research
Geliş Tarihi • Received 07 Haziran 2020 • 07 June 2020
Kabul Tarihi • Accepted 30 Kasım 2020 • 30 November 2020

Ö z e t

Bu çalışma, Fatiha Suresi'nin bireyler için olan manevi önemini irdelleyerek surenin manevi danışmanlık açısından anlam ve önemini tartışmayı amaçlamaktadır. Çalışma konu ile ilgili kaynaklardan yararlanan teorik bir çalışmadır. Bu bağlamda, surede yer alan Allah tasavvurunun bilişsel açıdan değerine değinilecek, Allah'ın Rahman ve Rahim sıfatlarının merhamet duygusu ile ilişkisi incelenecek, Allah'tan yardım dileme, O'na ibadet etme ve O'na karşı doğru yolda olma istediğinin davranışsal boyutu irdelenecektir. Fatiha'nın baştaki ayetleri dikkat çekicidir çünkü içerikleri Allah ve insan ilişkisini belirlemede rol oynar. Allah, ilk ayette kendini "âlemlerin Rabbi," ikincisinde "Rahman ve Rahim" ve üçüncüsünde "ahiret gününün maliki" olarak tanıtarak inananların Allah tasavvurunu düzene koymakta ve insanlarla ilişkisini şekillendirmektedir. Allah'ın Kur'an'ın başlangıç suresinde kendisini bu şekilde tanıtmayı, manevi danışmanlık açısından bireyde olumlu bir bilişsel yapılanmayı sağlayarak olumlu bir Allah tasavvuru oluşturur ve insan hayatını olumlu etkiler. Sonrasında surede insanlara Allah'a ibadet etmeleri, O'ndan yardım istemeleri ve Allah'ın kendilerini nimet verdiklerinin yoluna iletmesi için dua etmeleri hatırlatılmıştır. Dua, bir dini başa çıkma davranışı olarak dikkat çekmektedir ve yapılan araştırmalarda da duanın insan hayatında manevi destek sağladığı ve olumlu etkileri olduğu görülmüştür. Fatiha Suresi'nde ancak Allah'tan yardım isteme ve O'na ibadet/kulluk etme insanlar için model teşkil edecek dini davranış biçimleri olarak gösterilmektedir. Bu şekilde davranma bireye manevi destek ve güç kazanma imkânı sağlayacaktır. Aynı zamanda Allah'ın kendisini dosdoğru yola iletmesini isteme davranışsal açıdan bir hayat felsefesi oluşturucu etkiye sahiptir. Olaylara ve sorunların çözümünde bu bakış açısı önemli bir manevi destek olma özelliğini taşımaktadır. Allah ve insan ilişkisi, insanların Allah'ın insan hayatı için anlam ve değerini anlamasına göre şekillenmektedir. Surenin içeriği ise insanoğlunun yaşam felsefesini şekillendirmede, yaşadıkları şeyleri değerlendirmesinde ve sıkıntılarını aşmasında ayrı bir öneme sahiptir. Her şeye gücü yeten, merhametli ve ahiretin yegâne sahibi bir Allah düşüncesi insanların Allah'ın onlara yardım edeceğini düşünmesini, Allah'ın onları merhametiyle kuşattığı için güvende hissetmelerini ve daha bilinçli bir hayat sürmelerini mümkün kılar. Bütün bu özellikler surenin dini ve manevi kaynaklardan yararlanarak insanlara yaşadıkları şeylere anlam vermeleri ve sorunlarıyla başa çıkmaları için rehberlik etmek adına yapılan manevi danışmanlık için anlam ve önemine işaret etmektedir. Bu noktada, Fatiha Suresi'nin namazın her rekâtında okunduğu için insanlara manevi bir kaynak olma özelliği taşıdığı söylenebilir.

A n a h t a r K e l i m e l e r

Manevi danışmanlık ve rehberlik • Fatiha Suresi • Allah tasavvuru
Merhamet • Oto-kontrol

A b s t r a c t

This study aims to discuss the meaning and significance of the Surah al-Fatiha for spiritual consulting by probing into its spiritual benefits for individuals. It is a theoretical study that benefits from related resources about the issue. In this context, the cognitive value of contemplation of God in the surah will be discussed; the relationship between God's attributes Rahman and Rahim, and feeling of mercy will be evaluated; and the behavioral dimension of the desire to ask for help from Allah, to worship Him and to be on the right path towards Him will be examined. The leading ayahs of al-Fatiha are noteworthy since their content has some features that play a role in determining the relationship between God and humankind. God regulates believers' vision of Himself and thus, shapes His relationship with people through introducing Himself as "Lord of the Worlds" in the first ayah, "the All-Merciful, and the Especially Merciful," in the second, and "Sovereign of the Day of Recompense" in the third. Introduction of God like this in the opening surah of the Qur'an establishes a positive cognitive structure in individuals, resulting in positive contemplation of God and affecting human life positively. After that, human beings are reminded of worshipping God, asking Him for help, and praying unto Him to be guided to the straight path, the path of those whom He has bestowed favor. Praying to God is marked as a religious coping behavior, and in the related studies done before it was observed that it offers spiritual counseling for humans and has a positive role in their lives. Asking help only from God and performing prayers for Him mentioned in the surah are shown as religious behaviors that could set up models for people. Behaving like that will offer spiritual counseling to individuals and render them strong. At the same time asking God for directing people to the straight path could establish a life philosophy in behavioral terms. Such an approach to events and problems has an important aspect in spiritual counseling. The relationship between Allah and humankind is shaped based on people's appreciation of the meaning and value of God for human life. As to the content of the surah, it has distinct significance in shaping human beings' world view, evaluation of what they experience and coming through their problems. The Envisagement of Allah as omnipotent, all-merciful and the owner of afterlife makes it possible for human beings to believe that God will help them, to feel safe as He surrounds them with His compassion, and to lead a more conscious life. All of these aspects point out to the meaning and significance of the surah for spiritual consulting, which is done to guide people, to give meaning to what they experience, and have them cope with their problems by benefitting from religious and spiritual resources. In this respect, it could be said that al-Fatiha functions as a spiritual resource for people as it is recited in every rakat of prayers.

K e y w o r d s

Spiritual counselling and care • al-Fatiha Surah • Representation of God
Compassion • Auto-control

Giriş

Kur'an-ı Kerim'in ilk suresi olan Fatiha Suresi aynı zamanda namazda her rekâta subhaneke duasından sonra okunan sure olarak Müslümanın hayatında önemli bir yerde bulunmaktadır. Fatiha Suresi'nin muhtevası, tertib açısından Kur'an'ın ilk suresi olarak yer alması hem de namazlarda okunması ayrıca üzerinde düşünülmesini de beraberinde getirmektedir. Bu itibarla Fatiha Suresi'ne bir müfessir tefsir açısından çok önemli yorumlar getirebilir. Fıkıh, tasavvuf, kelim vb. dini ilimler açısından da farklı yönleri ile sure üzerinde değerlendirmeler yapılabilir. Aynı şekilde din eğitimi, din sosyolojisi ve din psikolojisi gibi din bilimleri açısından da Fatiha Suresi ele alınabilir. Bu nedenle din psikolojisi açısından Fatiha Suresi'nin sahip olduğu muhteva, manevi danışmanlık açısından bu surenin anlam ve önemi üzerinde durmayı gerektirecek ne tür özellikleri bulunmaktadır sorusunu da karşımıza çıkarmaktadır. Bir başka ifade ile "Namaz ibadetinin bir parçası olarak her rekâta bu sureyi okuyan Müslümanın günlük hayatında bu sure nasıl bir etki bırakmaktadır, muhtevası bireye ne tür katkılar sağlamaktadır?" gibi bazı sorulara cevap aranabilir. Bu cevap, alan araştırması ile bulunabileceği gibi Fatiha Suresi'nin muhtevası üzerinde analiz yapılarak teorik bir çalışma ile de gerçekleştirilebilir. Bu çalışmada teorik açıdan Fatiha Suresi'nin muhtevası dikkate alınarak bireye manevi danışmanlık açısından ne tür katkılarda bulunulabileceği üzerinde durulacaktır. Bu gerçekleştirilirken önce kısaca Fatiha Suresi'nin muhtevası ele alınacak sonra da manevi danışmanlık açısından psikolojik analizi yapılmaya çalışılacaktır.

a. Araştırmanın Konusu ve Önemi

Müminin günlük hayatında her gün 5 vakit namazda okuduğu ve Kur'an'ın başlangıç suresi olan "Fatiha Suresi" kendi içinde taşıdığı özellikler sebebiyle birçok açıdan üzerinde durulacak bir suredir. İnsanın hayatında yaptığı şeylerin anlam ve önemini kavramada ve daha kaliteli yaşamada, aynı zamanda yaşayabileceği sıkıntı ve zorluklar karşısında manevi açıdan kendini güçlü hissetmesinde destek olacak bir bakış açısı önem kazanmaktadır. Fatiha Suresi insan-Allah ilişkisinde bireyin kazanması gereken Allah tasavvurunun mahiyetini ortaya koyarak sağlıklı bir Allah-insan ilişkisini oluşturucu bilişsel bir çerçeve çizmesi, Allah'ın kendine yardımcı olacağı inancı ve beklentisi ile rahatlama kendini güvende hissetme ile duygusal desteğinin varlığı, hayatının istikametini belirleyici davranış şekli ile de davranışsal yaklaşımı ile manevi danışmanlık açısından ele alınacak bir sure özelliğini taşımaktadır. Bu özellikleri göz önüne alındığında bu çalışmanın konusunu "Manevi Danışmanlık Açısından

Fatiha Suresi Üzerine Psikolojik Analiz” oluşturmaktadır.

İnsan hayatında yaşanabilecek sıkıntı ve zorlukların aşılmasında, aynı zamanda bireysel gelişimin gerçekleşmesinde manevi danışmanlık açısından önem taşıyacak dua ve dini pratik boyutunu kapsayan dini başa çıkma stratejisi ile Rahman ve Rahim özelliği ile Âlemlerin Rabbine bağlanma yaklaşımını kapsayan terapötik analizi barındıran Fatiha Suresi önemli bir yer tutmaktadır. Din veya maneviyat, bireyin hayatında hayatın ve yaşanılanların anlamını bulmada, yaşanabilecek zorluklarla başa çıkmada önemli bir referans özelliğine sahiptir. Bu yönüyle de Fatiha Suresi’nin, muhtevastındaki özellikler sebebiyle manevi danışmanlık açısından ayrı bir öneme sahip olduğunu söyleyebiliriz.

Fatiha Suresi ile ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında YÖK’ün tez merkezinde yer alan 8 adet yüksek lisans tezinin ağırlıklı olarak tefsir anabilim dalından yapılmış olması ve makale bazında da İSAM’ın makaleler kısmında yer alan 46 makaleden sadece 1 tanesinin “Fatiha Suresi ve Şahsiyet Eğitimi” konulu tefsir bakış açısı ile ele alınmış bir çalışma olması nedeniyle manevi danışmanlık ile ilgili Fatiha Suresi bağlamında ele alınacak olan bu çalışmamızın ayrı bir öneme sahip olduğunu söyleyebiliriz.

b. Araştırmanın Yöntemi

Bu çalışma; deneyimin, eylemin ve olayların nasıl anlamlandırıldığı üzerine odaklanmanın gerçekleştirildiği nitel bir çalışmadır. Fatiha Suresi nitel çalışma yöntemi içerisinde yer alan tematik analiz yöntemi ile incelenecektir. Fatiha Suresi manevi danışmanlık açısından ele alınırken konu ile ilgili tefsir ve diğer alanlarda yapılan çalışmalar yanında manevi danışmanlıkla ilgili alan yazın dikkate alınacak ve sure konu sınırları çerçevesinde analiz yöntemi ile ele alınacaktır.

c. Manevi Danışmanlıkta Fatiha Suresi’nin Yeri ve Önemi

İnsanın hayatında din ve maneviyat, etkisi nedeniyle önemli bir yer tutar. Her ikisinin insana kattığı değer, hayatının ve yaşadıklarının anlamını bulmada ve iç huzuru sağlamadaki rolüdür. Din, sahip olduğu inanç ve değerlerle bireyin hayatını kuşatarak onun varoluşsal anlam arayışına cevap bulmasına ve yaşadıkları karşısında tutum ve davranışlarını belirlemesine yardımcı olurken maneviyat da bireye hayattaki amaç ve anlamını bulma, benliğini aşma, içsel gücünü ortaya koyma ve bağlanmışlık duygusunu pekiştirme gibi özellikleri ile ona katkı sağlayan yönü bulunmaktadır (Düzgüner, 2016: 20-23).

Maneviyat ve din ilişkisi açısından konuya yaklaşıldığında dinin

maneviyattan farklı, maneviyatın da dinden ayrı olduğu, her ikisinin ilişkisel yönü olduğu şeklinde farklı değerlendirmelerin yer aldığı gözlenmektedir. (Bkz. Düzgüner, 2016: 26-29; Ekşi, Kaya, Okan, 2020: 3-8). Farklı değerlendirmeler olmakla birlikte din ile maneviyat arasında anlam bulma, huzur sağlama, bütünlük gibi insanın yaşamında önem kazanan hususlardaki katkıları açısından dinin maneviyat boyutunun olması nedeniyle ilişkisel özellik dikkate alınabilir. (Bkz. Ekşi, Kaya, Okan, 2020: 4-5; Düzgüner, 2016: 33).

Din ve maneviyat farklı veya birbiriyle ilişkisel olarak değerlendirilse de maneviyatın bireyin hayatına katkısı nedeniyle manevi danışmanlık kavramı karşımıza çıkmaktadır. Manevi danışmanlık özellikle “bireyin; hastalık, engellilik, doğal afete maruz kalma, kayıp duygusu yaşama gibi zor durumlarda kaldığında ve yaşadığı zorlu yaşam olaylarında yaşadıklarının anlamını bulmada dini/ manevi referanslarla desteklenmesini ihtiva eder (Ayten, 2015: 65; Kula, 2016: 45). Dolayısıyla manevi danışmanlık zor durumda kalan ve yaşadığı durumu anlamlandırmaya çalışan bireyin yaşadıklarının anlamını bulma ve altüst olan hayatının kontrolünü kazanma süreçlerinin dini/manevi referanslarla desteklenmesidir (Karagül, 2012: 13, Ayten, 2015: 65; Kula, 2016: 45-46).

Bireyin hayatını anlamada ve karşılaştığı zorluklarla başa çıkmada manevi referanslarla desteklenmesi açısından Fatiha Suresi de önemli bir yer tutar. Fatiha Suresi’nde Allah’ın kendisini Alemlerin Rabbi olarak tanıtmayı bilişsel açıdan İnsan-Allah ilişkisinde bireyin yaşadığı şeylerde Allah’ın bilgisinin, tasarrufunun önemini kavratıcı bir bakış açısı kazandırma söz konusudur. Allah’ın Rahman ve Rahim sıfatının bireyde merhamet duygusunu oluşturmada ve Allah’ın yardımcı olması ona güven duygusu yanında kendini yalnız hissetmeyerek bir rahatlamayı yaşadığı duygusal desteği sağlar. Aynı zamanda dua ile de insanın sıkıntılar ve zorluklarla başa çıkmada başvuracağı bir varlığı yanında hissetme ve buna göre davranma gücünü bulma, istikamet üzere davranma çabası içine girme davranışsal açıdan bu surenin bireye kazandıracığı manevi destek olarak bahsedilebilir.

Çalışmamızda, Fatiha Suresi’nin manevi danışmanlık açısından psikolojik analizi surenin sahip olduğu muhtava çerçevesinde yapılacak olup bireye katkısı bilişsel açıdan Allah’la ilişkisini düzenleyici ve Allah’a bağlanmada güvenli bağlanmayı sağlayıcı yönü ile birlikte Allah’la ilişkisi ve O’na güvenli bağlanmayı gerçekleştirmenin duygusal ve dosdoğru yolda olma çabası ve duanın gücü ile davranışsal boyutta dini başa çıkma

açısından da manevi destek sağlayıcı yönleri üzerinde durulacaktır (Dinin ruh sağlığı açısından bu yönleri ile ilgili olumlu etkisi için Bkz. Apaydın, 2010: 67). Bunları ele almadan ana hatlarıyla Fatıha Suresi ile ilgili kısaca bilgi vermek konunun anlaşılabilirliğini kolaylaştıracaktır.

c. Fatıha Suresi Üzerine Teolojik Bilgi

Fatıha, “başlamak” anlamındaki “feth” kökünden türemiş bir isim olup hâtimenin zıddı olarak “bir şeyin evveli, baş tarafı, başlangıcı, giriş” anlamında kullanılır (Işık, 1995: 252; İslam Ansiklopedisi, Fatıha Suresi maddesi)

“Fâtihatü'l-kitâb” tamlamasının kısaltılmış şekli olan Fâtıha, Kur'ân-ı Kerim'in ilk suresi olduğu için bu adı almıştır. Elmalılı Hamdi Yazır tefsirinde Fatıha'nın birden fazla ismi olduğunu belirterek bunların Hamd suresi anlamında “Suret'ul hamd”, Kur'an'ın anası anlamında “Ümmü'l Kur'an”, Kitab'ın anası anlamında “Ümmü'l Kitap”, tam anlamında “el-Vafıyye”, tamam anlamında “el-Kafıyye”, hazine anlamında “Kenz”, tekrar tekrar okunan 7 ayet anlamında “Seb'i Mesani”, namaz anlamında “Es-Salat”, şükretme suresi anlamında “Sure-i Şükür”, dua suresi anlamında “Sure-i Dua”, şifa suresi anlamında “Sure-i Şifa”, istemeyi öğretme anlamında “Ta'lim-i Mes'ele” isimlerinden bahsetmektedir. (Yazır, t.y.: I/28-29)

Kur'an'ın tertibi ve yazılması itibarıyla birinci sure olması ile birlikte namazdaki kıraat rûknünün yerine getirilmesine bu sure ile başlandığı ve nihayet bir bütün olarak indirilmiş surelerin de ilki olduğu için ona bu ismin verilmiş olduğu düşünülebilir. (Bkz. Işık, 1995: 252, İslam Ansiklopedisi, Fatıha Suresi maddesi)

Elmalılı, Keşşaf tefsirinde A'lak suresi sonrasında Fatıha Suresi'nin nazil olan ilk tam sure olduğunu belirttiğini ifade eder (Yazır, t.y.: I/30). Toplam 7 ayet olan Fatıha Suresi “Alemlerin Rabbi olan Allah'a hamd ederim.” ayetiyle başlayıp Allah'ın Rahman ve Rahim oluşu, din günü olan kıyametın sahibi olması, ancak O'na ibadet/kulluk edileceği ve O'ndan yardım isteneceğinin belirtilmesinden sonra sure, nimet verdiklerinin gazaba ve yoldan sapanların değil, doğru yola ulaştır duasıyla bitmektedir.

d. Manevi Danışmanlık Açısından Fatıha Suresi

İnsan biyo-psiko-sosyal ve manevi özellikleri başta olmak üzere birçok özelliği olan bir varlıktır. İnsanın hayatında bu özellikleri yaşadığı olayların neden ve sonuçları açısından etkili olabilmektedir. Bazı olaylar ya da durumlar örneğin hastalık gibi fiziki özelliklerine bağlı oluşurken

sadece o özelliği ile sınırlı olmayıp diğer özellikleri ile de ilişkili olabilmektedir. Vücudunun herhangi bir yerinde organlarının birisinin fonksiyonel yetersizliği veya başka bir fiziki nedene bağlı yaşanan bir hastalık sadece biyolojik bir özellik olarak insanın hayatına yansımamakta aynı zamanda o hastalığın psikolojik, sosyal hatta manevi açıdan yansımaları gerçekleşmektedir (bkz. Ekşi, Çelebi & Yaman, 2020: 283). Yaşanan fiziki rahatsızlık psikolojik olarak bireyde bazı korku, kaygı gibi psikolojik, yalnızlaşma, ilişkilerinde bozulma gibi sosyal ya da hayata karşı kötümser tutum ve davranışlar yanında kendisinin Allah tarafından cezalandırıldığını düşünerek manevi bir boyutla ilişkili hale gelebilmektedir. Yaşanan bu durumlar içerisinde birey ya çaresiz kalabilmekte ya da bu özellikleri olumlu yönde harekete geçirerek yaşadığı sıkıntılı, zorlu süreci atlatabilmektedir.

İnsanın manevi yönde hayatına katkı sağlayan önemli desteklerden biri de inancı içerisinde özel bir değeri olan kutsal kitaptır. Mensup olduğu dinin kutsal kitabı inanan kişinin inancını güçlendirdiği gibi onda yer alan esaslar hayatında da etkili olabilmektedir (bkz. Ekşi & Keskinoğlu, 2020: 249). Çünkü kutsal kitapta insanın nasıl olduğu değil, nasıl olması gerektiği ile ilgili önemli bilgiler yer almaktadır. Dini ve ahlaki ve terbiye yönleri olan bu bilgiler aynı zamanda insan-Allah ilişkisinin temelini de oluşturur. Bu itibarla İslam dininin kutsal kitabının başlangıç suresi olan Fatiha Suresi de insan-Allah ilişkisi açısından dikkat çeken ve özel bir öneme sahip olan suredir. Fatiha Suresi Müslümanın hayatında günlük ibadeti olan namazda her rekâta Kur'an'da okunan bir sure olarak yer almaktadır. Hem Kur'an'ın başlangıç suresi olarak hem de namazda her rekâta okunarak Müslümanın hayatında ayrı bir yeri olan Fatiha Suresi "Muhtevası açısından hangi yönleri ile dikkat çekmektedir, manevi açıdan nasıl bir etki oluşturmaktadır" şeklinde bazı soruların cevabını vermeyi gerekli kılmaktadır. Bu yönüyle ele alındığında yedi ayetten oluşan Fatiha Suresi'nin muhtevası karşımıza insan-Allah ilişkisinin temelini oluşturacak ve manevi yönde insanın hayatına nüfuz edecek önemli yönlerini çıkarmaktadır (bkz. Kula, 2014: 225-226).

Fatiha Suresi içinde bulunan özellikleri sebebiyle müminin dini duygu ve düşüncesini güçlendirmekle birlikte onun hayatında yaşadığı olayları anlama ve sıkıntılarını aşmada da yardımcı olabilecek yönü bulunmaktadır. Çünkü Fatiha Suresi'nin ilk ayeti başta insan-Allah ilişkisinin temelini oluşturacak bir Allah tasavvurunu ihtiva etmesi yanında aynı zamanda bu tasavvurun müminin sıkıntılarını aşmada Allah'ın manevi desteğini hissetmesinde etkili olabilecek şekilde kutsalla ilişkisini de şekillendirmektedir. Ayrıca surede Allah'ın kendisini merhametli ve din

günü/ hesap gününün sahibi olarak tanıtması merhametin ve ahiret inancını müminin hayatında manevi destek olarak ayrı bir önem kazandırmaktadır. Bununla birlikte surede Allah-insan ilişkisi açısından belirleyici olan Allah'ın sadece O'na kulluk edilecek, O'ndan yardım istenecek bir varlık olarak müminin ifadesi ile ortaya konması da bireyin maneviyatını güçlendirici ve sorunlarını aşmada kendini iyi hissetmesini sağlayacak bir desteği karşımıza çıkarmaktadır. Fatıha Suresi'nin 5. ayetinden başlayarak dua özelliğini ihtiva eden ayetler duanın bireyin hayatındaki manevi etkisini gösteren önemli ayetlerdir. Dua, bir yandan insanın Allah'la iletişimini ihtiva eden ve taleplerini ihtiyaçlarını arz ettiği bir davranış biçimi olarak diğer yandan da dua ile Allah'ın yardımının geleceğinin ve talebinin cevabını alacağına ümidini taşıdığı ve O'nunla iletişiminin psikolojik rahatlığını yaşadığı bir boyut olarak insanın hayatında yer almaktadır.

Fatıha Suresi'ndeki duada mümin Allah'tan kendisini doğru yola ve nimet verdiklerinin yoluna iletmesini, sapanların yolundan da alıkoymasını talep etmektedir. Bu talep müminin Allah'la ilişkisinde O'ndan daha iyi bir mümin ve insan olmada yardımını istemekle birlikte bu kişilik özelliğinin hayatına katacağı olumlu etkileri de görmek mümkündür. Zira manevi açıdan güçlü, dirayetli, yüksek bilinç düzeyine ulaşmış bir tutum ve davranış içinde olan kişi kaliteli bir hayat sürme ve sorunlarını çözme noktasında başarılı olabilecektir (bkz. Yapıcı, 2013: 46 vd.).

Fatıha Suresi'nde yer alan bu özellikler manevi danışmanlık açısından ayrı bir önem taşımaktadır. Zira manevi danışmanlığın iyileştirme, destekleme ve yönlendirme (Koç, 2012: 204) özellikleri ile birlikte bireyin bütüncül açıdan iyi oluşu ve manevi güçlendirilmesini sağlayıcı destek ve rehberlik etkinliğinin farklı disiplinlerin yaklaşımı ile gerçekleştirilmesi söz konusudur (Koç, 2012; 205; Ekşi ve Keçeci, 2020; 76). Bu itibarla Fatıha Suresi sahip olduğu muhtevasından hareketle bireyin bütüncül açıdan iyi olmasını ve manevi yönden güçlenmesini sağlayarak manevi danışmanlık açısından önemini ortaya koymaktadır.

Fatıha Suresi'nin özellikle namazın her rekâtında okunması sahip olduğu bu özellikler çerçevesinde manevi etkisini artıran ve bireyin bilinçli bir şekilde anlamını ve hikmetini düşünerek okuduğunda günlük yaşamı için manevi destek yönü öne çıkmaktadır. Manevi danışmanlık açısından Fatıha Suresi'nin manevi destek yönü daha belirgin olarak mü-

minin hayatında etkili olabilmesi için surenin bu yöndeki özellikleri detaylı bir şekilde le alınarak önemi daha rahat anlaşılır hale gelebilir.

b.a. Manevi Desteği Hissedilen Varlık Olarak Allah Tasavvuru

Manevi danışmalıkta kişinin kendisi için önemli olan hususlar içerisinde yaşadığı şeylerin anlamını bilme arzusu ve bunları makul bir şekilde anlamlandırmaya çalışması yanında yaşadığı durumlarla ilgili karşılaştığı zorlukları aşabilecek gücü bulma, iyileşme, rehberlikte bulunulma ve kapasitesini geliştirme açısından manevi / dini referanslara başvurmasıdır. Bu itibarla bireyin gerek hayatının anlamını bulmada gerekse yaşadıklarını kavramada ve karşılaştığı sorunları çözmede kendisine manevi desteğini yanında hissedeceği kişi ya da varlığın bu özelliğe sahip olduğunu bilmesi de onu rahatlatır ve ona karşı güvenini artırır. Bundan dolayıdır ki Fatıha Suresi'nin ilk ayetinde Allah kendisini Âlemlerin Rabbi olarak tanıtmakta ve insanın bu özelliği ile kendisine hamd etmesini istemektedir.

“Âlemlerin Rabbi olan Allah'ı hamd ederim” diyerek Fatıha Suresi'ni okumaya başlayan insan, bu okuma ile kendine şu noktayı hatırlatmakta olup manevi desteğini alacağı bir varlık olan Allah'ın Âlemlerin Rabbi olduğunu hem kendisinin hem de yarattığı âlemlerin sahibi olarak güçlü kudretli varlığı andığını hissedebilmektedir. Bu duygu insanın maneviyatını güçlendirecek ve Allah'la ilişkisi açısından da ayrı bir değer taşıyacaktır. Bireyin manevi danışmanlıkta referans alacağı hususların özelliği manevi etki gücünü de belirlemektedir. Bu nedenle Fatıha Suresi'nin ilk ayeti insan Allah ilişkisini belirleme açısından da son derece önem taşımaktadır. İlişki kişi dışındaki bir başka kişi ya da varlıkla kurulan münasebet etkileşimi kapsayan bir durum olduğundan insanın Allah'la ilişkisi iki açıdan önemli hale gelir. Birincisi ilişki kurduğu varlığın en temel özelliği nedir bunun bilinmesi o varlık ya da kişinin ilişki kurmanın şahsında değerini ve etkisini belirler. İkincisi de bu ilişkinin nasıl kurulacağı ve nelere dikkat edilmesi gerektiği bilinmelidir bu sayede sağlıklı bir ilişki kurulabilir ve her iki taraf açısından etkili ilişki biçiminin gerçekleşebilir hale gelmesidir.

Fatıha Suresi'ne başlarken Maturudi'nin Fatıha Suresi'nin tefsirinde belirttiği sadece kendisi için kullanılan Allah ismiyle birlikte Rab ismi de eklenerek Allah'ın âlemlerin Rabbi/ sahibi, eğitici olarak belirtilip böyle bir varlığa hamd etme, övmeyi gerçekleştirme hem insanın ilişki kurduğu varlığın güç, kudret ve eğitici özelliği olduğunu hem de

sadece O'nun varlığını dikkate aldığı fark etmesini sağlamaktadır (Maturudi, 1995: 10-12). Dolayısıyla her zaman kendisinin manevi desteğini yardımını, rehberliğini, yol göstericiliğini hissedeceği varlık olan Allah'la kurduğu ilişki gerçekleşmektedir. Bu durumun manevi danışmanlık açısından kişinin kendisine rehberlik yapacak, yardım edecek ve desteğini hissedecek varlığın bu özellikleri gerçekleştirebilecek özellikte oluşunu hissetmesi ona karşı olan güvenini artırır ve onunla olan ilişkisini daimî kılar.

Allah tasavvurunun bireyin sorunlarını çözmede ve olayları anlamlandırmasında önemli bir yerinin olduğu yapılan araştırmalarda da gözlenen bir durumdur.

Yıldıoğan'ın yaptığı araştırmada buluş çağındaki bireylerin kendilerini Allah'a yakın hissettiklerini, Allah'ı düşünmenin kendilerine huzur verdiğini, O'nun herkese karşı merhametli ve şefkatli olduğunu, zor durumda kaldığı durumlarda Allah'a dua ederek yardım istediğini ve karşılaştıkları zorlukları Allah'ın yardımıyla aşabileceklerini, ayrıca dua ettikleri zaman kendilerini güvende hissettiklerini gözlenmiştir (Yıldıoğan, 2012:69).

Aynı şekilde Kulu'nun ortaokul öğrencilerinin Allah tasavvuru ve iyimserlik, umut durumları ile ilişkisi üzerine yaptığı araştırmada Allah tasavvuru ile iyimserlik ve umut arasında olumlu bir ilişkinin olduğunu tespit etmiştir. Dolayısıyla insanların başlarına gelen olumsuz olaylarda Allah'a dair olumlu tasavvur içinde bulunanlar karşılaştıkları olumsuz olayların Allah'tan geldiği bilinciyle ve Allah'ın kendilerine yardımcı olacağını düşünerek iyimser ve umutlu bir tavır içine girdiklerinin görüldüğünü belirtmiştir (Kulu, 2019: 83-84).

Allah tasavvurunun bireyin hayatındaki yeri ve önemi dikkate alındığında Fatıha Suresi'nin ilk ayetinde de Allah, insanın kendisiyle ilişkisini belirleyecek ve kendi varlığını tasavvur ederken nasıl bir varlık olarak tasavvur etmesini sağlayacak şekilde insana rehberlikte bulunduğunu ve bunun da manevi danışmanlık açısından çok anlamlı olduğunu söylenebileriz.

b.b. Manevi Danışmanlık Açısından Allah'ın 'Merhamet' Özelliği

İnsanın Allah tasavvuru ile birlikte O'nunla ilişkisinde anlamlı olabilecek Allah'ın diğer bir özelliği olan "Rahman ve Rahim" oluşunun belirtilmesi son derece önemli bir husustur. Çünkü Alemlerin güç, kudretiyle sahibi olan ve eğitici yönü olan Allah'ın bu özellikleri başta olmak

üzere varlığa karşı merhametli oluşu manevi desteğin gücünü artıracak bir özelliğe de sahiptir. Zira merhametin psikolojik açıdan bakıldığında karşısındakini anlama, durumunu dikkate alarak davranma özelliğini taşıdığı söylenebilir. Çünkü Allah'ın Rahman özelliği ile varlığı sevgisi ve merhametiyle kuşattığı, Rahim özelliğinin de müminlere yönelik şefkat ve merhametini ihtiva ettiği göz önüne alındığında hem varlıklar hem de kendisine inananlar açısından Allah'ın yarattığı varlıkların durumlarını dikkate alarak onlara davrandığı düşünülebilir (Bkz. Batar, 2012: 46).

Fatiha Suresi'nde Allah'ın önce kendisini alemlerin Rabbi olarak tanıtır sonrasında "Rahman ve Rahim" özellikleriyle merhametli oluşunu belirtmesi güç ve kudretini varlığı anlayarak kullandığı şeklinde değerlendirilmek mümkündür (Abay, 2016: 111). Bakara Suresi 286. ayetin ilk kısmında da "Allah hiçbir kimseye gücünün yetmeyeceği şeyi yüklemmez." buyrulur merhamet ilkesi ile davrandığını söylemek mümkün olabilir. Bu ayet merhamet açısından değerlendirildiğinde Fatiha Suresi'nde Allah'ın merhametli oluşuna dikkatimizi çekmesinin manevi dayanışmanlık açısından anlam ve önemini daha da belirgin hale getirmektedir. Çünkü Bakara Suresi'ndeki ayette Allah hiçbir kimseye kaldıramayacağı bir yük yüklediğini buyurarak insanın yaşadığı ve yaşayacağı şeyler konusunda üstesinden gelebileceği ve onun içimde bulunduğu seviye, deneyim ve tercihleri çerçevesinde oluşumuna izin verdiği her şeyin insanın kaldırabileceği özellikte olduğunu dikkate almamız gerektiğine işaret ettiği söylenebilir. Burada cevaplanması gereken bir soru karşımıza çıkmaktadır:

Doğal afetler, savaşlar, salgın hastalıklar vb. durumlar insana zarara vermekte can, mal kaybına yol açmakta bu durum insanın kaldırabileceği durum açısından nasıl değerlendirilmelidir? Bu sorunun cevabı noktasında yaşanan durum ya da olay ile sonuçları açısından konuyu ele almak gerektirir. Örneğin deprem, sel felaketi, yanardağ patlaması gibi doğal afetler insanın ortadan kaldıramayacağı ancak etkilerine karşı tedbir alabileceği durumlardır. Fay hattını belki kaldırmak, yok etmek ya da kırılmasını önlemek mümkün olmayabilir. Ancak fay hattı üzerine inşa etmek zorunda kaldığı binayı depreme dayanıklı yapmak, yaparken mühendislik kurallarına uymak ve ihmalkâr davranmamak gibi Allah'ın hayatı sürdürmedeki kanunları olarak belirtilebilecek esaslara uymak suretiyle tedbir almak, depremin zararlarını en az seviyeye indirme imkânını sağlayabilir. Aynı zamanda deprem esnasında insanın nasıl davranması gerektiğine ilişkin sakin olmak, paniklemeden bina içerisinde kendini güvenceye almak ya da telaşla kendine zarar vereceği şeylerden kaçınıp Allah'a sığınıp dua ederek birtakım davranışları gerçekleştirmek suretiyle

psiko-sosyal ve manevi kuralları bilmek ve bunları uygulamak ta tedbir noktasında yapılacak eylemlerdendir. Dolayısıyla bu tedbirler, insanın ortadan kaldıramayacağı doğal afet olan deprem karşısında kaldıramayacağı bir durumla karşılaşmadığı ya da karşılaşmayacağı sonucuna götürür. Aynı şekilde insanın bilerek ya da bilmeyerek kendi seçimleri veya müdahalesi sonucu ortaya çıkan bazı olumsuz durumlar için de aynı şeyleri söylemek mümkündür.

Örneğin kurallara uyararak trafikte aracıyla giderken bir başkasının hatası nedeniyle bir kaza yaşayan kişinin bu durumu da zaman ve olayın oluşması noktasında kaldıramayacağı bir durum olarak değil de olay nedeniyle öğreneceği şeylerin varlığı açısından değerlendirilebilecek bir örnek olarak ele alınabilir. Zira kendi hatası olmaksızın başkasının bilerek ya da bilmeyerek yaptığı bir hata nedeniyle bir trafik kazasına maruz kalma durumu yaşayan kişi açısından ilk planda bakıldığında kötü gelebilir, maddi hasar ya da yaralanma veya ölüm gibi durumlar yaşanabilir. Ancak hayatın içerisinde sürekli bir değişim ana ilke olduğundan sabiti statik, durağan ve alışageldiğimiz ve bize hedonik duygular uyandıran bir durumun sürekliliği söz konusu değildir. Bu itibarla farklı durumlarla karşılaşıldığında yaşanan olayın sonuçları ya da etkileri noktasında kişinin olayı anlamlandırma veya değerlendirme biçimi, bakış açısı daha çok belirleyici olabilmektedir.

Engellilik, beklenmedik kronik hastalık gibi zorlanmaya neden olaylarda şoktan kabullenmeye kadar farklı duygu durumlar yaşanmasına rağmen olayla baş etmede kabullenme sürecinin önemi bilinen bir durumdur. Kabullenme sürecinde kişinin yaşanan olayın olumsuz etki ya da sonuçlarına odaklanmasından ziyade olayı yaşamın akışı içerisinde bireysel ya da sosyal birtakım nedenlere bağlı ancak öğrenilmesi gereken hayatın farklı bir yönünü kavratıcı bir özelliği olduğu dikkate alınarak olumlu yönden değerlendirilmesi etkili olabilmektedir (Bkz. Kula, 2006: 74). Bu nedenle Allah'ın insana kaldıramayacağı bir durumu yüklediği hususun manevi destek olarak kişiye katkısı olayın alışageldik, kötümser bakış açısı ile değerlendirilmesi yerine olaydan öğrenilecek bazı durumlar sebebiyle yaşandığı ve sonuçlarından olumlu dersler çıkarmanın daha anlamlı olacağı şeklindeki yaklaşımlarla anlamlı hale gelebilir. Ayrıca İnşirah Suresi 5 ve 6. ayetlerde de Allah'ın yarattığı ya da izin verdiği her olayda bir zorluğa karşın iki kolaylığın da yer aldığı noktası dikkate alındığında Allah'ın hiçbir kuluna kaldıramayacağı yükü yüklediği hususu daha rahat anlaşılır hale gelebilir. İnşirah Suresi'nde olay ya da durumlarda bahsi geçen zorluk durumu (Kur'an, 94/2-3) iki şekilde değerlendirilebilir:

Birinci husus, Allah'ın dilemesinde zorluk yerine yaşanan olayın tabiatında bu durumun varlığıdır. Zira ilk yaşanan ilk defa karşılaşılan olay ya da durumlar insana bildiği, alışageldiği olaylara ya da durumlara göre anlaşılması, tanınması ve yaşanması açısından zor gelebilir. Bu da normal yaşanabilen bir durumdur.

Zorlukla ilgili ikinci husus ise, insanın psikolojik olarak olaylara ilişkin kendine özgü bakış açısı anlayışını yansıtan fenomenolojik yaklaşımın bir sonucu olarak değerlendirilebilir (Hökelekli, 1998: 6). Bazı insanlar olaylara ya da yaşanan durumlara kötümser, olumsuz yönleri ile yaklaşabildiği gibi bazıları da iyimser olumlu yanından diğer bazıları da şüpheli yaklaşabilir. Yaşanan durumda ayette zorluktan bahsedilmesinin bir diğer nedeni olarak da insanın bakış açısının önemine dikkat çekmek, seçim yaparken hangi noktadan yaklaştığını fark etmesi, bilişsel açıdan daha çok kolay yanlarını görmesinin kendi lehine olacağını anlam ve önemi olabilir. Bu hususlar ışığında Fatıha Suresi'nde Allah'ın merhamet özelliğinin bireyin hayatında ve yaşadığı olayları makul anlamlandırmada aynı zamanda karşılaştığı zorlukları ile de baş etmede manevi destek yönünün gerçekleşebileceğidir.

b.c. Ahiret İnancı ve Düşüncesinin Yüksek Bilinç Düzeyi ve Oto-Kontrol Sağlaması

Fatıha Suresi'nin 3. ayetinde din gününün sahibinden hareketle ahirete vurgu yapılması manevi danışmalık açısından ayrı bir önem taşımaktadır. İlk 2 ayette Allah kendisi ile ilgili âlemlerin rabbi olarak güç ve kudretine sonra da merhametli oluşuna dikkatimizi çekerek bireyin hayatı boyunca Allah'la ilişkisi ile birlikte manevi açıdan O'nun desteğini hissedeceği bir varlık olarak tasavvurunu oluşturacak zihinsel ve duygusal zemin oluşturulduğu ifade edilebilir. Daha sonra lafzen din gününün sahibi olarak hesap gününe yani ahirete dikkat çekilmesi, hem Allah'ın yaratılmışlar üzerindeki güç ve kudretinin sadece bu hayatla sınırlı olmadığını hem de ahiret bilincinin bireyin Allah'ın kuşatıcılığı, gücü, kudreti noktasında kendisine yüksek bilinç düzeyine ulaştırmasına ve oto kontrolü ile de kaliteli yaşamayı sağlamasına yardımcı olabilir.

Ahiret inancı insanın dünya hayatını sürdürürken bilişsel ve davranışsal açıdan olaylara hayata dair bakış açısını yüksek bilinç düzeyinde inşa etmesine vesile olur Çünkü ahiret inancı ve düşüncesi ile insan, kendi hayatının bir gün sona ereceğini ancak ölüp yok olmayacağını; yeniden diriltileme ile yaptıklarından dolayı Yaratıcısı tarafından hesaba çekilip adeta dünyaya gönderilişinin anlam ve önemini ne kadar kavradığını

ve buna göre nasıl davrandığını görme imkânına kavuşacağı, yaptıklarının Yaratıcısı katında ne kadar geçerlilik ve kabul boyutuna ulaştığını anlama imkânına kavuşur. Ahiret inancının aynı zamanda insanın hayata bakışını gözden geçirmesine de imkân sağlayacağından manevi açıdan tutarlı ve kaliteli bir hayat tarzı ile oto kontrolü gerçekleştirme üzerinde önemli bir etkisi olabilir (Genç, 2018: 69).

Kendimizi, dünyayı ve davranışlarımızı anlamlandırma bakımından ahiret düşüncesi çok önemli bir bakış açısı sunmaktadır. Ahiret düşüncesi insana bu dünyada bir amaç ve hayat için bir anlam sunmaktadır. Ahiret yüksek/yüce değerleri temsil eder. Başka bir ifadeyle dünya, hayatın salt maddi yönünü, sırf dünyevi kazanımları ve geçici tatminleri ifade ederken ahiret, bu hayatın öbür tarafına, yani hayatın daha yüce ve ahlaki değerlerine, sonsuzca sürecek olan huzur ve tatmine işaret eder. Bu yüce değerler, daha alt seviyedeki değerlerin kendisi için var olduğu ve peşinden gidilmesi gereken gayedir. Dünya zaman açısından “hemen, şimdi” ve “az değerli”; ahiret ise “henüz gelmeyen ve “yüce bir değere sahip olan” dır (Hökelekli,2007: 7). Bu bakış açısı içerisinde birey günlük hayatı içerisinde yaşadığı sıkıntı, zorluklar karşısında bunların biteceğini düşünür. Kendisi için yaşadıklarından daha değerli olan hususların olduğunu fark etmesine sebep olur. Ahiret düşüncesi bir boş vermişliği değil az değerli olanla daha değerli olan arasındaki ayırımı yapmaya imkân sağlar.

İnsan hayatında yaşadığı şeyi önemser ve yaşanan onun için biricik ve önemli hale gelir. Bu durum çoğu zaman yaşanılanlardan olumsuz yönde etkilenmeye de sebep olabilir. Çünkü kişi yaşadığı durumu aşırı derecede önemseyince, hatta sadece kendisinin bunu yaşadığını düşündüğünde yaşanılan olay ya da durum kişi üzerinde daha etkili hele gelir. Eğer yaşanan durum belirsizlik ve olumsuz sonuçlar ortaya koyacak bir niteliğe sahipse ya da kişi tarafından olayın bu yönleri öne çıkarılıyorsa etki oranı daha da artabilecektir. Belli bir zaman sonra bireyin hayatı altüst olabilir ve psikolojik bazı sorunların oluşmasına neden olabilir. İşte böylesi bir durumla karşı karşıya kalmayı önleyebilecek ya da bireyin yaşanan olay ya da durumları değerlendirme biçimini belirleyecek önemli manevi destek ahiret inancı ya da düşüncesi olabilir.

Ahiret inancının ve düşüncesinin özünde yer alan bu dünyanın geçiciliği ile beraber “değer” noktasında çok değerli olanla az değerli olanın ayırımının yer alması (Günel, 2016: 420) yaşanan olay ya da durumlardan olumsuz etkilenmeyi azaltabilecek veya önleyebilecek bir durum olarak değerlendirilebilir. Her gün namazda okuduğumuz ve Kur’an-ı

Kerim'in başında yer alan başlangıç, ön söz mahiyetinde yer alan Fatiha Suresi'nde Allah'ın 3. ayette kendisini din günü/ hesap gününün yegâne hâkimi olarak nitelendirmesi, kişinin ahiret düşüncesi çerçevesinde manevi bir desteği içselleştirmesi ve yakinen hissetmesine vesile olabilir.

Fatiha Suresi'nde Allah'ın bu ayette din günü/ hesap gününün yegâne maliki olarak kendisini nitelendirmesi, sadece ahiret düşüncesi-nin kişinin ruhsal dünyasını kuşatmakla kalmaz, aynı zamanda ahiret hayatında insanın içinde bulunacağı durumu daha iyi idrak etmesini de sağlar. Zira ahiret hayatında Allah'ın o ortamın yegâne hâkimi olması sadece O'nun etki gücünü ve hakimiyetini ortaya koymaktadır. Bu da ahiret düşüncesinin insan üzerindeki etkisini daha güçlü bir şekilde hissettireceği gibi aynı zamanda kişinin dünya hayatındaki tutum ve davranışlarındaki tavrını, seçimini daha üst seviyedeki kriterleri gözetererek yapmasına neden olabilecektir. Çünkü ahirette tek söz sahibi Allah'tır, karar verici O'dur ve O'nun dışında hiçbir kimsenin etki gücü olamayacaktır. Bu da Allah'ın ahiret hayatına verdiği değeri ve önemi ortaya koyabildiği gibi insan için de aynı durumun geçerli olmasını sağlamaktadır. Dünya hayatının ahiret hayatının kazanım yeri olması özelliği insanın dünyayla ilişkisinde belirleyici bir özelliği de beraberinde getirmektedir. İnsan ne materyalist bir zihniyet içerisinde dünyaya tapan ve onu biricik noktaya getiren ne de onu boş veren, önemseyen bir tutum sergilemek yerine dengeli davranan bir kişilik özelliğine sahip olmasını sağlayacaktır. Ahiret inancının ve düşüncesinin Fatiha Suresi 3. ayette zikredilen bu tanımlamasına bağlı bireyde şekillenecek olan tutum ve davranışlarla dengeli davranmasına imkân sağlayabilir ve bireye yönelik manevi destek olarak nitelendirilebilir.

b.d. Yardım İstenecek Varlık Olarak Allah Tasavvuru

Fatiha Suresi'nde manevi danışmanlık açısından bireye katkı sağlayacak manevi destek unsuru olarak kişiye yardım edecek varlığın Allah olduğunun bilinmesi ve bunun hissedilmesidir. İnsan için önemli durumlardan birisi de kendisine başta zor anları olmak üzere gerektiği zamanlarda kendisine yardım edecek birilerinin olmasıdır. Bu durum bireyi rahatlatır ve kendine güç katar. Çünkü insan sınırlı bir varlık olarak yapabildiği şeyler olduğu kadar yeterli olmadığı, yapamadığı şeyler de olabilmektedir. Böylesi durumlarda kendine yardım eden, yol gösteren, rehberlik yapan birilerinin olması kişinin hayatını sürdürülebilir kılacağı gibi hayata karşı olumlu tutum geliştirmesine de vesile olabilir. Burada kişiye yapılan yardım ile yardım edenin özellikleri de son derece belirleyici olmaktadır.

Yardım eden, yardım ettiği kişiye nasıl yardım edeceğini bilen ve bu imkânı olan bir kişiye yardım alan için bunun anlam ve önemi çok farklı olacaktır. Bu nedenle Fatıha Suresi'nde Allah mümine "Ancak sana kulluk eder ve ancak senden yardım dileriz." ifadesini kullanarak hem onun Allah'la ilişkisi açısından imana dayalı bir durumun gerçekleşmesine, imanın doğal sonucu olan Allah'a mutlak anlamda teslimiyet güçlü bir bağlılığı ortaya koyan tavrı, hem de insan olarak kendisinin Allah'la ilişkisinde ancak O'nun kendisine yardım edebilecek yegâne varlık olduğunu ifade etmesine zemin oluşturmaktadır (bkz, Kula, 2006: 74). Bu sayede insan kendisini yalnız hissetmez, kendisini yaratan Allah'ın onu terk etmeyeceğini, zorda kaldığında yardım edeceğine olan inancı zorlukları aşacağına olan inancı da artırır. Zira Mehmedoğlu, bireyin Allah inancı ve tasavvurunun oluşmasında Kur'an-ı Kerim'deki Allah'la ilgili bilginin önemine dikkat çekerek Allah'ın yetkin ve Kadir-i Mutlak sıfatlarla tasavvur edilmesinin sağlandığı ve bunun her şeyin nedenini açıklamada ve hayat tarzını belirlemede etkili olduğuna dikkat çekmiştir (Mehmedoğlu, 2011:191-192).

Allah'tan yardım istemek, mutlak yardım edebilecek güç ve kudrete sahip tek varlığın Allah olduğu bilincinin insan kazandıracağı olumlu etkiyi oluşturmakla birlikte kişiye yardım etme açısından vesile olabilecek olan başka insanların da Allah'ın yardımının bir başka şekilde diğer insanları vesile kılarak gerçekleşeceğine olan inancını güçlendirebilir. Dolayısıyla bu bakış açısı yardım davranışında insanların birbirlerine yardım etme duygularını öne çıkartır ve yardım edenin yardım edilenle ilişkisinde ise yardım edenin tepeden bakan, yardım edilenin de yardım eden karşısında ezilen bir tavrının da oluşmasını ortadan kaldırır. Bu da manevi duygularının güçlenmesine ve insani ilişkilerde belirleyici bir özelliğin oluşmasına da vesile olur.

Fatıha Suresi'ndeki bu ayette kulluk ile yardım isteme noktasında kurulacak ilişkide sadece Allah'ın varlığının dikkate alınması aynı zamanda kulluk ile yardım arasında önemli bir bağlantıyı da gösterdiği düşünülebilir. Birey iman gereği kulluk ve ibadeti sadece Allah'a yapmalıdır, bunun doğal sonucu olarak da kulluğunu gerçekleştirirken de en iyi şekilde yapmasını sağlayacağı yardımı da ancak Allah'tan dilemesi gerekir. Mümin Allah'tan dileyeceği yardımı önce kulluk ve ibadet noktasında Allah'tan dileyerek manevi yapısını güçlendirmekte bunu doğal sonucu olarak ta yapacağı işlerde başarılı olma ve ne iyi şekilde yapabileceği imkânına da kavuşabilmektedir. Bu manevi güç aynı zamanda onun karşılaştığı zorlukları daha rahat aşabileceği inancını güçlendirebilir ve kendine güvenini sağlar.

Fatiha Suresi'nde Allah'tan yardım isteme manevi açıdan bireyin hayatla ilişkisine de olumlu etki yapabilecek bir özelliği de kazandırabilir. İnsanın hayata bakışında her zaman Allah'ın yakınlığını ve yardımını hissetmesi hayata bakış açısında iyimser bir tutum sergilemesine neden olabilir. Eğer bir zorlukla karşılaşırsa zorluğun yanında kolaylığın olduğunu hatırlaması kolaylaşır ve hayata karşı iyimser, güven duygusu ile yaklaşan bir tutum sergileyebilir. Böylece bu manevî destek onun hayata tutunmasında da etkili olabilir. Zira Allah'la ilgili başta olmak üzere genel olarak dini bilgi sahibi olan bireylerin her zaman Allah'ın kendisiyle olduğunun bilincinde olması, Allah'ın yardım ve inayetinin bir gün mutlaka tecelli edeceğine olan güveni ve Allah'ın inananlara dair olumlu vaatlerini bilmesi onların umut düzeylerini artırıcı yönü bulunduğu tespit edilmiştir (Kulu, 2019: 68).

b.e. Manevi Danışmanlık Açısından Dua Pratiği

Fatiha Suresi 6. ve 7. ayette Allah dua ile müminin kendisinden başta dosdoğru yola ulaştırmasını ihtiva eden bir talepte bulunmasını isteyerek duanın önemini kavramasına imkân sağlamaktadır. Zira dua, insanoglunun vazgeçilmez Allah'a yönelişidir. İnsanın hayatında gerçekleşmesini istediği arzu ve istekleri olduğu gibi bazı sıkıntı, zorluk ve engeller de bulunmaktadır. Bu itibarla insan hem arzu, isteklerinin gerçekleşmesinde hem de karşılaştığı güçlükleri aşmada en büyük manevi destek olarak duaya yönelmektedir. Dolayısıyla duanın, bireylerin sorunlarıyla başa çıkmasına kolaylık sağladığı yapılmış farklı konulardaki çalışmalarda da tespit edilmiştir. Bu çalışmaların pastoral psikoloji, transpersonal psikoloji ve sufi psikolojisi gibi din ve maneviyat konularını alan yaklaşımların etkisi ve din psikolojisinin ele aldığı konu olması sebebiyle dua ile ilgili birçok çalışma yapılmıştır (bkz. Gashi, 2016: 2).

Dua etme, kendisinden güçlü hissedilen Allah'a yönelerek gerçekleştirilen bir eylem olduğundan sevilen birinin kaybı, çaresizlik durumu ve yaşanan ciddi sorunlar karşısında kullanılan ve olumlu sonuçlar alınan bir durumdur. Böylece dua ile olaylar yeniden yorumlanır ve yaşanan durumların kabullenilmesini kolaylaştırır bu yönüyle dua aktif, bilişsel başa çıkma stratejilerinden birisi olarak değerlendirilebilir. Kişi dua ile kendini Allah'a yakın hisseder, yaşadığı olayların oluşturduğu duygularını, tepkilerini istek ve ihtiyaçlarını açığa vurur. Aşkın bir varlıkla kurulan yakınlık ve buna bağlı iç huzuru yaşanır. Bu durum dine bağlı bir manevi durum olmakla birlikte dua dinle bağlantılı olmaksızın da gerçekleşen bir durumdur. Aşkın bir duygu ve hissiyat ürünü gerçekleşen dua, dinle bağlantılı olmaksızın da gerçekleşir. Dolayısıyla maneviyatın

hem dini hem de dini olmayan fakat içten gelen bir samimiyet ve duygu kökenli bir boyutu olduğu düşünülmektedir (Ekşi & Keskinoglu, 2020; 245). Bu yönüyle inanan inanmayan herkesin somut bir ihtiyaç, bireyin ya da grubun temel hayatî ilgilerinin ciddî olarak tehdit edildikleri bir felaket ve çaresizlik durumu, her zaman bir dua vesilesi olur. Açlık, kuraklık ve fırtına tarafından meydana getirilen ölüm tehlikesi, yırtıcı hayvan ya da düşman saldırısı, hastalıklar veya salgınlar, hakarete uğrama, suçlanma veya kısırlık utancı yüce bir kudrete dua etmeye kişileri isteklendirir. İster bir arzunun gerçekleştirilmesi ister bir çaresizliğin yatıştırılması maksadıyla yapılsın, her durumda duayı zarurî kılan sebepler vardır. Her durumda dua bir talep ve yöneliştir: dua, bilinmek ve işitilmek talebinden başka bir şey değildir (Hökeleki, 1998; 213).

Her ne kadar dua görünüşte kişinin Allah'a sıkıntısını dile getirerek sorunuyla baş etmede pasif bir başa çıkma metodu olarak görülse de aslında pek çok durumda aktif bir metot olduğu değerlendirilir. Kişi dua ettikten sonra sorunun yükünün üzerinden kalktığına ve şimdi artık sorunun "Tanrı'nın elinde olduğuna" inandığında aslında sorunu bir süreliğine askıya almış olur. Dua etmek, durumu değiştirmese de kişinin durumu kavramsallaştırmasını değiştirir (başa çıkmada ikincil kontrol). Sorunu Tanrı'ya havale eden kişi duygusal bir mola alarak sorunu başka bir biliş seviyesinde çözmek için ortam sağlamış olur (Baş, 2017: 171).

Duada ümit duygusu ve geleceğe ilişkin bir yönelim vardır. Yaşanan durum ne kadar umutsuz olursa olsun Tanrı gelecekte bu durumu değiştirebilir. Ümit ve optimist gelecek yönelimi ise korku ve ümitsizlik duygularının, destekleyici bir Tanrı imgesine yakarmak da yalnızlık duygusunun panzehiridir. Dolayısıyla dua etme eylemi, düşüncüyü destekleyici bir Tanrı'ya yönlendirmek suretiyle acil bir rahatlama ve gelecek yönelimli ümit duygusu uyandırarak kişiyi stresten uzaklaştırır. Dua eden kişi sorununu Tanrı'ya havale eder. Böylece bilişsel olarak olayı yeniden değerlendirmek ve çözüm yollarını değerlendirebilmek için bir mola vermiş olur. Mola sonrası dinî değerlerle uyumlu bir çözümün ortaya çıkması büyük bir ihtimaldir. Ayrıca dua gelecek yönelimli umut duygusu da taşır. Teslimiyet duygusu ile kontrolümüz dışındaki hayat olayları üzerinde kontrol sağlamaya çalışırken dua beyhude enerji harcayarak yıpranmamızı da engeller (Baş, 2017: 172).

Fatiha Suresi'ni her rekâtta okuyarak surede yer alan duayı yapmak manevi açıdan yoğun bir şekilde Allah'ın huzurunda bulunmanın getirdiği rahatlamayı yüksek bilinç düzeyini yaşamayı sağlamasıdır. Zira geleceksel olarak ibadette veya dinî tecrübede yapılan tefekkürün amacı

Tanrı'yla ilişkiye girip onun huzurunda hazır bulunmaktır. Tefekkürün temel amacı bireyde dinî tecrübeler yaşamasını sağlamasıdır. Bu tefekkür bireyde, değişik bilinç durumlarına yol açtığı için bir rahatlama meydana getirir (Baş, 2017: 167).

b.f. Anlam Verme ve Sorun Çözme Becerisi Açısından Doğru Yola İletilme İsteği

Duanın manevi güç kazanma ve Allah'ın yardımını hissederek sorun çözeceğine inanmayı kişiye kazandırma özelliği çerçevesinde Fatıha Suresi'nde müminin yaptığı duada doğru yola, nimet verdiklerinin yoluna Allah'ın kendisini iletmesini istemesi, manevi açıdan duanın etki gücünü artıracak özelliğe sahip olduğu söylenebilir. Burada mümin dua ederken önce Allah'tan kendisini doğru yola iletmesini istemekte bu istek duası müminin olaylara bakış açısını belirlemesine katkı sağlayacak bir dua olarak nitelendirilebilir. Aynı dua içerisinde nimet verdiklerinin yoluna sapmış olanlar değil şeklinde dua ederek doğru yolun gerçekleşmesinde kendisine destek olacak kişilerin model olma yönüne işaret ettiği düşünülebilir. Zira Allah'ın nimet verdiği kişiler olarak Nisa Suresi 69. ayette peygamberler, sıddıklar, şehitler, salih amel işleyen kişiler zikredilmektedir. Bu kişilerin yoluna iletmesinin istenmesi kaliteli bir hayatı arzulama ve doğru yolun bu nitelikteki insanların hayat tarzı ile gerçekleşeceğini dua ile içsel bir konuşma tarzı çerçevesinde ifade ederek manevi bir destek oluşmaktadır.

Duasında nimet verdiklerinin, sapanların yoluna değil şeklindeki dua biçimi aynı zamanda olayları doğru değerlendirme, anlamlandırma açısından kriter olarak Allah'ın nimet verdiği kişiler olarak belirtilenlerin hayat tarzları bireye yol göstereceğinden ve rehberlik yapacağından manevi destek olarak kişiyi sağlıklı düşünmeye imkân sağlar ve rahatlatır.

Dua ederken bireyin Allah'ın doğru yola ve nimet verdiklerinin yoluna iletmesini istemesi aynı zamanda Allah tasavvurunun açısından sürenin başındaki Allah bilgisinin kendisine rehberlik yapacak özelliği olduğunu da göstermektedir. Çünkü dua eden kişinin tasavvurundaki Tanrı güçlü, her şeye kadir ve her daim mevcut bir Tanrı ise, problemi betimleyen konuşma potansiyel olarak sınırsız bir kabiliyete sahip bir destek kaynağına atfedilir. Eğer Tanrı kişinin destek grubunun bir üyesi ise bu durumda Tanrı'nın destekleyici olduğu algısı (algısal destek) dua doğrudan yanıtlanmamış olsa dahi (erişilmiş ya da kabul edilmiş destek) stresin rahatlatılması için yeterlidir (Baş, 2017: 171). Bu nedenle Fatıha Suresi'nin başlangıç kısmında Allah'ın kendisini Âlemlerin Rabbi ve din gününün yegâne sahibi olarak nitelendirmesi problemlerin çözümünde

güçlü bir varlık olarak kendisini anlayan bilen olarak görmesini sağlamaktadır. Bu şekilde görülen Allah'a dua etmek, aynı zamanda stresten kaynaklanan gerginliğin hafifletilmesine yardım eder. Çünkü inanan kişi problemlerinin çözümünde ve ihtiyaçlarının giderilmesinde kutsal varlığın kendisine yardımcı olacağını, ondan üzüntü ve kaygıyı kaldıracığını ümit eder. Dua ederek yaşadığı tecrübeler de sinir sisteminin dengesini yeniden düzenleyerek, sinir sistemini kuvvetlendirir (Koç, 2005: 81-82).

Dolayısıyla psikoterapide kullanılan serbest konuşma tekniğindeki gibi dua, duyguların ve düşüncelerin düzenlenmesinde, duygusal boşalımda bir katarsis rolü üstlenebilir. Bir başka ifade ile psikoterapide danışan, özellikle de onaylayıcı bir terapistle, sesli bir şekilde konuştuğunda duygu ve düşünceleri açıklığa kavuşur ve düzenlenir. Böylece danışan duygusal bir rahatlama yaşar. Benzer şekilde dua da içten içe konuşan kişinin kendi kendini dinleyerek duygu ve düşüncelerini açıklığa kavuşturmasına yardım eder. Duada onaylayıcı terapistin yerini kendisine yalan söylenmesi mümkün olmayan bir Tanrı tasavvuru alır. Bu yönüyle bireysel dua “gerçek ben”in açığa çıkmasını sağlayabilir. Merhametli ve bağışlayan bir Tanrı tasavvuruna yapılan “itiraflar” affedilme beklentisi nedeniyle kişide oluşan suçluluk ve suçluluğa bağlı stresi rahatlatır (Bkz. Baş, 2015: 170). Bundan dolayı Fatıha Suresi’nde Allah’ın kendisini güç ve kudret sahibi olarak alemlerin Rabbi ve merhametli özelliği ile tanıtmak suretiyle kişide oluşan Tanrı tasavvuru da onun üzerinde aynı şekilde rahatlatıcı etkiyi yapabilir.

b.g. Bilişsel Duruluk Açısından Eksik ve Tutarsız Tutum ve Davranıştan Sakınma İsteği

Fatıha Suresi’nin 7. ayetinin son kısmında yapılan duada nimet verilenlerin yoluna ilet, gazaba uğrayanların sapanların yoluna değil ifadesi ile mümin farkındalık açısından tutarlı, dengeli, davranmanın bir özelliğine ilişkin talepte bulunmaktadır (bkz. Yazır, t.y.: 130-133). Duanın bu kısmı manevi açıdan müminin doğru yola iletilmesinde özel bir değeri vardır. Zira gazaba uğrayan, sapanların yolundan Allah’ın kendisini uzak tutmasını, korumasını isteyen mümin, tutarsız davranmaktan sakınmanın kendisine olayları değerlendirme ve çözüm üretmede dingin, berrak bir bakışı kazandıracak olan inancını ortaya koyacak bir talepte bulunduğu söylenebilir. Çünkü bu ayette gazaba uğrayan, öfke içinde olan ve sapanlar olarak Mekke’de tevhid inancına aykırı tutum içinde olarak dünya hırsıyla davranan, ehli kitap olarak davranmaları gerekirken tutarlı davranmayan Yahudi ve Hıristiyanlardan hareketle (Yazır, t.y.: 134) sapsmış olma pozitif düşünme aksine düşünce bozukluğunu, yansıtan bir

durum olarak değerlendirilebilir (Abay, 2016: 126). Bu tutum ise manevi danışmanlık açısından bakıldığında pozitif davranmanın aksine insanın dengeli davranmasını engelleyen olumsuz düşünce ve duygu içinde olmasına kapı açan bir durumdur. Bu nedenle mümin Allah'a böylesi durumdan kendini korumasını isteyerek pozitif olma halinde olmayı istemektedir. Bu da kişiyi güçlü kılarak, güçlü yönlerini harekete geçirmeye imkân sağlayarak olumlu bir durum olarak değerlendirilebilir (Ekşi & Keskinoglu, 2020: 230-231) ve manevi destek özelliğini taşır.

S o n u ç

Kur'an-ı Kerim'in başlangıç suresi olan ve günlük ibadet olan namazın her rekâtında okunan Fatiha Suresi muhtevası ile manevi destek sağlayıcı özellikleri sebebiyle dikkat çekmektedir. Fatiha Suresi insan-Allah ilişkisini belirleyecek nitelikte Allah'ın âlemlerin Rabbi ve Rahman, Rahim sıfatları ile merhametli olarak tanıtılması son derece dikkat çekici bir husustur. Çünkü insanın Allah'la ilişkisinde O'nu tasavvur edişi önemlidir. Bu yönüyle özellikle her namazda okunarak bireyin günlük hayatını şekillendirecek Allah'la ilişkisi O'nun algılanışı ile ilgilidir. Allah tasavvurunda Allah'ın gücünü, kudretini hissedene ve merhametiyle de kendini anlayan bir Allah'la ilişkisi olan mümin yaşadığı olaylar karşısında iyimser olan kendi imkânlarının farkında olarak Allah'ın yardımını hissedene, herhangi bir nedenle zorlukla karşılaştığında zorlukların üstesinden gelebilen, olayları daha makul anlamlandırabilen bir algı oluşturabilen bir durumu yaşayabilir.

Fatiha Suresi'nde Allah kendisini din gününün yani ahiretin sahibi olarak tanımlayıp ahiret düşünce ve inancının müminin hayatında oto kontrolünü sağlama ve kaliteli yaşamayı amaçlamasına imkân sağlayabilir. Ayrıca Fatiha Suresi'nde manevi danışmanlık açısından son derece etkili ve önemli olan dua örneği ile mümine rehberlik yapılmakta ve Allah'tan yardım isteme ve kulluk etmenin örneği sergilenmektedir. Fatiha Suresi'ndeki duada mümin Allah'ın kendisini doğru yola iletmesini öfke içinde olan gazaba uğrayan ve sapmış olanların haricinde nimet verdiklerinin de yoluna ilet duası ile sağlıklı düşünme, olumlu düşünme imkânı sağlayan bir durum oluşabilir.

K a y n a k l a r

Abay, A. (2016). Fatiha Suresi ve şahsiyet inşası. *KSÜ İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 27, 91-134

Apaydın, H. (2010). Ruh sağlığı- din araştırmalarına bir bakış. *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 10(2), 59-77

Baş, S. (2017). Manevi danışmanlıkta duanın bir destekleme metodu olarak kullanımı. *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 52, 161-198.

Batar, Y. (2012). Empatik düşündürme yoluyla merhamet eğitimi-Kur'an ve Hz. Peygamber'in uygulamaları ışığında. *Diyanet İlmî Dergi*, 48(1), 43-66.

Demir, R. (2017). *Beyin temelli öğrenme yaklaşımına dayalı din öğretimi*. Adana: Karahan.

Doğan, İ. (2018). *Eğitim sosyolojisi*. İstanbul: Nobel Yayınları.

Ekşi, H. & Keskinoğlu, Ş. M. (2020). Manevi yönelimli psikolojik danışma teknikleri. [içinde] *Manevi Yönelimli Psikolojik Danışma*. Ed. H. Ekşi. (ss. 220-264). İstanbul: Nobel Yay.

Ekşi, H., & Kaya, Ç. O. (2020). Maneviyat ve psikolojik danışma. [içinde] *Manevi Yönelimli Psikolojik Danışma*. Ed. H. Ekşi. (ss. 1-24). İstanbul: Nobel Yay.

Ekşi, H., Çelebi, D. Ç. & Yaman, N. (2020). Kurumlarda manevi danışma ve rehberlik. [içinde] *Manevi Yönelimli Psikolojik Danışma*. Ed. H. Ekşi. (ss. 265-298). İstanbul: Nobel Yay.

Gashi, F. (2016). Dua ve hayat memnuniyeti üzerine karşılaştırmalı bir araştırma (Kırklareli Üniversitesi İlahiyat Fakültesi ve Fen-Edebiyat Fakültesi öğrencileri örneği). *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 25(2), 1-30.

Genç, F. M. (2018) Merhamet eğitiminin saldırganlık davranışını azaltmadaki rolü. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (45), 61-82.

Günal, Y. (2016). Kıyametin ve ahiretin hayatımıza ve çevreye dönük yüzü. *İslami Araştırmalar*, 27(3), 141-426.

Hökelekli, H. (1998). *Din psikolojisi*. Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı.

Hökelekli, H. (2007). Dini hayatın bütünlüğü açısından ahiret inancının psikolojik temelleri. *İlahiyat Fakülteleri XII. Kelâm Anabilim Dalı Koordinasyon Toplantısı ve İslâm'da Ahiret İnancı Sempozyumu*. <https://www.kelam.org>, E. T. : 18 Ağustos 2019.

İmam Mâturîdî (1995). *Te'vilâtü'l-Kur'an'dan tercümeleler* (Çev. Bekir Topaloğlu). Ankara: İmam Ebû Hanîfe ve İmâm Mâturîdî Araştırma Vakfı.

Koç, M. (2005). Dua ve ibadetin ergenlerin ruh sağlıklarına etkileri üzerine teorik bir yaklaşım. *Diyanet İlmî Dergi*, 41(4), 63-90.

Koç, M. (2012). Manevî-[psikolojik] danışmanlık ile ilgili Batı'da yapılan bilimsel çalışmaların tarihi literatürü (1902-2010) üzerine bir araştırma-I. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 12 (2), 201-237.

Kula, M. N. (2006). İstenmedik ve beklenmedik olaylarla karşılaşan bireylere yönelik moral ve manevî desteğin önemi, *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 6(2), 73-94.

Kula, M. N. (2014). İmam Mâturîdî'ye göre Fatıha Suresi ışığında insan-Allah ilişkisi. [içinde] *Uluğ Bir Çınar, İmam Maturudi Uluslararası Sempozyum Tebliğler Kitabı*, Ed. E. Kartal. (ss. 223-227). İstanbul: Doğu Araştırmaları Merkezi

Kulu, U. A. (2019). *Ortaokul öğrencilerinde umut, iyimserlik ve Allah tasavvuru ilişkisi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

Mehmedoğlu, A. U. (2011). *Tanrıyı Tasavvur etmek*. İstanbul: Çamlıca Yayınları.

Özden, Y. (2019). *Eğitimde yeni değerler*. Ankara: Pegem.

Yapıcı, A. (2013). *Rub sağlığı ve Din*. Adana: Karahan.

Yazır, H. (t.y.). *Hak dini Kur'an dili - I*. İstanbul: Azim.

Yıldıoğan, Ç. (2012). *7-12 Yaş arası çocuklarda tanrı tasavvuru (Karşehir/Çiçekdağı İlçesi örneği)*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Kayseri: Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.