



*Journal of Analytic Divinity*  
*International Refereed Journal*

E-ISSN: 2602-3792

*Nisan/ April 2021/ 5 (1): ss-pp 111/128*



**Kendini Gerçekleştirme Bağlamında Kur'an'da Umut**

Hope in the Quran in the Context of Self-Actualization

**Cennet Feyza Cömert**

Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi İslami İlimler Fakültesi  
Ankara Yıldırım Beyazıt University Faculty of Islamic Sciences

Ankara, Türkiye, feyzacmrt@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-9627-342X>

**Makale Bilgisi | Article Information**

**Makale Türü / Article Type:** Derleme Makale/ Review Article

**Geliş Tarihi / Date Received:** 03 Şubat/ February 2021

**Kabul Tarihi / Date Accepted:** 24 Mart/ March 2021

**Yayın Tarihi / Date Published:** 15 Nisan /15 April 2021

**Yayın Sezonu / Pub Date Season:** İlkbahar-Nisan/ Spring-April

**DOI:** 10.46595/jad.874108

**Cite as / Atıf:** Cömert, Cennet Feyza. "Kendini Gerçekleştirme Bağlamında Kur'an'da Umut", *Journal of Analytic Divinity*, 5/1 (April 2021): 111-128.

**İntihal:** Bu makale, iThenticate yazılımınca taranmıştır. İntihal tespit edilmemiştir.

**Plagiarism:** This article has been scanned by iThenticate. No plagiarism detected.

**Web:** <http://dergipark.gov.tr/jad> | **e-mail to:** editorjand@gmail.com

**Copyright** © Published by Özcan Güngör, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, İslami İlimler Fakültesi / Ankara Yıldırım Beyazıt University, Faculty of Islamic Studies, Ankara-Turkey. Bütün hakları saklıdır. / All right reserved.

**Öz**

Birey, özünde var olan potansiyel ve yeteneklerini keşfederek kendisini tanı ve olgunlaşmaya başlayarak kendini gerçekleştirme yoluna girer. İnsanın kendini gerçekleştirmesi, bireyin hem kendini bulma sürecinde gerçek kimliğine ulaşması ve içindeki aradığı bütünlüğe ulaşması için atılmış önemli bir adım; hem de bu süreçte kendine doğru mesafe kat ettiren gelişimsel bir yürüyüştür. Umut ise bireyin yaşamı ile ilgili olumlu beklentileri ve geleceğe yönelik arzuları olup bireyin kendisine yabancılaşmasını engeller ve kendini gerçekleştirmesine yardımcı olur. Bu çalışmanın konusu; insanın kendini gerçekleştirmesinde önemli bir etken ve değer olan umut kavramının Kur'anî boyutlarını bilimsel açıdan tahlil etmektir. Çalışmanın temel amacı ise insanın kendini gerçekleştirmesinde önemli etkisi olan umut kavramının Kur'an bağlamında bireyin: a) harekete geçmesinde, b) hedefine ulaşmasında ve c) kendini gerçekleştirmesinde etkisini incelemektir. Bu çalışmada mikro yöntem bağlamında tarihsel dokümantasyon tekniği kullanılmıştır. Sonuç olarak, umut kavramının Kur'an'da hem doğrudan hem de dolaylı olarak geçtiği görülmektedir. Ayrıca insanın umutsuzluğa düşmemesi için harekete geçmesine, hedeflerine ulaşmasına ve kendini gerçekleştirebilmesine yardımcı olan birçok ayetin olduğu görülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Kendini Gerçekleştirme, Umut, Kur'an, Harekete Geçme, Hedefe Ulaşma

**Abstract**

The individual recognizes himself / herself by discovering its inherent potential and abilities, and it starts to mature and enters the path of self-actualization. It is an important step taken for self-actualization, for the individual to reach his true identity in the process of finding himself and reach the integrity he is looking for; It is also a developmental walk that gets you a distance in this process. Hope, on the other hand, has positive expectations about the life of the individual and desires for the future, prevents the individual from alienating himself and helps him to realize himself. The subject of this study; It is to scientifically analyze the Quranic dimensions of the concept of hope, which is an important factor in human self-actualization. The main purpose of the study is that the concept of hope, which has an important effect on human self-actualization, in the context of the Quran; to examine the effect of a) on taking action, b) on achieving its goal, and c) on self-actualization. In this study, historical documentation technique was used in the context of micro method. As a result, it is seen that the concept of hope is used both directly and indirectly in the Quran. In addition, it is seen that there are many verses that help people to take action so that they do not fall into despair, reach their goals, and be able to realize themselves.

**Keywords:** Self-actualization, Hope, Quran, Take Action, Achieving The Target



## Giriş

İnsan, doğuştan getirdiği kendine özgü duygu, düşünce, özellik ve yeteneklerinin yanında istek ve özlemleriyle yeryüzünde benzersizdir. İnsana has bu özellikler doğuştan olmasına rağmen tamamen açığa çıkarılmamış, ham haldedir. Ayrıca bu özelliklerin gerçekleşim alanı olan kendini "bilme" ve onu "gerçek kılma" da insanın yaratıldığı günden bugüne gelen eski ve evrensel bir değer olarak karşımıza çıkar. Bu değeri ise hümanist psikolojinin literatüre kazandırmış olduğu "kendini gerçekleştirme" kavramının içerisinde görürüz. İnsanın kendini gerçekleştirme ve bilme süreci aslında bütün insanların hayatının en azından bir evresinde içinde bulunduğu bir dönemdir. Çünkü kendini gerçekleştirme, bireyin kendi içinde gelişmesine ve kişiliğinin birliğine yönelik bir istek, özlem ve arayıştır. Ayrıca insanla var olduğundan dolayı insani ama bir o kadar da dini bir olgudur (Göcen & Konar, 2014, 367).

İnsan kendini tanımak için "ben neyim?" sorusuna cevap arar. Kişi bu soruya cevap ararken kendini olmak istediği biri gibi değil de olduğu gibi değerlendirmesi gerekir. Ben neyim sorusuna cevap veren birey "amacım nedir?" sorusunu kendisine yönelterek kendisi için olmasını istediği toplumsal rolü ve yeri ortaya koyar. Yani birey kendisini, benliğinde nasıl görmek istediğini kendisine ne değer biçtiğini dile getirir. Amacını öğrendikten sonra "ne yapabilirim?" sorusunu sorarak kendi yeteneklerini tanımaya çalışır. En son olarak "ne doğru ne hatalıdır?", "değer yargıları nedir?" gibi soruları kendisine sorarak içerisinde yaşadığı toplumdan kendine göre değerler edinir ve onları tanır. İnsan kendisine sorduğu bu sorulara cevap vererek benliğini tanır. İnsan bütün yaşamı boyunca bu sorulara bilinçli ya da bilinçsiz olarak cevap aramasıyla benliğin yapısını, gelişip oluşmasını sağlar (Köknal, 2005, 64-65) ve bu şekilde potansiyel ve yeteneklerini tanıyarak kendini tanır ve olgunlaşmaya başlayarak kendini gerçekleştirme yoluna girmiş olur. Kendini gerçekleştirme kavramını Abraham Maslow ilk kez 1954 yılında tartışmaya açmış ve kendini gerçekleştirmiş olan insanların başkalarına göre yaşamı daha sağlıklı ve zengin bir şekilde yaşadıklarına inanmıştır (Aracı, 2007, 86).

Kişiyi kendine özgü bir kişilik haline getiren ve onu diğer insanlardan ayıran şey; doğuştan getirdiği ve sonradan edinmiş olduğu güç ve yeteneklerini kullanmadaki başarısıdır. Umut ise bireyin yaptıklarını anlamlandıran, onun didinmesini ve harekete geçmesini sürekli kılan temel bir dürtüdür (Navaro, 2014, 291). Psikologlara göre ise umut; "gelecekle ilgili bir amacı gerçekleştirirken sıfırdan fazla olan beklentilerdir" (Seber, 1991, 4). Yani umudun; bireyin hedefe ulaşması için uygulamaya koyduğu planlarını başarabileceği öngörüsü olduğu söylenebilir.

Bireyin aktif olabilmesi için çevresel, kişisel ve toplumsal olarak hayatın bazı zorluklarına dayanabilmesi için olumlu bir ruh haline ve inanca ihtiyacı vardır. Bundan dolayı bazı psikologlar derin bir inancın, umudun bileşeni olduğunu belirtirler (Frankl, 1997, 120). Yani umudun bir iman temeli olmalıdır ve umutta imanı desteklemelidir. (Fromm, 1995, 168). Bu anlamda umut geleceğe ve hayata olan inançtır.

Kısaca umudu; bireyin amaca yönelik karar vermesiyle bu amaca hizmet eden yolları planlaması ve planladığı bu yolda kendini motive ederek algıladığı kapasiteyi ifade eden bilişsel bir yapıdır (Sandage & Morgan, 2013, 559) şeklinde tanımlamak mümkündür. Dolayısıyla umut, bireyde varoluş duygusunu oluşturarak bireyin kendisine yabancılaşmasını engeller ve kişinin kendisini gerçekleştirme yönündeki kararlılığının ortaya çıkmasına yardımcı olur.

Yapılan literatür incelemesinde kendini gerçekleştirme kavramını umut bağlamında Kur'ani boyutta ele alan bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Ancak doğrudan olmasa da dolaylı olarak J. R. Sumerlin'in<sup>1</sup> kendini gerçekleştirme ve umut kavramını birlikte ele aldığı bir çalışma bulunmuştur. Bu çalışma kendini gerçekleştirme kavramını umuttan daha geniş bir yapı olarak desteklemiş ve bu iki kavramı birbirinden ayırmıştır.

Bu çalışmanın konusu; insanın kendini gerçekleştirmesinde önemli bir etken olan umut kavramının Kur'ani boyutlarını bilimsel açıdan tahlil etmektir. Çalışmanın temel amacı ise insanın kendini gerçekleştirmesinde önemli etkisi olan umut kavramının Kur'an bağlamında bireyin: a) harekete geçmesinde, b) hedefine ulaşmasında ve c) kendini gerçekleştirmesindeki etkisini incelemektir. Bu çalışmada mikro yöntem<sup>2</sup> bağlamında tarihsel dokümantasyon tekniği kullanılmıştır.

## 1. Kendini Gerçekleştirmek

Kendini gerçekleştirmek; insanın kendisi olması yani kendini tamamlamasıdır. Aynı zamanda bireyin olması gereken seviyeye gelebilmesi için sarf ettiği çaba ve bu esnada geçen süreçtir. Kendini gerçekleştirme, bireyin hem kendini bulma süreci içinde gerçek kimliğine ulaşmak ve içindeki aradığı bütünlüğe ulaşmak için atılmış önemli bir adım; hem de bu süreçte kendine doğru mesafe kat ettiren gelişimsel bir yürüyüştür (Maslow A., 2001, 122). Yani, bireyin olabileceği her şeyi olma arzusudur (Marshall, 2005, 396).

Carl Gustav Jung, adına tam olarak kendini gerçekleştirme demese de anlattıkları ile bu kavramdan bahseden ilk kişidir. Ona göre kendilik (self)'e sahip olan birey, yalnızca kendinin değil aynı zamanda insan ırkının da önemli bir tamamlayıcısı olur (Fordham, 2001, 7). Ayrıca Jung'a göre gelişimin amacı; olgun bir benlik geliştirmek, hayatın amacıysa; bireyin içindeki gücü keşfederek kendi gerçeklik algısını takip etmesi ve başlı başına bir bütün olmayı başarmasıdır (Stevens, 2001, 29, 42).

<sup>1</sup> J. R. Sumerlin, "Self-Actualization and Hope", *Journal of Social Behavior and Personality*, 1997, s. 1101-1110.

<sup>2</sup> Bkz. H. E. Bodur - İ. Çapcıoğlu "Sosyolojik Teori ve Din", *Din Sosyolojisi İçinde*, (ed.) N. Akyüz, İ. Çapcıoğlu, s. 131-132.



Jung ile beraber ortaya konulan kendini gerçekleştirme kavramını hümanistik psikoloji olgunlaştırmış ve kuramlaştırmıştır (Göcen, 2015, 566). Kendini gerçekleştirme dürtüsü ile gelişen hümanist psikoloji, kendini gerçekleştirmeyi başaran kişiler ile ilgili çalışmalar yapmaya başlamış ve insanın kendisini tanımlayarak ilgilerini öğrenmesini ve kendisinde olan potansiyelleri fark etmesinin yollarını bulmayı hedef edinmiştir. Hümanist psikolojinin babası olan Abraham Maslow kendini gerçekleştirme kavramını detaylı bir şekilde ele almış ve ilk kez "self-actualization" şeklinde tanımlanmış ve "yetenek, kapasite ve gücün son noktasına kadar geliştirilip, bunlardan yararlanılması ve uygulamaya konulması" olarak ifade etmiştir (Maslow A. H., 1970, 150).

Maslow, kendini gerçekleştirme kuramını ihtiyaçlar teorisi, insanın potansiyelleri ve doruk deneyimler olmak üzere üç önemli yapı taşı üzerine kurmuştur. Ona göre insanlarda da diğer canlılar gibi doğuştan gelen ve karşılanmadığı zaman gelişimin mümkün olmayacağı temel ihtiyaçları vardır. Ayrıca insan motivasyonunda sevgi, özgürlük, başarı, merak ve anlama gibi insana özgü ihtiyaçların da önemli olduğunu belirtir. Maslow, insanın hiyerarşik olarak düzenlenmiş olan ve üstteki ihtiyaçların alttakilerin doyurulmasına bağlı olan doğuştan gelen bir ihtiyaç dizisine sahip olduğunu söylemiş ve oluşturduğu bu ihtiyaçlar hiyerarşisi kuramında, insanların ihtiyaçlarını hiyerarşik bir sırayla dizmiş ve her bireyin kendini gerçekleştirme arzusunda olduğunu belirtmiştir (Özgüngör, 2019, 204). Bu hiyerarşide kendini gerçekleştirme en üst basamağı oluşturmuştur. Bu ihtiyaçlar hiyerarşisinin basamakları alttan üste doğru sırasıyla fizyolojik, güvenlik, ait olma-sevgi, saygı, bilme-tanıma, estetik ve "kendini gerçekleştirme" ihtiyaçlarıdır (Maslow A. H., 1943, 394). İlk üç basamak temel ihtiyaçlar diğer kalanlar ise üst düzey ihtiyaçlardır. En üst basamağı oluşturan kendini gerçekleştirme ihtiyacı alt basamaklardaki temel ihtiyaçların doyuma ulaşması ile bireyde gerçekleşir. Alt basamaklarda doyuma ulaşan birey kendini daha iyi ve özgür hissetmeye başlayarak kendisinde var olan bütün potansiyellerini açığa çıkarmaya başlayacaktır.

Kendini gerçekleştirme kavramı "kişinin yapısında var olan yeteneklerini sonuna kadar kullanmasıyla istediği yere gelebilme ve hedeflerine ulaşma isteği ve çabası" (Erden & Akman, 2017, 225) şeklinde tanımlanabilir.

Hümanist anlayışta kişinin hayatı huzur ile huzursuzluk arasında bulunan geniş bir alan içerisinde kavranır. Bu kuram bireyin temelinde bulunan fizyolojik ihtiyaçları inkâr etmez ve bununla birlikte davranışların asıl amacının kendini gerçekleştirme olduğunu söyler. Kendini gerçekleştirmek, kişinin kişisel potansiyellerini keşfederek bu potansiyellerine işlerlik kazandırmasıdır. Bu dönemde kişi, iç ve dış çevreden kaynaklanan şartların etkisiyle, onlarla iletişime girer ve gizli yeteneklerini gün yüzüne çıkarır. Burada temel nokta; kişinin sözü edilen çevresel ve kişisel şartların güdümüne girmeyerek, insan olmanın gereklerini ve kendisinden beklenen şeyleri yerine getirmesiyle kendini gerçekleştirmesidir (Bahadır, 2018, 52-53).

Kişinin kendisini gerçekleştirmesi kolay bir şekilde ve kısa bir sürede olacak bir değişme ve gelişme değildir. Bu süreçte kişi çeşitli engeller ve mücadelelerle karşı karşıya kalabilir. Karşılaşılan bu engelleri, kişi ancak ruhsal etkinliği ile aşabilir ve sarsılan dengesine yeniden kavuşabilir. Birey, kişisel özelliklerini ne kadar tanırsa o kadar kendini gerçekleştirebilir. Kişi kendisine sorduğu “Ben kimim, varoluş nedenim ve amacım nedir, konumum nedir?” gibi sorulara verdiği cevaplar ile kendisini ne kadar tanıdığını, gücünü ve sınırlılıklarını ortaya koyar ve kendini gerçekleştirme sürecinde ulaşabileceği noktayı belirler (Bahadır, 2018, 53).

### 1.1. Kendini Gerçekleştirmiş İnsanların Özellikleri

İnsanlar önce kendilerini tanıyarak daha sonra dengeleyerek kendini gerçekleştirme, kendini aşma, kurtuluşa ve çözüme ulaşma süreçleri içerisinde yol alarak gelişirler. Bireyin kendini gerçekleştirmesinin ilk şartı, “olumlu benlik” kavramı geliştirmesidir. Bireyin kendisini tanıyıp kabul etmesi ve kendini güvende hissetmesi potansiyellerini gerçekleştirebilmesi için gereklidir.

Psikolojide sağlıklı insan, kendini gerçekleştirebilen; yani benliğini toplumsal otorite içerisinde eritmeden ve toplumla çatışmaya girmeden, kendi duygu ve ihtiyaçları doğrultusunda davranabilen ve sahip olduğu gizil güçleri sonuna kadar kullanabilen insan olarak tanımlanır (Göcen, 2015, 570-571).

Kendini gerçekleştiren bireylerin ölçütleri toplumsal olmayıp; içseldir. Bunun nedeni kendini gerçekleştiren bireylerin kendi kapasite ve potansiyellerine, yaratıcı güdülerine ve yeteneklerine uymalarıdır (Maslow A. H., 1970, 153). Maslow’a göre kendini gerçekleştirmiş bireylerin karakteristik özellikleri şunlardır:

- 1- “Gerçekliği daha açık ve etkili algılama,
- 2- Deneyime daha açık olmak,
- 3- Bireyin daha yüksek bir tamlık, birlik ve bütünsellik içinde olması.
- 4- Kendiliğindenlik, kendini ortaya koyabilme, işlevlerini tam anlamıyla kullanabilme, yaşam dolu olmada artış,
- 5- Gerçek bir benlik, sağlam bir kimlik, özerklik, özgünlük,
- 6- Nesnellik, bağımsızlık, benliğin aşknlığında artış,
- 7- Yaratıcılığın yenilenmesi,
- 8- Soyut ve somutu bir potada eritebilme,
- 9- Demokratik karakter yapısına sahip olma
- 10- Sevme yeteneği vb. özelliklere sahiptir “(Maslow A., 2001, 167).





## 2. Umud

Umud kelimesi sözlükte "arzu ve beklentinin birleşimi" (Allen, 1991, 568) anlamına gelmektedir. Türkçe' de umud kelimesi yerine kullanılan ümit Arapça' da ki "ümmid" kelimesinden gelmekle beraber "emele", "reca" ve "tama" gibi kelimeler de umud anlamında kullanılır. Ama genel olarak "reca" kelimesi umud etme anlamında kullanılmaktadır (Yazır, 1979, 3579).

Bazı psikologlar, bireyin aktif olabilmesi için, kişisel, çevresel ve toplumsal olsun hayatın bazı zorluklarına karşı göğüs gerebilmesi için olumlu bir inanç ve ruh haline ihtiyacı olduğunu ve derin bir inancın da umudun bileşeni olduğunu belirtirler (Frankl, 1997, 120). Yani umud hayata ve geleceğe olan bir inançtır.

Psikologlar dini umudun bir şüphe unsuru içerdiğini ileri sürerler. Yani umud içerisinde tereddüt olan şeye denir, kesin olan bir şeye bu isim verilemez (İmamoglu & Yavuz, 2011, 213). Özcan Köknel ise umud kelimesini bir amaç ve beklentinin gerçekleşmesini ummanın ortaya çıkardığı hoş bir durum ve duygu olarak tanımlamış ve umudun bir duygu hali olduğunu söylemiş ve gelecek zaman boyutunu dile getirmiştir (Köknel, 2005, 60). Sufiler ise umud kelimesinin karşılığı olarak genelde reca kelimesini kullanmışlardır. Sufiler reca'yı "İstikbalde ortaya çıkacak olan ve arzu edilen şeye karşı kalbin duyduğu ilgi (Altıntaş, 1986, 131) ya da Allah'ın ihsanını umud etmek" (Kuşeyri, 2005, 134) şeklinde tanımlamışlardır. Bu tanımlardan da anlaşılacağı üzere psikologlar ve sufiler umudu kendi amaçları doğrultusunda tanımlamışlardır. Dolayısıyla yapılan tanımlarda vurgulanan unsurlar açısından farklılıklar olması kaçınılmazdır.

Umud, bireyin kendi dünyasında var olan bir olgudur. Bireyin birikimleri bu olguyu zayıf ya da güçlü bir şekilde yaşatır ve birey umuda ihtiyaç duyduğu zaman onu içinde bulabilir. Umud ile beraber yola çıkmak sevgi ve sevinç dolu bir yaşamı beraberinde getirir (Kasapoğlu, 2007, 156).

Umud, amaçlara yönlendirilen düşünceler üzerine kurulu anlama yeteneği ve bireylerin başarı duygularına ulaşmalarında onları amaca yönlendiren enerji ve yoldur. Umudun, kişinin amaca güdülenmek ve amaca ulaşmak için kullandığı düşünceler olmak üzere iki yönü vardır. Bireylerin amaçları umud üzerinde etkili olup zamanla değişkenlik gösterebilmektedir. Umuttaki amaçlar elde edilebilecek düzeyde ise, birey tarafından önemli olarak görülmekte; sosyal açıdan kabul edilebilir düzeyde ve bireyin denetimi altında ise daha kolay ulaşılabilir amaçlar olarak değerlendirilmektedir (Dağcı, 2020, 121). Umud, hedefe ulaşma beklentisinin bir ögesi olup duygu, istek ve beklentiden oluşur. Ayrıca umud hayatın içgüdüsel bir yönüdür ve insanların potansiyellerinin farkında olmalarına yardımcı olur (Dağcı, 2014, 43). En önemli özelliği ise bireyi en zor zamanlarda bile bir kurtuluş yolu olduğuna inandırması ve bu zor durumu değiştirebileceğine dair bireye inanç/güven vermesidir (Derebaşı, 1996, 3). İstenilen bir amaca ulaşmada bütün yollar tükenmiş olduğunda bile olumlu sonuç beklentisini sürdürmeye yardımcı olan umud

duyuşsal bir fenomendir. Yaşama yönelik beklentilerin en alt seviyede olduğunda bile kişiye destek olan çok boyutlu ve önemli bir kaynaktır (Dağcı, 2020, 122).

Umut, ego işlevlerinde önemli bir kavram olarak kabul edilir. Ayrıca insanların istek ve arzularını erteleyebilmesini, gerçekliği iyi tartmasını, düş kırıklıklarına katlanmasını sağlar (Tokur, 2013, 157). Bununla beraber logoterapik bakış açısı, umudu var olmayan bir şeyi yaratabilecek koşulsuz bir anlama inanmak olarak açıklar. Umut, bireyi gizli anlamı keşfetmeye zorlar. Birey yaratılışının derinliklerinde sadece kendisine ait bu özelliği ile yaşanan anın ve geçmişin problemlerinden kurtulup geleceğin güzelliklerine uzanır (Frankl, 1997, 71-72).

Kısacası umudun diğer canlılarda da görülebilen, ihtiyaç ve arzulardan kaynaklanan sıradan bir beklenti olarak değil de bireyi insanlaştırarak maneviyatını zenginleştiren, kişiliğini oluşturan, ahlak ve erdemlerle bağlantılı, insana has bir hususiyet olduğu düşünülebilir (Göka, 2020, 143).

## 2.1. Kur'an'da Umut

İnsanın maddi imkanlara, varlıklara sonsuza kadar güvenmesi ve onlara umut bağlaması mümkün olmayıp sınırsız beklentileri karşılayan fizik ötesi aşkın bir varlığa ihtiyaç duyar. Bunun yanında insan, umutlarını ölümle sona eren dünya hayatının dışına taşımak isteği duyar. Mutlak anlamda insanın umutlarını gerçekleştiren, ölüm sonrası hayatta insanı umutlu kılabilen tek varlık Allah'tır. Bu gerçeklikte, umut kavramını Allah-insan ilişkisinin temel öğeleri arasına sokmuştur. Bundan dolayı da Kur'an, umut olgusunu hep Allah insan ilişkisi bağlamında ele almıştır (Kasapoğlu, 2007, 156).

Umut, olması ve gerçekleşmesi istenilen ve beklenen coşkusal bir durumdur. Umut insanın yapmak istediği ya da yapmaya karar verdiği her şeyde ve her kesimde vardır (Kasapoğlu, 2007, 155). Bir hastanın tedavi olmayı istemesinde, günahkâr bir kimsenin tövbe etmesinde, peygamberlerin tebliğde bulunmasında ve bunlar gibi birçok durumda umut her zaman etkilidir. Kuran-ı Kerim'e bakıldığı zaman birçok ayette ümit temasının işlendiği ve mümin kimselere her zaman ümit veren, her zaman bir çözüm yolunun olduğunu gösteren, onları ümitsizlik, çaresizlik ve bütün kapıların kapandığı gibi bir psikolojiye girmesini engelleyen bir üslubun olduğu görülmektedir. Bunun yanında Kur'an insanın Allah'ın yardımı ve rahmetinden umudunu kesmesini ve karamsar bir tutum sergilemesini kınamaktadır. Ümitsizlikle ilgili ayetlerin bazıları şunlardır: *"..Allah'ın lütfundan ümidinizi kesmeyin. Çünkü kafirler toplumundan başkası Allah'ın rahmetinden ümit kesmez."* (el-Yusuf 12/87),<sup>3</sup> *"(İbrahim dedi ki: hak yoldan) sapanlardan başka Rabbinin*

<sup>3</sup> Bu ayet ümitsizliğin küfür olduğunu açıkça söylemiştir. Ayrıca bu ayet müminlere güven telkin etmektedir (Namlı, 2020, 336).





*rahmetinden kim ümit keser ki?" (el-Hicr 15/56),<sup>4</sup> "De ki: Ey nefislerine karşı aşırı giden kullarım! Allah'ın rahmetinden ümidinizi kesmeyin. Çünkü Allah bütün günahları bağışlar.." (ez-Zümer 39/53).<sup>5</sup> Bu ayetlerde de görüldüğü üzere insanın Allah'ın rahmetinden umudunu kesmeyerek kendisini toparlaması ve yeni bir canlılıkla hayata sarılması istenmiştir. Çünkü ümitsizlik insanı rehavete, gaflete ve tembelliğe götüren ve insanın hareket ve mücadele kabiliyetini yok eden psikolojik bir bozukluktur (Öztürk, 2008, 45). Kur'an-ı Kerim kimi zaman ümit kavramından doğrudan bahsederek kimi zaman da Kur'an'ın çizdiği geniş tablo ile Müslümanların ümitsizliğe düşmemesi gerektiğini, Allah'ın yardımının mutlaka geleceğini, hiçbir şey olmasa bile ahirette Müslümanların mutlaka karşılığını alacağını söyleyerek insanlara en güzel rehberliği yapmakta ve onları başarıya ulaştırmaktadır.*

### 3. Kur'an'da Umut Kavramının Bireye Etkisi

#### 3.1. Kur'an'da Umut Kavramının Bireye Harekete Geçirmesindeki Etkisi

İnsan yaratılışı itibariyle gerek özgür iradesi gerek aklıyla diğer canlılardan daha üstün bir varlıktır. İnsanın bu üstünlüğü de çeşitli sorumlulukları beraberinde getirmektedir ve bu sorumlulukları da insanın iradesine dayalıdır. İrade sözlükte; dilemek ve istemek anlamlarına gelir. Terim olarak ise "yapılmasının veya yapılmamasının gerekli olduğuna karar verilen bir şeye nefsin meyletmesi" demektir (el-İsfahani, 1997, 371). İrade için kısaca harekete geçme gücü ve yeteneği diyebiliriz. Ayrıca irade fiilin gerçekleşmesinde de belirleyicidir. İrade insanı fiile yönlendirir ve fiilde iradeye bağlı olarak gerçekleşme imkânı bulur. İrade fiilden önce gelmiş olsa da fiil sürecinde de onunla birlikte olup onunla bütünleşen bir faaliyettir (Çağrı & Hökelekli, 2000, 381).

İnsanın harekete geçmesini sağlayan en önemli etken insanın kendisini tanmasıdır. İnsan yaratılış gayesini, kendi karakterini, yeteneklerini bildiği sürece harekete geçebilir. İnsanın kendisini tanması için Kur'an-ı Kerim en önemli kaynaklardan birisidir. Çünkü Kur'an-ı Kerim insanları fiziki yapıları ya da görünüşlerine göre değil; karakterlerine huylarına ve inançlarına göre yani davranışlarına göre değerlendirmektedir. İnsanı yaratan ve onu en iyi şekilde tanıyan Allah, insanın kişiliğini oluşturan mizacını, huylarını ve karakterini Kur'an-ı Kerim'de hem olumlu hem de olumsuz yönleri ile ele almış ve psikolojik açıklamalarda da bulunmuştur (Kırca, 1997, 364).

Kur'an-ı Kerim'de "Sizi anlamsız yere yarattığımızı ve asla bize gelmeyeceğinizi sandınız değil mi?" (el-Müminun 23/115) denilerek insanın boş yere yaratılmadığı belirtilmiştir. Başka bir ayette ise "Ben cinleri ve insanları ancak bana kulluk etsinler diye yarattım." (ez-Zariyat 51/56) denilerek insanın yaratılış gayesinin Allah'a kulluk ve ibadet olduğu dile getirilmiştir. İnsan bu asıl gayesini iradesiyle gerçekleştirir. Allah insanın iradesini

<sup>4</sup> Bundan önceki surelerde ümitsizlik küfür olarak değerlendirilirken burada sapkınlık olarak değerlendirilmiştir (Namlı, 2020, 376).

<sup>5</sup> Mekkeliler arasında Müslüman olduklarında bile günahlarının affedilmeyeceğini düşünenler vardı. Allah onların kafasındaki kuşkuyu kaldırmak için bu ayeti indirmiştir (Namlı, 2020, 464).

hürleştirmiş, ona doğru ve yanlış ayırt etme kabiliyeti vererek insana iki seçenek sunmuştur. Bu seçenekler ayeti kerimede “*Şüphesiz biz ona doğru yolu gösterdik. İster şükredici olur, isterse nankör olur*” (el-İnsan 76/3) şeklinde belirtilmiştir. Yani insan kendi özgür iradesiyle isterse doğru yolu seçer isterse yanlış yolu seçer. Buna bağlı olarak Kur’an-ı Kerim’de “*biz kişiye ancak istediğini veririz*” (el-İsra 17/18-19) ifadesi kullanılmıştır.

İnsanın harekete geçmesini sağlayan bir diğer etken ise sürekli rahatlığın ve durağanlığın hüküm sürdüğü bir ortamdan uzaklaşmasıdır. Çünkü sürekli rahatlığın ve durağanlığın olduğu bir ortam insanın gelişimini engeller, hiçbir değişimi kabullenmemeye sebep olur ve hayat monotonlaşmaya başlar. Ayrıca sürekli refah içinde olan insanların doğruyu yanlış ayırt etmelerine de gerek yoktur. Çünkü ortada tek bir doğru ve tek bir yanlış vardır. İnsanların imtihan edilmelerinin sebebi de budur. Çünkü insanın yaşadığı ıstıraplar, zorluklar, belalar, dertler, acılar insanı hamlıktan kurtarıp olgunlaştırır ve insanı kemale erdirir. Hud suresinin yedinci ayetinden de<sup>6</sup> anlaşıldığı gibi Allah gökleri ve yeri, insanı yaratmak için; insanı ise imtihan ederek denemek için yaratmıştır. Peygamberler tarihine bakıldığında hiçbir peygamberin tamamen refah içinde yaşamadığı görülmektedir. Hepsi farklı imtihanlardan geçmişlerdir. Ama imtihanlarından sonra hepsinin de istedikleri hedeflere ulaştıkları görülmektedir. Mesela Hz. Peygamber doğduğu yerden zulme uğradığı için hicret etmiştir. İlk başlarda bu hicret Hz. Peygamberin aleyhine gibi görünse de sonradan lehine olduğu görülmektedir. Çünkü Hz. Peygamber Medine’ye hicret ederek Mekke dışında yaşayan insanlara İslam’ı anlatabilme fırsatı bulmuş ve bu şekilde de İslam daha geniş bir kitleye ve daha çabuk bir şekilde yayılma imkânı bulmuştur. Aslında peygamberlerin hayatlarında yaşadıkları imtihanlar sonucu ulaştıkları hedefleri bilmek bizlere umut vermektedir. Çünkü ayeti kerimede de söylendiği gibi muhakkak her güçlükle beraber bir kolaylığın olduğu (el-İnsirah 94/5) görülmektedir.

Kısaca Kur’an-ı Kerim’de birçok yerde insanların harekete geçmesi istenmiştir. Nisa suresi 32. ayette “*..Çalışarak Allah’ın lütfundan isteyin..*”, en-Necm suresi 39 ve 40. ayetlerde de “*Hakikaten insana, kendi çalışmasından başkası yoktur. Hakikaten çalıştığı(nun karşılığı) görülecektir.*” ifadeleri insanların inançlarından aldıkları güç ile dünyada karşılaştıkları sıkıntılara sabretmelerini, Allah’ın kendilerine bir ferahlık vereceğine inanarak, yaptıkları iyi eylemlerin karşılığını hem bu dünyada hem de ahirette alacaklarını umarak yaşamalarını sağlamıştır (Göka, 2020, 135).

<sup>6</sup> “Arş’ı su(dan ibaret olan kainat) üzerinde (her şeyi kuşatmış) iken, hanginizin amelinin (sevapça) daha güzel olacağı hususunda sizi imtihan etmek için gökleri ve yeri altı günde yaratan O’dur.”



### 3.2. Kur'an'da Umut Kavramının Bireyin Hedefe Ulaşmasındaki Etkisi

İnsan yapıp-eden, aktif bir varlık olup yaşamı boyunca çeşitli ilişkiler, kaygılar, hayat durumları ve olaylar içinde bulunur. Yaşayabilmesi için de bu bulgular ile hesaplaşmak durumundadır. Bu da insanın yapıp-eden ve aktif bir varlık olmasını gerektirir (Mengüşoğlu, 2015, 144).

İnsanın fiziksel özelliklere sahip olmasının yanında en önemli özelliği bir zihne sahip olmasıdır. Bu özelliğinden dolayı insan düşünen, iş yapan ve hedefler peşinde koşan bir varlıktır (Güngör, 2013, 65). McClelland, Maslow ve White gibi psikologlar insanın birey olarak gelişme ve öz yeteneklerini geliştirme fırsatlarıyla güdülendiklerini söylüyorlar. Ayrıca Maslow ve diğer hümanist kuramcılara göre de insanlara gerçekçi fırsatlar verildiği zaman hedefleri doğrultusunda çaba harcarlar (Aydın, 2007, 20-21).

İnsan sahip olduğu bu kendine has özellikler sayesinde hayatındaki sorunları fark eder, bu sorunlarını çözebilmek için hayal kurar ve bu hayaller sonucunda kendisine hedef belirleyerek istediği şeyi elde etmek için bir yol çizer ve hedefleri sayesinde de mücadele arzusunu artırır.

İnsan hedeflerini gerçekleştirmek için planlamalar yapar. Bu planlamalar doğrultusunda çalışır ve sonucunda hedefine ulaşmış olur. İnsan, hedeflerini gerçekleştirirken birçok engelle karşılaşabilir. İnsan bu engelleri gayret, mücadele ve azim ile aşabilir. Karşılaşılan bu engeller, zorluklar ve sıkıntılar karşısında kişi üzüntüye ve ümitsizliğe düşebilir, bireyin azmi ve arzusu azalabilir. Böyle durumlarda insan kendisini motive edecek gayret ve azmini sürdürmesine yardımcı olacak bakış açılarına ihtiyaç duyar. Bundan dolayı farklı nedenlerle hayatında çeşitli sıkıntılar ve zorluklar yaşamış kişilerin azmederek hedeflerinden vazgeçmediklerini ve direndiklerini bilmek, engellerle karşılaşan insanları cesaretlendirebilir, onlara ümit verebilir ve motive edebilir.

Kur'an-ı Kerim, insanları karşılaştıkları zorluklara ve engellere karşı cesaretlendirmek ve onlara ümit vermek için birçok peygamberin hayatından örnekler vermiştir. Peygamberlerden Hz. Muhammed'in hayatına bakıldığında hedefinin diğer bütün peygamberler gibi zalim ve zorba kimselerin insanlar üzerindeki baskılarını kaldırmak (Çelik N., 2019, 83) ve ilahi emri insanlara tebliğ etmek olduğu görülmektedir. Hz. Muhammed'e peygamberlik görevi verilmesiyle beraber müşrikler kıskançlıklarından (ez-Zuhruf 43/31; Sad 38/6-8) dolayı Ona kin ve öfke beslemişlerdir (el-Hac 22/72). Hz. Muhammed'e vahyedilen ayetlere karşı Müşriklerin içlerinde büyük bir kibir ve gurur vardı (el-Lokman 31/7; ez-Zümer 39/59). Bundan dolayı Hz. Muhammed'i ve O'na vahyolunan mesajı tebliğ etmesini engellemek için çeşitli yollar denemişlerdir. Kimi zaman sihribaz, deli ve yalancı gibi kötü lakaplar takmışlar (el-Hicr 15/6; Sad 38/4; el-Kalem 68/51) kimi zaman iftiralar atmışlardır. Ama Hz. Peygamber büyük bir sabırla, "güneşi sağ elime, ayı da sol elime verseler, ben yine bu dinden, bu tebliğden vazgeçmem." (İbn Hişam, 1955, 265-266; Taberi, 1992, 323) sözleriyle büyük bir azimle hedefinden vazgeçmemiş,

bütün bu olumsuzluklara rağmen ümidini kesmemiş ve bütün bunları kendisine yapanlara karşı güzel davranışlar sergilemiştir. Bütün bu engellemelere karşılık ise İslam dini bütün dünyaya yayılmış ve Hz. Peygamber hedefine ulaşmıştır.

Kur'an-ı Kerim'de hedeflerini gerçekleştirmeye çalışırken çeşitli zorluklarla karşılaşan sadece Hz. Peygamber değildir. Hz. Peygamber gibi bütün peygamberler de hedeflerini gerçekleştirmeye çalışırken birçok zorluklarla engellerle karşılaşmışlardır. Hz. Nuh putperestliğe karşı çıkıp tevhidi yaymaya çalışırken kendisine inanmayan en yakınları eşi ve çocukları olmuştur (el-Hud 11/42-43), ama Hz. Nuh yine de hedefine ulaşmış inşa ettiği gemisiyle inananları kurtarmıştı. Hz. Yusuf kardeşleri tarafından kuyuya atılmış, köle olarak satılmış ama bütün bunlara rağmen Mısır'ın emiri olmuştur (el-Yusuf 12/55-56). Bu tür umut artırıcı hikayeleri hatırlamak ve geçmişteki başarıları bilmek insanlardaki umudu artırmaktadır (Shirvani, 2018, 5).

Kısacası Kur'an-ı Kerim bizlere hedefimize giden yolda karşılaştığımız zorlukları sabırla, umut ederek aşacağımızı ve çalıştığımızın karşılığını mutlaka alacağımızı gösteren önemli bir rehberdir.

### **3.3. Kur'an'da Umut Kavramının Bireyin Kendini Gerçekleştirmesine Etkisi**

Bireyin kendini gerçekleştirmesi, içindeki insan olma potansiyelini ortaya çıkarmasıdır. Birey sahip olduğu potansiyelleri kendini tanıyarak, varoluşsal amacını bilerek ortaya çıkarabilir. Bu noktada dinler insanın kendini tanımada önemli bir kaynaktır. Çünkü dinin temelini insanın kendi özelliklerinin farkına varması oluşturmaktadır. İnsanın varoluşsal problemlerine çözüm üretmek onun huzur ve mutluluğunu inşa eden din, insana aradığı varoluş gerçekliğini göstermekte ve onu yüksek değerlere sevk etmektedir (Göcen & Konar, 2014, 367). Din insanın kendini gerçekleştirmesi için vardır ve insanın hayatına anlam katar.

Kendini olduğu gibi gerçekleştirmek, yeryüzündeki bütün bitki, hayvan ve insanın yaratılıştan getirdiği tek amaçtır (Cüceloğlu, 1999, 42). Kendini gerçekleştiren varlıklar yaratılış gayelerini yerine getirdikleri zaman değer kazanmakla beraber fitratına uygun davranan insanda mutlu ve huzurlu olacaktır (Sert, 2004, 39). Din fitrattır (Rum 30/30) ve birey yüksek değerleri kendi özünde bulur. Yani insanın kendi fitratını arayıp bulması ve onu yaşaması dinin istediği bir şeydir. İnsan kendi fitratına uygun olarak kişilik gelişimini gerçekleştirmezse kimlik krizine girer. Kimlik krizi ise bir tür şahsiyet ve ruh krizidir. Güvensizlik, normsuzluk, güçsüzlük ve Durkheim'in kuralsızlık dediği kendine yabancılaşmak ile nitelenir. Bireydeki bu kuralsızlık durumları, artan bir psikolojik ızdırıp hissi yüksek beklenti ve kitlesel çekimlere karşı hassaslık doğurabilir (Güngör, 2020, 79). Kendisine yabancılaşan insanın hayatı da anlamını yitirir. Derinden hissedilen bir amacın



yokluğu, bireyin çevresine ve dostlarına yabancılaşması, insanın kendine yabancılaşmasının belirtileridir (Sayar, 2000, 11).

Bireyin kendine yabancılaşması Tanrı inancına uzak kalmasının bir sonucudur. *“Allah'ı unuttuklarından dolayı, (Allah'ın da) kendilerini kendilerine unutturduğu kimseler gibi olmayın. Onlar, yoldan çıkan kimselerdir.”* (el-Haşr 59/19). Allah'a bağlılık ve imandan uzak kalan birey, içinde bunun boşluğunu duyacaktır. Allah'a boyun eğme ve teslimiyetten uzaklaşan insanların istedikleri nesnelere arasında sıkışıp kalması ve içlerinde hiçbir zaman susturamadıkları bir huzursuzluk ve anlam kaybı yaşamaları bunun somut işaretleridir. Ayette bu durumdaki bireylerin yoldan çıkan kimseler olduklarının ifade edilmesiyle bu olgunun bireyleri ahlaki değerlerden uzaklaştırdığı ifade edilmiştir (Çelik A., 2004, 92).

Din, bireyi yersizlik, umutsuzluk ve anlamsızlık gibi duygulardan kurtararak insanı özgürleştirir. Özgürlük insana sorumluluk duygusu getirir. Bu sorumluluk bireysel olarak kendini inşa etme, kendini gerçekleştirme; toplumsal olarak adalet ve ahlakın egemen olduğu bir toplum yaratma olarak karşımıza çıkar. Aynı zamanda bütün bunlar uygarlık ve kültür yaratma, dünyayı güzelleştirme sorumluluğudur (Onat, 2020).

Maslow'da kendini gerçekleştiren insanların karakteristik özelliklerinin dinler tarafından konulan ideallerle aynı doğrultuda olduğunu söylemiştir. Benliğin aşkınlığı, gerçek, güzel ve iyiliğin bir arada düşünülmesi, diğer insanlara katkı, dürüstlük, doğallık ve bilgelik, kişisel ve bencil güdülerini aşkınlık, daha alt düzeydeki tutkuların daha yüce olan için terkedilmesi, incelik ve arkadaşlık, araçlar ve amaçların rahatlıkla ayırt edilebilmesi, acımasızlık, düşmanlık vb. duyguların azalması gibi (Maslow A., 2001, 169).

Kur'an-ı Kerim'de insanın yeryüzünde halife olarak görevlendirildiği (Bakara 2/30) ve insanın şerefli kılındığı (el-İsra 17/70) söylenmiştir. Buradaki halifelikten kasıt genel kabule göre yeryüzünü ıslah ve imar görevidir ve insanda bu görevin gerektirdiği güçlerle donatılmış bir varlıktır. İnsana kötülük ve iyiliği kavrama yeteneğiyle beraber bunlardan birini seçme yeteneği de verilmiştir (el-İnsan 76/3; el-İsra 17/18-19). Bundan dolayı insan kendisini sorumlu kılmaya yeten bir güce sahiptir. İnsanın bu görevle yükümlü olması yeryüzündeki varlığının başlıca anlamlarından birisidir. Bu görevi yerine getirirken insanın aşması gereken en önemli engel kendisidir. Çünkü insanın imtihan varlığı olmasının bir gereği olarak cimrilik, unutkanlık, umutsuzluk, geçici hazlara düşkünlük, gerçeğe karşı direnme, böbürlenme vb. zaafı bulunmaktadır ama birey ahlaki gelişim sürecinde bu zaafı yenmeyi öğrenmesi gerekir.

İnsan kendisine verilen akılla kendi insani varlığında ortaya çıkan hakikati kavrama gücüne sahip olup bu bilginin ışığında mümkün varlığına dönük benliğini aşarak kemale ermektedir (Kutluer, 2000, 323).

Kur'an-ı Kerim'de birçok ayette hoşgörü (Al-İmran 3/159), adalet (en-Nisa 4/58), doğruluk, dürüstlük (es-Saff 61/2), azim, dostluk, kardeşlik (Al-İmran 3/103), dayanışma (et-Tevbe 9/71), sevgi, barışçılık (el-Enfal 8/61), cömertlik (el-Leyl 92/17), hayırda yarışma,



ölçü, hikmet ve tartıda dürüst olmak (el-En'am 6/152) gibi birçok erdemli tutum ve davranış üzerinde durulmuştur. Mesela Al-İmran suresinde (3/133-135) temel fazilet olarak vurgulanan takvaya sahip kimselerin özelliklerini "bollukta ve darlıkta Allah rızası için sarf ederler, öfkelerini yutarlar ve insanları affederler, kötülükte ısrar etmezler" şeklinde zikretmiştir. el-Bakara suresi 177. ayette de Kur'an bir diğer temel ahlak kavramı olan iyilik kapsamı içerisinde iman, hayır severlik ve ibadet konularının yanında sabır, doğruluk, ahde vefa gibi faziletlere de dikkat çeker. Kur'an'da bahsedilen bu tür sosyal davranışlar toplumdaki umudu da artırmaktadır (Shirvani, 2018, 5).

Kısaca Kur'an-ı Kerim insana kendini tanıtarak kendisine yabancılaşmasını ve bundan dolayı da insanın umutsuzluğa düşmesini engellemiştir. Çünkü Kur'an-ı Kerim'in birçok ayetinde insanın içinde bulundurduğu özelliklerden bahsetmiş ve nasıl mutlu olacağını yollarını göstermiştir. Bu yüzden insanın umutsuzluğa düşmesini engellemiş her zaman her durumda umutlu olmasını sağlamıştır. Ayrıca Kur'an-ı Kerim ideal Müslümanın özelliklerini belirtmiştir. Bu özelliklerin kendini gerçekleştiren insanda bulunması gereken özelliklerle örtüşmektedir. Kur'an-ı Kerim'de bahsedilen insanın kendini gerçekleştirebilmesi için kendisinde bulundurması gereken benzer özellikleri içerisinde bulundurarak insanın kendini gerçekleştirme umudunu her zaman diri tutmuştur.

### **Sonuç**

Psikoloji kaynaklarına bakıldığında kendini gerçekleştirmiş insanın sağlıklı insan olarak tanımlandığı görülüyor. Sağlıklı bir insan, kendini tanıyan, yetenek ve potansiyellerinin farkında olandır. Her insan hayatının bir bölümünde varoluşsal amacını sorgulayarak kendini tanımaya çalışmış ve bu yolda olgunlaşmaya başlayarak kendini gerçekleştirmek için çaba sarf etmiştir. Çalışmada insanın kendini gerçekleştirmesini sağlayan en önemli faktörün umut olduğu görülmüştür. Çünkü umut, bireyde varoluş duygusunu oluşturarak kendisine yabancılaşmasını engeller ve bireyin kendini gerçekleştirme yönündeki kararlığının ortaya çıkmasında yardımcı olur. Ayrıca umudun, bireyi zor zamanlarda mutlak bir kurtuluş yolu olduğuna inandırdığı ve bu zor durumu değiştirebileceğine olan inancını oluşturduğu görülmüştür.

İnsan, maddi varlık ve kaynaklara sonsuza kadar güvenemez ve onlara umut bağlayamaz. Bundan dolayı sınırsız istek ve beklentilerini karşılayacak aşkın bir varlığa ihtiyaç duyar. İnsanın bu istek ve beklentilerini karşılayacak aşkın varlıkta Allah'tır. Bu yüzden de Kur'an-ı Kerim umut olgusunu Allah-insan ilişkisi bağlamında ele almış ve umut kavramından kimi zaman doğrudan bahsederek kimi zamanda geniş bir tablo ile Müslümanların umutsuzluğa düşmemesi gerektiğini, Allah'ın yardımının mutlaka geleceğini, hiç olmazsa mutlaka yapılan şeyin karşılığını alacağını söyleyerek başarıya giden yolda insanlara rehberlik yapmaktadır.





İnsanın, başarıya giden yolda harekete geçmesini sağlayan en önemli etken yaratılış gayesini, karakterini, yeteneklerini bilerek kendini tanımasıdır. Kur'an insana kendisini tanıtan en önemli kaynaklardan biridir. Çünkü Kur'an'da insanlar karakter, huy ve inançlarına göre değerlendirilir. İnsanı en iyi şekilde tanıyan Allah'ın, Kur'an'da insanın kişiliğini oluşturan mizaç, huy ve karakter gibi özelliklerini hem olumlu hem de olumsuz yönleriyle ele aldığını ve psikolojik açıklamalarda bulunduğu çalışmada belirtilmiştir.

Her insanın kendine özgü doğuştan getirdiği hayal kurma, iyiyi kötüyü ayırt edebilme gibi özellikleri vardır. İnsan bu özellikleri sayesinde hayatındaki olumsuzlukları fark ederek hayal kurar ve hayalleri doğrultusunda da kendine çeşitli hedefler belirler. Kendine belirlediği hedefler doğrultusunda planlar yaparak hedeflerine ulaşmaya çalışır. Ama bu yolda birçok zorluklarla, engellerle karşılaşır ve bu engelleri aşmak içinde kendisini motive edecek bir bakış açısına ihtiyaç duyar. Bundan dolayı hedeflerini gerçekleştirmeye çalışırken çeşitli sıkıntılar ve zorluklar yaşayan kişilerin azmederek hedeflerinden vazgeçmediklerini ve en sonunda hedeflerine ulaştıklarını bilmek bireyi cesaretlendirir, umut verir ve motive eder. Kur'an'da da insanın hedeflerine ulaşması ve bu yolda azmetmesi için çeşitli zorluklar yaşamalarına rağmen hedeflerinden vazgeçmeyen kişilerin hayatından kesitler anlatarak insanlara umut verir.

Çalışmada kendini olduğu gibi gerçekleştirmenin, yeryüzündeki bütün varlıkların yaratılıştan getirdiği tek amaç olduğu belirtilmiştir. Kendini gerçekleştiren varlık yaratılış gayesini yerine getirdiğinden ve fitratına uygun davranmasından dolayı mutlu ve huzurlu olacaktır. Din de insanın kendi fitratını arayıp bulmasını ister. Eğer birey fitratına uygun olarak kişilik gelişimini gerçekleştirmezse kendi benliğine yabancılaşır ve bireyin hayatı da anlamını yitirir.

Kur'an insana kendini tanıtarak kendisine yabancılaşması ve umutsuzluğa düşmesini engellemeye çalışmıştır. Bunun yanında ideal Müslümanın kendisinde bulundurması gerektiği özellikleri belirterek yaratılış gayesi üzerine yaşamasını sağlamak istemiştir. Kur'an'da bahsedilen ideal Müslümanın sahip olması gereken birçok özelliğin kendini gerçekleştiren insanların karakteristik özellikleriyle benzerlik göstermektedir. Buradan da insanın kendini gerçekleştirebilmesi için Kur'an'ın insana bir umut kaynağı olduğu sonucu çıkarılmaktadır.

Sonuç olarak, umut kavramının Kur'an'da hem doğrudan hem de dolaylı olarak geçtiği görülmektedir. Ayrıca insanın umutsuzluğa düşmemesi için harekete geçmesini, hedeflerine ulaşmasını ve kendini gerçekleştirebilmesi için ona yardımcı olan birçok ayetin olduğu görülmektedir.

### **Kaynakça**

Allen, R. E. *The Concise Oxford dictionary of current English*. 568. New York: Oxford University Press, 1990.

Altıntaş, Hayrani. *Tasavvuf Tarihi*. Ankara: Ankara Üniversitesi Basımevi, 1986.

Aracı, Ulaş. *Sufi Hikayelerinin Kullanıldığı Bilişsel-Davranışçı Yaklaşımınla Bütünleştirilmiş Biblioterapinin İşlevsel Olmayan Düşünceler ve Kendini Gerçekleştirme Üzerindeki Etkisi*. Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2007.

Aydın, Mustafa. *Eğitim Yönetimi*. Ankara: Hatiboğlu, 8. Baskı., 2007.

Bahadır, Abdülkerim. *İnsanın Anlam Arayışı ve Din*. İstanbul: İnsan, 2018.

Bodur, Hüsnü. E. - Çapcıoğlu İhsan. "Sosyolojik Teori ve Din". *Din Sosyolojisi*. ed. Niyazi Akyüz - İhsan Çapcıoğlu. 111-148. Ankara: Grafiker Yayınları, 2018.

Tokur, Behlül. "Gaye Anlam Bağlamında Kendini Gerçekleştirmek". *Atatürk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 40 (2013), 149-162.

Cüceloğlu, Doğan. *Savaşçı*. İstanbul: Sistem Yayınları, 1999.

Çağrı, Mustafa - Hökelekli, Hayati. "İrade". *TDV İslam Ansiklopedisi*. 22/380-384. İstanbul: TDV İslam Araştırmaları Merkezi, 2000.

Çelik, Adem. *Dini Değerler Bağlamında Kişilik Gelişimi*. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2004.

Çelik, Nizamettin. "Hz. Peygamber'in (sav) Diplomatik İlişkilerinin Mahiyeti ve Temel Hedefi". *Hadith Dergisi* 2 (2019), 72-109.

Dağcı, Abdullah. *Huzurevindeki Yaşlıların Manevi Gereksinimlerinin İncelenmesi: Bir Model Önerisi*. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2020.

Dağcı, Abdullah. *Pozitif Psikoloji Bağlamında Umudun Dindarlıkla İlişkisi*. Konya: Necmeddin Erbakan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2014.

Derebaşı, Işık. *Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Ege Üniversitesi Öğrencileri Üzerinde Geliştirilmesi*. İzmir: Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 1996.

Erden, Münire - Akman, Yasemin. *Eğitim Psikolojisi Gelişim-Öğrenme-Öğretme*. Ankara: Arkadaş Y., 2017.

Feyizli, Hasan Tahsin. *Feyzül Furkan*. İstanbul: Server Yayınları, 2019.

Fordham, Freida. *Jung Psikolojisinin Ana Hatları*. çev. Aslan Yalçın. İstanbul: Say Yay., 4. Baskı., 2001.

Frankl, E. Viktor. *İnsanın Anlam Arayışı*. çev. Selçuk Budak. Ankara: Öteki Yayınevi, 1997.



Fromm, Erich. *Umut Devrimi*. çev. Şemsa Yeğin. İstanbul: Payel Yayınevi, 1995.

Göcen, Gülüşan. "Dini İnanç ve İbadetin Kendini Gerçekleştirme İle İlişkisi". *Gençlik Din ve Değerler Psikolojisi*. ed. Hayati Hökelekli. 559-608. İstanbul: Dem Yayınları, 2015.

Göcen, Gülüşan - Konar, Ayşegül. "Din Psikolojisi Açısından İnsan Olma Sürecinde Kendini Gerçekleştirme ve Din". *Toplum Bilimleri Dergisi* 8/15 (2014), 365-383.

Göka, Erol. *Yalnızlık ve Umut*. İstanbul: Kapı Yayınları, 2020.

Güngör, Özcan. "Sosyolojik Bir Teori Olarak Sembolik Etkileşimciliğin Ontolojik Temeli ve Din Olgusu". *AİBÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 13/1 (2013), 57, 91.

Güngör, Özcan. *Türkiye'de Dini Gruplar*. Ankara: Son Çağ Yayınları, 2020.

Özgüngör, Sevgi. "Motivasyon". *Psikolojiye Giriş*. ed. Şerife Işık. 181-212. Ankara: Pegem Akademi, 2019.

İbn Hişam, Ebu Muhammed Abdülmelik. *es-Siretü'n-Nebeviyye*, thk. Mustafa es-Sakka 2 Cilt. Kahire, y.y., 1955.

İmamoğlu, Abdulvahit - Yavuz, Adem. "Üniversite Gençliğinde Dini İnanç ve Umutsuzluk İlişkisi". *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 8/23 (2011), 205-244.

İsfahani, Ragıb el-. *Müfredatu elfazi'l-Kur'an*. thk. Saffan Adnan Davudi. Dımaşk: Daru'l Kalem, 1997.

Kasapoğlu, Abdurrahman. "Kur'an'da Ümit-İman İlişkisi". *Tasavvuf: İlmî ve Akademik Araştırma Dergisi* 8/18 (2007), 155-176.

Kırca, Celal. *Kur'an ve Fen Bilimleri*. İstanbul: Marifet Yayınları, 4. Baskı., 1997.

Köknel, Özcan. *Kaygıdan Mutluluğa Kişilik*. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi, 2005.

Kuşeyri, Abdülkerim. *Risale*. thk. Ahmed İnaye-Muhammed el-İskendirani. Beyrut: Daru'l-Kitabi'l-Arabi, 2005.

Kutluer, İlhan. "İnsan". *TDV İslam Ansiklopedisi*. 22/320-323. İstanbul: TDV İslam Araştırmaları Merkezi, 2000.

Marshall, Gordon. *Sosyoloji Sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları, 2005.

Maslow, Abraham H. "A Theory Of Human Motivation". *Psychological Review* 50/4 (1943), 370-396.

Maslow, Abraham H. *İnsan Olmanın Psikolojisi*. çev. Okhan Gündüz. İstanbul: Kuraldışı Yayınları, 2001.

Maslow, Abraham H. *Motivation And Personality*. Harper & Row Publishers, 1970.

Mengüşoğlu, Takiyettin. *İnsan Felsefesi*. İstanbul: Doğu Batı Yayınları, 2. Baskı., 2015.

Namlı, Tuncer. *Kur'an Aydınlığı Kronolojik Kur'an Meali*. Ankara: Fecr Yayınları, 2020.

Navaro, Daniş. *Kariyer ve Varoluş: Bir Benlik Eylemi*. Ankara: Elma, 4. Baskı., 2014.

Onat, Hasan. "Din İnsanı Özgürleştirir". hasanonat.net, ts. <http://www.hasanonat.net/index.php/69-din-insan-oezguerlestirir>. 2020

Öztürk, Resul. "Kelami Açından Ümitsizlik (Yeis) ve İman-Amel İle ilişkisi". *Ekev Akademi Dergisi* 34 (2008), 43-56.

Sandage, Steven J. - Morgan, Jonathan. "Hope And Positive Religious Coping As Predictors Of Social Justice Commitment". *Mental Health, Religion And Culture* VI/17 (2014), 557-567.

Sayar, Kemal. *Sufi Psikolojisi*. İstanbul: İnsan Yay., 2000.

Seber, Gülten. *Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Güvenirliliği ve Geçerliliği Üzerine Bir Araştırma*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi, Doçentlik Tezi, 1991.

Sert, H. Emin. *Kur'an'da İnsan Tipleri ve Davranışları*. İstanbul: Bilge Yay., 2004.

Shirvani, Seyed M. H. "Raising Hope İn Quran And Psychology". *HTS Teologiese Studies/Theological Studies* 74/1 (2018), 1-6.

Stevens, Anthony. *Jung*. çev. Çayır A. Ankara: Kaknüs Yay., 2001.

Sumerlin, Jhon R. "Self-Actualization and Hope". *Journal of Social Behavior and Personality* 12/4 (1997), 1101-1110.

Taberi, Ebu Cafer Muhammed b. Cerir. *Milletler ve Hükümdarlar Tarihi*. çev. Zakir Kadiri Ugan-Ahmed Temir, 5 Cilt. İstanbul: y.y., 1992.

Yazır, M. Hamdi. *Hak Dini Kur'an Dili*. İstanbul: Eser Neşriyat ve Dağıtım, 1979.

