



Dergi ana sayfası: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/pausbed>

Araştırma Makalesi

Atıf Bilgisi: Soyadı, A. (2026). Koçkaya, B., & Timurturkan, M. (2026). Neoliberal özne ve kendilik inşasının yeni biçimi: Spiritüel pratiklerin dönüştürücü rolü. *Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 73, 278-297. <https://doi.org/10.30794/pausbed.1711408>

NEOLİBERAL ÖZNE ve KENDİLİK İNŞASININ YENİ BİÇİMİ: SPİRİTÜEL PRATİKLERİN DÖNÜŞTÜRÜCÜ ROLÜ*

Beyza KOÇKAYA¹, Meral TİMURTURKAN^{2**}

¹Yüksek Lisans Mezunu, Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Sosyoloji Bölümü, beyzaakockaya@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0008-2079-879X>

²Doç. Dr., Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Fen- Edebiyat Fakültesi, Sosyoloji Bölümü, mtimurturkan@mehmetakif.edu.tr, <https://orcid.org/0000-0002-1505-5544>

Öz

Bu çalışmanın amacı, neoliberal değerlerin ve yönetimsellik anlayışının yarattığı “neo-özne” tasarımı üzerinden spiritüel pratiklerin ve faaliyetlerin bireylerin benlik inşası ve özneleşme süreçlerindeki rolünü tartışmaya açmaktır. Neoliberalizmin sadece ekonomik alanda bir dönüşüm yaratmadığı aynı zamanda kültürel, toplumsal ve psikik alanlarda da bir dönüşüme neden olduğu bireyi sürekli kendine yatırım yapan, kendi eksikliklerini telafi etmeye çalışan bir özne olarak yeniden kurguladığı tartışılmaktadır. Bu bağlamda bireylerin alternatif maneviyat veya yeni çağ hareketi olarak adlandırılan meditasyon, yoga ve enerji çalışmaları gibi çeşitli spiritüel faaliyetlere yönelmeleri, yalnızca bir anlam arayışı değil, aynı zamanda neoliberal özne olma sürecinin bir parçası olarak değerlendirilmektedir. Literatürde ağırlıklı olarak bireysel maneviyat ya da tüketim kültürü bağlamında ele alınan pratikler ve faaliyetler, bu çalışmada iktidar, özne ve kendini kurma pratikleri ekseninde incelenmektedir. Nitel araştırma yöntemiyle gerçekleştirilen bu çalışmada, 24 kişi ile derinlemesine görüşmeler yapılmış; bireylerin bu pratiklere yükledikleri anlamlar, özneleşme süreçleri ve yaşam stratejileri analiz edilmiştir. Elde edilen bulgular doğrultusunda, spiritüel pratiklerin bireylere özgürleşme alanı mı sunduğu yoksa neoliberal iktidarın yeniden üretildiği birer araç mı olduğu sorgulanmakta; bu pratiklerin bireysel deneyimlere nasıl tezahür ettiği ortaya konulmaktadır.

Anahtar kelimeler: Neoliberalizm, Kendilik teknolojileri, Neoliberal özne, İktidar, Yönetimsellik, Spiritüel pratikler.

THE NEOLIBERAL SUBJECT AND THE NEW FORM OF SELF-CONSTRUCTION: THE TRANSFORMATIVE ROLE OF SPIRITUAL PRACTICES

Abstract

The aim of this study is to explore the role of spiritual practices and activities in individuals' processes of self-construction and subjectivation through the lens of the “neo-subject” design shaped by neoliberal values and the logic of governmentality. It is argued that neoliberalism has not only brought about a transformation in the economic realm but also reconfigured the individual in cultural, social, and psychic domains as a subject who continuously invests in the self and seeks to compensate for personal deficiencies. Within this framework, individuals' turn toward various spiritual practices—such as meditation, yoga, and energy work—commonly associated with alternative spirituality or the New Age movement, is considered not merely a quest for meaning but also a component of the process of becoming a neoliberal subject. Practices and activities that are predominantly discussed in the literature within the context of individual spirituality or consumer culture are

* Bu çalışma Beyza KOÇKAYA'nın, Doç. Dr. Meral TİMURTURKAN'ın danışmanlığında, Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sosyoloji Anabilim Dalında hazırladığı “*Neoliberal Dünyada Yeni Maneviyat Arayışları ve Neo-Özne: Spiritüel Faaliyetlere Katılan Bireylerin Deneyimleri Üzerine Bir Çalışma*” konulu yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

**Sorumlu Yazar: Meral TİMURTURKAN, (mtimurturkan@mehmetakif.edu.tr)

Yayımlanan makalenin telif hakkı, CC BY 4.0 lisansı kapsamında yazara aittir. Bu lisansın bir kopyasını görmek için şu adresi ziyaret ediniz: <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

examined in this study through the lens of power, subjectivity, and self-formation practices. Conducted using a qualitative research method, the study is based on in-depth interviews with 24 individuals, analyzing the meanings they attribute to these practices, their processes of subjectivation, and their life strategies. Based on the findings, the study questions whether spiritual practices offer a space for emancipation or function as tools for the reproduction of neoliberal power and reveals how these practices manifest within individual experiences..

Keywords: Neoliberalism, Technologies of the self, Neoliberal-subject, Power, Governmentality, Spiritual practices.

1. GİRİŞ

Neoliberal retoriğin hâkim olduğu günümüz dünyasında bireylere mutlu ve başarılı olmanın, hazzı sınırsız yaşamanın, zinde kalmanın, içsel yolcuğun nasıl sağlanacağına ilişkin çeşitli pratikler dayatılarak “ideal benlik”e ulaşmaya çalışan bir özne tipi yaratılmaktadır. Bu dünya 1970’lerden sonra etkin olarak tartışılmaya başlanan, başta bir yönetim biçimi, ideoloji ve politik yaklaşım olarak tanımlanan neoliberalizm ile birlikte şekillenmektedir. Yeni kapitalist kültür olarak da tanımlanan bu dönüşüm, kendi hegemonyasını sürdüren ideolojik yapılar, politik tutumlar ve yeni bir yönetimsellik anlayışını da geliştirmiştir (Streger & Roy, 2010). Foucault bu dönemin temel ruhunu ve yönetim anlayışını özgür bırakılarak yönetilmenin politik teknolojisine işaret eden “şeylerin idaresi yoluyla insanların yönetilmesi” olarak tanımlamaktadır (Foucault, 2013: 25). Devletin tekelinde bulunan yetkinlik bireylere bırakılarak “kendi kendini yönetim” biçimi, serbest piyasada hükümetin politikası olarak kabul edilmiş ve devlet vatandaşlarını birer “müşteri”, yöneticileri ise “girişimci ruhlar” olarak tanımlamıştır. Bu yeni politik anlayışla birlikte bireyler kendilerini yönetimselliğin “başarı ve rekabet” içeren yeni kapitalist kültür içerisinde var etmeye çalışmaktadır (Streger & Roy, 2010: 14). Böylelikle neoliberalizm bir ekonomik politik yapı olmanın ötesine geçerek, bireylerin düşüncelerine, duygularına, hislerine ve yaşama biçimine etki eden bir sistem olarak da görülmektedir (Dardot & Laval, 2012). Nitekim bu yeni kapitalist kültürde bireyler, en kısa yoldan başarılı, zengin ve mutlu olmanın formüllerine ulaşmaya çalışmaktadır (Sennet, 2011). Bu süreç bireyin varoluşunun her alanına tezahür ederek, karakterini de şekillendirmektedir. Rossi’ye göre (2018: 128), neoliberal dünyanın yarattığı dönüşüm yalnızca ekonomik temeller üzerine kurulu bir devrimle sınırlı değildir; aynı zamanda insan ruhunu ve kalbini dönüştürmeye yönelik yeni bir dünya düzenini de içermektedir.

Neoliberalizm kendi değerlerini yeniden üretecek bir toplumsal yapı kurarak, kendisine uyumlu yeni bireyler imal etmektedir. Böylece asıl hedef bireyin merkezde olduğu ve varoluşunda kökten bir dönüşüm sağlandığı bir yapı inşa etmektedir (Dardot & Laval, 2018: 249). Bu yeni toplum kurgusunda birey sürekli kendi üzerine yatırım yapan, kendi eksikliklerini telafi etmekle yükümlü görülen bir özne olarak tasarlanmaktadır. Yeni özne tasarımında, rekabet ve özgürlük söylemleri birbirini destekleyen bir *ethos’u* oluşturarak yalnızca piyasa dinamiklerini değil, aynı zamanda bireyin kendi benliği içinde uyguladığı yönetim stratejilerini de kapsamaktadır (Dardot & Laval, 2012). Bu bağlamda temel amaç, bireyin kendisini sürekli olarak bir şirket gibi kurgulaması; dolayısıyla özdenetim ve özyönetim pratikleri yoluyla kendisini sürekli gözlemlemesi ve biçimlendirmesidir (Foucault, 2015a: 128). Neo-öznenin beklenen “haz”, “mutluluk”, “refah” ve “pozitiflik” üreten özneler olmasıdır. Neoliberal dünyada ortaya çıkan yeni özne tipi kendini optimize etmeye çalışan, içsel gelişim ve spiritüel pratikler aracılığıyla kendini yeniden tasarlayan bir öznedir. Nitekim her geçen gün artan bir biçimde bireyler, içsel huzur, ruhsal denge ve anlam arayışıyla çeşitli pratikler ve çalışmalara yönelmektedir. Bu pratikler meditasyon çalışmaları, yoga, astroloji ve enerji çalışmaları gibi çok farklı faaliyetleri içermekte olup, bireyin benliğini yeniden inşa etmesinde etkin bir rol oynamaktadır.

Konuya ilişkin güncel tartışmalar incelendiğinde meseleyi farklı boyutlarıyla tartışmaya açan çalışmalar her geçen gün artmaktadır. Tüketim pratiği ve kültürü bağlamında konuyu ele alan çalışmalar (Aydemir, 2020; Güner, 2023), meseleyi hem popüler kültür perspektifinden değerlendirmekte hem de kutsallığın tüketim kültürü içinde nasıl yeniden üretildiğini anlamamıza katkı sağlamaktadır. Öte yandan, Türkiye’de alternatif manevi pratiklerin yükselişini sosyolojik bir bakış açısıyla inceleyen kapsamlı bir alan araştırması (Cengiz vd., 2023), bu pratiklere yönelik bireylerin deneyimlerini ve motivasyonlarını çeşitli değişkenler çerçevesinde değerlendirmemize olanak

tanımaktadır. Bu alan araştırmasında, Müslüman bir toplumda bireysel ve dinsel inançların nasıl yaşandığını, ayrıca bu tür hareketlere duyulan ilginin toplumsal açıdan ne anlama geldiği incelemiştir. Çalışma, genelleştirmelerden kaçınarak bireyleri spiritüel arayışlara yönlendiren çok sayıda öznel mikro faktör ile makro düzeydeki toplumsal dinamiklerin karşılıklı etkileşimini ortaya koymuştur. Sağlık ve zindelik sorunları, yakınların kaybı, aile bireyleriyle yaşanan duygusal çatışmalar, kronik hastalıklar ve işle ilgili problemler gibi etkenlerin; mucize inancı, yalnızlık, mutsuzluk ve bireysellik gibi unsurlarla birlikte bireyleri spiritüel arayışlara yönlendirdiği tartışılmıştır. Duyguların yönetimselliği temelinde meseleyi ele alan ve bu pratiklerin bir duygu siyaseti biçimi olduğunu tartışan başka bir çalışma, meseleyi duygu sosyolojisi temelinde anlamamıza olanak tanımaktadır (Cengiz & Gür, 2023). Bu tartışmalar odağında söz konusu bu çalışma diğer çalışmalardan farklı olarak spiritüel pratikleri iktidar, özneleşme ve kendilik teknolojileri ekseninde tartışmaktadır. Böylelikle bireylerin bu pratiklere yönelimini yalnızca anlam arayışıyla değil, neoliberal özne olma sürecinin bir uzantısı olarak değerlendirmektedir. Bu yönüyle araştırma, Foucaultcu yönetimsellik ve özne kuramı çerçevesinde, maneviyatın iktidar biçimleriyle kesişimini inceleyen eleştirel bir yaklaşım benimsemektedir.

Yapılan çalışmalar, konuyu çoğunlukla bireyin anlam arayışı, maneviyat ya da alternatif inanç anlayışları çerçevesinde ele almıştır (Gürbüz & Aygül, 2021; Mirza, 2018; Aksan & Elnabarawy, 2024; Sevinç, 2014). Ancak özneleşme süreci temelinde bireyin “kendini kurma ve yönetme pratikleri” üzerinden derinlemesine bir tartışma yürütülmemiştir. Öte yandan konuya ilişkin uluslararası literatürde çok sayıda tartışma yürütülmekte, spiritüel pratiklerin neoliberal bağlamda nasıl şekillendiğini ve bireylerin özneleşme süreçlerinde bu pratiklerin rolünün neler olduğu ortaya konulmaktadır (Carr & Kelan, 2023; Di Placido vd., 2023; Jain, 2020). Bu çalışma, söz konusu bu tartışmalardan hareketle “neo-özne” kavramı üzerinden spiritüel faaliyetlerin, bireylerin benliklerini ve yaşamalarını yeniden inşa etme süreçlerindeki rolünü tartışmaya açarak bu boşluğu doldurmayı hedeflemektedir. Neoliberal iktidar anlayışının bireyin yaşamına ve eylemlerine nasıl tezahür ettiğini, Foucault’nun iktidar ve özne ilişkisi ve “kendisini kurma pratikleri”i temelinde konu ele alınacaktır. Bu bağlamda neoliberal özne inşasıyla spiritüel faaliyetlerin bireylere bir tür özgürlük alanı mı açtığı ya da iktidarın hegemonyasını sürdürdüğü bir tür pratiğe mi dönüştüğü, bu pratikler dolayısıyla nasıl bir özneleşme süreci yaşadıkları sahadan elde edilen veriler eşliğinde tartışılacaktır. Nitel araştırma yönteminin benimsendiği bu çalışmada, derinlemesine görüşme tekniği kullanılarak, spiritüel pratiklere ve faaliyetlere katılan bireylerin deneyimlerine ve bu pratiklere yükledikleri anlamlara, kendilik algılarına ve yaşam stratejilerine odaklanılmıştır.

2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Yeni Bir Özne Tasarımı Olan Neo Özne ve Kendini Kurma Pratikleri

Neoliberalizm, başta ekonomik, politik ve kültürel olmak üzere pek çok farklı alanda yönetimselliği barındıran ve kapitalizmi yeniden üretici bir biçimde sürdüren bir ideolojidir. Tüketimin ve serbest piyasanın idealize edildiği, kişisel çıkar ve rekabet gibi girişimcilik değerleri ile donatılmış bir yönetimsellik anlayışının benimsendiği bir toplumsal, ekonomik ve politik yapıya işaret eder (Streger & Roy, 2010). Neoliberalizm yalnızca iktisadi bir politik sistem olmadığı aynı zamanda tüm yaşamlarımıza, düşünme biçimlerimize ve duygularımıza tezahür eden bir sistem olduğu da tartışılmaktadır. Bu sistem “varoluşumuzun biçimi”, yani “kendimiz ve başkaları” ile ilişki kurma biçimimizi de ifade eder (Dardot & Laval, 2012: 1). Binkley’e göre (2014: 3-4) neoliberal ideolojinin temelinde, bireylerin kendi kendine yetebilmesi, girişimci ve bağımsız olmaları, devlet desteğine olan bağımlılığın azaltılması gerektiği düşüncesi yer almaktadır. Bu çerçevede, bireyler “mobil insan sermayesi” olarak yeniden tanımlanır ve kişisel sorumluluk ile girişimcilik ön plana çıkar. Öte yandan geç modern dünyanın yeni ruhu olarak da tanımlanan neoliberal değerlerin bireyselleştirici bir özelliğe sahip olduğu ve vatandaşlarına başarısız görevler yüklediği de tartışılmaktadır. Bireyler, özel ve mesleki, ailevi ve toplumsal, yerel, ulusal ve küresel meselelerle (giderek artan bir şekilde) ilgili olarak başlarına ve çevrelerine gelen her şey için bireysel sorumluluk duygusuyla doludur (Dawson, 2011: 314).

Neoliberalizmin en belirgin özelliği “rekabet” ilkesidir. Rekabet sadece şirketler arasında gelişen ekonomik bir pratik olmayıp, bireyin kendi benliği içinde gerçekleştirdiği yönetim stratejilerini de kapsamaktadır. Buradaki temel beklenti bireyden her daim kendisini bir şirket gibi tasarlaması, kendini sürekli denetlemeyi ve yönetmeyi becermesi beklentisidir (Foucault, 2015a: 128). Neoliberal düzenin en çarpıcı özelliği rekabete verdiği merkezî roldür. Rekabet, yalnızca piyasa aktörlerine içkin olan bir durum olmayıp, bireyin kendisiyle kurduğu ilişkinin temel stratejisidir. Neoliberal düzen bir yandan rekabeti merkezileştirirken, diğer yandan özgürlüğü yücelterek birey üzerinde yeni bir baskı mekanizması kurmaktadır. Bu bağlamda rekabet ve özgürlük, toplumun her alanına nüfuz eden normatif değerler hâline gelmiştir. Rekabetçi toplumsal yapı, bireyi belirli stratejiler doğrultusunda iktidar ilişkilerinin içerisine dâhil ederken aynı zamanda özgürlüğü temel alan söylemleri de üretmektedir. Burada özgürlük bir yanılgıya dönüşebilmekte ve diyalektik bir ilişki içine girebilmektedir. Bu tartışmaları geliştiren Foucault (2015a) ve Han’ın analizleri (2017), bugünün toplumunu bir yandan “şirketler toplumu”, diğer yandan “şeffaflık toplumu” olarak okumamıza imkân verir. Bu toplumda hedeflenen yaratım “homo economicus” teorisidir. Neoliberal ideolojinin temelinde “kendisinin üreticisi”, “kendisinin sermayesi”, “kendisinin şirketi” anlamını taşıyan homo economicus anlayışı yer almaktadır (Foucault, 2015a: 190). Neoliberalizmin inşa ettiği “homo economicus” ise yalnızca ekonomik faaliyetlerin faili değil, aynı zamanda duygusal, psikolojik ve kültürel üretimlerin de merkezidir. Artık bireyden beklenen şey, yalnızca emek ya da üretim değil; sürekli mutluluk, haz ve pozitiflik üretimidir. Bu durum, bireyin hem dışsal güçlerce hem de kendi içsel mekanizmalarıyla yönetilen bir özneye dönüşmesine yol açar. Bireyler, duygusal potansiyellerini geliştirme ve optimize etme yoluyla hem yönetilir hem de kendi kendilerini yönetir hâle gelirler. İktidar hem başkalarının davranışlarını yönlendirme hem de bireyin kendi davranış biçimini belirleme kapasitesi anlamına gelir (Binkley, 2014: 5).

Günümüz neoliberal sorunsallaştırmalarının bir örneği de neoliberal özneler üzerinde pozitif bir baskı yaratan “mutsuz özneler” sorunsalıdır (Foucault, 2005: 13). Buna karşın bireyden beklenen mutluluk, salt kişisel bir ruh hâli olmaktan çıkıp mesleki başarı ve sosyal ilişkilerde ölçülebilir, denetlenebilir bir sermaye biçimine dönüşmektedir. Bu bağlamda, pozitif duygular sadece bireyin uyumunu sağlamakla kalmaz, aynı zamanda sistemin yeniden üretimine hizmet eden bir disiplin mekanizmasına da işaret eder. Neoliberal düzen içerisinde bireyin mutluluğunu inşa eden ve özgürleştirici görünen “kendi kendine yardım” pratikleri, uygulamalar, kişisel gelişim seminerleri ya da moda dayatmaları bireyi daha mutlu kılmak için değil, bireyi sürekli “eksiklik” duygusu içinde tutarak onu pazara bağımlı kılmak için işler (Sarıçalı, 2022: 34). Dolayısıyla mutluluk, bireyin öznel bir talebi olmaktan ziyade, iktidarın dayattığı normatif bir yükümlülüğe dönüşür. Han’ın (2017) işaret ettiği “olumluluk toplumu”, bireyleri olumsuz duygulardan sterilize ederek tek boyutlu bir duygu rejimi yaratır. Bu rejim, mutsuzluk ya da başarısızlık gibi deneyimleri bireysel yetersizlik olarak kodlayarak sistemsel sorunları görünmez kılar. Reklam sloganlarında “aşkı kolaylaştırma” vaadi ya da kişisel gelişim retoriğinde “pozitif kalma” zorunluluğu, aslında duyguların piyasalaşmasının en çarpıcı örnekleridir. Mutluluk söylemleri olağan ve zararsız görünse de kırılğanlıklar karşısında bireyi iktidar ilişkilerinin içine çeker. Birey kendi mutluluğunu ararken, iktidarın ürettiği hakikat rejimlerini ve denetim mekanizmaları gönüllü biçimde içselleştirmektedir. Bu içselleştirme, şiddete başvurmadan, bedeni ve ruhu disipline eden ince iktidar mekanizmalarından biridir. Burada mutluluk bir özgürleşme alanı olmaktan çok neoliberal öznenin uysal ve itaatkâr kılınmasının en etkili aracına dönüşür (Foucault, 1992; Foucault, 2012)

Mutluluk söylemi, neoliberalizmin retoriği ile örtüşen bir kendini yönetme programı olarak işlev görmektedir. Bu söylem, bireyleri karşılıklı bağımlılıklardan, alışılmış kolektif davranış kalıplarından ve sosyal refah devleti pratiklerinden uzaklaştırarak, girişimcilik ruhunu ve bireysel özerkliği teşvik eder. Neoliberal mutluluk söylemi, bireyin tarihsel olarak devraldığı ailevi, toplumsal ve devlet temelli destek ilişkileri gibi bağımlılık biçimlerine karşı çıkararak bu bağımlılıklardan arındırılmış, kendi çıkarını gözetken, bireysel ve kendi kendini yöneten bir özne tipini merkeze koymaktadır (Binkley, 2014). Bu birey artık sınırlar ve kurallar üzerinden değil; performans, başarı ve pozitiflik gibi yeni neoliberal değerler üzerinden şekillenmektedir. Herkes “kendi girişimcisi” olarak sürekli kendini yeniden tesis ve optimize

etmektedir (Han, 2017). Sara Ahmed'in belirttiği gibi (2019) mutluluk bir endüstri alanına dönüşerek tüketilen, alınan satılan ve aynı zamanda sermayeyi yeniden üreten bir metaya dönüşmektedir. Doğu felsefesini temel alarak yazılan kitaplar, CD'ler, medya içerikleri, küresel mutluluk araştırmaları, akademide ortaya çıkan "mutluluk çalışmaları" gibi pek çok faaliyet ve ürün bu yeni çağın ruhunu yansıtmaktadır.

Neoliberal söylemin duygulanımsal alanı hedef alması, bireyin benliğini sürekli biçimde yeniden inşa edilmesi gereken bir projeye ve bir denetim mekanizmasına dönüştürmektedir. Bu çerçevede, günümüzün kendilik kaygısının yalnızca bireysel bir arayış değil, aynı zamanda normatif bir dayatma, içselleştirilmiş bir baskı biçimi ve tüketim temelli bir pratik olarak işlediği gözlemlenmektedir. Nitekim Giddens'a göre (2010) geç modern toplumla birlikte bireylere yüklenen 'refleksif benlik' anlayışı, yeni bir kendine hâkim olma ve kendini geliştirme programı yaratarak bireyi bir proje olarak hedeflemektedir. Bu durumda özne kendisini var edebilmek için kendi kişisel markalaşmasını gerçekleştirmek durumunda kalmaktadır. Bu markalaşma bireylerin metalaşmasının bir göstergesidir. Bireylerin metalaşması "yaşam tarzları", "duygular", "kimlikler" gibi maddi olmayan pek çok şeyi de kapsamaktadır. Bireyin duygusu ve duygusal sağlığını merkeze alan bu metalaşma terapötik anlayışta yaşanan yükselişin desteklendiği bir anlayıştır (Cabanas & Illouz, 2023: 69-70). Her daim rekabet içerisinde olan toplumda neo-özneler arasında bir dostluk ve ilişkinin geliştirmesi de pek mümkün görülmemektedir. Rekabetçi toplum yapısı bireyleri sürekli olarak diğer bireylerle kıyaslamaya ve kendilerini birer "rakip" olarak görmeye zorlar. Bu durum, dostluğun, dayanışmanın ve toplumsal bağların giderek kopmasına da yol açar. Nihayetinde bu durum neo-öznenin yalnızlığıyla sonuçlanarak yalnızca fayda ekseninde ilişki geliştirmesine de neden olmaktadır (Chul Han, 2019: 15-16). Bu bağlamda neoliberal akıl, bireyin yaşadığı her türlü olumsuzluğu kişisel tercihlerinin ve iradesinin sonucu olarak kodlarken (Adams vd., 2019: 12), aynı zamanda toplumsal bağların çözülmesine de zemin hazırlar.

Neoliberal dünyanın yarattığı neo-özne aynı zamanda toplumsal cinsiyet ideolojisi tarafından şekillenen ve her daim toplumsal normlara uygun davranılması beklenen öznedir. Butler'ın (2014) "performatif beden" kavramına atıfla tartışabileceğimiz bu durum, cinsiyetin sabit bir özellik olmasından ziyade toplumsal normlara göre her gün özneler tarafından performatif olarak yeniden üretilen ve tekrar edilen bir yapıdır. Dolayısıyla birey iktidar ilişkilerinin dayattığı normları kendi bedeni ve kimliği çerçevesinde performe ederek içselleştirir. "... performansın sonucu olan toplumsal cinsiyet adeta bir "gösteri"dir; bölünmelere, kendine dönük parodiye, özeleştiriyeye ve "doğalın" abartılı bir şekilde sergilenmesine (ki bu abartının ta kendisi onun aslen fantazmatik olduğunu ortaya çıkarır) açık olan bir gösteridir" (Butler, 2014: 239). Özellikle toplumsal cinsiyet hiyerarşisi temelinde meseleye bakıldığında kadınlar dayatılan söylemlerin en temel hedefi olan gruptur. Kadınlık kimliği temelinde yaratılan roller ve sorumluklara eklenen yeni neoliberal retorik "iyi", "makbul", "başarılı", "güzel" kadın/anne olmanın ölçütlerini belirleyerek bir baskı unsuruna dönüşmektedir. Kadınlar daimî çaba içinde sürekli kendilerini yenilemek, çevresi ile uyum içinde olmak ve rollerini aksatmadan yerine getirmek zorunda hissetmektedir.

2.2. "Yeni Çağ Hareketi" ve Neoliberal Özne

Neoliberalizmin doğasında bulunan kaygı, belirsizlik ve rekabet neo-özneyi ontolojik belirsizliklere sürüklemektedir. Bireylere "özgürlük" çatısı altında sunulan "fırsatlar" ve bireylerin bu fırsatları kaçırmama kaygısını da beraberinde getirmektedir (Sarıçalı, 2022: 34). Bu kaygı bireyleri var olan boşluğu doldurmaya, yeni bir anlam yaratma çabası içine girmeye ve bireysel benliğini geliştirmeye yönelik girişimlerde bulunmaya sevk etmektedir. Son zamanlarda bu anlam arayışlarının önemli göstergelerinden bir tanesi de bütünsel spiritüel faaliyetlere (biyoenerji, alternatif tıp, reiki, yoga, theta healing, aile dizilimi, şifacılık) ve gruplara dahil olma çabasıdır. Özellikle postmodernizmin ve küreselleşmenin yarattığı yeni bir paradigmanın sonucu olarak post-sekülerleşmeye olan yönelimin desteklenmesi ile alternatif maneviyat arayışlarında artış dikkat çekici bir şekilde ortaya çıkmıştır (Arslan, 2006: 9). Bunlar literatürde "yeni çağ dini" (Hanegraaff, 1996), "yeni çağ hareketi" (Heelas, 1996;) veya "spiritüel pratikler" (Wuthnow, 2003) şeklinde kavramsallaştırılmaktadır. Bunlar temelde

postseküler dünyanın yarattığı geleneksel dini yapılara karşı eklektik biçimde çok farklı inanç sistemlerini içermektedir. Aynı zamanda Farklı inanç sistemlerinden çeşitli öğretileri ve pratikleri içeren, bireysel deneyimi ve spiritüelliği merkeze koyan yeni bir hareket olarak tanımlanmaktadır (Hanegraaff, 1996; Heelas, 1996). Bireyselliği, içsel güce dayalı bir “kendine yöneliş kültürü” olarak tanımlayan bu hareketlerin, modernizmin katı kültürüne karşı spiritüel bütünlüğü yeniden kurma çabasıyla ortaya çıktığı ileri sürülmektedir (Hanegraaff, 1996). Öte yandan büyü bozulmuş yeni çağı yeniden büyülemek ve sekülerizme karşı bir tepki olarak ortaya çıktığı da tartışılmaktadır (Partridge, 2004).

Dawson’a (2011) göre bu yeni maneviyat anlayışı geç modern dünyanın yarattığı kriz ve belirsizlikle baş etme çabasının bir ürünü olarak da görülmelidir. Nitekim “yeni dönem maneviyatı”, geç-modern toplumun dinamiklerini olumlamaktan ziyade, bu dinamiklere bir uyum stratejisi olarak değerlendirilebileceğini ifade eder. Bu bağlamda, söz konusu maneviyat biçimi, çağdaş toplumların karakteristik bir özelliği olan güvensizlik ve bununla bağlantılı olarak ortaya çıkan kaygı durumuna bir cevap ya da uyum biçimi olarak okunabilir. Dolayısıyla yeni maneviyat anlayışlarının bireylere kendi benliğini yeniden inşa etme, yeni anlamlar üretme ve kaygıyı azaltma imkânı sunduğu düşünülmektedir. Nitekim neoliberal değerlerin oluşturduğu özne, kendi kendisinin tasarımcısı ve yaratıcısı olduğuna inanmaktadır. Bu inanç, bireylerin duygusal potansiyellerini geliştirme ve optimize etme süreçleri aracılığıyla hem dışsal denetim altında tutulmasına hem de özdenetim mekanizmaları geliştirerek kendilerini yönetmelerine yol açmaktadır. Bu durum, iktidarın yalnızca başkalarının davranışlarını yönlendirmediğini, aynı zamanda bireyin kendi davranış biçimini şekillendirme kapasitesi olarak işlev gördüğünü ortaya koymaktadır (Binkley, 2014: 5). Öte yandan neoliberal retorikinin dayattığı yeni tinsellik anlayışının “maddi hayatta kalma” kavramının, haklı olarak, “psikolojik sağlık”, “duygusal güvenlik” ve “manevi esenlik” gibi terimlerle tamamlanabileceği görülmektedir. Bu doğrultuda bireyler, “manevi esenlikleri”ni sağlamak amacıyla kendilerini, diğer tüm unsurların etrafında döndüğü bir merkez konumuna yerleştirmekte ya da böyle bir konumlanmaya zorunlu hissetmektedirler (Dawson, 2011: 310).

Yeni çağ hareketi veya maneviyat arayışı olarak geçen sipritüel pratikler ve çalışmalar içinde yer alanların ezici bir çoğunluğunun kadınlar olduğu tartışılmaktadır (Heelas & Woodhead, 2005; Sointu & Woodhead, 2008; Cengiz vd., 2022). Bunun temel nedenleri arasında, geleneksel dinlerin katı ataerkil ve hiyerarşik yapısına karşın, Yeni çağ hareketinin alternatif bir esneklik sunması yer almaktadır. Aynı zamanda bu yeni hareket, bir dini otoriteye inanmak yerine ‘enerji’ kavramı etrafında farklı teorileri, teknikleri ve figürleri bir araya getirerek bireylerin kendi spiritüel yamalarını yaratma eğilimini teşvik etmektedir (Fedele & Knibbe, 2013). Öte yandan beden, zihin ve ruh bütünlüğünü merkeze koyan spiritüel faaliyetlere daha çok kadınların başvurmasının diğer nedenlerinden biri de değişen toplumsal rol ve konumlarıdır. Nitekim Sointu ve Woodhead’ın (2008: 260-261) vurguladığı gibi, bu pratikler doğası gereği cinsiyetli olmamakla birlikte kadınlara benliklerini ortaya koyma, kendini ifade etme ve geleneksel kadınlık rollerinden uzaklaşma imkânı sunduğu için özel bir anlam taşımaktadır. Beck ve Beck-Gernsheim’in ‘kendin için yaşamak’ ile ‘başkaları için yaşamak’ ifadesine atıfla meseleyi ele alan düşünürler, kadınların geleneksel toplumsal cinsiyet rollerinin dayattığı bakım ve fedakârlık beklentileriyle bireysel özgürlük ve kendini gerçekleştirme arzusu arasında sıkıştığını belirtmektedir. Bu noktada bütüncül spiritüel pratikler, kadınların söz konusu ikilemlerle başa çıkabilmeleri için bir alan sunmaktadır. Yoga, meditasyon ve enerji çalışmaları gibi uygulamaların hem bireysel gelişimi desteklediği hem de kadınların toplumsal beklentilere uyum sağlamalarına ve ilişkilerini yeniden kurmalarına yardımcı olduğu tartışılmaktadır.

3. ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ ve KAPSAMI

3.1. Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu çalışma, neoliberal yönetimsellik çerçevesinde “neoliberal özne” kavramı üzerinden spiritüel pratiklerin bireylerin kendilik inşası ve özneleşme süreçlerindeki rolünü analiz etmeyi amaçlamaktadır. Bu doğrultuda, spiritüel pratiklerin özellikle meditasyon, yoga ve enerji çalışmaları gibi yeni çağ temelli

maneviyat biçimlerinin öznelere bir özerklik alanı mı sunduğu, yoksa iktidarın mikro düzeyde yeniden üretildiği hegemonik bir araca mı dönüştüğü sorunsallaştırılarak, yapı-fail ilişkisi tartışmaya açılacaktır. Söz konusu sosyal yapının bireylerin yaşamlarına nasıl tezahür ettiği, bireyler toplumsal, ekonomik ve kültürel baskı ile baş etmede ne gibi stratejiler geliştirdikleri, duygularını nasıl yönettikleri bu bağlamda tartışılacaktır. Günümüzde spiritüel faaliyetlerin piyasaya eklenerek mutluluk endüstrisinin bir parçası haline gelmesi konunun popülerite kazanarak farklı bilimsel çalışmalara konu olmasına da neden olmuştur. Dolayısıyla bu çalışmanın konuyu yalnızca kültürel ya da ekonomik boyutta değil, eleştirel bir perspektiften iktidar-özne ilişkisi ekseninde tartışmaya açması, alana hem güncel hem de özgün bir katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

3.2. Araştırmanın Yöntemi ve Tasarımı

Yorumlayıcı sosyal bilim geleneği temelinde tasarlanan bu çalışmada, bireylerin anlam dünyalarını, etkileşim süreçlerini, eylemlerini ve içinde buldukları toplumsal gerçekliği nasıl algıladıklarını derinlemesine incelemeye olanak tanıdığı için nitel araştırma yöntemi tercih edilmiştir (Creswell, 2020; Neuman, 2014). Creswell'in (2020: 25) de ifade ettiği üzere, yorumlayıcı gelenek, bireylerin yaşadıkları dünyayı nasıl algıladıklarını, deneyimlediklerini ve bu deneyimlere nasıl anlam yüklediklerini kavramayı amaçlar. Bu gelenek, toplumsal olguları nesnel ve evrensel yasalarla açıklamaya çalışmak yerine, bireylerin öznel dünyalarına odaklanır. Nitekim yapı-fail arasındaki ilişkiyi tümevarımsal bir şekilde analiz imkânı sunması bakımından niteliksel yöntemin önemli bir metodolojik çerçeve sunacağı düşünülmektedir. Bu çalışmanın sorunsalı, bireylerin yaşamlarında karşılaştıkları sorunlarla baş ederken spiritüel pratikleri hangi nedenlerle ve nasıl tercih ettikleri ve bu deneyimleri benlik inşası ile duygu yönetimi çerçevesinde nasıl temellendirdikleridir. Bu bağlamda spiritüel pratiklerin, bireyin kendini gerçekleştirme çabası mı, yoksa neoliberal iktidar mekanizmalarının hegemonik olarak yeniden üreten bir kendilik öz-denetimine mi dönüştüğü sorusu derinlemesine ele alınacaktır. Bu temel amaç bağlamında çalışmanın alt soruları:

- Katılımcılar spiritüel pratikleri nasıl deneyimlemekte ve bu pratikler aracılığıyla benlik inşalarını nasıl gerçekleştirmektedir?
- Katılımcılar spiritüel faaliyetlere ve pratiklere yönelimlerini nasıl gerekçelendirmektedir?
- Katılımcılar spiritüel faaliyetleri ve pratikleri hangi bireysel ya da toplumsal ihtiyaçlarla ilişkilendirmektedir?
- Neoliberal yönetimsellik anlayışının bireyde yarattığı neo-özne kurgusu, spiritüel pratiklere yönelimi hangi motivasyonlar üzerinden şekillendirmektedir?
- Spiritüel pratiklere katılım, bireylerin yaşam stratejilerini ve toplumsal ilişkilerini nasıl dönüştürmektedir?
- Spiritüel pratikler, bireylerin neoliberal özneleşme sürecinde kendilerini kurma stratejilerine nasıl eklenmektedir?

3.3. Veri toplama Aracı ve Çalışma Grubu

Bu çalışmada veri toplama aracı olarak, nitel araştırma yöntemleri içerisinde yaygın biçimde kullanılan görüşme tekniğinden yararlanılmıştır. Çalışmanın amacı kapsamında yarı yapılandırılmış soru formu hazırlanarak 24 katılımcı ile derinlemesine mülakatlar gerçekleştirilmiştir. Yorumlamacı geleneğe dayanan nitel araştırma, katılımlı gözlem, derinlemesine görüşme, odak grup tartışmaları, yaşam öyküleri gibi büyük ve temsil gücü yüksek örneklem gruplarından ziyade, daha sınırlı sayıdaki katılımcının deneyimlerinden yola çıkarak onların gerçekliklerinin derinlikli ve yaşayan bir tasvirini sunmayı amaçlar (Kümbetoğlu, 2008: 30). Bu doğrultuda, katılımcıların sosyal dünyalarını ve etkileşim biçimlerini ayrıntılı biçimde anlamaya olanak tanıyan görüşme tekniğinden yararlanılmıştır. Araştırma evreni Denizli ili olup, araştırmanın örnekleme ise yoga, reiki, şifacılık, biyoenerji, aile dizimi, alternatif tıp ve benzeri spiritüel destek ağlarına ve eğitim gruplarına katılan bireylerden oluşturulmuştur. Denizli ilinin seçilmesinde etkili olan temel faktör, araştırmacının orda yaşıyor olması ve örneklem grubuna kolay erişmesi ve güven temelinde ilişki ağlarını kullanabilmesidir.

Araştırma spesifik belli bir spiritüel alana yoğunlaşmak yerine bireylerin bu faaliyetler içinde yer almasını sağlayan temel yapısal ve bireysel anlamlara odaklanılmaktadır. Dolayısıyla spiritüel pratikler ve faaliyetler bu çalışma içinde geniş bir çerçevede ele alınarak, araştırma herhangi bir alan üzerinden sınırlandırılmamıştır. Spiritüel pratikler ve ağlar günümüzde oldukça popüler olmasına rağmen kapalı bir grup yapısına sahiptir. Dolayısıyla araştırmacının ilişki ağını kullanabilmesi ve katılımcılarla güvene dayalı ilişkinin tesis edilebilmesi için kartopu örnekleme yöntemine başvurularak görüşmeler gerçekleştirilmiştir. 07.06.2023 tarihinde Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulundan alınan GO 2023/347 numaralı etik onay ile görüşmelere başlanmıştır. Çalışmanın ilk katılımcısı gündelik rutin içinde bir arkadaş sohbetinin sonucunda belirlenmiştir. Her bir katılımcının yönlendirmesi ve desteği ile diğer katılımcılara ulaşılmıştır. Katılımcılar görüşme öncesinden ayrıntılı bilgilendirilmiş, aydınlanmış onam sözlü olarak aktarılmış ve kendi belirledikleri zaman ve mekânda görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Verilerin doygunluğa ulaştığında ve tekrara düştüğünde görüşmeler sonlandırılmıştır. Görüşmeler Temmuz-Ağustos 2023 tarihleri arasında yüz yüze, gerçekleştirilmiş olup en kısa görüşme 45 dakika sürerken en uzun görüşme 2 saat sürmüştür.

Çalışma tasarlanırken cinsiyet, yaş, meslek vb. değişkenler dikkate alınmadan sadece yoga, reiki, şifacılık, biyoenerji, aile dizimi, alternatif tıp ve benzeri spiritüel destek ağlarına katılmış olma şartı aranmıştır. Fakat katılımcıların neredeyse tamamı kadınlardan oluşmuştur. Katılımcıların kadın olması, tesadüfi bir durumdan ziyade araştırılan alanın doğası ile ilişkilidir. Literatürden ve saha gözlemlerinden hareketle Türkiye’de spiritüel uygulamalarda ağırlıklı olarak kadınların aktif olduğu ve bu alanın özellikle kadınlar arasında yaygınlık kazandığı söylenebilir. Araştırmalar, kadınların daha fazla bedensel, duygusal ve manevi farkındalık içeren pratiklere yöneldiğini göstermektedir (Heelas & Woodhead, 2005; Cengiz vd., 2022). Öte yandan büyücülük, şifacılık ve yoga gibi pratikler daha çok kadınlar ile ilişkilendirilmektedir. Aynı zamanda spiritüel öğretilerin temelinde yer alan “doğa ile bütünleşmek”, “doğal olana yönel”, “doğayı sev”, “doğa ile birlikte ol” söylemleri ve kadını doğayla daha yakın bağ içerisinde olduğu kabulü, kadının doğayla; erkeğin de akıl ile özdeş kılınmasına neden olmaktadır (Ortner, 1972). Sosyalleşme süreci ve toplumsal cinsiyet kimliğinin yarattığı baskı kadınları destek, dayanışma ve yardım ağlarına daha çok başvurmaya sevk etmektedir. Nitekim tüm çabalarımıza rağmen erkekler görüşmeyi kabul etmemiş ve kabul eden bir katılımcı da lisansüstü eğitiminden dolayı araştırmacıya empatik yaklaştığını belirterek görüşmeyi kabul etmiştir. Benzer bir konuda daha önce akademik çalışma yapmaya çalıştığını ama alana önyargı ile bakıldığından dolayı tamamlamadığını belirterek bize yardımcı olma misyonu ile görüşmeye katılmıştır. Kadınlar ile görüşmelerin gerçekleştirilmesi bir yandan alanın kendine özgü doğası ve özgünlüğü hakkında veri sağlarken öte yandan araştırmacının sınırlılığını da bize göstermektedir. Yapılacak yeni çalışmalarda toplumsal cinsiyet değişkeninin merkeze konulması ve farklı değişkenler bağlamında alanın derinlemesine irdelenmesi önemli görünmektedir.

3.4. Verilerin Analizi

Bu çalışmada veri toplama aracı olarak görüşme tekniği kullanılmıştır. Yarı yapılandırılmış bir soru formu hazırlanarak katılımcılardan veriler elde edilmiştir. Formda demografik bilgilere yönelik soruların yanı sıra araştırmacının sorunsalını derinleştirmeye yönelik sorular da yer almıştır. Ancak pilot uygulamanın ardından soru formu yeniden gözden geçirilmiş, kapsamı genişletilmiş ve revize edilerek saha araştırmasına tekrar başlanmıştır. Görüşmelerden elde edilen veriler kodlanarak belli temalar etrafında kategorize edilerek analiz edilmiştir. Veriler doğrudan araştırmacılar tarafından kodlanarak analiz edilmiştir. Niteliksel çözümlemede ilk adım olan kodlama bir sonraki adım içinde temel oluşturmaktadır. Bir taraftan çözümlemenin kendisi olurken bir taraftan da çözümlemeyi başlatan somut işlemdir. İlk olarak kodlama yoluyla elde edilen verilerin etiketlenmesi gerçekleştirilmiştir. İlk etiketleme sonucunda temalar bir araya getirilerek örüntülerin tespit edilerek özetlenmesini mümkün kılmış ve ileri düzeyde kodlama gerçekleştirilmiştir. Böylece veriler etiketlenerek kategorize edilmiştir. Verilerin çıkarımlar sonucunda elde edilecek olan yorumlayıcı çıkarımlar gerçekleştirilmiş olup örüntü kodlarına yoğunlaşmıştır. Böylece veriler küçük anlamlı üniteler halinde toparlanmıştır (Punch, 2020: 193-194). Bu temel yaklaşımla araştırmacının temaları katılımcı anlatılarında, ortak vurgular, dile

getirilen benzer deneyimler ve kullanılan dilsel örüntüler üzerinden tümevarımsal bir yaklaşımla oluşturulmuştur. Ancak veri analizi sürecinde, yalnızca ortaklıklara değil, her hikâyenin kendi içinde farklı özgünlükleri de barındırdığı gerçeğinden hareketle katılımcıların kendi bağlamsal gerçekliğini yansıtan özgün ve öznel ifadelere de duyarlılık gösterilmiştir. Böylece veriler “*daha optimist bir yaşam için kendilik pratikleri*”; “*kadınlığı ve anneliği optimize etme çabası*” ve “*kolektifin arka plana atıldığı yeni bir toplum kurma çabası*” olmak üzere üç temel başlıkta analiz edilmiştir. Bu temaları oluşturan kodlar:

1. **Daha optimist bir yaşam için kendilik pratikleri:** Değişimin bireyden başlaması; olumsuz duygularla başa çıkma; kendini sevme ve kabul; spiritüel pratiklerle güçlenme, sürekli kendini iyileştirme
2. **Kadınlığı ve anneliği optimize etme çabası:** Mükemmel anne olma çabası; duygusal yükleri yönetme; aile ilişkilerini iyileştirme; özgün kimlik ve özneleşme arayışı
3. **Kolektifin arka plana atıldığı yeni bir toplum kurma çabası:** Ben-merkezli yaşam; yalnızlıkla barışma; kolektif bağların çözülmesi; beden ve ruhun yatırım alanına dönüşmesi

4. BULGULAR

Araştırmaya katılan bireylerin yaş aralığı 24 ile 53 arasında değişmektedir. Katılımcıların gelir düzeyleri ve eğitim durumlarının görece yüksek olduğu görülmektedir. Ortaokul ve lise mezunu katılımcılar bulunmakla birlikte, çoğunluğu lisans, yüksek lisans ve doktora mezunlarından oluşmaktadır. Katılımcıların tamamı beyaz yakalı olup; manken, hemşire, öğretmen, mühendis, yaşam koçu, terzi, yoga eğitmeni, mali müşavir, antropolog, firma sahibi, güzellik uzmanı ve yönetici gibi farklı meslek gruplarında yer almaktadırlar. Çalışmanın başladığı ve yürütüldüğü dönemde asgari ücretin 8.500 TL olup katılımcıların gelir düzeyleri 7.500-60.000 TL arasında değişmekteydi. Örneklem grubu içerisinde birden fazla faaliyeti bir arada yürüten katılımcılar bulunmaktadır. Katılımcıların 10’u bekar 14’ü evlidir. Çalışmada temsili örneklem yöntemine başvurulmamış olup, 18 yaşını aşmış ve yaşamında düzenli aralıkla spiritüel pratiklere katılıyor olma değişkenleri temel alınarak araştırma yürütülmüştür. Ancak bu araştırmada cinsiyet önemli bir değişken olarak belirginleşmiş, 23 kadın ve 1 erkek ile görüşme gerçekleştirilmiştir.

4.1.Daha Optimist Bir Yaşam İçin Kendilik Pratikleri: “Sen Değiş Dünya Değişsin”

Bireyler gündelik yaşam içinde karşılaştıkları sorunlarla başa çıkabilmek ve kaygılarını azaltmak için çeşitli stratejiler geliştirerek benliğini ve bedenini bir projeye dönüştürmektedir. Nitekim söz konusu bu araştırma içinde katılımcılar çeşitli pratikler aracılığıyla bedenlerini, ruhlarını ve en önemlisi benliklerini güçlendirerek kendilerini daha çok sevdiklerini, değersizlik hissinden kurtulduklarını ve kötü duygularını yönetebildiklerini ifade etmişlerdir. Özel ve yakın ilişkilerinde yaşamış oldukları sorunlar ve kırılmalıklar katılımcıların hayatında önemli bir yere sahiptir. Katılımcılar, anne, baba, çocuklar ve eş ile yaşanan problemler veya herhangi bir yakının kaybı-ayrılığı sonucunda spiritüel faaliyetlere katılma kararı verdiklerini belirtmişlerdir. Bu faaliyetlere yönelmede aile içi sorunlar, çaresizlik, yalnızlık ve mutsuzluk gibi sorunlar etkili olduğu ortaya çıkmıştır. İlişkilerini optimize etmek, “kusurlarını” gidermek, benliğini yüceltmek, mutlu olmak temel amaçlar arasındadır. Katılımcıların motivasyonunu belirleyen en temel etken yakın ilişkilerinde uyumu yakalama, sürdürme veya yeniden kurma çabasıdır. Katılımcıların yakın ilişkilerinde yaşadıkları kırılmalıklar onları bu ilişkileri yeniden tesis etme çabasına ve kendini yeniden var etme mücadelesine sürüklemektedir. Sorunların kaynağını kendi karakter kusurlarına bağlayan katılımcılar, “sen değiş dünya değişsin” düşüncesinden yola çıkarak bu pratiklere yöneldikleri görülmüştür. Nitekim Katılımcı 14’ün “Kendini değiştirmeye başladığın anda her şey değişiyor” ifadesi yaşamı daha optimist kılmak için bireyin önce kendisini dönüştürmesi gerektiğini ortaya koymaktadır.

Kendini değiştirmeye başladığın anda her şey değişiyor günlük rutin uygulamalarında. Ama bana biraz daha şey oldu (K14, Ruhsal Şifacı, Kadın, Evli, Ön Lisans Mezunu).

Çevremde olumlu değişimler fark ettim; değişim kendi içinde başlıyor (K16, Esnaf, Kadın, Evli, Lisans Mezunu).

Bir şeye üzüldüğümde hep başkaları suçluymdu. Şu an böyle bir şey yok bakış açım, mantalitem ve inançlarım değişti. Sen değişince dünyanda değişiyor. Mesela bu sene seçim sonuçlarına üzülmeydim ama önceden kahroluyordum. Önceden gruplardım insanları yargıladım şimdi o yok mesela. Bana birisi kötü davrandığında küserdim şimdi bundan ne ders çıkarmam lazım diyorum (K10, İngilizce Öğretmeni, Kadın, Evli, Yüksek Lisans Mezunu).

Katılımcıların anlatıları değişimin sistemden değil mikro ölçekte bireyden başladığını da ortaya koymaktadır. Bu bakış açısı katılımcıların kendilik pratikleri aracılığıyla yaşamlarını daha optimist bir aşmaya taşımaya çalıştıklarını göstermektedir. İçsel dönüşüm, kendini eleştirme, sorgulama, başkalarını suçlamaktan vazgeçme ve sınırsız olanaklara erişme inancı onları spiritüel pratiklere yönlendiren gerekçeler arasındadır. Özellikle farkındalık ve değişim arzusu, bu pratiklere yönelmede temel bir güdü olarak öne çıkmaktadır. Bu durum, neoliberal düzende katılımcıların kendi duygusal ve bedensel sermayesini yönetmesi ve yeniden tesis etmesi gereken bir özne olarak konumlandığını göstermektedir

Daha sonraları da bedenim değişti çok değişmedi ama aynaya baktığımda farklı bir şey görüyorum. Bedenen de ruhen de güçlendim (K23, Rehber Öğretmeni, Kadın, Bekar, Lisans Mezunu).

Yaşamış olduğum olayların aksiliklerin benden kaynaklı olduğunu diğerlerine alakalı olmadığını biliyorum. Böyle olunca insan diğerlerine karşı bağımsız hale geliyorsun ve diğerlerin sadece rol oynayan piyonlar olduğunu fark ediyorsun ve onların yargılamaktan vazgeçiyorsun (K11, Makine Mühendisi, Kadın, Bekar, Lisans Mezunu).

Valla her şeyin mümkün olduğunu fark ettim. İstedğim her şeyi değiştirip yerine iyisini koyabileceğimi gördüm bana çok iyi geldi (K6, Manken, Kadın, Bekar, Lisans Mezunu).

Neo-özneler dayatılan daha mutlu ilişki, daha güçlü bir benlik ve yaşam formu bireylerde baskı yaratarak devamlı bir arayışa götürmektedir. Sürekli daha iyisini yapmasının gerekli olduğu inancı ile çevrelenen birey, kaygı, üzüntü, öfke ve gerginlik gibi duyguları yönetmek zorunda kalabilmektedir. Olumsuz duygular, törpülenmesi ve denetim altına alınması gereken duygular arasında değerlendirilmektedir. Ne yaparsa yapsın kendini yetersiz hisseden birey, bu yetersizlik duygusunun doğurduğu içsel gerilimi azaltmak amacıyla sürekli bir çaba ve kendini aşma girişimi içerisine girmektedir. Bu duygular, bireyde sürekli bir hoşnutsuzluk hali yaratarak onu alternatif yaşam biçimleri aramaya ve yeni yollar keşfetmeye yöneltmektedir. Katılımcı 13'ün "*Kendimi yetersiz hissediyordum. Bomboş yani bir faydam yokmuş gibi*" ifadesi söz konusu bu yetersizlik duygusunun ve içine düştüğü boşluğun bir göstergesidir Benzer şekilde, Katılımcı 3'ün pozitif yaşam arayışı, negatif duygulardan arındırılmış iyimser bir yaşamın kutsanmasına göndermede bulunmaktadır.

Şu andaki halime ve kendimle barışmam gerektiğini keşfettim. Yani İnsan kendi ile barışık olduğu zaman geleceğe daha iyi göreceğini hissediyor. Affediyor ve ileriye bakmamı sağlıyor. İleriye daha sakin bakmamı sağlıyor. Geçmiş geride bırakıp geleceğe bakmamı sağladı. Kendimle barışmam gerektiğini öğrettiler bana... O nedenle bana faydası oldu tabi ki. Daha pozitif bakıyorum şimdi (K3, Emekli, Kadın, Bekar, Lise Mezunu).

Dardot ve Laval'ın (2012: 372) ifade ettiği gibi neo-özne "kendi üzerinde çalışmaya çabalayan başarılı ve rekabetçi" bireydir. Bu öznenin en belirgin özelliği sonuçlarını ve performansını sürekli mükemmelleştirme ve kendini iyileştirme çabası içine girme sürecidir. Daimî çaba içine giren katılımcılar, hayatlarındaki sorunları aşmak, iş yerinde verimliliğini artırmak ve ilişkilerini düzeltmek için de söz konusu faaliyetler içinde buldukları görülmüştür. Örneğin Katılımcı 6'nın öfke, kaygı ve gelecek endişesini dile getirmesi, bireyin kendi duygusal sermayesini yönetmesi gereken bir özne olarak konumlandırılması ile yakından ilişkilidir. Benzer biçimde, K3'ün "kendimle barışmam gerektiğini keşfettim... geçmiş geride bırakıp geleceğe bakmamı sağladı" ifadesi bireyin kendilik pratikleri aracılığıyla, kendini verimli kılmasına ve olumsuz duygularını dönüştürme çabasına işaret etmektedir.

Endişem ve öfkem vardı. Çok yani öfkem varmış ben fark etmiyordum. Çok sinirleniyordum ve çok endişe kaygılıydım hep. Gelecek kaygısı vardı (K6, Manken, Kadın, Bekar, Lisans Mezunu).

Şu an da ki halime ve kendimle barışmam gerektiğini keşfettim yani. İnsan kendi ile barışık olduğu zaman geleceğe daha iyi göreceğini hissediyor. Affediyor ve ileriye bakmamı sağlıyor. İleriye daha sakin bakmamı sağlıyor. Geçmiş geride bırakıp geleceğe bakmamı sağladı. Kendimle barışmam gerektiğini öğrettiler bana... (K3, Emekli, Kadın, Bekar, Lise Mezunu).

Bakış açımda değişiklikler yaşadım. Mesela olumsuz bir şey yaşadığımda vesaire daha fazla sinirlenirken, sorgularken vesaire şimdi daha kabulde hissediyorum kendimi ya da hani bir şey olduğunda ailem ile ilgili ya da herhangi hayatımla bunun arkasında bir şey olmalı ben bunu durduk yere yaşıyor olamam niye yaşıyorum acabayı sorgulayıp sorunun kendisinden uzaklaşıp çözüme yaklaşmaya çalışıyorum (K2, Uluslararası Şirkette Yönetici, Kadın, Evli, Yüksek Lisans Mezunu).

Neoliberal düzenin bir yandan “pozitif ol” “formda kal”, “sağlıklı yaşa” söylemleri yeni dünya düzeninin bireylerin kontrolünde olmadığını örtük biçimde empoze ederken, öte yandan bireylere sorunun kaynağını kendilerinde aranması gerektiğine de ikna etmektedir. Dawson (2011: 314) geç modern bireylerin toplumsal ve ailevi ulusal ve yerli, mesleki ve özel dinamiklerin bireylerin sorumluluk duygusu ile öznelerle yüklendiklerinden bahseder. Bu nedenle birey tüm sorunlardan ve çatışmalardan kendisini sorumlu tutarak çözümünü kendini değiştirmekte aramaktadır. Sistemin kusurları göz ardı edilerek birey kendi karakter kusurlarına yönelmeye başlamakta ve başına gelen her türlü olumsuz süreçten, olaydan veya ilişki biçiminden kendini sorumlu tutmaktadır. Bu karmaşık duygularla başa edemeyen birey savunmasız, kırılgan ve her türlü öneriye açık hale gelerek daimî bir çaba içine girmektedir. Örneğin Katılımcı 3 iş hayatındaki sürekli krizlerden sonra “ruh işini” bulduğunu ifade etmiştir. Bu anlatı neoliberal düzende bireyin yalnızca ekonomik değil, manevi ve tinsel anlamda da “doğru yatırımı” yapması gerektiği fikrini ortaya koymaktadır.

Bu şeyden sonra sürekli bir iş krizi yaşıyordum sürekli işlerde son zamanlarda ya patronla ya çalışanla canımı sıkacak biri oluyordu bende şu an da tam olarak ruh işimi bulmuş durumdayım. Onu da bu çalışmalarla buldum bence. Onlarda tam olarak benim gibi birilerini arıyorlardı yıllardır (K3, Emekli, Kadın, Bekar, Lise Mezunu).

Affediyorum. İş yerimde de mutluyum. Böylece şefkat gösterdikçe o da değişiyor başka çaresi kalmıyor (K10, İngilizce Öğretmeni, Kadın, Evli, Yüksek Lisans Mezunu).

Neoliberal retorik bireyi yalnızca ekonomik üretkenliğe sevk etmemekte, aynı zamanda mutluluğu merkeze koyarak duygusal ve manevi tatmine de yatırım yapmaya zorlamaktadır. Nitekim katılımcı 1’in “İnsan başarı anlamında işte projedir, iştir. Sonra bazı şeyleri başardıktan sonra hem sosyal hem de manevi olarak arayışa geçiyor” ifadesi bireyin kendi kendini yöneticisi, tasarımcısı ve girişimcisi olmasına da göndermede bulunmaktadır. Neoliberalizmin öznenin yaşam döngüsüne nasıl tezahür ettiğine işaret eden bu anlatı, diğer katılımcıların anlatılarıyla benzer biçimde, bireyin hem ekonomik hem de manevi sermayesini artıran bir girişimci gibi davrandığını ortaya koymaktadır. Nitekim neoliberal söylemde birey yalnızca ekonomik anlamda değil, aynı zamanda duygusal ve manevi alanlarda da kendine yatırım yapmakla yükümlüdür (Dardot & Laval, 2012).

İnsan başarı anlamında işte projedir iştir, ekonomik anlamda belli bir doyuma ulaştıktan sonra bazı şeyleri başardıktan sonra hem sosyal hem de manevi olarak arayışa geçiyor. Ya da işte sosyal ilişkilerinde neden hep aynı tekrar tekrar aynı şeyleri kısır döngüleri ben özellikle yaşıyorum diye yaptırmak istedim (K1, Antropolog, Kadın, Evli, Doktora Mezunu).

Katılımcı anlatıları, bireylerin hem ruhlarını hem de bedenlerini birer “proje” hâline getirerek neoliberal retoriği yeniden ürettiklerini göstermektedir. Örneğin, Katılımcı 5’in ifadesi, bedenini ve zihnini optimize ederek rekabetçi ortamda kesintisiz performans sağlamaya yönelik kendilik pratikleri geliştirdiğini açıkça ortaya koymaktadır. Katılımcı hem bedenini hem de ruhunu optimize ederek,

kendini üretken, rekabetçi ve dengeli kılmaya çalışır. Bu durum aynı zamanda bireyin kendi kendinin girişimcisi olması ve gündelik hayatın bir yatırım alanına dönüşmesi ile yakından ilişkilidir. Öte yandan Katılımcı 7'nin sorunların kaynağını kendi karakter kusuruna bağlaması, neoliberal söylemin sorunları toplumsal bağlamdan kopararak bireyselleştirdiğini ve bireyi kendi girişimcisi olmaya yönlendirdiğini göstermektedir.

Tabi ki çok fazla, uyku, gıda seçimleri o farkındalıkla birlikte bedenine bakmayı falan öğreniyorsun. Günlük spor, kitap ben zaten çok okuyordum ama yine de tarzı biraz değişmiş olabilir. Her gün düzenli meditasyon yapmak (K5, Holistik Koç, Kadın, Bekar, Lisans Mezunu).

Yaşamış olduğum problemlerim öfke krizlerim olsun, ikili ilişkilerim olsun aslında karşımdakilerin değil de aslın sorunun kendi içimde olduğunu fark ettim. Problemin aslında kendim olduğunu ve çocukluğumdan gelen bir sıkıntı olduğunu ve bugün ki öfke krizimi o anki büyük sıkıntıya bağlıyordum ama asıl ana kaynağın çocukluğumuzdan geldiğini fark ettim (K7, Yaşam Koçu, Kadın, Evli, Önlisans Mezunu).

Katılımcıların, birinci derece yakınları ile yaşadığı sorunlar sonucunda spiritüel pratiklere dahil oldukları gibi birinci derece yakınların kayıplarından duyulan büyük acı ve üzüntüyü yatıştırmak, bununla birlikte aksayan gündelik hayatlarını yeniden tesis etmek için bu pratiklere içerisinde yer aldıkları görülmektedir. Bazı katılımcılar yas süreçlerinde modern bilime dayanan psikiyatri ilaçlarını reddettiklerini bunun sonucunda kendilerine yeni yollar aradıklarını ifade etmiştir. Mutluluğun önünde bir engel olarak görülen; acı, yas ve üzüntü gibi duyguların yok edilmesi fikri katılımcılar arasında yaygın bir düşüncedir.

Annemi babamı kaybetmiş olmak. Babamı kaybedip ardından hemen annemi kaybetmek. Sürekli devam eden bir yas sürecim vardı. Bu üzüntü farkında olarak veya olmayarak benim hayat kalitemi etkiliyor. Çocuklarıma bakamama, kendi kişisel bakımımı yapamam gibi illaki etkiliyordu ve bu beni birazcık kötü etkileyen bir durumdu yani (K22, Türk Dili ve Edebiyatı Öğretmeni, Kadın, Evli, Lisans mezunu).

Yaşamış olduğum birtakım sıkıntılar sonucunda. Annemi kaybettim annemin arkasından da üst üste kuzenlerim, teyzem, halam, yeğenim derken üst üste kayıplar sonrasında ağır geldi duygular. O şekilde katılmaya karar verdim (K4, Kişisel Gelişim Alanlarında Eğitimci, Kadın, Evli, Lisans mezunu).

Katılımcılar, yakınlarını kaybetme deneyimlerini aktarırken kendi varoluşlarını yeniden düşünmekte ve bu süreçte kendilerine dönük bir sorgulama içine girmektedirler. Kayıp sonrasında ifade edilen "hayat kalitem düştü, çocuklarıma bakamadım, kişisel bakımımı yapamadım" gibi anlatılar, bireylerin beden ve gündelik yaşamın üzerindeki kontrolü yitirmelerine işaret etmektedir. Bu durum, Foucault'nun "kendilik pratikleri" (2001) kavramı açısından değerlendirildiğinde, yas, kayıp ve kırılganlık deneyimlerinin yalnızca pasif bir acı olarak değil; aynı zamanda özneleşme, özdenetim ve yeniden üretim süreçleri için bir imkân olarak da yaşandığını ortaya koymaktadır. Böylece bireyler arınmışlık, kusursuzluk, bilgelik ve mutluluk elde ederek kendilerini optimize edeceklerini ve özneleşme süreçlerine katkı sağlayacağını düşündüğü iktidar ilişkilerine dahil olmaktadır. Öte yandan bu durum iktidar ilişkilerinin yarattığı çıkmaza da göndermede bulunur. Nitekim neoliberal sistemin yarattığı çelişkiler, bireysel, başarılı, rekabetçi, mutlu ve mükemmel bir yaşam formu dayatması bireyler üzerinde baskı unsuru yaratarak başka bir iktidar biçimini deneyimlemesini sağlamaktadır. Söz konusu Katılımcı 1'in ifade ettiği gibi neoliberal düzenin tasarımına dayanan bu dünyada "İnsan başarı anlamında işte projedir iştir". Bu projenin en önemli özneleri söz konusu bu çalışma içinde de kadınlardır. Nitekim başlangıçta görüşmeyi kabul etmeyen erkek görüşmeci (K24) de bu alanda kadınların var olduğunu özellikle "Boşanma gibi, menopoz gibi farklı gibi çocuklarını üniversiteye yollamak gibi hayatında önemli değişikliklerin olduğu durumlardaki kadınlar genelde kişisel boşlukları doldurmak için" çalışmalara katıldığını belirtmiştir.

4.2. Kadınlığı ve Anneliği Optimize Etme Çabası: “İyi Bir Anne Olayım”

Toplumsal cinsiyet rolleri ve onun yarattığı iş bölümü kadınları ev içi düzen, ailenin huzurunu sağlama ve çocuk bakımı gibi işlerden sorumlu tutarak baskılayıcı bir unsura dönüşebilmektedir. Özellikle toplumsal cinsiyet kimliğinin önemli belirleyici unsuru olan annelik üzerinden “mükemmel”, “süper”, “yoğun”, “annecilik” gibi formlar yaratılarak yeni bir ideal ebeveynlik/annelik modeli dayatılmaktadır (Hays, 1996; Porter, 2010; Douglas & Michaels, 2004). Neoliberal dünyanın dayattığı mükemmel ve ideal yaşam formu, toplumsal yaşamın her alanına sızarak öznenin deneyimini şekillendirmektedir. Nitekim bu form aile içi ilişkilere ve bu ilişkilerden birincil düzeyde sorumlu tutulan kadınların/annelerin anlam dünyasına tezahür ederek öznelliklerini kurma biçimini etkilemektedir. Bu araştırmada katılımcıların neredeyse tamamının kadın olması (23 kadın, 1 erkek) ve bu kadınların yetersizlik duygusu ile kendini yenileme/yeniden inşa etme, dönüştürme/dönüşme gibi arzularla arayışa yönelmeleri bu durumun önemli göstergelerinden biridir. Kadınlara toplumsal cinsiyet normları aracılığıyla dayatılan roller ve sorumluluklar, içsel bir gerilim ve benlik krizi yaratmakta; bu durum kadınları, söz konusu rolleri en iyi biçimde yerine getirme baskısıyla başa çıkabilmek adına çeşitli stratejiler ve çıkış yolları aramaya yönelmektedir. Kariyer, aile içi düzen ve çocuk sahibi olma gibi birçok rol ve sorumluluklar bu gerilimin temel nedeni olarak kadınların pratiklerini şekillendirdiği görülmektedir.

Yılan hikayesine dönen bir tezim var benim onu tamamlamaya çalışıyorum. Şimdi toparladım çok şükür. Bu süreçte akıl sağlığımı koruyabiliyorsam. Sorumluluğum var, annem bir taraftan 2,5 yaşında bir oğlum var ve hani çok yoğun bir şekilde zihinsel efor sarf ediyorum onunla geçirdiğim zamanlarda. Ondan sonra eş, tez falan derken bu süreci bu kadar sakin yürütüyorsam bu çalışmalar sayesinde. Araştırma görevlisiyim bir yandan da (K20, Makine Mühendisi, Kadın, Yüksek Lisans Mezunlu).

Tabi biraz sıkıntılarıma aşmak için ve böyle şey evlenme, iş, çocuk vesaire derken büyük stres ve baskı oluşuyor insanın üzerinde. Hani eğer böyle ailenizin tek kızı işte ya da böyle şehir dışında tek başına okuyup özgür bir hayatta yaşadığınız çok ağır geliyor bence bu yükler bir kadına. Hani o içinde bulunduğum zorluklara vesaire aşarken bir destek arayışı denebilir (K2, Uluslararası şirkette yönetici, Kadın, Evli, Yüksek Lisans Mezunlu).

Bora'nın (2010) ifade ettiği gibi evler ideolojik olarak kadın ve çocuklar için “yaşamın tüm pisliklerinden arındırılmış” korunaklı mekânlar olarak tasarlanmıştır. Dolayısıyla aile ve evin kutsallaştırılarak evde ve aile içerisinde yaşanmış veya yaşanacak olan herhangi bir sorun özel alana ait görülmekte ve ev içerisindeki sorumluluklar kadının rolleri ve görevleri olarak tanımlanmaktadır. Kadınların öznellikleri ve yaşam serüvenleri ne olursa olsun, öncelikle “ev kadını” mitinin dayatıldığı görülmekte; onlara atfedilen roller ise temizlik, düzenleme, şifa, ev içi sorunlara çözüm bulma ve iyileştirme gibi bakım ve yeniden üretim eksenli alanlarda yoğunlaşmaktadır (Bora, 2010: 60-61). Kadınlara atfedilen yükler yalnızca mekânsal düzeni sağlamak veya korumak olmayıp, aynı zamanda tüm aile üyelerine ait ilişkileri veya duyguların yönetimini sağlamaktır. Bu çalışma içinde kadınların “kendilerini daha verimli” hale getirmek, çocukları, eşleri ve eşlerinin aileleri ile yaşanan iletişim problemlerini çözmek ve aile içerisinde duygu yönetimi sağlamak amacıyla yoga, arınma sistemi, meditasyon, nefes, reiki ve aile dizilimi gibi pek çok çalışmaya yöneldiği ortaya çıkmıştır.

Aile içerisinde tartışmalar oluyor genellikle bunun içinde yaptırmak istemiştin. Oldu faydası... Eşimle aramızdaki problemler gitti. Aile içindeki bağırış çağırışlar azaldı. Şu an daha mutluyuz (K18, Çalışmıyor, Kadın, Evli, Lise Mezunlu).

Evliliğim ile ilgili yaşamış olduğumuz krizleri çözebilmek adına böyle bir yaşam koçluğu aldık ve bende ciddi bir öfke krizi vardı. Bunların hepsini kolaylıkla yendiğimi değiştirdiğimi dönüştüğümü gördük. Sonrasında bende eğitimlerin içerisine girdim (K7, Yaşam Koçu ve Satış Danışmanı, Kadın, Evli, Önlisans Mezunlu).

Gayet stresli bir anne ve eştim. Yapılan her şeyin şahsıma yapıldığını düşünüp kurban bilincine girmiş bir insandım. Bir şeye üzüldüğümde hep başkaları suçluydu. Şu an böyle bir şey yok bakış

açım, mantalitem ve inançlarım değişti (K10, İngilizce Öğretmeni, Kadın, Evli, Yüksek Lisans Mezunu).

Batı toplumlarınca annelik, “kadının en kalıcı rolü” olarak kabul görmektedir. Annelik rolü, toplumsal cinsiyet kalıpları içerisinde çocuklara ilişkin pek çok görev, sorumluluk ve beklentiyi barındırmaktadır. Aynı zamanda annelik her dönemde kendisine özgü bir söylemle yeniden inşa edilmektedir. İktidar-bilgi ve söylem anneliği şekillendiren ve bir kurum olarak işlemlerini sağlayan yapılarıdır (Timurturkan, 2019: 66). Thornton (2011: 399-400) annelik söyleminin son on beş yıl içerisinde nörobilime dâhil edilerek giderek hükümet, otorite ve uzmanlık ağları içerisinde konumlandırıldığını belirtmektedir. Bu durum, neoliberal anlayışın merkezinde yer alan girişimci öz yönetim modelini destekler niteliktedir. Thornton (2011) son on yılda ebeveynlik kitaplarının Amerikalı anneleri hedefe aldığını ve bu kitapların uzmanlık söylemi ile formüle edildiklerini belirtmektedir. Bunlar kadınların annelik duygusunu girişimci özoptimizasyon anlayışıyla ilişkilendirerek tatmin ve mutluluklarını artırmaya çalışmakta; aynı zamanda onları duygusallıklarını fark etmeye ve yönetmeye yöneltmektedir. Böylece anneler, annelik kitapları ile kendi kendilerinin girişimcisi olarak özgürlüklerini ve anneliklerini yönetebilmektedirler. Neoliberal şirketlerin-devletlerin bireyde beklediği neo-özne duygularını annelik üzerinden gerçekleştirmektedir. Kadınlardan beklenen belirli duygusal tutumlar, kadınların anneliklerini sürekli olarak sorgulamalarına neden olmakta; “en verimli anne” ya da “en iyi anne” nasıl olunur sorusuna yanıt arayışı, onları çaresiz bir şekilde sürekli bir çaba içerisine itmektir. Bu bağlamda ebeveynlik rollerinde ve eş ilişkilerinde daha bilinçli ve sağlıklı bir iletişim kurma arzusu ön plandadır.

Ergen kızımın zorluk yaşadığı için ona yardımcı olabilmek için. Eğitim koçluğu mu alsam, yaşam koçluğumu diye. Ne yapabilirim kızıma yardımcı olabilmek için. Kendimi geliştirebilmek amacıyla daha iyi anne olup ona yardımcı olabilmek için (K12, Hemşire, Kadın, Evli, Yüksek Lisans Mezunu).

Çocukların problemi diyebilirim. Çocuklarla yaşadığım stres. Gelecek kaygısı daha iyi yönlendirmek istediğimiz için (K18, Çalışmıyor, Kadın, Evli, Lise Mezunu).

Bireyler “daha iyi ebeveynlik” “daha iyi yaşam” gibi söylemlerin yarattığı baskıyı aşmak ve dönemin kadınlık/annelik kalıplarına uyum sağlamak için spiritüel pratiklere dahil olmaktadır. Öte yandan birey toplumsal normlardan, aile kurumunun baskılayıcı yönünden veya mevcut rollerinden sıyrılarak kendi özgün kimliklerini keşfetme ve inşa etme çabasına da girmektedir. Nitekim Sointu ve Woodhead’ın (2008) alan çalışmalarında vurguladıkları gibi spiritüel pratikler ve faaliyetler bir yandan kadınların geleneksel cinsiyet rollerini meşrulaştıran ve yeniden üreten ilişkisel bir benliği, öte yandan bireysel özgürlüklerini, bedensel haz ve kendi öznelliklerini ortaya koydukları yeni bir benlik biçimini deneyimleme imkânı sunar.

4.3. Kolektifin Arka Planına Atıldığı Yeni Bir Toplum Kurma Çabası: “Ben Önemliymiş, Dış Dünya Değil”

Katılımcıların, kolektif benlikten ziyade bireysel ‘ben’e odaklandıkları; olumsuz duygulardan arınma, nefes, meditasyon, yoga ve çeşitli enerji çalışmaları aracılığıyla yaşamlarını yeniden tesis etme çabası içine girdikleri görülmüştür. Kolektifliğin yıkıldığı ve ben merkezli bir toplumun kurulduğu bu sosyal düzende, “asıl olan benim” söylemin her tarafı kuşatarak kamusal ve özel ilişkilere tezahür ettiği görülmektedir. Bireyin yaşadığı problemlerin kendi karakter kusurundan kaynaklandığını düşünmesi ya da davranışlarını sorunsallaştırması dikkat çekici bir şekilde anlatılarda ortaya çıkmıştır.

Artık bir sürü dostum arkadaşım var ama o gün canım isterse ve canım istediği için bir yerde bitiyorsa bir iş eyvallah demeyi de öğrendim. Buraya kadar taşıdınız teşekkür ederim ama buradan sonra ruhuma dönmeyi seçiyorum. Baş başa kalmaktan korkan bir beynim vardı sürekli birileri ile buluşurdum ama şimdi kendi ile vakit geçiren bir ben var ve bundan mutluluk duyan bir (K9, Öğretmen, Kadın, Evli, Lisans Mezunu).

Kendi içime odaklanıyorum dış dünya da bütün düşünebileceğim sıkıntıları vesaireleri bırakıp sadece kendi bedenime yoğunlaşıyorum (K23, Rehber Öğretmeni, Kadın, Bekar, Lisans Mezunu).

Anlatılar, neoliberal yönetimselliğin inşa ettiği “ben-merkezci” özne tipini görünür kılmaktadır. Ayrıca sorunlardan korunmanın ve kaçınmanın temel stratejilerinden birinin, kendine ve benliğine odaklanmak olduğu düşüncesi de söz konusu anlatılarda belirginleşmiştir. “Asıl olan benim”, “hayatımın merkezine kendimi koydum”, “değerli olan benim”, “kendi içime odaklanıyorum”, “kendime daha çok dönmeliyim”, “kendimle daha çok ilgilenmeliyim” “kendimle vakit geçiriyorum”, “yalnız kalabiliyorum”, “artık olayları içselleştirmiyorum”, “kendime daha çok önem veriyorum”, “kendimi daha çok anlamaya başladım”, “kendim hakkıma girmiyorum” gibi söylemlerin odağında yer alan “ben” ifadesi kolektif iyilik halinin geri plana itildiği ve bireyin başkasının acısına değil kendi acısına yöneldiği bir toplum kurgusunun göstergesidir.

Önceliğimi değiştirim hayatımın merkezine kendimi koymayı öğreniyorum (K8, Mali Müşavir, Kadın, Evli, Lisans Mezunu).

Kendini negatif şeylerden korunma. Her şeyden önemlisi de galiba kendime değer vermeyi öğrendik. Ben değerliyim ben önemliyim tek başıma bir yerde kahve içmek bile bana iyi hissettiriyor. İlla bir arkadaşına ihtiyacım yok (K22, Türk Dili ve Edebiyatı Öğretmeni, Kadın, Evli, Lisans Mezunu).

Dedim ki ben hiç kendimi düşünmemişim. Hep çevreyi düşünmüşüm ben diyememişim mesela. Aa dedim bencil olman lazım. Zaten bencilik insan da biraz olması gereken bir şey (K21, Yoga Eğitmeni, Kadın, Bekar, Lisans Mezunu).

Katılımcıların anlatıları, neoliberal dünyanın rekabetçi yapısının kolektif bağları çözerek bireyi sürekli olarak kendi üzerine yatırım yapmaya yönlendirdiğini göstermektedir. Örneğin yaşanan deprem sonrasında dile getirilen “artık olayları içselleştirmiyorum, hemen çözüm bulup dönüşüme geçiyorum” (K4) ya da “kendi bedenime yoğunlaşıyorum” (K23) gibi ifadeler, bireylerin yaşadıkları krizlere karşı toplumsal dayanışma ya da kolektif bağları yeniden kurma yönünde değil, daha çok kendi içsel güçlerini ve bedenlerini merkeze alan stratejiler geliştirdiklerini göstermektedir.

Çok üzülen kendinden geçen, deprem olacak diye eve girmeyen bir insanken 6 Şubat depreminde Manavgat’ta da çok yoğun hissettik gece ama gene yattım uyudum. Elimden gelen yardımı yaptım, tabii ki ağladım ama normal yaşantıma geri dönebildim. Artık olayları içselleştirmiyorum nasıl diyeyim yaşanan sıkıntıların nereden kaynaklı olabildiğini hemen bulup keşfedip değişim ve dönüşüme geçebiliyorum kendimde (K4, Kişisel Gelişim Alanında Eğitmen, Kadın, Evli, Lisans Mezunu).

Kendi içime odaklanıyorum dış dünya da bütün düşünebileceğim sıkıntıları vesaireleri bırakıp sadece kendi bedenime yoğunlaşıyorum (K23, Rehber Öğretmeni, Kadın, Bekar, Lisans Mezunu).

Katılımcıların ortak yönü, ruhsal ve fiziksel sağlıklarını optimize ederek en üst seviyeye taşımaya çalışmalarıdır. Bu hedef, onları sorunlardan ve olumsuz duygulardan arınmaya, mükemmellik ve mutluluk arayışına, aynı zamanda ben merkezli bir dünyaya yönlendirmektedir. Kendini bulma yolculuğu ve toplumsal yapıya meydan okuma çabası, bireylere bir yandan özneliğini yeniden kurma imkânı yaratırken öte yandan toplumsal sorunlardan uzaklaşma ve yeni bir toplumsallığın kurulmasını da beraberinde getirmektedir. Aynı zamanda kolektif sorumluluklar, bireysel mutlulukla çelişen bir yük gibi görülmektedir. Birey daha çok “ben” vurgusuyla kendini, yaşamını ve bireyselliğini odağa koyarak kolektifliği geri plana iter. Neoliberal ideolojinin yarattığı sistemde kolektivizm, toplumsallığın yarattığı dayanışma ruhu ve sınıfsal bilinç zayıflamakta, birey baskı ve kriz karşısında kendi içsel dünyasına yönelmektedir (Bauman, 2005: 36). Dolayısıyla artık politik ve toplumsal bir zeminden çok kişisel bir temelde sorunlar çözülmeye çalışılmaktadır. Katılımcıların deneyimleri ve anlatıları hem kırılğanlıklarını hem de bu kırılğanlıklara verilen bireysel çaba ve tepkiyi bize göstermektedir

Mesela hamağın içinde dünyadan uzaklaşmış gibi hissediyorum. Ona odaklanıyorum tüm şeyi unutmaya çalışıyorum. Biraz daha rüyaya odaklanıyorum diyebilirim sana. Kendi içime

odaklanıyorum dış dünya da bütün düşünebileceğim sıkıntıları vesaireleri bırakıp sadece kendi bedenime yoğunlaşıyorum (K23, Rehber Öğretmeni, Kadın, Bekar, Lisans Mezunu).

En çok herkesin yardımına koşmak, herkesin, istediğini yapmak kendimi hep arkaya koymak gün sonunda da yorgunluk oluyor sonra da pişmanlık. Hayır diyememek (K8, Mali Müşavir, Kadın, Evli, Lisans Mezunu).

Katılımcıların bir yandan farkındalık, içe dönüş ve yeni bir benlik yaratma motivasyonu ile söz konusu faaliyetler ve pratikler içinde yer alırken öte yandan yeni bir beden, daha iyi bir sağlık veya hastalıklardan arınma gibi pek çok amaç kapsamında bu faaliyetlere yöneldiği de görülmektedir. Sadece ruhsal temelde güçlenme ve bireyselleşme söz konusu olmamakta aynı zamanda bedensel olarak da kendini merkeze koyma, arınma veya yeni bir beden/benlik ilişkisi kurulması hedeflenmektedir. Bireyin kendi yaşamında kurduğu ve içinde bulunduğu toplumsallığı da yıkıp yeniden kurma çabası da söz konusu bu sürecin sonucunda ortaya çıkmaktadır. Nitekim K9'un hem toplumsal ilişkilerinde hem de yakın aile içi ilişkilerinde ortaya çıkan değişimi ve daha çok ben merkezli bir dünyanın nasıl kurulduğunu ortaya koyduğu ifadesi bu durumu özetler niteliktedir: "Dış dünyanın bir simülasyon olduğunu düşünüyorum... Simülasyon değişti simülasyona güncelleme geldi diyeyim". Bu değişimin ve simülasyonun mimarının yine bireyin kendisi olduğu katılımcıların anlatılarında belirgin bir şekilde ortaya çıkmıştır.

5. SONUÇ ve TARTIŞMA

Neoliberal değerlerin ve yönetsellik anlayışının yarattığı rekabetçi ve bireyci toplumsal yapı içinde bireyler, duygularını, yaşamlarını ve bedenlerini optimize etmeye yönelmektedir. Bu doğrultuda, söz konusu yapıya uyum sağlamak amacıyla çeşitli kendilik pratikleri geliştirerek var olma mücadelesi vermektedirler. Bu yeni toplumsal yapı başarı, girişim, rekabet, mutluluk, uyum, sağlık ve denge gibi söylemlerin odağında yeni bir özne tasarımı yaratmaktadır. Özneye dayatılan kendi kendinin yaratıcısı, tasarımcısı ve girişimcisi olma beklentisi onları performatif bir sürece sürüklemektedir. Biyoenerji, alternatif tıp, reiki, yoga, theta healing, aile dizilimi gibi pek çok bütünsel spiritüel pratikler ve faaliyetler de bu performatif sürecin parçası olarak karşımıza çıkmaktadır. Neoliberal özne sağlık, mutluluk ve başarısından sorumlu tutulmakta ve bu temel alanlar içselleştirilmiş sorumluluk alanına dönüştürülmektedir. Nitekim bu çalışma spiritüel faaliyetlerin, bireylerin benliklerini ve yaşamlarını yeniden inşa etme süreçlerindeki rolünü "kendisini kurma pratikleri" temelinde tartışmaya amaçlanmış ve bu amaç kapsamında 24 kişi ile derinlemesine görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Neoliberal retoriğin yarattığı yeni düzende bireyler kendi özelliklerini tekrardan nasıl kurduğu, performatif bir sürece nasıl dahil oldukları ve en önemlisi benliklerini bir projeye dönüştürerek spiritüel faaliyetler içinde nasıl yer aldığı tartışmaya açılmıştır.

Spiritüel pratik ve faaliyetlere katılımı güdüleyen temel nedenler arasında yakın ilişkilerdeki kırılma ve olumsuz duyguların bastırılması yer alırken bireyler "içsel yolculuk", "kendini bilme/tanım", "bireysel ilerleme/gelişim", "daha iyi bir ben arzusu", "zihinsel rahatlama", "kendini önemseme", "yeni benlik" gibi temalar etrafında anlatılarını kurmuşlardır. Sistemin dayattığı hayatından "sen sorumlusun" söylemini içselleştiren ve bu güdü ile hareket edene katılımcılar, "ben"i değiştirmenin bir aracı olarak söz konusu pratiklere katılmakta olduğu görülmüştür. Burada spiritüel pratikler bir inanç pratiği olmaktan ziyade psikolojik bir kurtuluş ve yardım aracı olarak görülerek neoliberal öznenin kendisiyle olan terapötik ilişkisini de yansıtmaktadır. Neoliberal retoriğin duyguları hedef alması, bireyin benliğini bir projeye dönüştürmekte ve sürekli kendine yönelmesine de neden olmaktadır. Neoliberal İktidar, özdenetim pratikleri aracılığı ile bireylerin tüm duygu, düşüncelerini temel alan yeni bir denetim mekanizmasını kendisine eklemiştir. Özne elde edeceği bilgelik ve kusursuzluk hedefiyle kendisini her daim optimize ederek iktidarın özleşme sürecini yeniden üretmektedir (Foucault vd., 2001: 26). İktidar dışsal değil içsel olarak işlemeye başlar. Birey kendisi üzerinde bir öz disiplin kurmaya çalışarak, kendisi üzerinde bir iktidar kurar. Çünkü neoliberalizm verimli, mutlu, dengeli, üretken ve başarılı olma yönünde girişimci özne tasarımı ile bireyin sürekli çalışmasını ve rekabet etmesini teşvik eder.

Katılımcılar yaşadıkları sorunların kökeninde kendi benliğini ve kişiliğini sorunsallaştırmakta ve sistemden ziyade kendini suçladığı görülmektedir. Dolayısıyla sorunun çözümünün de kendi kişiliği, benliği ve davranışlarını değiştirmekten geçtiği fikri eylemlerini belirleyen temel etken olarak karşımıza çıkmaktadır. Nitekim anlatılarda bu bakış açısını yansıtan en çarpıcı ifade “sen değiş dünyan değiş” ifadesi olup katılımcılar sorunların çözümünü sistemde değil kendi iç dünyasında aramaktadır. Dolayısıyla katılımcılar ilişkilerini optimize etmek, “kusurlarını” gidermek, benliğini yüceltmek ve mutlu olmak adına meditasyon, enerji çalışmaları, yoga gibi pek çok pratiğe dahil olmaktadır. Öte yandan daha iyisini yapmasının gerekli olduğu inancı ile hareket eden katılımcılar, sahip olduğu acı, üzüntü, yas, ayrılık gibi negatif duygular ve ona neden olacak durumlar karşısında yaşamlarını sürekli yönetme çabasına girmektedir. “Daha iyi hissetmek”, “mutlu olmak”, “acıdan arınma”, “negatiflikten kurtulma”, gibi amaçlarla bu faaliyetleri ve pratikleri araçsallaştırmaktadırlar. Dolayısıyla yaşamın her alanında “daha” iyisine sahip olabileceği güdüsünden hareket eden katılımcılar, bu pratikleri aynı zamanda optimizasyon aracına dönüştürmektedir.

Neoliberal ideolojinin dayattığı verimlilik ilkesi katılımcıların kendi duygularını verimlilik üzerinden düzenlemesine ve spiritüel pratiklerin tüketim nesnesine de dönüştürülmesine neden olmaktadır. Katılımcılar toplumsal cinsiyet rollerinin yarattığı baskıyı aşma ve aile içi uyumu sağlama amacı ile kendi davranışlarını, yaşamlarını ve duygularını yönetme çabası içine girmektedir. Katılımcılar, “iyi” bir eş, sevgili, anne ya da evlat olma yönündeki toplumsal beklentiler doğrultusunda hareket ederek bu faaliyet ve pratikleri hem öznel verimliliklerini artırma hem de çoklu rol çatışmasının neden olduğu kırılma noktaları aşma aracı olarak konumlandırmaktadır. Neoliberal anlayışın performatif bir yaşam üzerine tasarlanması kadınların yaşamını bir gösteri yerine dönüştürerek her daim uyum, denge, ilişkileri düzenleme ve kurma yönünde bitip tükenmeyen bir daimî çaba içine girmelerine yol açmaktadır. Butler’ın ifadesi ile (2014: 239) “toplumsal cinsiyet adeta bir “gösteri”dir; bölünmelere, kendine dönük parodiye, özeleştiriyeye ve “doğalın” abartılı bir şekilde sergilenmesine (ki bu abartının ta kendisi onun aslen fantazmatik olduğunu ortaya çıkarır) açık olan bir gösteridir”. Kadınlar spiritüel pratikler aracılığıyla hem kendilerini “iyileştirmeye” hem de neoliberal normlara uygun şekilde performatif bir benlik inşa etmeye çalışırlar. Öte yandan neoliberal düzen kadınlara esneklik, olumlu düşünme ve ilham gibi kalıpları medya aracılığıyla dayatmakta ve bu söylemler özellikle orta sınıf kadınları “yeniden toparlanabilir” ideal bireyler olarak öne çıkartmaktadır (Gill & Orgad, 2018). Spiritüel faaliyet ve pratikler geleneksel kadınlık alanları ve temsilleriyle uyumlu olmakla birlikte, Sointu ve Woodhead’in (2008) üzerinde durduğu gibi özverili bir benlikten dışavurumcu benliğe doğru bir geçişi de teşvik etmektedir. “Hayatı başkaları için yaşamayı” ve ‘hayatı kendisi için yaşamayı’ onaylayan ve onaylatan bu alan, geç modern bağlamlarda birçok kadının ve bazı erkeklerin karşılaştığı benlik ikilemlerini müzakere etmenin bir yolunu da sunmaktadır.

Neoliberal ideolojinin dayattığı bireyselleşme ve başarı kaygısı da katılımcıları spiritüel pratiklere yönlendirmiştir. Söz konusu araştırma içinde her ne kadar kaygı bozukluğu, travma, anlam boşluğu, kendini beğenmeme ve stres gibi bireysel faktörler sıklıkla vurgulansa da bu durum neoliberal sistemin bireyi güvensizleştiren, yalnızlaştıran, yaşamının tüm sorumluluğunu bireye yükleyen ve parçalanmış öznelliklere dönüştüren doğasının bir sonucudur (Chul Han, 2019: 15-16). Katılımcılar sistemi ve içinde bulunduğu toplumsal ilişkileri sorgulamak yerine kendi davranışlarını sorgulamakta ve sistemin yarattığı travmayı kendi iç dünyasında çözmeye çalışmaktadır. Bu temelde spiritüel alana bakıldığında hem bir direniş, kaçış, kendini gerçekleştirme ve strateji biçimi olarak bireylerin yaşamında yer edinmekte hem de sistemle bir uyumlanma mekanizması olarak karşımıza çıkmaktadır. Sistemle uyumlanma çabasına giren ve dış dünyayı değil kendini değiştiren birey, sistemle çatışmadan ve çelişmeden acıdan kaçınmanın yollarını arar. Spiritüel pratikler ve faaliyetler duyguların yönetimi ve anlam arayışında boşluklarının doldurulması gibi işlevler üstlenerek bireyi sistemin içinde daha uzun süre tutabilecek bir psikolojik ve sosyolojik “tampon” görevi görmektedir. Nitekim Dawson’a (2011) vurguladığı gibi spiritüel pratikler ve faaliyetler, geç modern dünyanın neden olduğu kriz, belirsizlik ve risk karşısında geliştirilen bir başa çıkma stratejisi olarak değerlendirilmelidir. Dolayısıyla, “yeni dönem maneviyatı”, olarak da adlandırılan bu pratikler toplumun normatif yapısı ile uyumlanma çabasının bir ifadesi olarak da okunabilir.

Beyan ve Açıklamalar

1. Bu çalışmanın yazarları, araştırma ve yayın etiği ilkelerine uyduğunu kabul etmektedirler.
2. Yazarlar tarafından herhangi bir çıkar çatışması beyan edilmemiştir.
3. Bu çalışma, intihal tarama programı kullanılarak intihal taramasından geçirilmiştir.

KAYNAKÇA

- Adams, G., Estrada, V., Sullivan, D., & Markus, H. R. (2019). The psychology of neoliberalism and the neoliberalism of psychology. *Journal of Social Issues*, 75 (1), 189-216. <https://doi.org/10.1111/josi.12305>
- Aksan, G., & Elnabarawy, K. (2024). İnanç pratiklerinin dönüşümüne dair sosyolojik çıkarımlar: Yoga deneyimi üzerine nitel bir araştırma. *İmgelem Sosyal Bilimler Dergisi*, (15), 205-238. <https://doi.org/10.53791/imgelem.1564471>
- Ahmed, S. (2019). *Mutluluk vaadi*. (D. Mayadağ, Çev.). Sel Yayıncılık.
- Aydemir, F. (2020). Postmodern tüketim kültürü ve kutsallık biçimleri üzerine metateorik ve kavramsal bir tartışma: Deneyim, yaşam tarzı ve bireysellik alanı olarak spiritüellik. *Türkiye İletişim Araştırmaları Dergisi*, (36), 53-76. <https://doi.org/10.17829/turcom.789706>
- Arslan, A. (2006). Değişim sürecinde yeni dindarlık formları: 'Yeni çağ' inanışları örneği. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 4(11), 9-25.
- Bauman, Z. (2005). *Bireyselleşmiş toplum*. (Y. Alogan, Çev.). Ayrıntı Yayınları.
- Bauman, Z. (2018). *Akışkan modernite*. (S. O. Çavuş, Çev.). Can Yayınları.
- Butler J. (2014). *Cinsiyet belası*. (B. Ertür, Çev.). Metis Yayınları.
- Binkley, S. (2014). *Happiness as enterprise: An essay on neoliberal life*. Suny Press.
- Bora, A. (2010). *Kadınların sınıfı ücretli ev emeği ve kadın öznelliğinin inşası*. İletişim Yayınları.
- Cabanas, E. & Illouz, E. (2023). *Mutlu yurttaş imalatı mutluluk endüstrisi hayatımızı nasıl kontrol ediyor?* (T. Göbekçin, Çev.). İletişim Yayınları.
- Cengiz K., Küçükkural Ö. & Gür H. (2023): *Türkiye'de spiritüel arayışlar: Deizm, yoga, budizm, meditasyon, reiki vb.* İletişim Yayınları.
- Cengiz, K. & Gür, H. (2023). *Spiritüel siyaset: Alternatif bir duygusal kamusal alan oluşturma girişimi*. *Moment Dergi*, 10(2), 281-300. <https://doi.org/10.17572/mj2023.2.281-300>
- Carr, M. & Kelan, E. K. (2023). Between consumption, accumulation and precarity: the psychic and affective practices of the female neoliberal spiritual subject. *Human Relations*, 76(2), 258-285. <https://doi.org/10.1177/00187267211058577>
- Creswell J. W. (2020). *Nitel araştırma yöntemleri: Beş yaklaşıma göre nitel araştırma ve araştırma deseni*. (M. Bütün, Çev.). Siyasal Yayınevi, Ankara.
- Chul Han, B. (2017). *Şeffaflık toplumu*. (H. Barışcan, Çev.). Metis Yayınları.
- Chul Han, B. (2019). *Yorgunluk toplumu*. (Y. Samet, Çev.). Açılım Kitap.
- Dardot, P., & Lavel, C. (2012). *Dünyanın yeni akli neoliberal toplum üzerine deneme*. (I. Ergüden, Çev.). Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Dawson, A. (2011). Consuming the self: New spirituality as mystified consumption. *Social Compass*, 58(3), 309-315.
- Di Placido, M., Strhan, A., & Palmisano, S. (2023). Modern postural yoga and the health-spirituality-neoliberalism nexus, *Fieldwork in Religion*, 18(1), 8-36. <https://doi.org/10.1558/firn.24253>
- Douglas S., & Michaels M. (2004). *The mommy myth, the idealization of motherhood and how it has undermined women*, Free Press.

- Fedele, A., & Knibbe, K. (2013). Introduction: gender and power in contemporary spirituality. *Gender and Power in Contemporary Spirituality: Ethnographic Approaches*. (Ed: A. Fedele & K. Knibbe) Routledge.
- Foucault, M., Gutman H., & Hutton P. H. (2001). *Kendini bilmek*. (G.Ç. Güven, Çev.). Om Yayınları.
- Foucault, M. (2015a). *Biyopolitikanın doğuşu*. (A. Tayla, Çev.). İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Foucault, M. (2015b). *Öznenin yorumbilgisi*. (K. Ferda, Çev.). İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Foucault, M. (2012). *İktidarın gözü*. (I. Ergüden, Çev.). Ayrıntı Yayınları.
- Foucault, M. (2005). *Özne ve iktidar*. (O. Akinhay ve I. Ergüden, Çev.). Ayrıntı Yayınları.
- Foucault, M. (2013). *Güvenlik, toprak, nüfus*. (F. Taylan, Çev.). İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Foucault, M. (1992). *Ders özetleri 1970-1982*. (S. Hılav, Çev.). Yapı Kredi Yayınları.
- Giddens, A. (2010). *Modernite ve bireysel-kimlik geç modern çağda benlik ve toplum*. (Ü. Tatlıcan, Çev.). Say Yayınları.
- Güner, F. (2023). Spiritüel bir piyasa ve uzlaşma alanı olarak pop tasavvuf. *Moment Dergi*, 10(2), 354-383. <https://doi.org/10.17572/mj2023.2.354-383>
- Gürbüz, G., & Aygül, H. H. (2021). Arayıştan uyanışa, şifadan estetiğe yeni çağ inançları. *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 23(43), 19-51. <https://doi.org/10.17335/sakaifd.872353>
- Gill, R., & Orgad, S. (2018). The amazing bounce-backable woman: resilience and the psychological turn in neoliberalism. *Sociology*, 52(4), 647-663. <https://doi.org/10.1177/0038038518756464>
- Heelas, P., & Woodhead, L. (2005). *The spiritual revolution: Why religion is giving way to spirituality*. Blackwell.
- Heelas, P. (1996). *The new age movement: The celebration of the self and the sacralization of modernity*. Oxford, Blackwell.
- Hanegraaff, W. J. (1996). *new age religion and western culture: Esotericism in the mirror of secular thought*. Brill.
- Hays, S. (1996). *The Cultural contradictions of motherhood*. Yale University Press.
- Kümbetoğlu, B. (2008). *Sosyolojide ve antropolojide niteliksel yöntem ve araştırma*. Bağlam Yayınları.
- Jain, A. R. (2020). Neoliberal Yoga". S. Newcombe & K. O'Brien-Kop (Ed.), *Routledge Handbook of Yoga and Meditation Studies* (ss. 51-62). Routledge.
- Mirza, G. A. (2018). *Yeni dinselleşme eğilimleri ve maneviyat arayışları*. Boğaziçi Üniversitesi Yayınları.
- Neuman, W. L. (2014). *Toplumsal araştırma yöntemleri: Nitel ve nicel yaklaşımlar*. (S. Özge, Çev.). Yayın Odası.
- Ortner, S. B. (1972). *Is Female to male as nature is to culture?*. *Feminist Studies*, 1(2), 5-31. <https://doi.org/10.2307/3177638>
- Partridge, C. (2004). *The Re-enchantment of the west: alternative spiritualities, sacralization, popular culture and occulture*. T&T Clark.
- Porter, M. (2010). Focus on mothering: Introduction. *Hecate*, 36 (1/2), 5-16.
- Rossi, A. (2018). Neoliberal ruhlar. *Cogito*, (91), 121-153.
- Punch, K. F. (2020). *Sosyal araştırmalara giriş: Nicel ve nitel yaklaşımlar*. (Z. Akyüz, Çev.). Siyasal Kitabevi.
- Sarıçalı Ü, M. (2022). Benliğin neoliberal öyküsü ve psikolojik danışma. *Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(1), 31-38. <https://doi.org/10.34056/aujef.970458>
- Sennet, R. (2011). *Yeni Kapitalizm Kültürü*. (A. Onacak, Çev.). Ayrıntı Yayınları.
- Sevinç, B. (2014). Türkiye'de dini rekabet ve spiritüel özün seküler form üzerinden mücadelesi: Sahaja yoga örneği. *Trabzon İlahiyat Dergisi*, 1(1), 105-158.

- Streger, M. B., & Roy, R. K. (2010). *Neoliberalism: a very short Introduction*. Oxford University Press, London.
- Sointu, E., & Woodhead, L. (2008). Spirituality, gender, and expressive selfhood. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 47(2), 259–276. <https://doi:10.1111/j.1468-5906.2008.00406.x>
- Thornton, D. J. (2011). Neuroscience, affect, and the entrepreneurialization of motherhood. *Communication and Critical Cultural Studies*, 8(4), 399-424. <https://doi.org/10.1080/14791420.2011.610327>
- Timurturkan, M. (2019). Anelik, söylem ve iktidar: Eleştirel bir tartışma. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 47(2), 64-78. <https://doi.org/10.35237/sufesosbil.630546>
- Wuthnow, R. (2003). Spirituality and spiritual practice, *Sociology Of Religion*. R. K. Fenn (Ed.), *Sociology Of Religion* (ss.306-320). Blackwell.