

Harran İlahiyat Dergisi | Harran İlahiyat Journal

Sayı/Issue: 51, Haziran/June 2024, 1-25

<https://dergipark.org.tr/tr/pub/hij/issue/85067>

ISSN 2791-6812

Mutakiflerin İtikaf Tecrübeleri ve İtikafın Şahsiyet Terbiyesindeki Rolü

Mutakifs' Experiences of I'tikaf and Its Role in Personality Training

Yazar Bilgisi Author Information

Ali GÜL

Dr. Öğr. Üyesi, Samsun Üniversitesi İlahiyat Fakültesi, Samsun, Türkiye
Asst. Prof., Samsun University Faculty of Theology, Samsun, Türkiye
ali.gul@samsun.edu.tr , www.orcid.org/0000-0002-1016-5832

Makale Bilgisi Article Information

Makale Türü Article Type	Araştırma Makalesi Research Article
Yayın Etiği Publishing Ethics	Bu makale, iThenticate yazılımı ile taranmış ve intihal tespit edilmemiştir. Makale, çift taraflı kör hakemlik yöntemiyle en az iki hakem tarafından incelenmiştir. This article has been scanned by iThenticate software and no plagiarism detected. It has been examined by at least two referees using double sided blind refereeing method.
Finansman Funding	Yazar, bu çalışma için herhangi bir dış fon almadığını beyan eder. Author declares that he get no any external funding for this study.
Çıkar Çatışması Conflict of Interest	Yazar bu çalışmayla ilintili herhangi bir çıkar çatışması bulunmadığını beyan eder. Author declares that there is no any conflict of interest related to this study.
DOI	https://doi.org/10.30623/hij.1286983
Geliş Tarihi / Received	Kabul Tarihi / Accepted
24 Nisan /April 2023	25 Mayıs / May 2024

Öz

“Kişinin kendisini sıradan davranışlardan uzak tutmasını, ibadet amacıyla ve belirli bir şekilde camide kalmasını ifade eden” kavrama “İtikaf”, bu ibadeti yerine getirenlere “Mutekif” denmektedir. İbadetler mümine yüklediği sorumluluklar çerçevesinde farz, vacip, sünnet şeklinde ayrılmaktadır. Namaz, oruç, hacc, zekat gibi farz ibadetlerin yanında insana istikamet veren diğer bir ibadet itikafıdır. İtikaf nas ile sabit hükümler gereğince Hz. İsmail’den Hz. Muhammed(sav)’e kadar tekamül ederek ve olgunlaşarak gelen bir ibadettir. Müslümanların Allah’a karşı kulluk görevini yerine getirmek amacıyla Ramazan ayının son on gününde camide inzivaya çekilme, halvet ve uzlet tecrübesini yaşamasıdır. Manevi yükseliş, günahlardan arınma, kendini muhasebeye çekme, yaratıcı katında değer kazanma aracı olmanın yanında itikaf, insanın tekamül ettiği, insan-ı kamilе ulaşmayı hedeflediği bir eğitim sürecidir. İtikaftaki edebe dayalı, erkan ve kuralların temel amacı insanın yetişmesi ve eğitilmesidir. İslam hukukuna göre bu eğitim sürecinin tek mekânı camidir.

Araştırmanın kapsamını 2022 yılında Samsun ilinde itikafa girmiş bireyler oluşturmaktadır. Bu çalışmanın önemi dini, sosyal ve pedagojik olarak mühim yere sahip olan itikafa dair çalışmaların oldukça sınırlı kalması, itikafın şahsiyet terbiyesindeki yerini din eğitimi yönüyle ele alan çalışmaların bulunmayışı, ayrıntılı sonuçlara ulaşılabilecek derinlemesine mülakat yöntemiyle araştırma yapılmamış olmasıdır. Araştırmanın alanyazındaki bu önemli boşluğu doldurması beklenmektedir. Bu çalışmanın amacı mental sağlık, manevi terakki ve nefis terbiyesinde önemli yere sahip olduğu düşünülen itikaf ibadetinin şahsiyet terbiyesindeki rolünü ortaya koymaktır. Bu çerçevede araştırmanın temel problemi “Mutekiflerin itikaf tecrübeleri nasıldır?” “İtikaf ibadetinin mutekiflerin şahsiyet terbiyesinde rolü nedir?” şeklide netleştirilmiştir. Nitel desende tasarlanmış olan bu çalışmada 2022 yılı Ramazan ayında, itikafa giren mutekiflerle araştırmacı tarafından hazırlanmış yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılarak derinlemesine mülakat yapılmıştır. Araştırma sayesinde mutekiflerin itikaf tecrübesinin incelenmesinin yanı sıra terbiye aracı olarak itikafın geçmişten günümüze değerlendirildiğinde ne gibi safhalardan geçtiği, kişinin şahsiyet terbiyesi üzerinde olumlu katkısı olup olmadığı ve bu amaca hizmet etme durumu sorularına cevaplar aranmıştır.

Araştırmada itikafın mümin bireylerin şahsiyet terbiyesinde önemli rol oynadığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca itikafın bireyin cami merkezli hareket etmesini sağladığı, itikafın caminin fizikle metafizik arasında bir alana dönüştüğü, müminlerin şehrin hemen kıyısındaki camide hac/umre iklimi yaşadığı ve caminin manevi bir kamp ortamına büründüğü görülmüştür. Müminleri itikafa yönlendiren başlıca motivasyonun Peygamberin sünnetini uygulama ve Kadir Gecesini ihya etmenin yanında onların modern tüketim kültürü içerisindeki koşuşturmadan sükûnet bularak kulluk şuurunu zinde tutmayı hedefledikleri tespit edilmiştir. İtikaftaki ibadet programıyla bireylerin ibadetlerini daha düzenli yaptığı, gündelik hayatta da bir disiplin kazandığı tespit edilmiştir. Uygulanan tefsir, hadis, ilmihal programları sayesinde katılımcıların dini bilgi düzeylerinin arttığı belirlenmiştir. İtikaf dolayısıyla dostluk, fedakârlık, hasbîlik, paylaşma, sabır, sevgi, isar, ülfet, merhamet, güven, sükûnet gibi erdemlerin kazanıldığı ifade edilmiştir. Az yeme, az uyuma, az konuşma gibi itikaftaki riyaset temrinlerinin insanı manevi olarak güçlü kıldığı, sabretme, kanaatkâr olma hasletleri kazandırdığı, hayatın akışı içerisinde de mümini muhtemel zorluklara karşı hazır hale getirdiği sonucu elde edilmiştir. İtikafın kolektif şuurla kalıcı dostluklar oluşturduğu belirlenmiştir. İtikafın uzlet, riyaset, nefis muhasebesi ve terbiyesine imkân sunduğu böylece tefekküre zemin hazırladığı, bireylerin fiziki

sağlığının güçlendirmesine, ruh sağlığının iyi düzeyde olmasına katkıda bulunduğu sonuçlarına ulaşılmıştır.

Anahtar Kavramlar: Din Eğitimi, Cami, İtikâf, Terbiye, Şahsiyet Terbiyesi, Nefis Terbiyesi

Abstract

The term "i'tikâf" refers to the act of keeping oneself away from mundane behaviour and staying in the mosque to do worship by following specific rules, and those who perform this worship are called "mutakif". Worship is divided into fard, wâjib and sunnah based on the responsibilities it imposes on the believer. In addition to the obligatory acts of worship such as prayer, fasting, pilgrimage and almsgiving, another act of worship that guides people is i'tikâf. Firmly established by provisions of the text (nas), i'tikâf is a worship that had been transferred from Prophet Ishmael to Prophet Muhammad (pbuh), and it matured during this transfer. The purpose of Muslims staying at the mosque for seclusion, solitude, and spiritual retreat during the last ten days of Ramadan is to fulfil their duty of worship to Allah. In addition to being a means of spiritual ascension, cleansing from sins, accounting for oneself, and gaining value in the presence of the Creator, i'tikâf is an educational process in which human matures and aims to be the perfect being. The main purpose of the etiquette, principles and rules in i'tikâf is the upbringing and education of people. According to Islamic law, the only place for this educational process is the mosque.

The sample of the research consists of individuals who performed i'tikâf in Samsun in 2022. This study is critical in that there are limited studies on i'tikâf, which assumes an important religious, social and pedagogical place. More specifically, there are no studies addressing the place of i'tikâf in personality training in terms of religious education, and no research has been conducted using the in-depth interview method to obtain detailed results. The present study is expected to fill this important gap in the literature. The aim of this study is to reveal the role of i'tikâf in personality training, which is thought to have an important place in mental health, spiritual progress and self-training. In this context, the main research questions were "What are the experiences of mutakifs during i'tikâf?" and "What is the role of i'tikâf in the personality training of mutakifs?" In this qualitative study, the researcher conducted in-depth semi-structured interviews with individuals who performed i'tikâf during Ramadan in 2022. Thanks to the research, in addition to exploring the experiences of mutakifs during i'tikâf, answers were sought to the questions of what phases i'tikâf as a means of education has gone through in history, whether it has a positive contribution to the individual's personal upbringing and to what extent it serves this purpose.

The present study concluded that i'tikâf plays an important role in the personal training of believers. In addition, it was observed that i'tikâf enables the individual to become mosque-centred, that the mosque turns into a space between the physical and metaphysical domains, that believers experience a pilgrimage/umrah atmosphere in the mosque located on the edge of the city, and that the mosque turns into a spiritual camp environment. It was determined that the main motivation guiding believers to perform i'tikâf is not only to follow the Prophet's tradition and embrace the Night of Qadr but also to maintain their awareness of worship amidst the hustle and bustle of modern consumer culture by finding tranquillity. It was found that with the prayer program in i'tikâf, individuals perform their prayers more regularly and gain discipline in daily life. It was determined that the participants increased their religious knowledge thanks to the tafsîr, hadîth and catechism

programs implemented. The present study suggests that such virtues as friendship, sacrifice, solidarity, sharing, patience, love, altruism, companionship, mercy, trust, and tranquillity are acquired through i'tikâf. It was concluded that the spiritual practices of i'tikâf, such as eating, sleeping and talking less, make believers spiritually stronger, help them gain the qualities of patience and contentment, along with helping them get ready for possible difficulties in the course of life. It was determined that i'tikâf creates permanent friendships with collective consciousness. The study also found that i'tikâf enables seclusion, discipline, self-reflection and discipline, thus providing the basis for contemplation and contributing to the strengthening of individuals' physical health and improving their mental health.

Keywords: Religious Education, Mosque, I'tikâf, Nurture, Character Education, Disciplining the Soul

Giriş

Aslı toprak olan(*el-Müminun 23/12-14*), bir damla sudan yaratılan(*el-Mürselât 77/20*) insanoğluna yaratıcı, "kendi ruhundan üflemiş"(*el-Hicr 15/29; el-el-Sâd 38/72*), isimlerin tamamını öğretmiş, meleklerin secde etmesini istemiş(*el-Bakara 2/34*), diğer varlıklardan müstesna bir yere koyarak(*el-İnsan 76/5*) şerefli kılmış(*el-İsrâ 17/70*), onu yeryüzüne halife tayin etmiştir. Bu yönüyle insan, sosyal bir varlık, ahlaki yapı tesis eden toplumsal bir canlıdır(Locke, 1999, 21).

İnsanın kâmil birey olma yolundaki en önemli vasıtası ibadetlerdir. İbadet "Kulun Allah'a karşı sevgi, saygı ve bağlılığını gösteren duygu, düşünce ve davranış biçimleri"(Koca, 1999, 240) olarak tanımlanır. Dini terim olarak "İnsanın Allah'a saygı, sevgi ve itaatini göstermek, O'nun hoşnutluğunu kazanmak niyetiyle ortaya koyduğu belirli tutum ve gerçekleştirdiği davranışlar için kullanıldığı gibi daha genel olarak aynı mahiyetteki düşünüş, duyuş ve sözleri de ifade eder"(Koca, 1999, 241). İbadetler "boyun eğme, alçak gönüllülük", "O'nun razı olacağı işleri yapması"(*Lisânü'l-'Arab, "abd" md*), "saygının en ileri derecesi"(*Mefâtîhu'l-ğayb, XIV, 128*) olarak da tanımlanır.

İbadetler mümine yüklediği sorumluluklar çerçevesinde farz, vacip, sünnet şeklinde ayrılmaktadır. Namaz, oruç, hacc, zekat ve kurban gibi farz ibadetlerin yanında insana istikamet veren diğer bir ibadet itikafıdır. İtikaf nas ile sabit hükümler gereğince Hz. İsmail'den Hz. Muhammed(sav)'e kadar tekamül ederek ve olgunlaşarak gelen bir ibadettir(Şener). Müslümanların ibadet maksadıyla Ramazan ayının son on gününde camide inzivaya çekilme, halvet ve uzlet tecrübesini yaşamasıdır. Manevi yükseliş, günahlardan arınma, kendini muhasebeye çekme, yaratıcı katında değer kazanma aracı olmanın yanında itikaf, insanın tekamül ettiği, insan-ı kamile ulaşmayı hedeflediği bir eğitim sürecidir.

İtikaf ibadetinin camide ifa edilmesi gerektiğinden(Rüşd, 1988, 88) bu eğitim sürecinin tek mekânı camidir. Gündoğdu'ya göre mescidin aslî fonksiyonlarından ikincisi itikafıdır(Gündoğdu, 2016, 317). Diğer taraftan kadınların da erkekler gibi camide itikafa girmeleri şart olsa da Hanefi fakihlerine göre kadınların itikafa evin münasip bir yerinde girebileceklerini belirtmişlerdir(Zuhaylî, 1994).

İtikaf kişinin kendini Allah'a raptetmesi, maddi ve manevi yetisini ona teksif etmesi, malayaniden uzak kalması, manevi kamp ortamı oluşturması özelliği ile modern çağın zühd temrinidir(Kızıler, 2017, 48). Manevi huzur ve mutluluğa kavuşturmak amacıyla

kendini ibadete verme, dini bilgi ve manevi şuur düzeyini arttırmak için gayret etmesi, dünya telaşesine geçici bir ara vermesi, geride kalan zamanın muhasebesini yaparken, istikbale matuf hedefler belirlemesi ve insanın konumunu yeniden belirlemesi açısından önemli yere sahiptir. Bu açıdan şahsiyet terbiyesi ve kişilik eğitimi açısından önemli yere sahip olan, mümin bireyin dini ve manevi terbiyesini tamamlayan ancak unutulmuş sünnetlerden olan (Yakışır, 2008, 12) itikaf ibadetini mutekiflerin tecrübeleri doğrultusunda incelemek ve şahsiyet terbiyesindeki yerini mutekiflerin gözünden belirlemek önem arz etmektedir. Alanyazın incelendiğinde (Yenen, 2016), (Karakaş, 2019), (Yücer, 2020), (Karakaş - Habergetiren, 2020) haricinde itikaf ile ilgili çalışmanın bulunmadığı görülmüştür.

Araştırmamız şahsiyet ve kişilik konusunu da içermektedir. Kişilik, bireyi başkalarından ayıran doğuştan getirdiği ve sonradan kazanılan, tutarlı olarak sergilenen özelliklerin bütünüdür (Taymur - Türkçapar, 2012, 157). Şahsiyet, bireyin davranışlarının bütünü olarak değerlendirilir. Diğer bir ifadeyle insanın tutum ve davranışlarındaki kararlılığı ve devamlılığı ifade eder. Armaner'e göre şahsiyet ve kişilik aynı kavramdır (Armaner, 1976, 115).

Şahsiyet terbiyesi kavramı hem akli ve hem de duyguyu ihtiva ettiğinden bir yönüyle gelişim psikolojisinin alanı içerisine girmektedir. (Köylü, 2015, 101) İnsan, doğumundan itibaren hayatının sonuna kadar biyolojik, psikolojik ve sosyal gelişim gibi farklı gelişim süreçleri yaşar. İnsanın ahlaki gelişimi de bu gelişim süreçlerine paralel olarak şekillenir (Şengün, 2007, 201). Doğru ve yanlışın ne olduğu ve iyi bir kişi olmanın ne anlama geldiğinin farkına varma hususunda ilk çocukluktan başlayıp yetişkinliğe kadar süren bir gelişme söz konusudur (Clouse, 2000, 715). Dini inançların daha canlı bir şekilde yaşanmasında, mistik deneyimler ve dinsel değişimler büyük etki taşımaktadır. Bazı olumsuzluklar görülmekle birlikte, inancın olgun iman haline gelmesinde mistik deneyimler ve dinsel değişimlerin etkileri yadsınmaz (Kaya, 2015, 62).

Clark'a göre ruhsal dünyası gelişen ve zenginleşen bireyin inanç dünyası, duygu ve düşüncelerindeki gelişme ve değişmeye koşut olarak değişim ve gelişim gösterir. Çünkü bireyin inanç yapısı, onun diğer yaşayış alanlarından bağımsız değildir (Kayıklık, 2005, 141). Yaşa bağlı olmayan ancak belli evreler barındıran bilişsel gelişim süreci bir önceki evreyi geliştirir (Fowler - Mehmedoğlu, 2000, 87). Bu dini gelişim için de önemli bir durum olarak görülmektedir (Hood vd., 2004, 208).

Gelişim görevleri, devinimsel (motor), zihinsel (intellectual), duygusal (emotional) ya da toplumsal (social) olabilirlerse de, hepsi de sonunda "psikososyal" alana yönelirler (Havighurst, 1953, 57). Bilişsel gelişim kuramını geliştiren Jean Piaget ve takipçileri gelişimi içsel biyolojik süreçlerin yönlendirdiği, önceden kestirilebilir bir olgu olarak görmüş ve toplumsal ve ahlaksal gelişimin de bilişsel temellerle anlaşılabilirliğini göstermiştir. Piaget'e göre, "Eylem düşünceden önce gelir. Eylem işlemde içselleşir. Pratik zekâ kavramsal zekâ haline gelir. Olgun kişiliğin bu öğelerinin temeli olumlu bir benlik-kavramıdır. Benlik kavramı (self-concept), zaman içinde kendimiz konusunda sahip olduğumuz görüştür. Benlik-kavramı toplumsal etkileşime dayanarak gelişir (Ergin - Yıldız, 2010, 107).

Gelişim üzerinde fiziksel çevre ve toplumsal çevre etkilidir. (Onur, 1995, 10) Toplumsal öğrenme kuramcısı Bandura ise model davranışlar aracılığıyla insana her tür davranışın öğretilebileceği ilkesi benimsemiştir (Santrock, 2012, 27). Kohlberg'e göre,

bütün kültürlerdeki insanlar adalet, eşitlik, sevgi, saygı, otorite gibi aynı temel ahlaki kavramları kullanırlar. Ayrıca bütün bireyler, kültür farklılığına bakmaksızın, bu kavramlara bağlı olarak ve aynı düzen içinde aynı akıl yürütme evrelerinden geçerler(Köylü, 2015, 101). Kişilik ancak bu farklı yönlerin etkileşimiyle var olabilir ve kişiliğin anlaşılması ancak bu bütünlüğün ışığında olanaklıdır. G.W. Allport'un, G.H. Mead'in, D.C. Kimmel'in paylaştığı bu görüş, bireysel kişilikleri, sayısız toplumsal etkileşimlerle yoğrulmuş, özel fizyolojik, algısal ve kavramsal sistemler içeren bir bütün olarak görür(İnanç Yazgan vd., 2010, 94)

Bu çalışma Samsun Üniversitesi Etik Kurulunun 30.09.2022 tarihli ve 2022-84 sayılı etik kurulu kararı doğrultusunda katılımcıların onamı alınarak yürütülmüştür. İtikafı ele alan çalışmaların az sayıda oluşu, din eğitimi alanında itikafın şahsiyet terbiyesi yönüyle ele alınmamış olması bir eksiklik olarak değerlendirilebilir. Bu çerçevede araştırmamızın temel problemi şu şeklide netleştirilebilir. Mutekiflerin itikaf tecrübeleri nasıldır? İtikaf ibadetinin mutekiflerin şahsiyet terbiyesinde rolü nedir?

1.Araştırmanın Yöntemi

Bu araştırma itikaf ibadetinin mutekiflerin şahsiyet terbiyesindeki rolünü belirlemek ve bu konuda derinlemesine sonuçlara varmak amacıyla nitel desende tasarlanmıştır. Nitel araştırma yöntemlerinden fenomenolojik yaklaşım birkaç kişinin bir fenomen veya kavramla ilgili deneyimlerini belirlemeyi ve yorumlamayı amaçlar(Creswell, 2018). Bu araştırmada mutekiflerin itikaf tecrübelerinden yola çıkarak itikafın şahsiyet terbiyesindeki rolünü ele almak amacıyla fenomenolojik yaklaşıma uygun olarak yapılmıştır.

1.1. Çalışma Grubu

Çalışma 2022 yılı Ramazan ayında itikafa giren mutekiflerden oluşmaktadır. Çalışma grubu tabloda özellikleri verilen mutekiflerden seçilmiştir.

Tablo 1. Çalışma Grubunun Özellikleri					
Sıra No	Mesleği	Cinsiyet	Eğitim Durumu	Yaşı	Kaç Defa İtikafa Girdiği
K-1	Avukat	Erkek	Lisans	42	3
K-2	Memur	Erkek	Önlisans	38	2
K-3	Öğretim Üyesi	Erkek	Doktora	35	4
K-4	Öğretmen	Erkek	Lisans	43	5
K-5	Doktor	Erkek	Lisans	45	2
K-6	Yazar	Erkek	Doktora	35	4
K-7	Öğrenci	Erkek	Lisans (Devam)	20	1
K-8	Öğretmen	Erkek	Lisans	32	2
K-9	Serbest Meslek	Erkek	Lise	39	3
K-10	Esnaf	Erkek	Lise	53	7

1.2. Verilerin Toplanması

Veri toplama aracı olarak araştırmacının geliştirdiği yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Görüşme formunun oluşturulmasında öncelikle literatür taranmış ve araştırma problemi temelinde sorular oluşturulmuştur. Görüşme öncesi katılımcılara çalışma hakkında genel bilgi verilmiştir. Görüşmeler 01.10.2022- 31.10.2022 tarihleri arasında online ya da yüz yüze yapılmış, her bir görüşme ortalama 20 dakika sürmüştür, katılımcıların bilgisi dâhilinde ses kayıt cihazıyla kaydedilmiştir.

1.3. Verilerin Analizi

Araştırmada nitel verilerin analizinde betimsel analiz yöntemi kullanılmıştır. Bundan dolayı ilk olarak görüşme kayıtları araştırmacı tarafından kelime işlemci programı aracılığıyla yazılı hale getirilmiştir. Daha sonra hatalı yerler düzeltilmiş ancak konuşmalardaki anlatıma dokunulmamıştır. Ardından araştırmada elde edilen tüm veriler okunarak kodlanmıştır. Ortaya çıkan kodlar "İtikaf ibadetinin şahsiyet terbiyesindeki yeri" ana teması altında alt temalara ayrılmıştır.

1.4. Etik Kurul İzin Bilgileri

Yapılan bu çalışmada "Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi" kapsamında uyulması belirtilen tüm kurallara uyulmuştur.

Etik Değerlendirmeyi Yapan Kurul Adı: Samsun Üniversitesi Etik Kurulu

Etik Değerlendirme Kararının Tarihi: 30.09.2022

Etik Değerlendirme Karar Sayısı: 2022-84

2. Bulgular ve Tartışma

2.1. Caminin Manevi Konumuna İlişkin Katılımcıların Görüşleri

Cami ve mescidler Beytullah'ın birer şubesi, burada itikafa duranlar Rahman'ın misafirleri olarak değerlendirilirler(Yakışır, 2008). Başta Mescid-i Nebevi olmak üzere Anadolu'daki birçok caminin girişinde, "Neveytü sünnete'l-itikafe" (i'tikaf sünnetine niyet ettim) tablosu yazılarak bu ibadet güncel tutulmuştur(Karaalp, 2021, 68). Mekke-i Mükerrreme'de hutbede: "Duyufur Rahman" yani "Rahman'ın misafirleri" denilir(Yakışır, 2008, 62).

Katılımcılardan K-3 itikafın aslında her müminin erişmek isteyip de ulaşmakta zorlandığı başlıca kutsal mekanların numunesi olduğunu belirtmektedir. "*Hac ve umre tecrübesinin şehirde hemen köşe başındaki mescidinizde caminizde mümkün olduğunu görürseniz düşünürseniz yani ne olurdu...*" (K-3)

Diğer bir katılımcı ise itikafta camiye daha farklı bir konumda değerlendirmektedir. O, camiye adeta Beytullah(*el-Kureş 106/3*) olan Kabe'nin içerisinde bulunmaya benzetmiştir: "*İtikafın caminin içinde olması muazzam bir şey Kabe'nin içindeymişsiniz gibi, mesela biz akşamları kapıları kapatıyoruz içeride kalıyoruz. Yani camiler bir paralel evren nasıl ki siz namaza durduğunuzda Allah'ın huzuruna duruyorsunuz... Mekân anlamını yitiriyor orada yani cami böyle bir yer.*"(K-5)

Katılımcılardan K-9 caminin itikafta yüklendiği anlamını daha da öteye götürmektedir. "*Fiziki bir yapı olsa da fizikle metafizik arasında bir yer orası. Onun*

İçindediniz ve o boyutları aşmaya niyetli olan o kıbleye yönelmiş zihinlerle, kalplerle berabersiniz orada o enerji içerisinde her şey mümkün.”(K-9)”

2.2. İtikafa Sevk Eden Duyguya İlişkin Katılımcıların Görüşleri

Katılımcılardan K-1 günümüzde itikafın yapıyor olmasını çok kıymetli bulmaktadır. *“Bu tüketim kültürü içerisinde yani bu kapitalist dünya içerisinde, tatmin edilemeyen hazlar ülkesinde, dünyasında hayat tarzı içerisinde bu tevhit tecrübesinin mümkün olması anlamında itikaf bence kıymetli bir şey”(K-1)*

Katılımcılardan bazıları dini kitaplardan öğrendiği kadarıyla kurduğu duygusal bağı dolayısıyla itikafa girdiği (K-10), diğer bir katılımcı ise Peygamberimizin hayatından etkilendiğinden dolayı girdiğini belirtmiştir. Katılımcılardan K-4 ise normal hayatta bulmadığı hazı yaşamak için itikafa girdiğini belirtmektedir. *“Manevi o duyguyu yaşamak için cesaret gösterip girdim. Çünkü o manevi hazı dışarıda normal akıştaki ibadetlerde duyamıyorsunuz yani itikaftaki o manevi haz daha farklı bir durum.”*

2.3. İtikaftaki Duyguya İlişkin Katılımcıların Görüşleri

Mutekifleri itikafa sevk eden motivasyonun yanında itikaf ibadetini yerine getirdikleri esnada sahip oldukları duygunun belirlenmesi de önemlidir. *“O hazı anlatamıyorum, yani anlatamayacağım”* diyen K-6'nın yanında katılımcılardan K-8 yaşadığı heyecanın farklı olduğunu belirterek *“Orada bir heyecan, tatlı bir tedirginlikle heyecan karıştı. Önceden yaşamadığım bir hazdı. Evde veya normal zamanlarda camide yaşadığım bir haz değildi”* demektedir. Diğer bir katılımcı ise bunun dünyalıklardan sıyrılmak ve orada yapılan düzenli ibadetle mümkün olduğunu belirtmiştir. (K-4)

Esasında itikafta hedef bir mahrumiyet tecrübesini yaşamaktır. K-3 kodlu katılımcı ise nefis terbiyesinin fedakârlık yapmaktan geçtiğini belirterek şöyle demektedir: *“Maksat uykuyu azaltmak yemeyi azaltmak konuşmayı azaltmak”* (K-3) Bu durum dışarıdan sıkıntılı süreç gibi görünse de katılımcılardan K-1 bunun aksi olduğunu belirtmektedir. *“Dünyalık zevklerden uzaklaşma mahrumiyet filan gibi gözükse de oradaki zeytini, hurmayı, kuru üzümü hiçbir şeye değişmeyiz.”*

Diğer bir katılımcıya göre itikaf gündelik hayatın yoğunluğu içerisinde bulunamayan bir sükûnet ve dinginlik bahşetmektedir. *“İlk duygu, niyet koşuşturmayı ajandalarını kısa da olsa durdurabilme fırsatı ve o uzlet tecrübesine çekebilme imkanı, kalabalıklar ve bu meşguliyetler içerisinde Hakla buluşabilme konuşabilme zaman geçirebilme imkanı oluşmadığı için bu imkanı bulma umudu oluşuyor.(K-6)”* K-7'ye göre bu dinginlik mutekifi Allah'a yakınlaştırmaktadır. *“Dünyevi noktada ciddi bir dinginlik yaşıyorsunuz. On gün evinizden uzak, sizi yaratan Rabbinizle baş başa kalıyorsunuz. Aslında Cenab-ı Hakk'a karşı yakınlığı da hissediyorsunuz. (K-10)”*

İtikafta mutekifler o belirli anda ve mekânda ibadetleri yapmanın getirdiği duygu yoğunluğunu tarifi zor nitelermeler ile ifade edebilmektedirler. *“Hakla karşılaşmanın dayanılmaz hafifliği”* ve *“beklenmedik bir karşılaşma”* diyen K-6'nın yanı sıra K-1 itikaftaki duyguyu umrede yaşadığına benzetmiştir. *“Nasıl ki umreye gittiğinizde yaşadığınız ama sadece sizin hissettiğiniz birtakım duygular vardır. Benzer duygular oluyor.”* Ramazan ile manevi bir iklime girdiğini belirten K-2'nin yanında K-5 itikafın kişinin günahlardan soyutlandığı, kendini tamamen Allah'a adadığı manevi kamp olduğunu belirtmektedir.

2.5. İtikafıta Rehber İhtiyacına İlişkin Katılımcıların Görüşleri

İtikafı bireyler tek başına yapabildiği gibi müşterek bir anlayış ile de yapabilmektedirler. Müşterek yapılan itikafıta bir önderin koordinesi ve rehberliğinde bu ibadeti yürütmek katılımcıların çoğunca tercih edilmektedir. Katılımcılardan K-7 Diyanetin uzman ilim sahibi şefliği ya da ihlaslı bir kişinin itikafıta öncülük etmesi gerektiğini düşünmektedir. Katılımcılardan K-3 itikafıta esas kanaatin bireysel hareket etme ve uzlet tecrübesi yaşanması olduğu düşüncesi olsa da karşılaştığı programın rehber hoca eşliğinde daha farklı olduğunu ifade etmektedir.

2.6. İtikafıta Yaşanan Zorluklara İlişkin Katılımcıların Görüşleri

Her ibadette olduğu gibi itikafın da bazı zorlukları bulunmaktadır. Zorluk kavramı kişiden kişiye değişebilen göreceli bir durumdur. Kimi mutekifler zorlandığını belirtse de bazıları zorlanmadıklarını ifade etmişlerdir. Katılımcılardan K-8 bu zorluğu beraber itikafa girdiği arkadaşları sayesinde aştığını belirtmektedir. *“Tabii biz onunla ilgili bir ön okuma da bilmedik. Bu konuda da oradaki arkadaşlar yardımcı oldular.”*

K-4 kodlu katılımcı yaşanabilecek zorlukların psikolojik hazırlık ile aşılabileceği vurgusunu yapmaktadır. *“Birtakım zorluklar yaşıyorsunuz. Ama zorluklara dayandığınız zaman sabretmeyi öğrendiğimizde bu sabırda size çok güzel bir duygu kazandırmış oluyor”* (K-4)

Katılımcılardan K-9 ise yaşanabilecek zorluğu yalnızlık ile ilişkilendirmiştir. *“Biraz cesaret işi, yalnız kalmak hakikaten korkutucu bir şeye dönüşüyor. Aslında modern dünyada olumsuz yük barındırıyor. Yalnızlık ya da tek başına kalma bunu tercih etme üzerine biraz daha müspet bir anlamı yükleyerek söylediğimizde bir karşılığı olacaktır.”*

2.7. İtikafıta Yemek Adabına İlişkin Katılımcıların Görüşleri

Katılımcılardan K-3 itikafıta uygulanan tümüyle adap diyebileceğimiz organize ve kolektif şekilde yürütülen yemek sürecini şu şekilde belirtmektedir. *“Bir itikafı çavuşu var o insanları uyandırıyor birlikte yemek yenecek, yemekler belli, öğünler belli 7 zeytin 21 kuru üzüm 3 hurma biraz da tuzsuz yağsız çorba paylaşılıyor. 5 kişiye bir küçük kâse düşüyor. Ezan okunduğunda camide kimse burada olmayacak ezan okunduğunda camide akşam eda edilecek onun hemen akabinde sofralara oturulacak iftar bittikten sonra tekrardan camiye dönülecek gibi...”* yemek adabını diğer katılımcı itikafıta yemeğin ibadete dönüşen yönünü şöyle ifade etmektedir. *“Yemekte itikafı çorbası dediğimiz bir çorba tavsiye ediliyor. Bir çeyrek ekmek oluyor, tuzla besmeleyle başlıyorsunuz her bir lokmayı alırken besmele çekiyorsunuz ve yutarken de elhamdülillah diyorsunuz. İtikafı, yemeğinizi bile ibadete dönüştüren bir ibadet.”*(K-7)

Bir katılımcı son zamanlarda özellikle gençlerin itikafa ilgilerini arttırmak için halvet usulü itikafıtan vazgeçilerek biraz daha kolaylık sağlandığını belirtmektedir. *“Gençleri biraz daha teşvik edebilmek için onlara meyve, ikramlar sunuluyor. Onlara pozitif ayrımcılık yapılıyor.”*(K-2)

Yemeklerdeki perhiz anlayışı itikafın ruhuna uygun hareket edebilme ve ibadete kendini verebilme olduğu görülmektedir. Katılımcılardan K-6 bu durumu destekleyen ifadesi şu şekildedir. *“Fazla yemek atalet yapıyor. Gece ibadetini, şevki azaltıyor, ilme yönelmeyi azaltıyor, malayani muhabbeti arttırıyor.”* K-1'e göre bu durum eğitimin bir

aşamasıdır. *“Bu kişilik eğitimidir. Eğitimin bir parçasıdır ondan sonra işin manevi boyutu vardır.”*

Mütevazı menünün kendisini daha diri tuttuğunu belirten K-10'un yanında K-4 kodlu katılımcı çok yemenin problemliliğini, *“Çok yemenin günümüzde ciddi bir rahatsızlık olduğunu tecrübe ettim.”* şeklinde belirtmiştir.

2.8. İtikaf Uykusu Adabına İlişkin Katılımcıların Görüşleri

İtikaf ibadeti tüm hareketleri disipline eden bir süreçtir. İtikaf uykusu prensibini katılımcılardan K-10 şu şekilde ifade etmektedir. *“İtikaf temel kurgu olarak uykudan daha çok ibadet ön planda tutulduğundan dolayı çok rahat uyku uyuyacak böyle bir rahat ortamın olması çok tavsiye edilmiyor. Oradaki 4 saatlik bir uyku insanın ihtiyacını rahatlıkla görüyor.”* K-5 kodlu katılımcı ise genelde itikaf uykusu sisteminden çekinirse de ibadete dönüşen yönünü şu şekilde belirtmektedir. *“Uyku düzeni kötü bir şeymiş gibi halbuki öyle değil yani uyku da bir sünnet ve uyku da eğer siz ehl-i zikir olduğunuzda o da bir ibadete dönüşüyor.”*

2.9. İtikaf Uygulanan Programa İlişkin Katılımcıların Görüşleri

Toplu sürdürülen itikaf ibadetlerinde belli bir program izlendiği görülmektedir. Katılımcılardan K-2 bu süreci şu şekilde ifade etmektedir. *“Akşam namazından sonra iftar sofrasına oturuyoruz. Sofrada oturan herkes kitaptan bir hadis okuyor. 15 kişi ise 15 hadisi hep birlikte okumuş dinlenmiş olarak kalkıyoruz. Bununla birlikte camide vakit namazından sonra bir cüz Kur'an-ı Kerim okunuyor, bir mukabele okunuyor, tefsir derslerimiz vardı.”* bu haliyle bakıldığında itikafın manevi ve ilmi bir okula dönüştüğü görülebilmektedir.

Hayatını camiler üzerinden kurgulamaya çalıştığını ifade eden K-7 kodlu katılımcı şunları söylemektedir. *“Birkaç gün geçtikten sonra zaman mefhumu ortadan kalkıyor. Saatle bir işiniz kalmıyor, haftayla günle ayyla yıla bir işiniz kalmıyor artık. Ahmet Haşim'in Müslüman saatini orada yaşamaya başlıyorsunuz. Belirlenmiş zamanlardan çıkıyorsunuz tamamen ve zaman genişliyor”*

2.10. İtikaftaki İbadet Akışına İlişkin Katılımcıların Görüşleri

İtikaf takip edilen düzenli programın yanı sıra ibadet özelinde uygulanan bir silsile de söz konusudur. Ramazan ayı olması münasebetiyle oruç, iftar, sahur, teravih, mukabele gibi ibadetlerin yanında nafil ibadetler ve tefekkür yoğunluklu ibadet programları da bulunmaktadır.

Sürecin tümüyle sünnete uygun yürüdüğünü belirten K-5 için seher vakti kalkmak, cemaatle kılınan vakit namazlarının, teheccüd ve tesbih namazlarının etkileyici olduğunu belirtmiştir. Diğer katılımcı nafil ibadetleri şu şekilde belirtmiştir. *“Belli evradlarımız vardı, çektiğimiz tesbih, okuduğumuz evradlar, Kuran-ı Kerim, takip ettiğimiz hadis kitapları vardı.”*

Tüm katılımcıların uzlaştığı ibadet programını katılımcılardan K-7 şu şekilde özetlemektedir. *“Akşam iftari yaptıktan sonra Yatsı ve Teravih Namazı, sonrasında dua yapıyorduk. Gece cemaatle Teheccüd Namazı kalıyorduk, sonra sahur yapıyorduk. Sahurdan sonra camide Sabah Namazını kılıyorduk. Sabah Namazından sonra dua programları ve İshrak Namazı kılıyorduk. Biraz dinlendikten sonra Duha Namazı kılıyorduk.”*

Gündüz tesbihatlar var. Öğlen namazından sonra Fetih Suresi okunuyordu. İkindiden sonra Nebe Suresi okunuyordu. Aralarda sohbet, Kuran-ı Kerim okuma ve diğer nafile ibadetler yapılıyordu. İtikaftaki temel kurgu olabildiğince Kuran-ı Kerim'in anlamını ve onunla olan muhabbeti, ilişkiyi, iletişimi sağlamlaştırmadır. Bu aynı zamanda bir ibadettir. Katılımcıların hemen hepsi itikaf sürecinde hiç olmadığı kadar Kur'an-ı Kerim ile meşgul olduklarını, okuduklarını ve anlamına eğildiklerini ifade etmektedirler. Bir katılımcı şu ifadeleri kullanmaktadır. *"Manevi reçeteniz olan Kuran-ı Kerim'i en iyi anlamının tefekkür edeninin ona muhabbetle sarılmanın ortamının itikaf olduğunu düşünüyorum."*(K-4)

2.11. İtikaftaki Dini Bilgi Kazanımına İlişkin Katılımcıların Görüşleri

İtikaf ortamı karşılıklı etkileşime ve örneklige açık alanlar sunmaktadır. Bu durum mutekiflerin yeni dini bilgiler edinmesi, mevcut bilgilerini tazelemesi ve maneviyatını güçlendirmesi açısından önemlidir. Yoğunlaştırılmış ilmi programı, katılımcılardan K-10 şu şekilde belirtmiştir. *"Kuran'la, ilmihal bilgisiyyle, mezhep bilgisiyyle, tefsirle, hadislerle, hiç olmadığı kadar muhatap olduğumuz bir zaman dilimi itikaf."* Katılımcılardan K-2 nafile ibadetlerin önemini, ibadetlerin daha disiplinli yerine getirilmesi gerektiğini itikaftaki programlar sayesinde öğrendiğini belirtmiştir. *"Özellikle tefsir sohbetleri, tasavvuf kitabında okuduklarımız bayağı istifadeli oldu."* Güzel müzakere ortamları doğduğunu ve dini bilgi düzeyinde olumlu anlamda değişiklik olduğunu ifade eden K-6 bu durumu şu şekilde ifade etmiştir. *"Mesela Kur'an-ı Kerim'in anlamıyla meşgul oluyorsunuz. Sohbetlerde genelde ilmihaller, hadislerden bir bölüm okunur ama onun ötesinde ibadetlere bakıştaki duygularınızda müthiş bir değişiklik oluyor."*

2.12. İtikaftaki Manevi Ortama İlişkin Katılımcıların Görüşleri

İtikafa cami ortamının getirdiği huzur ve sükûn atmosferine birlikte yapılan ibadetler eklendiğinde mutekifleri çevreleyen manevi ortam oluşmaktadır. Bu müstesna zamanları katılımcılardan K-3 şöyle ifade etmektedir. *"Bir zaman sonra o kadar sevdalı olduk ki, bambaşka bir manaya bürünüyor, bir umre havasına bürünüyor o mekan her haliyle. İtikaf benim için tevhidî her haliyle hissedebildiğiniz yaşayabildiğiniz bir tecrübe. Pencerelerin dışarısında o metropol hayat devam ediyor ama siz oradan çıkmak istemiyorsunuz."*

İtikafı nefsin terbiyeden geçirildiği manevi kamp ortamı olarak tanımlayan K-5 itikafın manevi ortamını şu şekilde ifade etmektedir. *"1 yıllık bir yıllık maneviyatı 10 güne sığdırmak gibi yani yoğunlaştırılmış eğitim gibi."* Bir taraftan itikafta Kadir Gecesi ni yakalama ve yaşama gayretinde olan K-9 manevi birikimi ve toplumsal algıyı şöyle belirtmektedir. *"Manevi olarak tarif edilmesi zor hisler yaşıyorsunuz. Mesela eve gelişimiz evde eşiniz tarafından çocuklarınız tarafından bayramda aileniz tarafından karşılanmanız, o hürmet..."*

2.13. İtikafın Ahlaki Değerler Üzerinde Etkisine İlişkin Katılımcıların Görüşleri

Tüm ibadetlerin temel amacı insanı kâmil düzgün insan, güzel insan topluma faydalı insan ortaya çıkartmaktır. İtikafın da aynı zamanda ahlaki özellikleri geliştirme, iyi mümin yetiştirme özellikleri de bulunmaktadır. Katılımcılardan K-8 bu meziyetleri şöyle belirtmektedir. *"İtikâf sünneti etrafında aslında birçok sünnet var. Buna selamlaşma deyin, burhan deyin tefekkür deyin, müslüman kardeşinle ilgilenme deyin, müslümanın ihtiyacını giderme deyin bunların sayısını arttırabiliriz."* Diğer bir katılımcı ise bu ilerlemeyi şu şekilde ifade etmektedir. *Hasbîlik, fedakârlık bir de zorluklara karşı dayanma gücü sizde gelişmiş*

oluyor.(K-3)” K-5 kodlu katılımcı ise yaşadığı değişimin diğer yönünü memnuniyet ile dile getirmektedir. *“Bir yumuşamaya başladık, hastalarımıza ayrı bir ilgi alaka veya ailemize ayrı bir ilgi alaka ve çok şükür bir mutluluk oluştu.”* Katılımcılardan K-2 somut değişimlere şahit olmaktadır. *“Tabii şu da var günahlardan biraz tabii uzak olduk. Konuşmaya dikkat etmeye, hal ve hareketlerimizde değişiklikler olmaya başladı. Sünnete uygun yaşantılar artmaya başladı. İtikaftan sonra ciddi bir yol kat ettiğimizi düşünüyorum. Manevi yolda ilerlemeye gerçekten etkisi oldu.”*

K-1 kodlu katılımcı sosyal yönüyle itikafın etkisini dile getirmektedir. *“Mesela çıktığımda daha az sinirlendim, trafikte daha sakin davrandım.”*

2.14. İtikafın Dostluğu Pekıştiren Yönüne İlişkin Katılımcıların Görüşleri

İtikaf aynı zamanda sosyolojik arka planı ve psikolojik özellikleri farklı olan ancak aynı niyet etrafında birleşen insanların bir araya gelebildiği müstesna ortamdır. Bu durumla ilgili katılımcılardan K-4 şunları belirtmektedir. *“Birtakım değerler meydana geliyor. Enerji halkası içerisine giriyorsunuz. Müşterek bir frekans oluşuyor. Burada âşık olanlar, kalbi kırık olanlar, evde sıkıntısı olanlar her türden insan var onların haliyle de hallenmiş oluyorsun zamanla dostluklara dönüşüyor.”*

Ayrıca cami itikaf ile bir uhuvvet merkezi de olmaktadır: *“Kucaklaşmaya selamlaşmaya doyamadığımız, hiç tanımadığımız insanlar fakat o mekanın ve niyetin oluşturduğu öyle bir güven bir muhabbet mekanizması var ki yani bunu tarif etmekte güçlük çekeriz.”* (K-7)

2.15. İtikafın Dijital Perhize İlişkin Katılımcıların Görüşleri

Günümüz dijital dünyasında adeta istilaya uğrayan insanoğlunu bu iptiladan uzaklaştıracak ibadetlerin başında itikaf gelmektedir. Katılımcılardan K-10 bu konudaki tecrübelerini şu şekilde belirtmektedir. *“İtikaf bağlamında herkes telefonunu bir kenara koyduğunda bir defa insanlarla muhatap oluyorsunuz. Psikolojik anlamda da çok tedavi mahiyetinde bu itikaf meselesi, hastalıklara deva olabilir yani.”*

2.16. İtikafın Uzlete İlişkin Katılımcıların Görüşleri

“Belirli bir ruhsal olgunluğa ulaşmak amacıyla dünya hayatından ve sosyal çevreden uzaklaşarak arzuları sınırlamaya çalışma, münzevi bir yaşam sürme.” (Uludağ, 2012) olarak tanımlanan uzlet zaman zaman itikafın bir parçası olmaktadır. Toplu girilen itikaf programlarında dahi mutekifler bir uzlet tecrübesi yaşamaktadırlar. Bir katılımcı tecrübesini şu şekilde belirtmektedir. *“Hiç konuşma yok neredeyse yani oturup hatta böyle bir araya gelip sohbet edilmiyordu. Tamamen kişi Allah'la baş başa kalıyordu herkes bir köşeye çekiliyordu. (K-3)”* Diğer bir katılımcı ise bu tecrübeyi itikafın içerisinde bulma gayretindedir. *“Zaten bir hayattan böyle kendimi biraz geri çekmeyi içeren bir ibadet, tekrar yoğun bir kolektiflik içeren bir şey istemiyorum. Olabildiğince bir başıma kalayım olabildiğince kendi halimi çok nazenin çok nazlanarak da çok ağlayarak da çok gülererek de Rabbime daha rahat arz edebileyim istediğim bir alan arzuluyorum.”* (K-6)

İtikafın muhteşem bir vakit geçirdiğini belirten K-4'ün tecrübesi şöyledir. *“İbadet yoğunluğu çok fazla tefekkürü çok fazla kendi iç muhasebelerinizi sürekli yapıyorsunuz. Namaz kılarken belki secdede daha uzun süre kalmak isteyebilirsiniz. Kur'an-ı Kerim'i okurken daha rahat ağlamak isteyebilirsiniz. O anlamda hep derim tek başıma*

gerçekleştirilmiş olduğum itikaf benim için en tatmin olduğum itikaftır. Çünkü bütün sınırlarımı kendim koyuyorum.”

2.17. İtikafta Kolektif Şuur Oluşumuna İlişkin Katılımcıların Görüşleri

İtikafta gönüllü bir iş bölümünün varlığı konusundaki görüşlerini K-5 şu şekilde belirtmektedir. *“Her öğünde çayı demleyen birileri var, sofrayı açan birileri var suyu taşıyan birileri var ve bu dönüyor, yaşlı genç fark etmiyor.”*

Katılımcılardan K-7 itikafın halvetten farklı bir ibadet olduğunu ve ibadetlerde de kolektif bilinç ile hareket etmenin kıymetli olduğunu vurgulamaktadır. *“Kapanacağız böyle bir köşeye gece gündüz ibadetle meşgul olacağım gibi ama öyle değil kolektif bir tarafı var. Beş vakit namazda da orada cemaatle birlikte kıılıyorsunuz, birlikte mukabele okunuyor. Birlikte iftar ediyorsunuz, sahur ediyorsunuz zaman ve mekânı paylaşıyorsunuz. Askerlik gibi biraz daha hani birbirine tahammül ediyorsunuz, idare ediyorsun kırılıyorsun inceliyorsun.”*

2.4. Nefis Muhasebesine İlişkin Katılımcıların Görüşleri

İtikaftaki en önemli faaliyetlerden biri nefis muhasebesidir. Her mümin nefsindeki manevi kirlerden arınarak, terakki etmeyi arzulamaktadır. Katılımcılardan bazısı ise itikafın nefis muhasebesi ve tefekkür yanına dikkat çekmektedir. K-9 kodlu katılımcı *“Ciddi şekilde bir yıllık nefis muhasebesi yapıyorsunuz. Ölmeden önce öldürün hadisi şerifini de yaşıyorsunuz.”* demekte, katılımcılardan K-2 ise *“Aslında zor bir tarafı kendinizle yüzleşebilmek hayatınızla tercihlerinizle niyetleriniz ile o muhasebenin içine girmek bu kolay bir iş değil”* şeklinde ifade etmektedir.

2.18. İtikafta Riyazet/Nefis Terbiyesine İlişkin Katılımcıların Görüşleri

İtikaf aynı zamanda mahrumiyettir. Evden, sıcak yataktan, düzenli yemekten, konfordan feragat etmektir. Katılımcılardan K-2 bu durum hakkında şunları ifade etmektedir. *“Eti, yağ, tuzu, şekeri kesiyorsunuz şimdi öyle olunca bu insanın maneviyatına da yansıyan uykusuna her şeyine yansıyan tarafları var.”* Bu riyazet tecrübesi konusunda K-9 şunları söylemektedir. *“Nefsi terbiye etmenin en başta gelen şartları, az uyumaktır, az yemek, az konuşmaktır. Zaten ana noktada orada siz bunları yaşıyorsunuz.”*

2.19. İtikafta Tefekkür Ortamına İlişkin Katılımcıların Görüşleri

Tefekkürün de bir ibadet olarak değerlendirildiği hadis kaynaklarında zikredilmektedir(*Deylemî, II, 70-71*). Bu bilinç ile itikafa giren mutekifler tefekkür için imkân bulduklarını belirtmişlerdir. Tefekkür için hususan vakit ayırdıklarını ve ibadetlerin burada yarıya dönüştüğünü belirten K-3 bu durumu şu şekilde ifade etmektedir. *“İtikafta tefekkür çok önemli. Hayatı gözden geçirmek, dünyaya verdiğimiz anlamı, öncelikleri gözden geçirmek, yani hayatı endişeyle kaygıyla beklentiyle mi yaşıyoruz. Yoksa muhabbetle sabırla şükürle mi yaşıyoruz bunların muhasebesini yapma.”*

2.20. İtikafta Fiziki Sağlığa İlişkin Katılımcıların Görüşleri

İtikafta uygulanan perhiz, uyku düzeni ve ibadetlerin fiziki sağlığa olumlu katkısının olduğunu belirtmişlerdir. Katılımcılardan K-10 bunu şöyle belirtmektedir. *“Az ve sağlıklı beslenmeyle, uykuyla birlikte günün her saatinde dinç olarak hazır hissediyorsunuz. O noktada ben fiziken ve bedenim de çok böyle sağlıklı kalp atışlarından hareketlerime yürüyüşümü her anlamda çok çok sağlıklı hissederek ayrıldım.”* Diğer bir katılımcı ise

olumlu değişimi şöyle ifade etmektedir. *“Kilo vermeye başladım normalde midem yanıyordu midemin yanması hafifledi. Yüzümde beyazlama, nurlanma mı diyorlar. Öyle oldu.”(K-1)*, Bir katılımcı ise işyerinde yaşadığı olumsuz durumlar karşısında yaşadığı stres kaynaklı fiziksel sorunların azaldığını belirtmiştir. *“İşimiz gereği iş hayatında çok stresli kaygılı olabiliyoruz. Normalde stresten kaygıdan benim saçım çok dökülürdü dökülme azaldı.”(K-5)”*

2.21. İtikafıta Ruh Sağlığına İlişkin Katılımcıların Görüşleri

Katılımcılardan K-8 *“İtikafıta tüm bağımlılıkları bir kenara bırakarak tedavi edilen insanın ruhuna da bedenine de şifa olan bağımlılıklar edinme imkânı var. Dışarıda bulamayacağınız, psikologlarda, ilaçlarda bulamayacağımız şifa imkânı var.”* demektedir. Diğer bir katılımcı da itikafın psikolojik faydalarını şöyle ifade etmektedir. *“Bir anlamda ruh tezkiyesi, psikolojik olarak aslında insanların dinlendiği bir terapi ortamı olduğunu düşünüyorum. İbadet kastiyla yapıyoruz ama psikiyatriste gitmekten kat kat daha fazla insanların orada terapi olacağına inanıyorum.”(K-3)*

Katılımcılardan K-2 ise kaygılarından arınmış bir ibadet tecrübesi yaşadığını belirtmiştir. *“Normalde hep kaygılı olurdum, şunu eksik yaptık mı bunu eksik yaptık mı acaba diye. Yani tam gönül rahatlığıyla her şeyden uzak bir ibadet yapmış olduk.”* K-6 ise ruhi değişimi şöyle belirtmiştir. *“İnsan duruluyor, ruhun dinginleşiyor, arınıyor, psikolojik anlamda ruhi anlamda rahatlıyorsun.”*

2.22. İtikaf Sonrası Kazanıma İlişkin Katılımcıların Görüşleri

İtikaftaki esas motivasyon Allah için buraya geldiği ve oradaki insanların da bu niyetle orada bulunduğu buna göre tahammül etme, sabretme, uyum gösterme düşüncesidir. Bunun sonuçlarını katılımcılardan K-3 şöyle belirtmektedir. *“Her anlamda kendi psikolojimizi de manevi hayatınızda günlük hayatınızda güzel gelişmeler oluyor.”*

K-7 kodlu katılımcı ise itikaf sonrası kazanımı ise *“Ailenize, çevrenize mükemmel bir model oluyorsunuz”* şeklinde ifade etmiştir. Diğer bir ifadeyle *“Duyarlı, elinden dilinden insanların güvende olduğu güzel insan oluyorsunuz”* (K-4) *“Güzel bir gönülle çıkıyorsunuz dünya gözünde küçülüyor (K-8)”*

Katılımcılardan K-1 ilk itikafı sonrasında yaşadığı ruh halini şu şekilde ifade etmiştir. *“İlk itikafımda Laleli Camii'nde bayram namazını kıldım ve çıktım. Elimde bir çanta, hayal edebilirsiniz oradan böyle tramvay geçiyor kalabalık turistler. O ses o gürültü böyle kulaklarımda gözümde o filmi seyrediyorum ama film gibi seyrediyorum diyorum ya ben acaba hayatta mıyım? Rüya mı görüyorum? Yaşadığımız dünyayla öyle mesafe oluşmuş ki ruhunuz o noktada öyle farklı bir yere devinmiş ki yabancılık hissediyorsunuz. Sanki tek gerçeklik o, onun dışında bir gerçeklik yok. Bereket, ihsan, zaman ötesi, mekân ötesi bunları tecrübe ediyorsunuz. Bu imkânı itikaf sonrasında hayatınıza yayabildiğiniz müddetçe yani ibadetlerle tefekkürle her şeyle yani Kur'an'la bu sefer hakikaten dünyanın esiri olmadan kendinizi farklı bir şekilde tanımlayarak onu taşıyarak dünyayla kurduğumuz ilişkilerle farklı bir yerden hayata devam edebiliyorsunuz.”*

3. Tartışma

Mutekiflerin itikaf tecrübeleri ve itikafın şahsiyet terbiyesindeki rolünü akademik çerçevede ele alarak alan yazına katkı sağlamayı hedefleyen bu çalışmada elde edilen bulgular neticesinde oluşan müzakereyi şu şekilde sıralamak mümkündür.

Araştırma bulgularımızda elde edilen sonuca göre itikaf ile şekillenen cami atmosferi, müminler için müstesna manevi alanlara dönüşmekte, mutekifler için zamanın genişleyip bereketlendiği başka bir hal almaktadır. Katılımcılar bu duruma manevi kamp benzetmesi yapmaktadırlar. İslâm medeniyetine yön veren, toplumu inşa eden ve geliştiren(Güngör, 2012, 164) cami ve mescitlerin insanın kendini kutsala en yakın hissettiği ve sembolik bütünleşmenin gerçekleştiği, ruhî boyutunun inceldiği ve etkiye açık bir hale geldiği(Ay, 2010, 69) müminlerin hayat bulduğu mekanlar(Karaalp, 2021, 67) olarak gören düşünceyi merkeze aldığımızda itikaf tecrübesinin müminin manevi yanlarını güçlendirdiğini ifade etmek mümkündür.

Mutekifler, şehrin hemen kıyısında ya da evinin çok yakınında Kur'an, zikir ve tefekkür ile bulunduğu hac ve umre hissiyatı yaşayabileceği incelmışliğe vakıf olabildiklerini, itikafta caminin fizikle metafizik arasında paralel evren mahiyetine büründüğünü, caminin itikaf ibadetiyle daha derin bir anlam kazandığını, bereketli ibadet ortamıyla birlikte manevi yaşantının zenginleştiği mekâna dönüştüğünü belirtmektedirler. Bu bulgu camileri Allah'ın evi, Beytullah'ın birer şubesi(Önkal - Bozkurt, 1993, 52), mutekiflerin ise Rahman'ın en aziz misafirleri(Yakışır, 2008, 62) görüşünü pekiştirmektedir. Caminin merkeze alındığı itikaf ibadetinde bireyin ailesi dışında belli periyodlarla benzer inanç ve değer sistemine bağlı kişilerle sosyalleşebildiği yerler(Ay, 2010, 67) İslam'ın teşekkülünden bu yana toplumun her kesimini ve her yaş seviyesinden bireyleri Allah'a kulluk şuuru ile birleştiren, dini bilgileri, ibadet uygulamalarının öğrenildiği dini ve sosyal amaçlı kurumlar(Yılmaz, 2012, 298) haline dönüştüğü görülmektedir. Bunun yanında yaygın din eğitiminin en önemli merkezleri(Cebeci, 2015, 209) olma misyonunu pekiştirdiği söylenebilir.

İtikaf şekil itibarıyla zor ve sabır gerektiren bir ibadettir. Başta biraz çekinceli olarak itikafta zorlanacaklarını düşünseler de mutekifler kolaylıkla ibadetlerini yerine getirebildiklerini ifade etmişlerdir. Buradaki başlıca motivasyon Hz.Peygamber'in sünnetini tatbik etme isteğidir. Hz.Peygamber'in Ramazan ayının son on gününü bereketli geçirme teşviği(*Buhari Fadlu Leyleti'i-Kadr 5; Tirmizi, Savm 73*), Ramazan'ın son on gününde olması tahmin edilen Kadir Gecesi'ne rastlama imkânı, unutulmuş bir sünneti ihya etme gayreti(Yakışır, 2008, 77), Hz. Peygamber'in(SAV) sünneti ile amel edenlere dair müjdesi(*Ebû Dâvûd, "Sünnet", 5*) manevi hazzı yaşama, kulluk şuuruna varabilme(*Buhari Fadlu Leyleti'i-Kadr 5; Tirmizi, Savm 73*) ve Hakk'ın rızasını kazanma, dini terminolojiden de istifade ederek temel motivasyon kaynağı olmaktadır.

Duygu ifadelerinin ayırt edilmesi ve açıklanması zordur.(Morgan, 2010, 37) Ancak mutekiflerin itikafta yaşadıkları duygu durumunun bilinmesi önemlidir. Yaratana yakınlığı had safhada hissettiklerini ve anlatılması güç manevi ve duygusal anlar yaşadıklarını ifade eden mutekifler, modern dünyanın esaretinden uzak, fitrata uygun itikaf tecrübesi hissettiklerini belirtmişlerdir. Camilerin inanç gelişimine farklı yönleriyle katkıda bulunduğu, burada yapılan ibadetlerin, mistik deneyimlere imkân tanıdığı ve önemli açılım sağladığı bilinmektedir(Kaya, 2015, 62). Çünkü bireyler ibadetleri esnasında kendilerini Allah'a yakın hissetmektedirler. Özellikle; namaz kılarken, secdeyken, yalnız dua ederken, mübarek bir gecede camideyken, Kur'an okunan ortamlarda, mezarlıkta kendilerini Allah'a yakın hissetmektedirler(Kaya, 2015, 174).

Hayatın tüm alanlarında olduğu gibi itikafta da bir disiplin hakimdir. İtikafta her gün yapılan ibadet, yemek, uyku gibi müstakil vakitlerin düzenlendiği, itikafın bereketi,

selameti, sürdürülebilirliği açısından bunlara özen gösterildiği katılımcılarca belirtilmiştir. Mümin, ibnü'l-vakt olarak bilinir. O vaktin kıymetini bilen ve değerlendirme gayretinde olandır(Cebecioğlu, 2009, 294). Gece ve gündüzün yaratılışı ve kâinatın dengesindeki ahenk mümine ilham vermekte bu bütünün bir parçası olarak hareket etmesi zorunluluğuyla her işinde planlı olması gerçeğini öğretmektedir. Kişiyi planlı hareket etmekten uzaklaştıran en önemli husus zaman yönetimidir. İrade ve zaman yönetimi, alışkanlığı ve sürekliliği beraberinde getirmekte; zor görünenleri kolaylaştırabilmekte, insan hayatını disipline edebilmektedir(Demir, 2014, 76). Bu açıdan bakıldığında buradaki bir düzen dâhilinde ibadeti sürdürme alışkanlığının mutekiflere itikaf esnasında ve sonrasında vakti ekonomik kullanma, planlı programlı hareket etme değerini öğrettiği ve müslümanın günlük hayatını intizam eden bir terbiye uygulamasına dönüştüğü söylenebilir.

“Boyun eğme, alçak gönüllülük” anlamına gelen ibadet genele teşmil edilirse müslüman bireyin “O’nun razı olacağı işleri yapması”dır. Kısaca Allah’ın rızasını kazanmak ve iyi bir mümin olabilmektir(Koca, 1999, 241). İtikaf esnasında cemaat ile eda edilen farz ve nafil namazlar, tutulan oruç, yapılan sahur ve iftarlar, tesbihat ve dualar, tefekkür iklimi ile mutekifler günlük hayatta karşılaşması zor olan nadide ibadet tecrübesine şahit olduklarını belirtmişlerdir. İtikaftaki ana amacın ibadet(Karataş, 2014, 21) olduğu düşünüldüğünde itikafın ibadetleri sistematize etme özelliği bulunmaktadır(Yenen, 2015, 477).

İtikaf, ibadetle birlikte müminlere eğitim ortamı da sunmaktadır. Kur’an-ı Kerim okuma, meal okuma, tefsir okuma, hadisler üzerine düşünme, tetkik etme, okunan duaların anlamlarını öğrenme, ilmihal, dini kitaplar okuma, sohbet etme üzerine kurgulanmış bir ilim meclisi olduğu görülmüştür. Bu ortamların yeni bilgiler edinme ve var olanın pekiştirilmesi konusunda faydalı olduğu zikredilmiştir. İlim tahsilinin nafil ibadet olduğu düşüncesiyle(*Tirmizî, İlim, 19.*) hareket eden mutekifler için camiler ibadet mekanı olmasının yanı sıra birer eğitim öğretim kurumu hüviyeti kazanmış(Cebeci, 2015, 210), dinin temel konularının öğretildiği mekanlar olmuştur(Keyifli, 2012, 24).

Her ibadet gibi itikaf da manevi bir iklim barındırmaktadır. Manevi ortamla ilgili mutekifler, tarifi imkânsız manevi hazlar yaşadıklarını belirtmişlerdir. Yaşadıkları yoğun manevi yapıyı bir yıllık eğitimin on güne sığdırıldığı manevi kamp gibi değerlendirmişlerdir. Dinî inanç ve değerlerin, ibadet ve törenlerle dünya hayatına ilişkin dinî açıklamaların insan hayatına bir anlam ve amaç kazandırdığı; insanlar arası ilişkileri düzene koyduğu; kişinin zihinsel açmazlarını çözdüğü bilinmektedir(Nedim, 2021, 219). İbadetleri camilerde cemaat ile yerine getirmenin birçok fazileti olmasının yanı sıra manevi olarak mümine katkısının olduğu, sosyal yönden büyük bir önem taşıdığı belirtilmekte, farz namazları evlerde kılınıp camiye gitmemek Hz. Peygamber’in sünnetini terk etme olarak yorumlanmaktadır(Bilici, 2016, 118). Camilerde oluşan bu manevi ortam aynı zamanda her yaşta bireye din ve değerler eğitiminin verilebildiği müsait ortamlar sunmaktadır(Onay, 2006, 158).

Camiler, toplumun ortak değer olarak kabul ettiği kurumlar ve yaygın din eğitiminin en önemli mekanlarından(Ay, 2010, 214). Camilerin, herkes tarafından manevi bir değer halinde kabul edilmiş olması, cami merkezli din eğitiminin toplumsal hayatta etkilerinin artmasını sağlamaktadır(Keyifli, 2012, 28). Cami eğitimi, yetişkinler için olduğu kadar yeni yetişen çocuk ve gençler için de gerekli ve önemlidir. Camiler sağlıklı bir iletişim

sağlayarak, muhtemel bir değerler çatışmasını ve dini anlayış farklılıklarını en aza indirgeyip muhtemel olumsuzlukları önlemede etkin bir rol üstlenebilir(Yılmaz, 2012, 297). Toplum içinde pek çok insan camilerden almış olduğu dini ve ahlaki kazanımlar sayesinde dini hayatını devam ettirmektedir. Camiler, bu tutum ve davranışların kazandırılmasını sağlayan, toplumsal hayatın iyileştirilmesi sürecine, dini ve ahlaki eğitim vererek katkı sağlayan, yaygın din eğitimi kurumlarıdır(Keyifli, 2012, 22).

Mutekiflerin itikaf ile iyi ve kâmil insan olma özellikleriyle kuşanma becerisini kazanma konusunda önemli aşamalardan geçtikleri tespit edilmiştir. İtikafın kendilerine dostluk, fedakârlık, hasbîlik, paylaşma, sabır, sevgi, isar, ülfet, merhamet, güven, sükûnet gibi erdemleri kazandırdığı müstesna ortam ve zaman sunduğunu ifade etmişlerdir. Dua ve ibadetin ahlak ve karakter üzerindeki çok olumlu etkileri de bilinmektedir. James bunu insanların çoğunda ahlaki sıhhatin ve akabinde fiziki sıhhatin vazgeçilmez bir faktörü olarak görür(James, 1908). Carrel de aynı hususa işaret ederek, sık sık yapılan, bir alışkanlık haline gelen duanın karaktere etki ederek, onun temizlenip olgunlaşmasına yol açabildiğini belirtir(Carrel, 1961).

Günümüzün en önemli problemlerinden biri sanal bağımlılıktır. Katılımcı görüşleri değerlendirildiğinde itikaf sayesinde mutekiflerin telefon ve diğer elektronik cihazlara bağımlılığının azaldığı görülmüştür. İtikafta uygulanan dijital perhizin yaygınlaştırılması ve geliştirilmesinin tedavi niteliğinde faydalı olacağı düşünülmektedir.

Günümüzde yapılan birçok çalışma incelendiğinde dijital bağımlılığın toplumları etkileyen önemli bir tehdit haline geldiği görülmektedir. Bu bağımlılık ilk başta internet bağımlılığı olarak tanımlanmıştır(Yang - Tung, 2007, 83). Ancak süreç içerisinde teknolojiye yönelik telefon, sosyal ortam, Facebook bağımlılıkları gibi pek çok farklı bağımlılık türü ortaya çıkmış ve günümüzde bu bağımlıklar dijital bağımlılık adı altında genellenmiştir(Shaw - Black, 2008, 357). Dünya genelinde bilgisayar kullanımının ve internet ağına erişimin yaygınlaşması sonucunda teknolojik araç-gereç ve ortamların bireylerde oluşturduğu bu bağımlılık, farklı düzey ve türlerde davranış bozukluklarına yol açmaktadır. Bireyin konuşmaya yönelik isteksizlik duyması, sosyal olarak kendini yaşadığı çevreden soyutlaması, psikolojik ve sosyolojik rahatsızlıklar yaşaması gibi pek çok olumsuz netice ile karşılaşmaktadır(Şahin - Tuğrul, 2012, 121).

2022 yılı hane halkı Bilişim Teknolojileri (BT) Kullanım Araştırmasına göre Türkiye’de internete erişim imkânı olan hane oranı %94,1, internet kullanan bireylerin oranı %85,0 olarak belirirken bireylerin en fazla kullandıkları sosyal medya ve mesajlaşma uygulamalarının %82,0 ile WhatsApp, %67,2 ile YouTube ve %57,6 ile Instagram olduğu cep telefonu kullanımının ise %95,8 olarak belirlendiği görülmüştür.(<https://data.tuik.gov.tr> (23.02.2023))

Bu durum itikafın kişiyi dijital bağımlılıktan kurtarma yolunda aracı rolünün olduğuna dair bulgularımızı desteklemektedir. Arslan, üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılık durumunu araştırdığı çalışmasında “Dijital Bağımlılık Ölçeği”nde en düşük puanın İlahiyat Fakültesi öğrencileri olduğunu tespit etmiştir(Arslan, 2020, 32). Gürsu ve Musara’nın araştırmasında ise dindarlık artıça sosyal medya bağımlılığının azaldığı ve dolayısıyla dinin koruyucu bir fonksiyon icra ettiği bulgularına yer verilmiştir(Gürsu - Musara, 2021, 427). Karşılı, internet bağımlılığı ve dindarlık ilişkisi üzerine yaptığı araştırmada, dini bilinç, dini şuur ve dini değer yükseldikçe internet bağımlılığı ve bu bağımlılığa ait alt türler olarak bilinen online oyun, sosyal medya, kumar ve pornografi

bağımlılıklarının azaldığını ileri sürmüştür(Karslı, 2019, 242).Dünyanın değişik yerlerinde benzer çalışmalara rastlamak mümkündür. Armfiel ve Holbert tarafından Amerika Birleşik Devletleri'nde yapılan bir çalışmada, dindarlık ile problemlerli internet kullanımı arasında negatif yönlü anlamlı ve güçlü bir ilişki ortaya konmuştur(Armfield - Holbert, 2003, 135).

Mutakiflerden bazıları itikaftaki uzlet/yalnızlık tecrübesinin kendisine daha iyi geldiğini belirtmektedir. İtikafta yalnızlığın tefekkür için, kendi hissiyatını yaşaması, iç muhasebesini yapabilmesi, ibadetlerini daha sükunetle yapabilmesi için daha uygun olduğunu savunmaktadırlar. İslam öncesi dönemlerde itikafın bir şekli olarak ibadet ve uzlet maksadıyla inzivaya çekilme daha çok ibadethane şartı aranmaksızın insanlardan olabildiğince uzak yer ve mekanlarda yapıldığı bilinmektedir(Dindi, 2017, 41). O bakımdan Kur'an'da Hz. Süleyman'ın Beyt-i Makdis'te(*el-İsrâ 17/1*) Hz. Musa'nın Tur Dağında(*el-A'raf 7/140-155*) İmran, Zekeriyya, Yahya ve Meryem gibi İsrailoğulları ailesinin çeşitli mekânlarda inziva ve itikâf hayatlarından bahsedilmiştir. Kaynağını Hz. Peygamber (a.s.)'in peygamberlik öncesi uzleti(Dindi, 2017), peygamberliği döneminde Kur'anî emirle itikaf uygulamaları(Karataş, 2014, 37) ve uzleti tavsiye eden hadislerinden alan yalnızlık, uzlet, halvet, çile, erba'in ve vahdet-infirâd gibi çeşitli kavramlarla ifade edilmiştir(Demirci, 2007, 108). "İslam'da ruhbanlığın olmadığını" belirten Hz. Peygamberin emri ile terkedilerek bir dengeye oturmuş olsa da halvet geleneği bazı tasavvufi akımlarca benimsenmeye devam etmiş, ancak çoğunlukça kabul edilen halvet geleneği itikaf ibadetinde yer bulmuştur(Yücer, 2020, 2). Bir eğitim yöntemi olarak uygulanan Mevlevî çilesinin de itikafa benzer özellikleri bulunmakta ve itikaf, çile uygulamasının on günlük bölümü olarak görülmektedir(Demirci, 2007, 108). Tüm bu kavramlardan ıstılahla oluşan itikaf, mutakiflere modern zamanın zühd tecrübesini yaşatması açısından değerli görülmüştür.

Uzlet tercihinin aksine bazı mutakifler ise kolektif şuurla yapılan itikafın daha bereketli sonuçları olduğunu düşünmektedirler. Orada düzenli bir iş bölümü ve cemaat ruhu bulunduğunu belirtmektedirler. Yaradılışı itibarıyla insan sosyal bir varlıktır. Bu bilincin İslam toplumundaki örnekliği mümin kardeşliği olgusudur. İslam, medeniyetin temelini din kardeşliği olgusunu koymuştur. Mümin kardeşliği sosyal yaşamdaki ekonomik, siyasi, kültürel her alanda temel prensip kabul edilmektedir(Uslu, 2018, 15). Din, insanın iç alemi ile sosyal çevresi arasında denge ve uyum kurmasında ona destek olmasının yanında kişilik yapısındaki meziyetleri bütünleştirmesinde ibadetlerin yeri büyüktür(Beit-Hallahmi - Argyle, 1997, 221). İbadetlerin yerine getirilmesinde cemaat olmanın fazileti tüm dini öğretilerde ifade edilen bir gerçekliktir. Birlikte yapılan ibadetler bireylerin sosyalleşmesini, toplumsal değer ve normlara uymak suretiyle bütünleşmeyi sağlamaktadır. Ayrıca insanları birbirlerine yaklaştırır ve kaynaştırırken, kardeşlik bağlarını da pekiştirdiği için bu insanlar birlik ve beraberlik duygusuyla hareket ederler(Nedim, 2021, 223). İtikaftaki kolektif şuurla oluşan bir diğer kazanım ise samimi dostluklar oluşturmalarıdır. Bu durumu itikafın benzeri olan ve tasavvufta sıklıkla yinelenen halvet uygulamasında görmek mümkündür. "Halvet arkadaşlığı" kavramı, Türk dini hayatındaki "asker arkadaşı", "hacı arkadaşı" gibi uzun yıllar sürecek köklü bir hafıza ve hatıra birikimine, bunun üzerinden dostluk inşasına işaret etmektedir(Yücer, 2020, 2).

İtikafın özünde olan diğer bir kavram ise riyazettir. Eğitmek, itaat ettirmek demek olan riyazet, tasavvufta nefsin aşırı istekleriyle mücadele etmek demektir. Özellikle ilk defa itikafa girenlerin karşılaşabildikleri zorluklar olsa da bu durum itikafın doğasında var olan yardımlaşma, sabır, merhamet duygularıyla aşıldığı ifade edilmektedir. İtikaf, insanın

alışkın olduğu birçok dünya zevkinden mahrum kalmayı da içeren ve sonucunda nefsi terbiye etmeyi hedefleyen bir süreçtir. Az yemek, az uyumak, az konuşmak buradaki esas prensiptir. Bu şekilde insan seçilmiş müstesna varlık olma niteliğini ortaya çıkarmaktadır. Diğer bir ifadeyle riyazetin amacı iyi ahlâk sahibi olmaktır (Cebecioğlu, 2009, 521). İtikafıta karşılaşılan zorluklar ve bu zorluklarla başa çıkma aşamaları riyazet temrini olmaktadır. Bu da insanın normal hayatta karşılaşılabileceği zorlukları aşma konusunda ona yardımcı olmakta ve olgunlaşması için bir talim imkânı sunmaktadır.

Katılımcılara göre, itikaf mutekiflerin kendisiyle yüzleştiği, insan olmanın doğasında var olan eksikliklerini keşfedebildiği, sorgulayabildiği ve kendini onarabildiği anlar oluşturmaktadır. Akıllı kişi kendisini hesaba çeken ve ölümden sonrası için çalışandır.” (Tirmizi, *es-Sünen*, “*Sıfatü’l-Kiyame*”, 25) Hesaba çekilmeden önce kendinizi hesaba çekiniz. (Tirmizi, *es-Sünen*, “*Sıfatü’l-Kiyame*”, 25) Hadisleriyle beslenen müslüman zihni, nefis muhasebesi ve murakabesini kendisi için emir telakki eder. Ayrıca müminin kendi kendine gerçekleştirdiği iç gözlem ve murakabe maneviyatını geliştirir (Gözütok, 1992, 29). Nefisle savaşmak ve sonunda güzel ahlak, olgun insan tipini ortaya çıkarmak için birtakım yöntemler geliştirilmiştir. Nefis muhasebesi özellikle tasavvufi öğretiler çerçevesinde şekillenen eğitim metodudur (Çelik, 2013, 109). İtikafıta da tasavvufi özellikleri baskın bir ibadet olması yönüyle nefis muhasebesine ağırlık verilmektedir. Mutekif birey Allah’ın evi olan camide, dünya telaşesinden izole alanda ibadet, zikir ve dua ile meşgul olduğu ortamda aynı zamanda bir yılın muhasebesini yapma imkânı da bulmaktadır.

İtikafın az yeme, az uyuma, az konuşma ve ibadetle geçirilen zamanların nefsi terbiyede önemli aşama olduğu katılımcılarca ifade edilmektedir. Nefs kavramı felsefede insanın metafizik boyutunu, biyopsişik yapısını, bir akıl ve irade varlığı olarak mahiyetini inceleyerek, insanı yaratılmışlar hiyerarşisinin üstüne yerleştirmiş; onu yalnızca “düşünen ve bilen canlı” olarak değil “yaratılışı gereği toplumsal ve siyasal canlı” olarak da tanımlamıştır (Kutluer, 2012, 18). Tasavvuf ise zühd ahlâkı çerçevesinde niyet ve gayret kavramları üzerinde yoğunlaşmış, “insân-ı kâmil” kavramını merkezileştirmiştir (Aydın, 2000). İtikaf bu amaca hizmet eden en önemli ibadetlerdendir. İtikâfa girmek nefsi yasaklardan korumada daha etkili bir yöntem olduğu gibi, insanı dünyevî meşgalelerden uzaklaştırıp daha fazla ibadete vesile olmaktadır (Şentürk - Yazıcı, 2014). Ruhun yabani otlardan temizlenerek güzel bitkilerle yeşermesi “tarla metaforu” olarak adlandırılmaktadır (Tarhan, 2009, 121). Araştırma bulgularıyla karşılaştırıldığında itikafın bu metaforla paralellik gösterdiği söylenebilir. Tasavvufta nefis terbiyesi ve tezkiyesi olarak adlandırılan eylem, bireyin kötülüklerden ve kötü alışkanlıklardan arınma sürecini ifade etmekle birlikte aslolan iradeye hâkim olmak, arzu ve isteklerde ilahi rızayı gözetmektir. Tasavvufta nefsin yedi mertebesi ve sıfatı (emmâre, levvâme, mülhime, mutmainne, râziye, marziyye, zekiyye/kâmile) olduğu kabul edilir ve bu mertebelere “atvâr-ı seb’a” adı verilmektedir. Bu bilinç ile hareket eden mümin bireyler nefsi emareden yola çıkarak üst mertebelere çıkabilmek için gayret göstermektedir. Buna nefis terbiyesi (seyr-ü sülûk) denmektedir (Uludağ, 2012, 527). Bulgularımız çerçevesinde değerlendirildiğinde itikafın nefis terbiyesinde uygulamaya dönük etkili rolü bulunduğu söylenebilir.

Mutekifler itikaf esnasında yaratılışa ve varlığa dair düşüncelerini yoğunlaştırabildiklerini belirtmişlerdir. Bir şey hakkında iyice düşünmek, bir işin sonucunu

hesaplamak anlamına gelen tefekkür Allah'ın varlığını merkeze alan insanoğlunun hayat, eşya, tabiatla kurduğu ilişkiyi gözden geçirme ve istikametini netleştirme sürecine dönüştürmesidir. İtikaf özünde tefekkürü barındıran bir ibadettir. Bu yönüyle itikaf her anı ibadet olan bir hüviyete bürünmektedir. İtikaf genel anlamda hayatın anlamı üzerinde tefekkür etme imkânı da sağlar(Yakışır, 2008, 93).

İtikafta uygulanan perhiz, sağlıklı beslenme, az uyuma ve ibadetlerin fiziki sağlığa olumlu etkisinin olduğu, kilo verme, genel olarak sağlıklı hissetme, zinde olma gibi müsbet sonuçlar mutekifler tarafından memnuniyet oluşturmaktadır. Karataş araştırmasında itikaftaki bireylerin belli olmayan psikosomatik ağrılarının düştüğünü tespit etmiştir(Karakaş - Habergetiren, 2020, 112). Bu araştırmaların bulgularımızı desteklediği söylenebilir. Diğer taraftan İnsan biyo-psiko-sosyo spiritüel bir varlıktır. Bireyin manevi yaşantısı onun diğer sağlık ünitelerini de etkileyebilir. İbadetler fiziki sıhhatin vazgeçilmez bir faktörü olarak görülür. Böylece ibadetler hem sağlığı koruyucu ve hem de tedavi edici unsurlar içermeleri bakımından kişiliği destekleyici ve güçlendirici sistemler olarak etkide bulunurlar(Hökelekli, 2013, 32). Örneğin Dr. Benson, beyin MR görüntülemelerinde, dua ve ibadet halindeki kişinin beyninde kompleks aktivitelerin gerçekleştiğini rapor etmiştir. Dua ve ibadet eden bir kişinin vücut ısısı yükselmektedir. Bedende bir ürpertiyle başlayan uyarılma hissi yaşanmakta, algı gücü keskinleşmekte, bilinç düzeyi ve farkındalık artmaktadır(Benson vd., 2006, 937).

Ruhsal hastalıkların giderilmesinde ibadet ve duanın olumlu sonuçlarının olduğu bilinmektedir(Drake, 2018, 211). Ruh terbiyesini hedefleyen itikafın da ruh sağlığı açısından faydalarının yoğun olarak hissedildiği katılımcılarca zikredilmiştir. Araştırmaya katılan mutekiflerin kaygıdan, stresten uzak, daha sakin kişilik özelliklerine kavuştuklarını ifade etmişlerdir. Karataş da çalışmasında itikafın ruh sağlığına olumlu etkisi olduğunu belirlemiştir. Diğer bir araştırmada ise öznel iyi oluş düzeylerinde artış gözlenmiştir(Karakaş - Habergetiren, 2020, 113). Hem daha fazla itikafa girmenin hem de itikafta daha fazla kalmanın endişe ve kaygılarla baş etmeyi daha da kolaylaştırdığı,(Karakaş, 2019) itikaf programlarının gençlerin endişelerini ve geleceğe yönelik kaygılarını gidermede daha fazla etkili olacağı ifade edilmiştir(Karakaş, 2019, 9). Düzenli bir şekilde dua yapmak stresli yaşam olaylarını hafifletmekte,(Loewenthal vd., 2001, 299) sinir sisteminin dengesinin yeni bir düzenlenişini veya kuvvetlenmesini(Hökelekli, 2013, 33) sağlamaktadır. İbadet ve duanın ruh sağlığında da iyileşmeye sebep olduğu, düzenli namaz kılan bireylerin ruh sağlığı süreklilik düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür(Gök, 2019, 152). Ayrıca uzmanların çoğunluk olarak (%77-83) anksiyete ve depresyon terapisinde din ve maneviyatı tercih ettikleri gözlenmiştir.(Özkan, 1993, 205) Dua ve ibadetin en önemli yararı, kişiye yalnız olmadığını hatırlatmak ve onu ayakta tutmaya yardımcı olmaktır(Tarhan, 2009, 54). Dindar insanlarda intihar oranının düşük olduğu(Beit-Hallahmi - Argyle, 1997, 223) ibadetlerini yerine getirenlerin daha az içki, uyuşturucu ve sigara kullandıkları, gayri meşru ortamlardan uzak durdukları gözlenmiştir(Köylü, 2010, 31). İbadetler genellikle zihinde mutluluk ve gönül hoşluğu yaratırlar; endişeyi bastırırlar ve öfke ateşini söndürürler. İbadetler hakikate olan aşkı ve insanlar nezdinde alçak gönüllülüğü artırırlar, kalbi yumuşatırlar, sevgiyi ve bağışlanmayı yaratırlar, kötülükten hoşlanmazlar(*ez-Zehbi, et-Tıbb, ss. 1 39- 1 40*).

Birey ibadetler sayesinde bencilliğini, hırsını hatalarını, gururunu keşfeder. Ahlaki vazifelerini yapmaya hazır hale gelir. Fikri ve zihni alçakgönüllülüğü, olgunluğu kazanmaya

çalışır. Kötülük ve ıstıraplara karşı sabır ve dayanma gücü gelişip, kuvvet kazanır. Devamlı dua eden kişilerde vazife ve sorumluluk duygusu artar. Kıskançlık ve kötülük eğilimleri azalır. Başkaları hakkında iyilik ve hayırseverlik duyguları hâkim hale gelir(Hökelekli, 2013). İtikaf kişiye kendine zaman ayırma, yaratıcıya dua etme ortamı sağlaması sebebiyle olası problemlerin çözümünde yardımcı olmaktadır. Ayrıca itikafın manevi zekanın yükselmesinde anlamlı bir etkisi gözlenmiş, manevi zekâ güçlendiğinde günlük hayatın sıkıntılarıyla daha kolay başa çıkma yöntemleri geliştirilebilir(Karakaş, 2019, 8). Böylece itikafın saldırganlık düzeyinde azalmayı sağladığı tespit edilmiştir.(Karakaş - Habergetiren, 2020, 113).

4.Sonuç ve Değerlendirme

İbadetlerin manevi, psikolojik, fiziki ve ahlaki yönlü kazanımları bulunmaktadır. İnsan, iyilik ve kötülüğü ayırt etme özelliği (*el-Enfal 8/75*) ve bunları icra edebilme özgürlüğüne bağlı olarak sorumlu kılınmıştır(*el-Nahl 16/93*). Ona göz, kulak ve kalp(akıl) bahşedilmiş(*el-Nahl 16/78*), ahlaki değerler, dini doğrular belirtilmiş(*el-Bakara 2/256*), insanı hüsrana sürükleyecek olan kötü davranışlar nitelenmiştir (*el-Müddessir 74/43*). İnsanın nefsinde olan kötü huyları aştığında yaratılmışların en şerefli unvanı alacağı, (*el-İsrâ 17/70*) dünya ve ahiret mutluluğuna erişebileceği müjdelenmiştir(*el-Yunus 10/64*).

İtikaf ibadetini mutekiflerin tecrübeleri çerçevesinde ortaya koymak, itikafın şahsiyet terbiyesindeki rolünü belirlemek amacıyla yürütülen bu çalışmanın sonuçları şu şekildedir.

İtikaf camide yürütülmesi gereken bir ibadet olduğundan caminin farklı bir yönünün olduğu bilgisini pekiştirmiştir. Namazların haricinde caminin müminlerin on gün inzivaya çekildiği, caminin Kabe'nin şubesi, müminlerin Allah'ın misafiri olarak kabul edildiği, zaman ötesi ve başka bir alemde olma hissinin hâkim olduğu, tüketim kültürü ve tatmin edilemeyen hazlar ülkesinden insanı kurtararak tevhid tecrübesini yaşattığı mekâna dönüştüğü zikredilmiştir. Caminin bu atmosferinde edinilen meziyetlerin sosyal çevreye yansımaları (Yılmaz, 2012, 297) cami, müminleri insan-ı kamile ulaştıran okul niteliğinde değerlendirilmektedir. (Karaalp, 2021, 67)

İtikaf, bazen zeytin ve hurma katığı ile dünyalıklardan sıyrılmak, zorlukla gelen sabır ve şükür duygusunu yakalamak, günahlardan soyutlanma gayreti, düzenli ibadet alışkanlığı imkânı bulmak, dışarıda bulamadığı ve alışık olmadığı manevi haz ve dinginliği yaşamaktır. İtikafta yalnızlık kavramı şekil değiştirerek müspet anlam yüklenirken, müşterek yürütülen görevler kolektif şuur, paylaşma ve yardımlaşma erdemini güçlendirir. Her anı ibadet olan zamanlar bireyin maneviyatını tanzim etmesinin yanında karakterini olgunlaştıran şahsiyet eğitimine dönüşmektedir.

Özellikle mahir rehber eşliğinde yürütülen itikafın daha faydalı olduğu belirtilmekle birlikte, az yeme, az uyuma, az konuşma nefsi terbiye etmekte, cemaatle kılınan farz namazlar, müstakil kılınan nafil namazlar kul olma bilincini geliştirmektedir. Bunların yanında sürekli Kur'an-ı Kerim ile hemhal olma, hadis okumaları, ilmihal okumaları katılımcıların dini bilgi seviyesini arttırmaktadır.

Adeta umre havasına bürünen itikaf, tevhidin her haliyle hissedildiği, metropol hayatın aksine münzevi hayatın benimsendiği, telefon ve sosyal medyadan uzaklaşıldığı, sünnete uygun davranma, selamlaşma, yardımlaşma, tahammül etme, uyumlu olma, daha

yumuşak huylu olma gibi vasıfların edinildiği, müşterek frekansın yakalandığı, mekân ve niyetin oluşturduğu güven ortamı sunmaktadır.

İtikaf bir yılın muhasebesinin yapıldığı, insanın kendisiyle yüzleştiği, hayatın gözden geçirildiği, hayata karşı yaklaşımın ele alındığı anlara aracı olmaktadır. Riyazet temriniyle oluşan nefis terbiyesi ve ruh tezkiyesi insanı fitratındaki güzel özelliklerle buluşturan terbiye iklimi oluşturmaktadır.

Bu kazanımların itikaftan sonra da bir süre devam ettiği ifade edilmiştir. İyi bir mümin olma özellikleriyle birlikte, ibadetleri daha bilinçli yerine getirme, daha mülayim olma, trafikte daha az sinirlenme, güzel model olma, duyarlı, elinden ve dilinden güvende olunan insan olma gibi hasletler kazanım olarak nitelendirilebilir. İtikaf esnasında ve sonrasında bireyin ruhen ve fiziksel olarak kendini daha sağlıklı hissettiği belirlenmiştir.

Elde edilen bu sonuçlar çerçevesinde bazı zorluklarına rağmen itikafın uygulanabilir bir ibadet olduğu anlaşılmıştır. Ancak diğer ibadetler gibi çok bilinmediği ve yaygın olmadığı görülmüştür. Bireysel ve toplumsal anlamda birçok kazanımının var olduğuna dair ulaştığımız neticeler göz önüne alındığında itikafın yaygınlaştırılmasının ve teşvik edilmesinin faydalı olacağı değerlendirilmesi yerinde olacaktır. Bu yaygınlaşmanın yanında müftülüklerce görevlendirilecek mahir bir rehberin itikafta koordinatör olarak görevlendirilmesinin süreci daha sağlıklı ve verimli hale getireceği belirtilebilir.

İnanç Gelişim Teorisi'ni ortaya atan Fowler'a göre inanç; bilme, değer atfetme ve bağlanma eylemlerini içerir ve hem rasyonelliği hem de tutkuyu içinde barındırır. (Fowler, 1981, 272) Fowler, inanç gelişiminde hayat boyu perspektifinden bakmaya teşvik eder.(Fowler, 1977, 37) Bu, yaşama girme, ona şekil ve ahenk verme biçimi haline gelir.(Ok, 2005, 83) Armaner, aynı kültür, grup için ortak semboller koymak suretiyle modelleşen tüm tecrübelerin derinleşme sağladığını, duygu ve düşüncelerle birlikte bilinçaltı mekanizmaların ya da komplekslerin bir şahsiyet yapısı meydana getirecek biçimde organize olduğunu belirtmektedir.(Armaner, 1976, 144) Bu çerçevede itikafın şahsiyet terbiyesindeki rolü birlikte değerlendirildiğinde itikafın duygu, manevi haz, uygulama ve tüm bunları hayata yayma kazanımları kişiliğe dair olumlu yönlerin gelişmesini sağlayabilir.

Kaynakça

- Armaner, Neda. "Şahsiyet Terbiyesinde Dini Kültürün Rolü". *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 21/1-4 (1976), 143-150.
- Armfield, Greg G - Holbert, R Lance. "The Relationship Between Religiosity and İnternet Use". *Journal of Media and Religion* 2/3 (2003), 129-144.
- Arslan, Aysel. "Üniversite Öğrencilerinin Dijital Bağımlılık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi". *International e-Journal of Educational Studies* 4/7 (2020), 27-41.
- Ay, Mehmet Emin. *Din Eğitimi ve Din Hizmetlerinde Rehberlik*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları, 2010.
- Aydın, Mehmet. "İnsan-ı Kâmil". *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi*. 22/330-331, 2000.
- Beit-Hallahmi, Benjamin - Argyle, Michael. *The Psychology of Religious Behaviour, Belief and Experience*. Taylor & Francis, 1997.
- Benson, Herbert vd. "Study of the Therapeutic Effects of Intercessory Prayer (STEP) in Cardiac Bypass Patients: a Multicenter Randomized Trial of Uncertainty and Certainty of Receiving Intercessory Prayer". *American Heart Journal* 151/4 (2006), 934-942.
- Bilici, Ali Baz. "Çocukların Dini Gelişimlerinde Camilerin Rolü". *Turkish Studies (Elektronik)* 11/5 (2016), 117-136.

- Canan, İbrahim. Hadis Külliyyatı Kütüb-i Sitte Tercüme ve Şerhi. Ankara: Akçağ Yayınları, 1988.
- Carrel, Alexis. *Dua*, (Çev. M. Alper Yüçetürk). İstanbul: Yağmur Yayınları, 1961.
- Cebeci, Suat. *Din Eğitimi Bilimi ve Türkiye’de Din Eğitimi*. Ankara: Akçağ Yayınları, 2015.
- Cebecioğlu, Ethem. *Tasavvuf Terimleri ve Deyimleri Sözlüğü*. İstanbul: Ağaç Yayınları Kitabevi, 2009.
- Clouse, Bonnidell. “Ergenlerde Ahlâk Gelişimi ve Cinsellik”. *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 9/1 (2000).
- Creswell, John W. *Nitel Araştırma Yöntemleri: Beş Yaklaşımına Göre Nitel Araştırma ve Araştırma Deseni*. Siyasal kitabevi, 2018.
- Çelik, Abbas. *Din Eğitimi Tarihi*. İstanbul: Ari Sanat, 2013.
- Demir, Ömer. “Din Eğitiminde Alışkanlık Bilinci”. *EKEV Akademi Dergisi* 60 (2014), 73-96.
- Demirci, Mehmet. “Bir Eğitim Aracı Olarak Mevlevi Çilesi”. *Marife Dini Araştırmalar Dergisi* 7/3 (2007), 105-122.
- Dindi, Emrah. “Cahiliye Araplarında Ramazan Ayı, İtikâf ve Oruç”. *Yakın Doğu Üniversitesi İslam Tetkikleri Merkezi Dergisi* 3/2 (2017), 27-55.
- Drake, Nicholas James. “Constructing a Theology for Pentecostal-Charismatic Worship Using Calvin’s’ Union with Christ”.
- Ergin, Hatice - Yıldız, S Armağan. *Gelişim Psikolojisi*. Nobel Yayın Dağıtım, 2010.
- Fowler, James. *Stages of Faith: The Psychology of Human Development and the Quest for Meaning*. San Francisco: Harper& Row, 1981.
- Fowler, James - Mehmedoğlu, Ali. “İman Bilincinin Evreleri”. *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 19 (2000).
- Fowler, James W. *Faith and The Structuring of Meaning*, 1977.
- Gök, Hülya. “Düzenli Namaz Kılma ve Kılmama ile Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki”. *İhya Uluslararası İslam Araştırmaları Dergisi* 5/1 (2019), 134-160.
- Gözütok, Şakir. *Bir Din Eğitimi Disiplini Olarak Tasavvuf*. Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 1992.
- Gündoğdu, Yusuf Bahri. “Mescidlerin Ayrılmaz Bir Unsuru Olarak Eğitim”. *The Journal of Academic Social Science Studies* 45 (2016), 313-325.
- Güngör, Özcan. “Yaşlılar İçin Cami Temelli Sosyal/Dini Hizmetler”. *Atatürk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 38 (2012), 161-188.
- Gürsu, Orhan - Musara, Ahmet Tevfik. “Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı ile Dindarlık İlişkisi”. *Turkish Academic Research Review* 6/2 (2021), 418-438.
- Havighurst, Robert J. *Human Development and Education*. Londra: Longman, 1953.
- Hood, Ralph W vd. “Dini Gelişim Kuramları”. çev. M. Doğan Karacoşkun, *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, C. I, S 4 (2004), 205-222.
- Hökelekli, Hayati. *Din Psikolojisi*. Türkiye Diyanet Vakfı, 2013.
<https://data.tuik.gov.tr> (23.02.2023), ts.
- İnanç Yazgan, Banu vd. *Gelişim Psikolojisi Çocuk ve Ergen Gelişimi*. Ankara: Pegem Akademi, 2010.
- James, William. *L’expérience Religieuse: Essai de Psychologie Descriptive*, Akt. Hayati Hökelekli, *Din Psikolojisi*. Genève, 1908.
- Lisânü’l-‘Arab*, “‘abd” md, ts.
- Karaalp, Cahit. “Kur’ân’da ‘Mescid’ Kavramı ve Türkiye’de Cami Hizmetlerinin İyileştirilmesi”. *Van İlahiyat Dergisi* 9/14 (2021), 64-90.
- Karakaş, Ahmet Canan. “İtikâfın Manevi Zekâ, Dînî Şuur ve Endişe Şiddeti Üzerine Etkisi”. *Akademik Platform İslami Araştırmalar Dergisi* 3/1 (2019), 1-12.
- Karakaş, Ahmet Canan - Habergetiren, Ömer Faruk. “İtikâfın Maneviyat ve Psikopatoloji İle İlişkisi Üzerine Bir Araştırma”. *Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi* 1 (2020), 101-118.
- Karataş, Adem. *H. Peygamber’in İtikâf İbadeti*. İstanbul: Kitapmatik Yayınları, 2014.
- Karslı, Necmi. “Gençlerde İnternet Bağımlılığı ve Dindarlık İlişkisi”. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 46 (2019), 225-260.
- Kaya, Zeynep. *Türk Toplumunda İnanç Gelişimi ve Din Eğitimi*. İstanbul: Değerler Eğitim Merkezi, 2015.

- Kayıklık, Hasan. "Psikolojik Açıdan İnanç, İman ve Şüphe". *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 46/1 (2005), 133-155.
- Keyifli, Şükrü. "Camilerde Din Eğitimi". *Din Eğitimi*. 374. İstanbul: Ensar Neşriyat, 2012.
- Kızılar, Hamdi. *Tasavvufta Karakter Eğitimi*. Ankara: İlahiyat, 2017.
- Koca, Ferhat. "İbadet". *Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi*. 19/240-247, 1999.
- Köylü, Mustafa. *Gelişim Basamaklarına Göre Din Eğitimi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım, 2015.
- Köylü, Mustafa. "Ruh ve Beden Sağlığı Üzerine Yapılan Araştırmaların Bir Değerlendirilmesi". *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 28/28 (2010), 5-36.
- Kur'an-ı Kerim Meâli*. çev. Halil Altuntaş – Muzaffer Şahin. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 3. Basım, 2009.
- Kutluer, İlhan. *Yitirilmiş Hikmeti Ararken*. İstanbul: İz Yayıncılık, 2012.
- Locke, John. *İnsanın Anlama Yetisi Üzerine Bir Deneme*, Çev. Meral Delikara Topçu. İstanbul: Öteki Yayınevi, 1999.
- Loewenthal, Kate Miriam vd. "Faith Conquers All? Beliefs About the Role of Religious Factors in Coping with Depression Among Different Cultural-Religious Groups in the UK". *British Journal of Medical Psychology* 74/3 (2001), 293-303.
- Morgan, Clifford T. *Psikolojiye Giriş*. Eğitim Yayınevi, 2010.
- Nedim, Öz. "İslam Dininde İbadetlerin Sosyal Boyutu". *Mütefekkir* 8/15 (2021), 217-242.
- Ok, Üzeyir. "Bir Aktivite Sistemi Olarak 'İnanç': İnanç Gelişimine Sosyo-Kültürel Bir Yaklaşım". *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi* 5/1 (2005), 111-134.
- Onay, Ahmet. "Cami Eksenli Din Hizmetleri". *Değerler Eğitimi Dergisi* 4/12 (2006), 149-175.
- Onur, Bekir. *Gelişim Psikolojisi*. Ankara: İmge Kitabevi, 1995.
- Önkal, A - Bozkurt, N. "Cami". *Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi* (T). 7/46-56. İstanbul, 1993.
- Özkan, Seyfullah. "Psikiyatrik Tıp: Konsültasyon-Liyazon Psikiyatrisi Kitabı". *Psikiyatri Anabilim Dalı*. 201-209. İstanbul: İstanbul Üniversitesi İstanbul Tıp Fakültesi, 1993.
- Rüşd, İbn. "Ebu'l-velid Muhammed b. Ahmed". *Bidâyetü'l-Müctehid ve Nihâyetü'l-Muktesid* 4 (1988).
- Santrock, John W. *Yaşam Boyu Gelişim*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım, 2012.
- Shaw, Martha - Black, Donald W. "Internet Addiction: Definition, Assessment, Epidemiology and Clinical Management". *CNS drugs* 22 (2008), 353-365.
- Şahin, Cengiz - Tuğrul, Veysel Murat. "İlköğretim Öğrencilerinin Bilgisayar Oyunu Bağımlılık Düzeylerinin İncelenmesi". *Zeitschrift für die Welt der Türken/Journal of World of Turks* 4/3 (2012), 115-130.
- Şener, Mehmet. "İtikaf". *TDV İslâm Ansiklopedisi*. İstanbul, ts.
- Sengün, Mustafa. "Ahlaki Gelişimin Psiko-sosyal Dinamikleri". *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 23/23 (2007), 201-221.
- Şentürk, Lütfi - Yazıcı, Seyfettin. *İslâm İlmihali*. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 2014.
- Tarhan, Nevzat. *İnanç Psikolojisi*. İstanbul: Timaş Yayınları, 2009.
- Taymur, İbrahim - Türkçapar, Mehmet Hakan. "Kişilik: Tanımı, Sınıflaması ve Değerlendirmesi". *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar* 4/2 (2012), 154-177.
- Uludağ, Süleyman. "Nefs". *TDV İslâm Ansiklopedisi*. C. 40. Ankara: TDV Yayınları, 2012.
- Uludağ, Süleyman. "Uzlet". *TDV İslâm Ansiklopedisi*. 42/256-257. Ankara: TDV Yayınları, 2012.
- Uslu, Beyza. "Kur'an'da Kolektif Bilinç ve Mümin Kardeşliği". *Journal of Analytic Divinity* 2/1 (2018), 15.
- Yakışır, Muammer. *Unutulan Sünnetlerden İtikaf*. Konya: Hüner Yayınları, 2008.
- Yang, Shu Ching - Tung, Chieh-Ju. "Comparison of Internet Addicts and Non-addicts in Taiwanese High School". *Computers in Human Behavior* 23/1 (2007), 79-96.
- Yenen, İbrahim. "Kişilik ve Karakter Oluşumunda 'itikâf' İbadeti". *Uluslararası Kişilik ve Karakter İnşâsında Dinin Yeri Sempozyumu*. Ordu, 2016.
- Yenen, İbrahim. "Zaman ve Dindarlık İlişkisi: Ramazan Dindarlığı". *EKEV Akademi Dergisi* 62 (2015), 601-616.

- Yılmaz, Hüseyin. "Cami Eksenli Din Eğitimi". *Din Eğitimi El Kitabı*. 333. Ankara: Grafiker Yayınları, 2012.
- Yücer, Hür Mahmut. "İtikaftan Uzlete, Uzletten Halvete, Halvetten İtikafa: Ziyâiyye Ekolünde Bir Eğitim Yöntemi Olarak Halvet ve Dönüşüm". *Akademik Platform İslami Araştırmalar Dergisi* 4/1 (2020), 1-43.
- Zuhaylî, Vehbe. *İslam Fıkhı Ansiklopedisi (el-Fıkhü'l-İslami ve Edilletuhu)*,(çev. Ahmet Efe vd.). İstanbul: Risale Yayınları, 1994.