



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

Sayı: 12 • Aralık 2025 • 185-212
Issue: 12 • December 2025 • 185-212



Erdem–İrade Diyalektiği ve Manevi Danışmanlık: Beled Suresi Üzerine Psikolojik Analizler

The Virtue–Will Dialectic and Spiritual Counseling:
Psychological Analyses of Surah Al-Balad



Sare Nur Hacıbrahimoğlu Baş

Sorumlu Yazar | Corresponding Author
Yüksek Lisans Öğrencisi | MA Student

İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi | İstanbul Sabahattin Zaim University

✉ saranur.34@gmail.com | 0000-0003-4324-1210
İstanbul | Türkiye

Turgay Şirin

Prof. Dr. | Professor

İstanbul Medeniyet Üniversitesi | İstanbul Medeniyet University

✉ turgay.sirin@medeniyet.edu.tr | 0000-0002-4872-7386
İstanbul | Türkiye

<https://doi.org/10.56432/tmdrd.1780177>

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

Makale Bilgisi	Article Information
Makale Türü • Article Type	Araştırma Makalesi • Research Article
Geliş Tarihi • Received	08 Eylül 2025 • 08 September 2025
Düzeltilme Tarihi • Revised	31 Ekim 2025 • 31 October 2025
Kabul Tarihi • Accepted	19 Kasım 2025 • 19 November 2025
Yayın Tarihi • Published	30 Aralık 2025 • 30 December 2025
Değerlendirme • Review	Çift Taraflı Kör • Double-Blind
Hakem • Peer-Review	Dış-Bağımsız • External-Independent
Benzerlik Taraması • Similarity Check	Tamamlandı • Completed
Etik Onay • Ethical Approval	Etik Gerekmez • Ethics Not Required
Çıkar Çatışması • Conflict of Interest	None • Yok
Finansman • Funding	Finansman Yok • No Funding
Lisans • License	Creative Commons BY-NC 4.0
Dergi İletişim • Journal Contact	https://dergipark.org.tr/tr/pub/tmdrd

Ö z e t

Bu makalenin amacı, Kur'an-ı Kerim'in doksanıncı sûresi olan ve yirmi âyetten oluşan Beled Sûresi'nin manevi danışmanlık ve rehberlik perspektifinden psikolojik çözümlemesini yapmaktır. Çalışma, Kur'an merkezli insan anlayışını çağdaş psikolojik danışma süreçleriyle ilişkilendirerek, bireyin ruhsal olgunlaşma ve ahlaki bütünlük süreçlerini açıklamayı hedeflemektedir. Bu yönüyle araştırma, İslami kaynakların manevi danışmanlık alanında nasıl işlevselleştirilebileceğine dair özgün bir yaklaşım geliştirmekte ve değer-odaklı danışmanlık modellerinin teorik altyapısına katkı sunmaktadır. Araştırmada nitel paradigma benimsenmiş, veri toplama yöntemi olarak belgesel tarama / doküman analizi kullanılmış; klasik tefsir literatürü, çağdaş yorumlar ve ilgili bilimsel çalışmalar sistematik biçimde değerlendirilmiştir. Elde edilen bulgular, Beled Sûresi'nin insan doğasını ahlaki erdemler ve irade zayıflıkları arasındaki dinamik denge çerçevesinde ele aldığını göstermektedir. Şükür, sabır, merhamet, fedakârlık, mücadele azmi ve yardımlaşma erdemleri; bireyin içsel denge, ruhsal dayanıklılık ve benlik bütünlüğünü destekleyen nitelikler olarak belirlenmiştir. Buna karşılık kibir, cimrilik, mal biriktirme hırsı, bencillik, israf, kalp katılığı ve gaflet gibi irade zayıflıkları, bireyin psikolojik gelişimini olumsuz etkileyen eğilimler olarak tanımlanmıştır. Manevi danışmanlık ve rehberlik açısından sûre, beş temel farkındalık yaklaşımı önermektedir: zorlukların doğallığı bilinci ve ödül farkındalığı, sabır ve tevekkül eğitimi, irade güçlendirme ve öz denetim uygulamaları, mükemmeliyetçilikle başa çıkma stratejileri ve infak, paylaşma, ahlaki karar verme ve öz farkındalık temelli davranışsal yönlendirmeler. Bu yaklaşımlar, bireyin ruhsal dengeyi koruma, içsel tutarlılığı güçlendirme ve manevi farkındalık düzeyini artırma süreçlerinde terapötik bir yol haritası sunmaktadır. Sonuç olarak, Beled Sûresi'nin manevi danışmanlık ve rehberlikte psikolojik direnç, ahlaki olgunluk ve ruhsal bütünlüğü güçlendiren bütüncül bir referans metin olarak değerlendirilebileceği sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca sûre, Kur'an psikolojisi perspektifinden geliştirilecek maneviyat temelli danışmanlık modelleri için güçlü bir teorik çerçeve sunmakta; ruh sağlığı politikalarının kültürel ve manevi değerlerle uyumlu biçimde geliştirilmesine, psikoterapi uygulamalarında maneviyat boyutunun sistematik biçimde entegre edilmesine ve gelecekte yapılacak disiplinlerarası araştırmalara yön verici nitelikte bir epistemolojik zemin oluşturmaktadır. Bu yönüyle çalışma, manevi danışmanlık ve rehberliğin yerli kuramsal kimliğinin güçlendirilmesine yönelik özgün ve modelleyici bir katkı sağlamaktadır.

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

Manevi danışmanlık ve rehberlik • Beled Suresi
Ahlaki erdemler • İrade zayıflığı • Kur'an psikolojisi

A b s t r a c t

The aim of this article is to offer a psychological analysis of Surah al-Balad, the ninetieth chapter of the Qur'an, composed of twenty verses, from the perspective of spiritual counseling and guidance. The study links a Qur'an-centered understanding of the human being with contemporary counseling processes in order to clarify pathways of spiritual maturation and moral integrity. In doing so, it develops an original approach to the operationalization of Islamic sources within spiritual counseling and contributes to the theoretical foundations of value-oriented counseling models. A qualitative research paradigm was adopted, and documentary analysis served as the primary data collection method. Classical tafsir works, contemporary interpretations, and relevant academic studies were systematically examined. The findings indicate that Surah al-Balad conceptualizes human nature through a dynamic tension between moral virtues and weaknesses of will. Gratitude, patience, compassion, altruism, perseverance, and solidarity were identified as qualities that enhance inner balance, spiritual resilience, and self-coherence, whereas arrogance, miserliness, materialistic accumulation, selfishness, wastefulness, spiritual dullness, and heedlessness were described as tendencies that impede psychological development. From a spiritual counseling perspective, the surah proposes five awareness-based approaches: recognizing the naturalness of hardship and cultivating reward consciousness; training in patience and trust in God (tawakkul); strengthening willpower and self-regulation; developing strategies to cope with perfectionism; and encouraging behavioral orientations grounded in charity, sharing, moral decision-making, and self-awareness. These approaches provide a therapeutic framework for preserving spiritual equilibrium, enhancing internal coherence, and elevating spiritual awareness. The study concludes that Surah al-Balad can be regarded as a holistic reference text that supports psychological resilience, moral maturity, and spiritual integrity within spiritual counseling and guidance. Furthermore, it offers a strong theoretical basis for spirituality-oriented counseling models from a Qur'anic psychology perspective, informs efforts to align mental-health policies with cultural and spiritual values, and underpins the systematic integration of spirituality into psychotherapy, thereby providing an epistemological foundation for future interdisciplinary research.

K e y w o r d s

Spiritual counseling and care • Surah al-Balad • Moral virtues
Weakness of will • Qur'anic psychology

Giriş

İnsanoğlunun varoluş serüveni, aynı zamanda hayatta kalma müca-
delesini ile iç içe geçmiş bir sıkıntılar ve zorluklar tarihi olarak okunabilir.
İlk çağlardan itibaren bireyler ve topluluklar, yalnızca fiziksel çevrenin
tehditleri ve doğall afetlerle değil, aynı zamanda giderek karmaşıklaşan
sosyal ilişkiler ağının doğurduğu problemlerle de baş etmek zorunda kal-
mıştır (Özen, 2017: 105). Karşılaşılan bu engeller karşısında zaman za-
man deneyimlenen çaresizlik hali ise, insanı bu sıkıntılarla başa çıkabil-
mek için farklı arayış ve çözümler yollarını geliştirmeye sevk etmiştir
(Kasapoğlu, 2005: 61). Nitekim bu arayışlar tarihsel süreçte son derece
çeşitlenmiş ve insanlar maddi çözümlerin yanı sıra, metafizik dünyaya
yönelerek manevi rehberlik aramış, felsefi sistemler inşa etmiş ve niha-
yetinde dini inançlara başvurmuşlardır.

İnsanların başvurduğu bu çeşitli yöntemler içerisinde, vahiy yoluyla
geldiğine inanılan ilahi mesajlar ve bu mesajları tebliğ eden peygamberler
tarih boyunca en merkezi ve sistematik rolü oynamıştır. Bunun yanı sıra,
toplumlar tarafından kabul görmüş din âlimleri, mutasavvıflar veya filo-
zoflar gibi manevi önderler de, ilhamını ilahi kaynaktan alsın ya da alma-
sın, insanlara rehberlik etmiş ve bu arayışlara yön vermişdir. İnsanlar,
dünyevi sıkıntılarını hafifletmek, hayata anlam katmak ve bir rehberlik
ışığı bulmak amacıyla bu öğretilere sığınmış, pek çok toplumda bu öğre-
tiler, bireylerin yaşamlarını şekillendiren temel bir kılavuz işlevi görmüş-
tür (Söylev, 2016: 108; Öztan, 2019: 70).

Zaman içinde toplumsal ve bireysel sıkıntılar daha karmaşık bir hal
alarak modern dünyanın getirdiği yeni zorluklarla birleşmiş ve bu da bi-
reylerin duygusal, ruhsal ve manevi ihtiyaçlarını ele alan profesyonel bir
desteğe olan ihtiyaçı belirginleştirmiştir. İşte bu noktada, son yıllarda,
manevi danışmanlık bireylerin yaşadığı sıkıntı ve zorluklarla baş etmele-
rine yardımcı olmak üzere uzmanlaşmış, dinleme, duygudaşlık, rehberlik
etme ve kriz durumlarında destek sağlama gibi temel becerileri merke-
zine alan profesyonel bir meslek olarak öne çıkmıştır (Gürsu vd., 2021:
8).

Manevi danışmanlık alanındaki profesyoneller, kendi içsel yolculuk-
larını tamamlamış ve özel bir eğitim sürecinden geçmiş olmanın getirdiği
birikimle, bireylerin manevi ihtiyaçlarına rehberlik ederken, aynı za-
manda duygusal ve ruhsal dengeyi yeniden kazanmalarına da katkı sağ-
larlar (Altıntaş, 2018: 230-231). Manevi danışmanların rolleri, kriz yöne-

timinin ötesine geçerek manevi büyümeyi ve gelişimi teşvik etmeyi, ah-laki ve değer temelli sorunları ele almayı ve toplumsal etik meselelerde yol gösterici olmayı da kapsar. Nihayetinde, manevi danışmanlık hiz-meti, bireylerin manevi sağlıklarını güçlendirerek onların daha bütün-lüklü ve tatmin edici bir yaşam sürmelerine önemli bir katkıda bulunur (Ulu & Tekeş, 2020: 365-366).

Manevi danışmanlık, bireylerin manevi yönlerini fark etmelerine, iç-sel huzur bulmalarına ve manevi sorunlarına çözüm bulmalarına yar-dımcı olmayı amaçlar. Din, birçok insan için hayatlarının önemli bir par-çasıdır ve manevi danışmanlar, danışanların dini inançlarını ve değerle-rini anlayarak bu alanda yardımcı olurlar. Manevi danışmanlık sürecinde, danışmanlar genellikle dini metinler, dua, meditasyon veya ibadet gibi dini unsurları kullanırlar. Manevi danışmanlar, bu unsurları danışanların manevi ihtiyaçlarına göre şekillendirir ve rehberlik eder (Ceylan & Özaydın, 2020: 287-288).

Türkiye, İslam'ın köklü bir tarihe sahip olduğu ve Müslümanların ço-ğunlukta olduğu bir ülke olarak bilinir (DİB, 2014: 4). Bu nedenle, ülke-mizde İslami inanca sahip biri için gerçekleştirilen manevi danışmanlık sürecinde İslami kaynakların kullanılması son derece önemlidir. İslam, Kuran-ı Kerim ve hadisler gibi temel kaynaklar üzerine inşa edilmiştir. Manevi danışmanların, danışanların İslam'ı daha iyi anlamalarına, inanç-larını güçlendirmelerine ve manevi sorunlarına İslami perspektiften yak-laşmalarına yardımcı olabilmeleri için hadislerden ve Kuran-ı Kerim'den faydalanmaları beklenir (Şirin, 2004: 197-198).

İslami kaynaklar arasında en önemlisi Kuran-ı Kerim'dir. Kuran-ı Kerim, Müslümanların yaşamlarını rehberlik eden kutsal bir metindir. Bu metindeki ayetler, insanların manevi yolculuklarında rehberlik etme potansiyeline sahiptir (Müftüoğlu, 2020: 17). Manevi danışmanlık süre-cinde Kuran-ı Kerim, danışanların manevi ihtiyaçlarına cevap vermek için kullanılabilir. Özellikle bazı sureler, manevi danışmanlık sürecinde büyük bir etki yaratabilir.

Bu çalışmanın odak noktasını Beled Suresi oluşturmaktadır. Beled Suresi, yirmi ayetten oluşan bir suredir ve kısa olmasına rağmen önemli konulara değinmektedir. Bu sure, insanın davranışlarına odaklanır ve bu davranışları iki temel kategori altında ele alır: Bireylerin Allah'a karşı ser-gilediği davranışlar ve topluma karşı sergilediği davranışlar. Bu sure, in-sanın Allah'a karşı olan sorumluluğunu vurgular. İnsanın Allah'a olan inancı, sabrı, şükürü ve merhameti gibi manevi değerleri bu kategori al-tında ele alır. Beled Suresi, insanların Allah'a olan bağlılığının ve inancı-

nın güçlendirilmesi gerektiğini öğütler. Aynı zamanda, Beled Suresi toplumsal sorumluluğu da vurgular. İnsanın topluma karşı olan sorumlulukları, adaleti, yoksullara yardımı ve insanlar arasında eşitliği içerir. Bu, insanların sosyal adaleti ve toplumsal dengeyi korumaları gerektiği anlamına gelir.

Beled Suresi, insanın bu dünyada olgunlaşmasını hedefler. İnsanın manevi değerlere bağlılık göstermesi ve toplumsal sorumluluklarını yerine getirmesi, onun olgunlaşmasına katkıda bulunur. Bu süreç, insanın hem manevi hem de toplumsal açıdan daha iyi bir birey olmasını amaçlar (Tütün, 2012: 384-385). Beled Suresi, Kuran-ı Kerim'in önemli bir parçası olmasına rağmen, literatür incelendiğinde, Beled Suresi'nin manevi danışmanlık açısından daha önce yeterince incelenmediği görölmektedir. Bu yüzden, bu araştırmanın temel konusunu Beled Suresi'nin manevi danışmanlık bağlamında incelenmesi oluşturmaktadır.

Bu makale, manevi danışmanlık ve rehberlik bağlamında Beled Sûresi'nin incelenmesini amaçlayan nitel bir araştırmadır. Araştırmada, nitel araştırma yöntemlerinden biri olan belgesel tarama (doküman analizi) yöntemi kullanılmıştır. Belgesel tarama yöntemi, mevcut kaynakları ve belgeleri sistematik biçimde inceleyerek veri elde etmeyi amaçlayan bir yaklaşımdır (Karasar, 2020: 229).

Beled Sûresi, sabır, şükür, merhamet ve özellikle yoksul, yetim ve esirlere yardım etmek gibi somut iyilikler üzerinden şekillenen ahlaki sorumluluk vurgusuyla Müslümanlar için büyük bir öneme sahiptir. Ancak bu sûrenin manevi danışmanlık süreçlerinde nasıl kullanılabileceği ve içerdiği mesajların bireyin manevi gelişimine nasıl katkı sağlayabileceği konusu literatürde yeterince araştırılmamıştır. Bu nedenle çalışma, söz konusu boşluğu gidermeyi ve Beled Sûresi'nin manevi danışmanlık açısından sunduğu ilkeleri ortaya koymayı hedeflemektedir. Bu yönüyle araştırma, İslami kaynakların psikolojik danışma uygulamalarına nasıl entegre edilebileceğine dair özgün bir katkı sunmakta; özellikle manevi destek hizmetlerinin bireysel ve kurumsal uygulama alanlarına nasıl yanışabileceğini tartışmaktadır.

Araştırma kapsamında öncelikle Beled Sûresi'nin manevi danışmanlık bağlamında ele alındığı mevcut akademik çalışmalar incelenmiştir. Ayrıca *Râbu'l-Beyân* ve *Tefsîr-i Kebîr (Te'vîlât)* gibi işarî tefsirler, psikolojik tefsirler ve manevi danışmanlık literatürü gözden geçirilmemiştir. Bu kaynaklardan elde edilen bulgular, çalışmanın kuramsal çerçevesini ve analiz sürecini oluşturmuştur. Bununla birlikte, sûrede yer alan akabe (sarp yokuş), kebed (zorluk), sabır ve merhamet gibi kavramların manevi danış-

manlık bağlamında daha iyi anlaşılabilmesi amacıyla tefsir, belagat ve diğer ilgili disiplinlerdeki çalışmalar da değerlendirilmiştir. Bu disiplinlerin sunduğu bakış açıları, Beled Sûresi'nin manevi danışmanlık süreçlerinde nasıl bir rehberlik değeri taşıyabileceğine dair önemli ipuçları sağlamaktadır. Ayrıca sûrede öne çıkan merhamet, fedakârlık ve yardımlaşma kavramları, bireyin psikolojik dayanıklılığını artıran temel duygusal nitelikler olarak değerlendirilmiştir.

Sonuç olarak, bu makale Beled Sûresi'nin manevi danışmanlık açısından önemini ortaya koymakta ve sûrede yer alan manevi danışmanlık ilke ve yöntemlerini belirlemeyi amaçlamaktadır. Çalışmada, Beled Sûresi'nin insanın psikolojik yönünü ahlaki erdemler ve irade zayıflıkları bağlamında nasıl ele aldığı açıklanmaktadır. Ayrıca, sûredeki öğretilerin manevi danışmanlık süreçleri için pratik ilkeler ve yöntemler barındırdığı ortaya konulmaktadır.

a. Beled Sûresi'nin Tematik İçerik Analizi

Makalede ilk olarak, Beled Suresi'nin insanın psikolojik yönünü nasıl ele aldığı incelenmektedir. Bu kapsamda, yapılan araştırmalar sonucunda, Beled Suresi'nin insanın psikolojik yanını ahlaki erdemler ve irade zayıflıkları olmak üzere iki açıdan ele aldığı belirlenmiştir.

a.a. Ahlaki Erdemler

Beled Suresi ayetlerinin işaret ettiği ve pozitif psikoloji literatüründe de yer alan ahlaki erdemler şükür (8, 9 ve 10. ayetler), mücadele azmi (11. ayet), yardımseverlik (13, 14, 15 ve 16. ayetler), fedakârlık (13, 14, 15 ve 16. ayetler), sabırlı olma (17. ayet), merhametli olma (17. ayet) şeklinde belirlenmiştir.

a.a.a. Şükretmek

Kur'an-ı Kerim'de bir yerde Allah'ın insana vermiş olduğu nimetler zikredildiğinde bu durum aslında nimetlere karşı şükre işaret edildiğinin bir göstergesidir. Beled Suresi'nin "Biz ona iki göz, bir dil, iki dudak vermedik mi; iki apaçık yolu (hayır ve şer yollarını) göstermedik mi?" anlamını taşıyan 8, 9 ve 10. ayetlerinde Allah'ın insana vermiş olduğu bazı nimetlerden bahsetmektedir. Bu nimetler, iki göz, bir dil ve iki dudaktır. Bu nimetler ardından başka bir nimetle ilişkilendirilmemiş olsa, bu nimetlerin sadece fiziki anlamda nimetler olduğu söylenebilirdi. Fakat bu nimetlerin zikredilmesinin ardından insana hayır ve şer yollarının gösterildiği de ifade etmektedir. Bir başka deyişle, insana kâinattaki olayları görüp tefekkür etmesi için iki göz, ilim öğrenip bunları başkaları ile

paylaşabilmesi için bir dil ve iki dudak verilmiştir denebilir. Aslında insana verilen bu nimetler yine insanın hayır yolunu gorebilmesi için verilmiştir. Ayrıca, Allah, peygamberini gondererek ve Kur'an-ı Kerim'i indirerek insanlara hayır ve şer yolunu apaçık göstermiştir. Bu nimetler, bu ayette arka arkaya zikredilerek insana hatırlatılmakta ve kendisine verilen nimetlere şükrederek ve bunun gereğini yerine getirmesi beklenmektedir. Bunun gereğinin ne olduğu ise sonraki ayetlerde sarp yokuş kavramıyla açıklanmıştır.

a.a.b. Mücadele Azmi

Beled Suresi'nin on birinci ayeti, "Ancak o sarp yokuşu aşamadı" anlamını taşımaktadır. Bu ayette, insanoğlunun kendisine bahşedilen onca imkân ve nimete rağmen, kendisine gösterilen doğru istikamette ilerleme konusunda yeterli bir irade ve çaba ortaya koyamadığına dikkat çekilmektedir. Ayetin vurgusu, doğrudan ideal olanı betimlemekten ziyade, eksik ve problemleri bir tutumu görünür kılarak, dolaylı biçimde olması gereken ahlaki yönelimi ön plana çıkarmaktadır. Bu bağlamda yanlış bir davranış biçimi eleştirel bir zeminde sunulmakta; böylece onun karşıtı olan bilinçli tercih, kararlı yönelim ve sorumluluk üstlenme bilinci değerli bir ideal olarak inşa edilmektedir.

Söz konusu ayet, dünya hayatında insanın sürekli biçimde karşı karşıya kaldığı iki temel yol ayırımına işaret etmektedir. Bu yol ayırımında bireyin, zahirde daha kolay, konforlu ve cazip görünen yolu değil; çaba, fedakârlık ve sorumluluk gerektiren, başka bir ifadeyle "sarp yokuş" metaforuyla sembolleştirilen zor fakat doğru yolu tercih etmesi gerektiği ortaya konulmaktadır. Bu metafor, ahlaki ve manevi gelişimin kendiliğinden gerçekleşen bir süreç olmadığını; aksine bilinçli bir tercih, iradi bir yönelim ve süreklilik arz eden bir gayret gerektirdiğini ima etmektedir.

"Sarp yokuşu aşma" ifadesi, takip eden ayetlerde ayrıntılandırılan hayırlı amelleri yerine getirme yönünde kararlı bir tutum ve mücadele azmiyle anlam kazanmaktadır. Bununla birlikte, mücadele azminin tek başına mutlak ve yeterli bir değer ifade etmediği özellikle vurgulanmalıdır. Zira bu azim, bireyin doğru istikamette verdiği mücadeleyi desteklediği lde ahlaki ve manevi bir anlam taşımaktadır. Aksi durumda, yanlış bir hedef doğrultusunda sergilenen yoğun çaba ve kararlılık, kısa vadede dünyevi bir kazanım izlenimi verse bile, uzun vadede ve özellikle uhrevi perspektiften bakıldığında karşılığı olmayan, boş bir gayret olarak değerlendirilmektedir. Bu yönüyle ayet, irade gücü ile ahlaki yönelimin birbirinden bağımsız dşnlemeyeceğini; gerçek anlamda değerli olan mücadelenin, doğru istikamette sürdürülen mücadele olduğunu gcl bir

biçimde ortaya koymaktadır.

a.a.c. Yardımseverlik

Kur'an-ı Kerim, Beled Suresi'nin on ikinci ayetinde "O sarp yokuşun ne olduğunu bilir misin?" ifadesiyle muhataplarına yöneltilmiş dikkat çekici bir soru aracılığıyla, ahlaki ve manevi açıdan zor fakat değerli bir yolun mahiyetine vurgu yapmaktadır. Bu soruyu takip eden on üçüncü, on dördüncü, on beşinci ve on altıncı ayetlerde ise söz konusu "sarp yokuş"un neyi ifade ettiği somut davranış örnekleri üzerinden açıklığa kavuşturulmaktadır. Bu ayetlerde, insanın ahlaki olgunluğa ve manevi derinliğe ulaşabilmesi için yerine getirmesi gereken temel sorumluluklar sıralanmakta; böylece soyut bir ideal, pratik ve yaşanabilir eylemlerle ilişkilendirilmektedir.

İlgili ayetler bütüncül biçimde incelendiğinde, sarp yokuşu aşmaya imkân veren amellerin ortak paydasının yardımseverlik ekseninde şekillendiği görülmektedir. Bu bağlamda ilk olarak, bir köleyi özgürlüğüne kavuşturmanın sarp yokuşu aşmaya vesile olan temel amellerden biri olduğu belirtilmektedir. Köle azat etmek, yalnızca bireysel bir iyilik davranışı değil; aynı zamanda ciddi bir fedakârlık ve sorumluluk üstlenmeyi gerektiren güçlü bir yardımseverlik örneği olarak karşımıza çıkmaktadır. Zira dönemin toplumsal yapısında köle, efendisi için hem ekonomik hem de işlevsel açıdan önemli bir destek unsuru niteliği taşıymaktaydı. Kölenin özgürlüğüne kavuşturulması durumunda, onun yerine getirdiği sorumlulukların artık efendi tarafından üstlenilmesi gerekmektedir (Duman, 2011: 11). Bu yönüyle köle azadı, bireyin konforundan feragat ederek başkasının özgürlüğünü öncelemesini ifade eden yüksek düzeyli bir ahlaki tutumdur.

Benzer biçimde, başkasına ait bir köleyi satın alarak özgürlüğüne kavuşturmak da yardımseverliğin ileri düzey bir tezahürü olarak değerlendirilmektedir. Bunun yanında, sarp yokuşu aşmanın bir başka somut yolu olarak başkalarını doyurmak gösterilmektedir. Kur'an-ı Kerim, bu noktada yalnızca genel anlamda bir doyurma eylemine değil; özellikle "yakın olan bir yetim"e ya da çaresizlik ve halsizlik içinde yere uzanmış, hareket edecek mecali kalmamış bir yoksula yardım edilmesine dikkat çekmektedir. Bu vurgu, yardımseverliğin gerçek değerinin, ihtiyacın en yoğun ve en yakıcı olduğu anlarda ortaya çıktığını göstermektedir.

Bu ayetler ışığında yardımseverliğin, sembolik veya yüzeysel bir iyilik davranışıyla sınırlı olmadığı; aksine gerçek anlamını, somut ve derin ihtiyaçlar karşısında sergilenen duyarlılık ve fedakârlıkla kazandığı anlaşıl-

maktadır. Dolayısıyla sarp yokuş metaforu, insanın ahlaki sorumluluğunu ertelemeyen, ihtiyaç sahibiyle empatik bir ilişki kurarak ve zor olanı tercih ederek yerine getirmesini ifade eden g¼çlü bir çağrı niteliği taşı-maktadır.

a.a.d. Fedakârlık

Beled Sûresi'nin 13-16. ayetlerinde zikredilen köle azat etme ve özel-likle açlık gününde yakınlık bağı bulunan bir yetimi veya çaresizlik içinde kıpırdayacak gücü kalmamış bir yoksulu doyurma eylemi, aynı zamanda derin bir fedakârlık ve diğerğâmlık içeren temel ahlaki eylemler olarak öne çıkar. Bu ayette, sadece köle azad etmekten ve açları doyumaktan bahsetseydi bu eylem yine kendi malından başkaları için harcamak anla-mında bir fedakârlık olurdu. Fakat bu ayette bu eylemlerin açlık gününde yapılmasından bahsederek yardımı yapan kişinin kendisinin bolluk içinde olmadığı halde başka ihtiyaç sahiplerine yardım etmesi öne çıkarılmaktadır. Bir başka deyişle, hali vakti yerinde olan bir insan için ihtiyaç sahibi insanları doyumak hayırlı bir amel olabilir fakat Kur'an-ı Ke-rim'in ifadesiyle sarp yokuşun aşılması demek bir insanın kendisi bolluk içinde değilken bile ihtiyaç sahiplerini gözeterek fedakârlık yapması ile mümkündür.

a.a.e. Sabretmek

Beled Suresi'nin 17. ayetinde "Bundan sonra da iman edenlerden, sabrı ve merhameti birbirlerine tavsiye edenlerden olmaktır" buyurul-maktadır. Bu ayet, Beled Suresi'nin on ikinci ayetinde geçen "O sarp yokuşun ne olduğunu bilir misin?" sorusunun cevabından bir parça ni-teliğindedir. Bu ayetten önce, sarp yokuş köle azad etmek ve açlık gü-nünde yakını olan bir yetimi veya çaresizlik ve halsizlik içinde toprağa uzanıp kalmış, kımlıdayacak mecali bulunmayan bir yoksulu doyumak olarak ifade edilmişti. Bu ayette ise bunlara ek olarak iman edenlerden ve sabrı ve merhameti birbirlerine tavsiye edenlerden olunması sarp yo-kuşu aşmak olarak nitelendirilmiştir. Bu ayette geçen sabır tavsiyesinin muhatabı tüm Müslümanlar olmakla beraber, önceki ayetlerde sarp yo-kuşun aşılmasında köle azad etme amelinin zikredilmesi, burada sabır tavsiye edilecek kişilerin özellikle müşrikler tarafından eziyet edilen kö-leler olduğuna işaret etmektedir. Bu ayette sabırlı olmak ifadesi geçmese de başkalarına sabrı tavsiye eden kişinin doğal olarak sabırlı olması bek-lenmektedir denilebilir.

Bir başka açıdan değerlendirilecek olunursa, Kur'an-ı Kerim, kişinin bazı olaylar karşısında sabırlı kalmasının zor olabileceğini bildirerek, Müslümanların bu gibi durumlarda birbirlerine sabrı tavsiye etmelerini

öğütler. Örneğin, çok sevdiği bir yakını vefat eden birisi yaşadığı bu olay karşısında ilk anda sabır göstermekte zorlanabilir ve Allah'ın razı olmayacağı tavır ve davranışlar içine girebilir. Böyle bir durumda, bu kişiye ölümün bir yok oluş olmadığı, herkesin Allah'a döndürüleceği, bunun bir imtihan olduğu ve bu yüzden sabırlı olması gerektiği ifade edilirse, bu yakını vefat eden kişiye karşı gerçekleştirilmiş çok önemli bir tebliğ vazifesi olmuş olur ve sarp yokuşu aşmanın adımlarından biri gerçekleştirilmiş olur.

a.a.f. Merhametli Olmak

Beled Suresi'nin indirildiği zamanlar İslam'ın Mekke'de yayılmaya başladığı ilk yıllardı. Bu yıllarda, müşrikler Müslümanlığı kabul etmiş olanlara eziyet ediyorlardı. Bu eziyetler, söz konusu köleler olunca daha da üst seviyeye çıkıyordu (Gilli-Elewy, 2017: 164-165; Yazar & Uzunöz, 2021: 24-25). Önceki ayetlerde sarp yokuşun ne olduğu sorulmuş ve daha sonra onun köle azad etmek, açlık gününde yakını olan bir yetimi veya çaresizlik ve halsizlik içinde toprağa uzanıp kalmış, kıyılayacak mecali bulunmayan bir yoksulu doyurmak olduğu ifade edilmiştir. Ardından bu fiillere ek olarak, iman etmiş olmak ve birbirlerine merhameti ve sabrı tavsiyede bulunanlardan olmakta sarp yokuşun aşılmasından sayılmıştır. Bu ayetlerden anlaşıldığı üzere, maddi imkân ve sosyal güce sahip Müslümanlara, işkence gören köle Müslümanlara merhamet etmeleri ve onları özgürlüğüne kavuşturmak için harekete geçmeleri emredilmektedir. Hatta bu kapsamda Hz. Ebubekir birçok Müslüman köleyi efendilerinden satın almış ve onlardan herhangi bir karşılık beklemeden azad etmiştir (Grabus, 2021: 275). Müslümanların birbirlerine merhameti ve sabrı tavsiye etmelerinin sarp yokuşu aşmak olarak ifade edildiği ayetle, aynı zamanda, zengin ve kuvvetli Müslümanların birbirlerine merhameti tavsiye ederek eziyet gören Müslümanlar konusunda bir çaba içine girmeleri teşvik edilmektedir. Bu ayet, nüzul sebebi bağlamında bu şekilde değerlendirilse de, Müslümanların birbirlerine merhametli olmayı tavsiye etmelerinin her zaman geçerli olan bir tavsiye olduğu ifade edilebilir.

a.b. İrade Zayıflıkları

Beled Suresi ayetlerinin işaret ettiği irade zayıflıkları kuruntu/hayal/temenni (5 ve 7. ayet), kendini beğenmişlik/kibir (5. ayet), cimrilik (6, 13, 14, 15, 16. ayetler), mal biriktirme düşkünlüğü (6. ayet), hırs (6 ve 7. ayet), bencillik (6. ayet), israf etme (8, 9 ve 10. ayetler), basiretsizlik/kalp katılığı/gaflet (8, 9 ve 10. ayetler) kavramlarıdır.

a.b.a. Kuruntulu Olmak

Beled Suresi'nin "O hiç kimsenin kendisine asla g yetiremeyeceğini mi sanıyor" anlamını taşıyan beşinci ayeti ve "Kendisini hiç kimsenin görmediğini mi sanıyor?" anlamını taşıyan yedinci ayeti kuruntuya birer örnektirler. Beled Suresi'nin dördüncü ayetinde insanın bir zorluk içinde yaratıldığından bahsedilmekte ve hayatın her yerinde ve zamanında esasen aciz olduğu öne çıkarılmaktadır. İnsanoğlu gerçekte bu kadar aciz olmasına rağmen bazen öylesine kibre kapılıyor ki kendisine kimsenin g yetiremeyeceğini sanıyor. Kur'an-ı Kerim'de insanın bu düşüncesi-nin bu kuruntudan ibaret olduğunu "O hiç kimsenin kendisine asla g yetiremeyeceğini mi sanıyor" sorusu ile belirtiyor. Altıncı ayette ise "O, yığınla mal tktip yok ettim diyor" denilmektedir. Daha öncede açık-landığı üzere, bir insanın malını samimi bir niyetle Allah yolunda harca-masıyla, gönülden olmayacak bir şekilde veya gösteriş için harcaması ara-sındaki fark çok büyüktür.

Birinci durumda kişinin malı hem bu dünyada bereketlenir hem de ahirette karşısına hayırlı ameller olarak çıkar. İkinci durumda ise kişi ma-lını bu dünyada sadece tktmiş olur ve ahirette de olumlu anlamda hiçbir karşılık görmez. Bu bağlamda, kişi malını ihlsla Allah yolunda har-camadığı hlde, insanlara öyleymiş gibi davransa bile, Allah onun kalbin-deki niyeti hakkıyla bilendir. Beled Suresi'nin "Kendisini hiç kimsenin görmediğini mi sanıyor?" anlamını taşıyan yedinci ayeti de bu duruma işaret etmektedir. Bir başka deyişle, bu kişiye sen başkalarını kandırabi-lirsin fakat Allah'ın seni görmediği sanıyorsan bu konuda yanılığ içinde-sin denilmiş oluyor.

a.b.b. Kendini Beğenmek

Beled Suresi'nin "O hiç kimsenin kendisine asla g yetiremeyeceğini mi sanıyor?" anlamını taşıyan beşinci ayeti insanoğlunun kendini beğen-mişliğine bir yanıt niteliğindedir. Bu ayet ile insanın ucba kapılıp kimse-nin kendine g yetirmeyeceği zannına uygun bir soru ile olumsuz bir yanıt verilmiştir. İnsanlar sahip oldukları dnyalıkların, gençlikteki kuv-vetlerinin, etraflarında onları beğenen insanların çokluğunun etkisine ka-pılarak hiç aciz bir hale dşmeyeceklerini ve bu nimetlerin hep onlarda kalacağı kuruntusuna kapılabilirler. Bu kuruntu aslında insanın kendini beğenmişliğinden kaynaklanmaktadır. Aksi durumda, insan aciz bir var-lık olduğunu ve kendisine tüm nimetleri veren bir Allah'ın bulunduğu-nun idrakine varmış olsa, asla bu şekilde kuruntulara kapılmayacak ve ucb özelliğinden uzak durabilecektir.

a.b.c. Kibirli Olmak

Beled Suresi'nin "O hiç kimsenin kendisine asla g yetiremeyeceğini

mi sanıyor” anlamını taşıyan beşinci ayeti insanoğlunun kibrine işaret etmektedir. Sonraki ayette “O, yığınla mal tüketip yok ettim diyor” ifadesiyle de özellikle “tüketmek” kelimesi kullanılarak kibirle harcanan malın sahibine bir fayda sağlamayacağı sadece malın tükenmesine sebep olacağına işaret ediliyor. Sonraki ayette Kur’an-ı Kerim muhataplarına “Kendisini hiç kimsenin görmediğini mi sanıyor?” sorusunu yönelterek insana Allah’ın onu her an gözettiği ve ne kadar saklamaya çalışsa da tüm niyetlerinin Allah tarafından bilindiği belirtiliyor.

Kur’an-ı Kerim’in nâzil olduğu toplumun yapısı göz önüne alındığında, söz konusu ayetlerin başlıca amaçlarından birinin, insanları mallarını kibirle tüketmekten men etmek olduğu açıkça görülmektedir. Çünkü o dönemde, insanlar gösteriş yapmak ve kibirlenmek amacıyla yığınla mal harcamakta, zengin dostlarına ziyafetler düzenlemekte ve bunu şerefli bir iş olarak görmekteydiler (Balıkçı, 1997: 368-369). Hâl-buki Allah bu ayetler (5, 6, 7) ile kendisinin tüm mülkün sahibi olduğunu ve bu dünyada diğer insanlardan güçlü olduğu için kibirlenen kişilere kimsenin gücü yetmese bile kendisinin onlardan büyük olduğunu ifade ediyor. Hatta bir kibir örneği olan Nemrud’un normal bir şekilde değil de bir sivrisinek eliyle acizce ölmesi insanoğlunun kibrinin Allah’ın gazabını nasıl cezbettiğinin bir göstergesidir (Yılmaz, 2020: 57). Ayrıca, bu ayetler (6, 7) ile Allah yolunda değil de kişinin kibir hislerini tatmin etmek için harcadığı malın ona aslında hiçbir fayda sağlamadığı bu yüzden, kibir gibi negatif bir ahlaki özellikten sakınılması gerektiği öne çıkarılıyor.

a.b.d. Cimrilik Etmek

Beled Suresi 13, 14, 15 ve 16. ayetleriyle insanlara sarp yokuşun ancak cimriliği yenerek köle azad etmek, yakını olan yetimi ve çaresizlik ve halsizlik içinde toprağa uzanıp kalmış, kımıldayacak mecali bulunmayan bir yoksulu açlık gününde doyurmakla aşılabileceğini belirtmektedir. Buna ek olarak Beled Suresi’nin 6. ayetinde, "Yığınla mal harcadım" denilerek cimrilik eden kişinin kibirli tavrı tasvir edilir. Nitekim müfessir Kurtubi’nin (2015: 115) de işaret ettiği gibi bu ayet, malını gönülsüzce ve gösteriş için harcamanın onu tüketmekten öteye geçmeyeceğini, böyle bir infakın Allah katında bir hayra dönüşmeyeceğini ima etmektedir. Bu ayetle, Kur’an muhataplarına mallarını Allah rızası için harcarken cimrilik etmeden cömert bir şekilde harcamalarını ve bu sayede bu mal bu dünyada ellerinden çıkmış olsa da ahiret hayatında Allah yolunda cimrilik etmeden harcanan bu malın karşılığının alınacağını bildirmektedir (Batatına, 2016: 125).

a.b.e. Mal Biriktirmek

Beled Suresi'nin altıncı ayeti "O, yığınla mal tüketicip yok ettim diyor." anlamına gelmektedir. Bir rivayete göre, bu ayet el-Haris b. Amr b. Nevfel hakkında inmiştir. O, bir günah işlemiş ve Peygamber (sav)'den fetva sormuştur. Hz. Muhammed (sav) ona kefarette bulunmasını emredince o da, "Muhammed'in dinine girdiğimden beri malım, verdiğim kefaretle ve nafakalarla zaten bitip tükendi" şeklinde şikâyetinde bulunmuştur (Kurtubi, 2015: 115). Bu şikâyet, el-Haris'in dini yükümlülükleri yerine getirirken içten bir bağlılık ve gönüllülikle hareket etmediğini, aksine, dışsal bir zorunluluk ve toplumsal beklentiler nedeniyle harcama yaptığını gösterir. Dolayısıyla el-Haris'in davranışı, dış güdümlü dindarlığın bir örneğidir. Bir başka deyişle, kişinin dini pratiklerini ve harcamalarını içsel bir inanç veya manevi tatmin arayışından ziyade, dışsal baskılar ve zorunluluklar doğrultusunda gerçekteştirdiğini ortaya koyar (şentepe & Güven, 2015: 33).

Aynı zamanda, bu kişinin malının eksilmesinden bu denli rahatsız olması onun mal biriktirme düşkünlüğüne sahip olduğunu da göstermektedir. Eğer mala bu kadar düşkün olmasa onu ahiret sorumluluğundan kurtarması karşılığında harcamış olduğu mallar yüzünden üzüntüye kapılmaz. Tam aksine mallarını Allah yolunda infak ettiği için sevinç içinde olurdu. Bu yüzden, Kur'an-ı Kerim'in bu ayetle muhataplarına mal biriktirmeye düşkün olmamalarını ve kazandıklarından Allah yolunda harcamaları öğütlemekte, Allah yolunda harcananın asıl kazanç olduğunu, onun yolunda harcanmayıp biriktirilenin ise asıl kayıp olduğunu bildirmektedir.

a.b.f. Hırslı Olmak

Beled Sûresi'nin altıncı ayeti olan "O, yığınla mal tüketicip yok ettim diyor" ifadesi, Mekke'nin kibirli ve zengin ileri gelenleri hakkında nazil olmuştur. Bu kişiler, sahip oldukları mal ve mülklerine güvenerek kendilerini yenilmez zannediyorlar ve Hz. Peygamber'e karşı zafer kazanacaklarını düşünüyorlardı. Ayrıca, bazı yorumlara göre, bu kişiler Hz. Peygamber'i başarısız kılmak için harcadıkları büyük servetlerin boşa gitmesine de üzüntü duyuyorlardı. Yedinci ayet olan "Onu kimsenin görmediğini mi sanıyor?" ifadesiyle ise Yüce Allah, bu tür insanların hangi amaçlarla mal harcadıklarını çok iyi bildiğini hatırlatmaktadır. Bu ayetler, Allah'ın her şeyi gören ve bilen sıfatıyla, insanın niyetlerini ve amellerini eksiksiz bir şekilde değerlendirdiğini vurgulamaktadır. Malını ve mülkünü kötü amaçlarla kullanarak böbürlenlen bu kişilerin, ilahi adaletin mutlak denetiminden kaçamayacakları anlatılmaktadır (DİB, 2025).

a.b.g. Bencillik Etmek

Beled Suresi'nin “O, yığınla mal tüketip yok ettim diyor” anlamını taşıyan altıncı ayeti de insanların bencillik yönünü öne çıkarmaktadır. Esasında insanlar bu dünyada hiçbir varlığın gerçek sahibi değilken, bir başka deyişle, her varlık özünde Allah'a aittir bilincinin oluşmadığı bireyler yeryüzündeki varlıkları sadece kendisine aitmiş gibi sahiplenmekte ve bu mal varlıklarını kaybettiklerinde ise şikâyet etmektedirler. Hâlbuki elindeki mallar üzerinde bir emanetçi olduğunu kavrayıp bencilce davranmayan bir insan bu malları mümkün olduğunda Allah yolunda harcar ve kendisi için ahiret azığı biriktirir. Çünkü dünyadaki mallar en geç ölüm ile elinden çıkacakken ahirette sahip olacakları ise onunla sonsuza kadar kalacaktır.

Surenin ilerleyen bölümlerinde de “Ancak o sarp yokuşu aşamadı” anlamını taşıyan ayetle, insanların bencil düşünceleri yüzünden sarp yokuşu aşamadıkları belirtilir. Çünkü bencillik insana sadece kendi dünyevi çıkarını düşündürür ve bu kişi köle azad etmek, açlık gününde yakını olan bir yetimi veya çaresizlik ve halsizlik içinde toprağa uzanıp kalmış, kıymıdayacak mecali bulunmayan bir yoksulu doyurmayı düşünmez. Ayrıca, bencil karaktere sahip bir insanın başkalarına sabrı ve merhameti tavsiye etmesi de beklenemez. Tüm bunlar, bencilliğin bir mümin sıfatı olmadığını ve Müslümanların bu sığata ait özelliklerden uzak durması gerektiğini göstermektedir.

a.b.h. İsrâf Etmek

Beled Suresi'nin 8, 9 ve 10. ayetlerinde “Biz ona iki göz, bir dil, iki dudak vermedik mi; iki apaçık yolu (hayır ve şer yollarını) göstermedik mi?” denmektedir. Bu ayetler ile insana Allah'ın kendisi üzerindeki nimetleri hatırlatılmakta ve bu nimetler kullanılarak kendisine gösterilen iki apaçık yoldan doğru olanını tercih etmesi beklenmektedir. Sonraki ayette ise “Ancak o sarp yokuşu aşamadı” denmekte ve insanın kendisine verilen nimetleri yerinde kullanmayarak bu nimetleri israf ettiği ve kendisinden bekleneni gerçekleştirmediği ifade edilmektedir. Burada, insana verilen göz ile tefekkür nimeti, dudak nimeti ile başkalarıyla konuşup ilim öğrenme nimeti kastedilmiştir (DİB, 2025). İnsanlar bu nimetleri yerinde kullanıp doğru yola yönelmediklerinde bu nimetleri israf etmiş olurlar denebilir.

a.b.i. Gaflet Göstermek

Beled Suresi'nin 8, 9 ve 10. ayetlerinde “Biz ona iki göz, bir dil, iki dudak vermedik mi; iki apaçık yolu (hayır ve şer yollarını) göstermedik mi?” buyurulmaktadır. Bu ayette belirtilen iki göz fiziki anlamdaki gözü

de içine almakla beraber esas olarak kastedilen insanın kâinatı ve etrafında olan biteni görüp, değerlendirebilme yetisidir (Ateş, 1998: 481). Allah'ın göz nimetini insana verme sebeplerinden biri de Allah'ın yaratıklarını görüp, tefekkür ederek onun varlığına ulaşması içindir. İnsan bu tefekkür sayesinde hayır ve şer yolunu görür ve bir tercihte bulunur. Fakat bir insan kalp katılığı içinde ise gözleriyle sadece dünyada olup biteni görür ve bunların ardında Allah'ın varlığının olabileceğini dşunmez.

Kalbi katılaşmış kişi sebepleri, işlerin asıl faili zanneder ve bu gafleti yüzünden Allah'ın varlığını göremez. Kâinattaki muhteşem düzeni, aslında bir imtihan vesilesi olan sebeplere bağlamak tam bir basiretsizlik örneğidir ve bu basiretsizliği ancak gözleri manevi anlamda kr olan kalbi katılaşmış kişiler yapar. Bu yüzden, Kur'an-ı Kerim verilen akıl nimetinden sonra kalplerindeki katılık yüzünden hayır yolunu seçmeyen kişiler için sarp yokuşu aşamadıkları ifadesini kullanmıştır.

b. Beled Sresi'ndeki Manevi Danışmanlık Temaları

Makalenin bu bölümünde, Beled Sresi'nde ortaya konulan ahlaki ve varoluşsal çerçevenin, manevi danışmanlık ve rehberlik uygulamaları açısından hangi temel temalar etrafında yapılandığı analiz edilmektedir. Yapılan incelemede, srede kullanılan anlatım dilinin yalnızca normatif bir dinî yönlendirme sunmadığı; aksine bireyin irade, sorumluluk, fedakârlık ve toplumsal duyarlılık ekseninde yaşadığı psiko-spiritüel gerilimleri görünür kılan bütüncül bir anlam mimarisi inşa ettiği görülmüştür. Bu bağlamda “sarp yokuş” metaforu, bireyin içsel direnci, ahlaki tercihi ve manevi yönelimiyle yüzleştiği bir eşik alanı olarak değerlendirilmektedir. Beled Sresi'nde ne çıkan bu tematik yapı, manevi danışmanlık bağlamında bireyin anlam arayışı, irade eğitimi, yardımseverlik pratiği ve sorumluluk bilinci gibi temel alanlarda desteklenmesine imkân tanıyan psiko-teolojik bir zemin sunmaktadır. Dolayısıyla bu blmde ele alınacak ana temalar, srenin içerdiği ahlaki çağrının, ağdaş manevi danışmanlık ve rehberlik uygulamalarında nasıl terapötik bir işlev üstlenebileceğini ortaya koymayı amaçlamaktadır.

b.a. İnsanın Sınırlılığı ve İlahi Kudret Bilinci

Beled Suresi'nin “O hiç kimsenin kendisine asla gc yetiremeyeceğini mi sanıyor” anlamını taşıyan beşinci ayeti, insanoğlu ne kadar gcl olursa olsun her zaman ondan daha gclsnn bulunduğunu ve tüm yaratılmışların büyüklüğünün ve gücünün Allah'ın büyüklüğü karşısında aciz olduğunu ifade etmektedir. Bu ayete göre, bir insanın bir konuda en iyi olma düşüncesi ya da isteği, bazen boş ve anlamsız çabalara dönüşebilir; çünkü varabileceği en son nokta, Allah'ın ona izin verdiği yerdir.

En iyi olma saplantısı literatürde mükemmeliyetçilik olarak isimlendirilmektedir. Mükemmeliyetçilik, bireylerin kendilerine yüksek standartlar koyarak mükemmel sonuçlar elde etme konusunda takıntılı olmaları durumunu ifade eder. Mükemmeliyetçilik uyumlu (adaptive) ve uyumsuz (maladaptive) mükemmeliyetçilik olmak üzere iki ana türe ayrılmıştır (Hamachek, 1978). Uyumlu mükemmeliyetçilik, kişisel gelişimi destekleyebilirken, uyumsuz mükemmeliyetçilik kaygı ve stres gibi olumsuz sonuçlara yol açabilir. En iyi olma saplantısı genellikle uyumsuz mükemmeliyetçilikle ilişkilidir ve bireylerin sürekli olarak en yüksek standartları karşılamaya çalışmasını içerir.

Bir insanın bir konuda en iyi olma saplantısına sahip olması psikoloji literatüründe yer alan narsist kişilik bozukluğu kavramıyla ilişkilendirilebilir. Narsist kişilik bozukluğu "normal kişilik"ten sapma olarak kabul edilmektedir. Narsisizm özellikleri gösteren bireyler, amaçları doğrultusunda başkalarını kullanır, kendilerine aşırı değer verir ve aynı ölçüde değer görme beklentisi içine girerler (Karaaziz & Erdem-Atak, 2013: 48). Narsist bireyler, genellikle kendilerini aşırı önemseyen, büyük bir gurur ve ösuygı duygusu taşıyan kişilerdir. Bu bireyler, kendilerini üstün, hayranlık uyandıran ve diğer insanlardan daha özel gören bir tutum sergilerler. Bu tutumları, zamanla çevreleriyle ilişkilerini zorlaştırabilir ve sosyal izolasyona neden olabilir (Vazire vd., 2008: 1445-1446).

Narsistler, genellikle kendi güzellikleri, zekâları, güçleri gibi özelliklerde birinci olduklarına inanarak kendilerini "Tanrı'nın bir lütfu" olarak görürler. Sürekli olarak kendilerinden bahseden ve başkalarıyla tanışmadan önce bile kendilerini tanıtmaya ihtiyacı duyan bir kişilik yapısına sahiptirler. Narsist bireyler, diğer insanları sadece kendilerine hayranlık duymaları gereken figürler olarak algılar. Hayatlarının merkezinde kendileri olduğu için, başkalarının duygularına karşılık vermekte zorlanırlar. Bu durum, vicdan azabı, üzüntü ve keder gibi temel duyguları dahi göstermekte yaşadıkları güçlükte kendini gösterir (Özel, 2013: 253).

Bir manevi danışmanın herhangi bir danışanı için narsistik kişilik bozukluğuna sahip olduğu tanısı koyması mümkün olmamakla birlikte, muhatap olduğu danışanda bu kişilik bozukluğuna ilişkin özellikler görünüyorsa, manevi danışmanın, danışanına Beled Suresi'nin bu ayetin vermiş olduğu mesajlar çerçevesinde danışmanlık yapması etkili sonuçlar doğurabilir. Öncelikle narsistik kişilik bozukluğuna sahip birisi her açıdan başkalarından üstün olduğunu veya olması gerektiğini düşünmektedir (Özel, 2013: 261-262). Kendisinde bu düşüncenin var olmasının kendince bazı haklı sebepleri de olabilir. Örneğin, bu kişi okul yaşamı boyunca her zaman en başarılı olmuş ve iş hayatında da üstün başarılarla

sahip birisi olabilir. Fakat unutulmamalıdır ki bir insan ne kadar başarılı olursa olsun elbette her zaman ondan daha başarılı olan kişiler olması mümkündür. Eğer bir alanda kendisinden daha başarılı olan yoksa bile başka bir alanda olması mümkündür.

Hiçbir insanın tüm alanlarda en başarılı olması mümkün görünmemektedir. Dolayısıyla, narsistik kişilik bozukluğuna sahip birisi her ne kadar geçmişi başarılarla dolu olsa da yaşadığı başarısızlıklar karşısında ciddi derecede moral bozuklukları yaşayabilir ve belki de bu durum onun psikolojik iyiliğinde önemli gerilemelere sebep olabilir. Bu tür bir psikolojik durumda bulunan bir danışanla karşılaşan manevi danışman, Beled Suresi'nin "O, hiç kimsenin kendisine asla güç yetiremeyeceğini mi sanıyor?" (Beled, 90/5) ayetinden hareketle danışanına derin bir farkındalık kazandırabilir. Bu ayet, insana kendi sınırlılığını ve acziyetini hatırlatır. Manevi danışman, bu bağlamda her insanın Allah tarafından güçsüz ve muhtaç bir varlık olarak yaratıldığını ifade edebilir.

İnsanın hiçbir işte mutlak kudret sahibi olmadığı ve her eyleminin ancak Allah'ın yaratmasıyla mümkün olduğu üzerine yapılan bir içsel keşif, danışanın benlik algısını dengelemesine yardımcı olabilir. Ayrıca, danışanın bu dünyada en güçlü görünen kişilerin dahi Allah'ın kudreti karşısındaki durumu üzerine düşünmesi, onun kendi varoluşsal konumunu anlamlandırmasına destek sağlayabilir. Böylece bireyin başarıya dair "her konuda en iyi olma" yönündeki katı tutumu yumuşatılır. Manevi danışman, asıl erdem mükemmeliyet değil; samimi bir niyetle elinden gelen en iyisini yapma çabası olduğunu vurgulayarak danışanın içsel huzurunu destekleyebilir.

b.b. Zorlukların Hayatın Doğal Bir Parçası Olduğu Bilinci

Beled Suresi'nin "Gerçekten biz insanı bir zorluk içinde yaratık" anlamını taşıyan dördüncü ayeti insanoğlunun doğumundan ölümünde kadar zorluk içinde olacağını ifade etmektedir. Bu ayetle, insanın sadece dünyevi anlamda karşılaştığı zorluklar değil aynı zamanda üstlenmiş olduğu dini sorumluluklar da kastedilmektedir (Tütün, 2012: 390). Nitekim Ahzab Suresi 72. ayette, "Şüphesiz biz emaneti göklere, yere ve dağlara teklif ettik de onlar onu yüklenmek istemediler, ondan çekindiler. Onu insan yükledi. Çünkü o çok zalimdir, çok cahildir." ifadesi ile insanın içinde bulunduğu dini yükümlülük açıklanmıştır.

İnsanın hayatının doğumdan ölümüne kadar olan sürecinde, zorluklarla karşılaşması kaçınılmaz bir gerçektir. Bu zorluklar, bireyin ana rahmindeki başlangıcından itibaren yaşamın her evresinde farklı biçimlerde or-

taya çıkar ve ölüm sonrasında dahi devam eder. Bu nedenle, insanın varoluşu, zorluklarla iç içe geçmiş bir deneyimdir. Hayatın zorluklarla dolu olduğu gerçeğiyle yüzleşemeyen bireyler arasında, her şeyin mükemmel olması gerektiği düşüncesi yaygındır. Ancak, bu idealize edilmiş bakış açısı, gerçek hayatın karmaşıklığını ve iniş-çıkışlarını göz ardı eder. Her an her şeyin ideal olması beklentisi, bireyleri sürekli bir memnuniyetsizliğe sürükleyebilir. Zira hayatın zorluklarla dolu olduğunu fark etmeyenler, sürekli bir eksiklik hissi içinde boğulabilir ve bu durum mutsuzluğa neden olabilir (Liu, Zhao & Liu, 2022: 4).

Manevi danışmanlık arayışında olan bireyler arasında, yaşadıkları zorlukları kabullenmekte ve bu zorlukları doğal bir parça olarak görmekte güçlük çekenler bulunabilir. Bu kişiler, toplumun beklentileri ve kendi içsel mükemmeliyetçilikleri nedeniyle yaşadıkları sorunları inkâr etme veya bastırma eğilimindedirler. Ancak, bu durumlarıyla yüzleşmek ve zorlukları doğal olarak kabul etmek, manevi destek sürecinde önemli bir adımdır. Manevi danışmanlık bu noktada devreye girebilir. Bireylere, hayatın zorluklarının kaçınılmaz olduğu ve bu zorlukların hayatın bir parçası olarak değerlendirilmesi gerektiği bilincini kazandırmak, manevi danışmanlığın temel amaçlarından biri olabilir. Bu danışmanlık süreci, bireyin kendi güçlü yanlarını keşfetmesine, duygusal zorluklarını anlamasına ve bu zorluklarla başa çıkma stratejilerini geliştirmesine yardımcı olabilir.

Manevi danışmanlık alan bireylerin, yaşadıkları zorlukları doğal bir süreç olarak kabullenmeleri, onların duygusal iyilik hallerini olumlu yönde etkileyebilir. Manevi danışmanlığın bu doğrultuda sağlayabileceği faydalar, bireylerin hayatlarını daha olumlu bir perspektiften değerlendirmelerine katkıda bulunabilir. Sonuç olarak, zorlukların doğal olduğu bilincini kazandırmak, Beled Suresi'nin "Gerçekten biz insanı bir zorluk içinde yarattık" anlamını taşıyan dördüncü ayetinin kapsamı içinde manevi danışmanlık alanında etkili bir danışmanlık tekniği olarak kullanılabilir.

b.c. Sabır Bilincinin ve Mükâfat Farkındalığının Geliştirilmesi

Beled Suresi'nin "Sonra da iman edenlerden olup birbirine sabrı tavsiye edenlerden, birbirine merhameti tavsiye edenlerden olanlar var ya, işte onlar Ahiret mutluluğuna erenlerdir." anlamını taşıyan 17 ve 18. ayetleri insanın karşılaştığı zorluklara karşı sabırlı olması halinde bu sabrın mükâfatını ahirette alacağını göstermektedir.

Beled Suresi'nde sarp yokuşu aşmanın yollarından biri olarak gösterilen sabırlı olma özelliği manevi danışmanlık süreçlerinde danışmanlara

kazandırılması gereken bir özellik olarak nitelendirilebilir. Manevi danışman doğru yönlendirmeler yaparak danışanın sabrın önemini ve sabır sayesinde dünyada ve ahirette elde edilecek mükâfatları anlamasını sağlayabilir. Sabırlı olmanın kişiyi birçok yönden olumlu etkilediğine ilişkin birçok araştırma mevcuttur. Örneğin, Sarah ve Emmons (2007) çalışmaları sonucunda sabırlı bireylerin diğer bireylere göre daha az depresyona girdiklerini ve aynı zamanda iyi oluş ve sabır değişkenleri arasında pozitif yönlü anlamlı bir korelasyon olduğunu tespit etmişlerdir. Bir başka çalışmada, Peterson ve Seligman (2004) sabrın, erdemler ve olumlu sosyal özelliklerle ilişkisinin bulunduğunu ve sabırlı bireylerin daha empatik ve daha minnettar bir tutuma sahip olduğunu belirtmişlerdir. Sabırlı bireylerde olumsuz duygulanımın azaldığı, depresyonun düşük seviyede olduğu, sağlık problemlerinin azaldığı ve yaşam doyumunun arttığı gözlemlenmiştir. Yapılan deneysel çalışmalarda, sabır düzeyi yükseldikçe iyimserlik ve umut düzeyinde yükseldiği ortaya çıkmıştır. Sabırlı bireylerin, genellikle kadere teslimiyeti esas alan bir zaman anlayışı içinde bulunduğu belirlenmiştir (Schnitker, 2012). Ayrıca, bu çalışma kapsamında, sabır ve yaşam doyumunu arasında da pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Schnitker ve Emmons (2007) çalışmalarında, sabır ile pozitif başa çıkma, öznel iyi oluş ve değerlerin gelişimi arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler olduğu belirlenmiştir. Buna ek olarak, sabır düzeyindeki artışın yaşam kalitesinde artışa sebep olduğu ulaşılan bulgular arasındadır. Tüm bu araştırmaların sonuçları, danışanın sabır konusundaki içsel kaynaklarını keşfetmesine yardımcı olmak için kullanılabilir. Danışanın, karşılaştığı zorluklara karşı sabrın manevi boyutunun farkına varması ve bu sabrın onun için anlamlı bir içsel güce dönüşmesi, psikolojik sağlamlığına önemli bir katkı sağlayabilir. Bu farkındalıkla birlikte, danışanın hayata daha olumlu bir bakış açısıyla yaklaşma kapasitesi de güçlenebilir.

b.d. İhtiyaç Sahiplerine Yönelik Yardım Bilinci

Beled Suresi'nin 12. ayetinde geçen “O sarp yokuşun ne olduğunu bilir misin?” sorusuna daha sonraki ayetlerde köle azat etmek veya açlık gününde yakını olan bir yetimi veya çaresizlik ve halsizlik içinde toprağa uzanıp kalmış, kımıldayacak mecali bulunmayan bir yoksulu doyurmaktır şeklinde yanıt verilmiştir. Bu ayet ile muhtaç insanlara yardım etmenin sarp yokuşu aşmak anlamına geldiği, bir başka deyişle, Allah'ın yanında kıymetli ameller olduğu ifade edilmiştir.

Beled Suresi'nde sarp yokuşu aşmanın yollarından biri olarak gösterilen açlık gününde yakını olan bir yetimi veya çaresizlik ve halsizlik

içinde toprağa uzanıp kalmış, kıyılayacak mecali bulunmayan bir yok-sulu doyurmak ameli manevi danışmanlık süreçlerinde manevi danışmanlık ve rehberlik yapmak amacıyla kullanılabilir. Özellikle maddi açıdan durumu iyi olan fakat manevi açıdan kendini boşlukta hisseden insanlara yönelik bu yönlendirmenin yapılması etkili sonuçlar doğurabilir. Çünkü İslami inanca sahip bir danışan için, ihtiyaç sahiplerini doyurmak ikili bir fayda sağlar. Bu kişi, bir yandan dininin emrettiği bir ameli (ınfak) gerçekleştirerek bu dünyada içsel bir huzur ve manevi tatmin elde eder. Öte yandan, ahirette bu salih amelinin karşılığını alacağı inancı, onun için kalıcı bir umut ve motivasyon kaynağı oluşturur.

Danışan, İslam inancına sahip biri olmasa bile, danışanı muhtaç insanlara yardım etmesi için teşvik etmenin birçok açıdan faydası olabilir. Bunlar, yardımın ruhsal sağlığa katkı sağlaması, empati ve insan ilişkilerinin gelişimini desteklemesi, ahlaki değerleri güçlendirmesi, bireyin kendini keşfetme ve anlam arayışına katkıda bulunması, toplumsal sorumluluk bilincini artırması, kişisel gelişim ve büyümeyi desteklemesi, mutluluk ve huzur düzeyini artırması, toplumsal bağlantı ve dayanışmayı güçlendirmesidir (Alganami & El Keshky, 2025; Chung, Im & Kim, 2021; Hirani, Ojukwu & Bandara, 2022). Danışanın elde edebileceği pozitif etkiler dikkate alındığında, Beled Suresi'nin 13-16 ayetlerinden yola çıkarak ulaşılan, “muhtaç insanlara yardımcı olmanın önemli olduğu bilincinin kazandırılmasının” bir manevi danışmanlık tekniği olarak kullanılmasının faydalı olacağı ifade edilebilir.

b.e. Merhamet ve Şefkat Bilinci

Beled Suresi'nin “Bundan sonra da iman edenlerden, sabrı birbirlerine tavsiye edenlerden, merhameti birbirlerine tavsiye edenlerden olmaktadır” anlamını taşıyan 17. ayeti merhametli olmanın önemini ortaya koymaktadır. Bu ayet Beled Suresi'nin 12. ayeti olan “O sarp yokuşun ne olduğunu bilir misin?” 13-16 ayetlerinde verilmiş olan “O tutsak bir boynu çözmek (köle azat etmek)tir. Yahut şiddetli bir açlık gününde kendisiyle yakınlığı olan bir yetimi yahut topraklarda sürünen bir yoksulu doyurmaktır.” ayetinin devamı niteliğindedir. O halde merhametli olmakta sarp yokuşu aşmanın yollarından biri olarak nitelendirilebilir.

Beled Suresi'nde sarp yokuşu aşmanın yollarından biri olarak gösterilen merhametli olma özelliği manevi danışmanlık süreçlerinde danışanlara kazandırılması gereken bir özellik olarak nitelendirilebilir. Manevi danışman doğru yönlendirmeler yaparak danışanın merhamet duygusunun önemini anlamasını sağlamalı ve danışanın merhamet doyumunun artması sağlanmalıdır. Danışanların merhamet doyumunu artırmak için çeşitli öneriler bulunmaktadır. Bu öneriler arasında başa çıkma, gevşeme

ve iletişim becerilerini içeren eğitim programları dzenlemek, farkındalık eğitimi vermek ve sorun yaşayan bireyler için iyileştirme programları dzenlemek bulunmaktadır (Lipsa vd., 2024: 10).

Bireylerin hem fiziksel hem de zihinsel iyi oluş hallerini destekleyecek uygulamaların ve psiko-eğitimlerin sunulması, merhamet doyum dzenlerinin artırılmasında etkili olabilir. Farkındalığın, merhamet doyumunu artırmada önemli bir faktör olduğu ve farkındalık dzeniyi yksek olan bireylerin daha fazla zindeliğe, yksek iyi-oluşa ve daha fazla merhamet doyumuna sahip olduğu ifade edilmektedir (Martin-Cuellar, Lardier & Atencio, 2021: 4-5). Bu bağlamda, merhamet doyumunu geliştirmek için olumlu duyguları artırmak, stres ynetimi kaynaklarını artırmak ve yaşamı mutlu kılacak öz-bakımı artırmak gibi u yol önerilmektedir (Nas, 2021: 671-673).

S o n u 

Beled Sûresi, Kur'an-ı Kerim'in hacim itibarıyla kısa olmakla birlikte, insanın varoluşsal konumunu, özgür iradesini ve ahlaki sorumluluğunu derinlikli biçimde ele alan yoğun anlam katmanlarına sahip sûrelerinden biridir. Sûrede insanın saadet ile şekavet arasında yapacağı tercihlerin, dışsal koşullardan ziyade bireysel irade, bilinçli ynelim ve sorumluluk üstlenme kapasitesiyle belirlendiği vurgulanmaktadır. İnsana iyilik ve kötülük olmak üzere iki temel yolun gösterildiği; bu yollar arasında seçim yapma özgürlüğünün tanındığı, ancak bu seçimin sonuçlarının doğrudan bireyin çabası ve eylemleriyle ilişkili olduğu açık biçimde ortaya konulmaktadır. Bu yönüyle sûrede, insanın hem dünyevi hem de uhrevi hayatını biçimlendiren irade dinamikleri, ahlaki tercihler ve eylem sorumluluğu psikolojik bir derinlik içinde ele alınmaktadır.

Beled Sûresi, nüzul ortamı olan Mekke döneminin toplumsal ve bireysel zorluklarına göndermede bulunarak, dünyanın bir rahatlama ve huzur alanı değil; aksine sürekli çaba, direnç ve sorumluluk gerektiren bir sınanma zemini olduğunu hatırlatmaktadır. İnsanın meşakkat içinde yaratıldığına yapılan vurgu, yaşamın doğasında mücadelenin kaçınılmaz bir unsur olduğunu ortaya koymaktadır. Bu bağlamda sûrede, dünyevi büyüklüğün ve değerin mal, makam ya da güç gibi dışsal ölçütlerle değil; ahlaki istikamet, samimi niyet ve sabırla şekillenen bir irade tutumuyla anlam kazandığı ifade edilmektedir. Allah'ın insana dışünme yetisi, ahlaki muhakeme gücü ve özgür tercih kapasitesi bahşettiği; ancak bu potansiyellerin bireyin ynelimlerine bağlı olarak ya kemale ulaşacağı ya da zafiyete dönüşeceği özellikle vurgulanmaktadır.

Bu makale kapsamında gerçekleştirilen özömler, Beled

Sûresi'nin insan psikolojisine iki temel boyut üzerinden yaklaştığını göstermektedir. İlk boyut, bireyin manevi olgunlaşmasını destekleyen ahlaki erdemler eksenidir. Şükür, sabır, merhamet, fedakârlık, yardımseverlik ve mücadele azmi bu çerçevede değerlendirilmekte; söz konusu nitelikler, bireyin ruhsal dengeyi korumasına, içsel tutarlılık geliştirmesine ve manevi dayanıklılığını güçlendirmesine katkı sağlayan temel psikolojik kaynaklar olarak ele alınmaktadır. İkinci boyut ise, insanın manevi gelişimini sekteye uğratan irade zayıflıklarıdır. Kuruntu, kendini beğenmişlik (ucb ve kibir), cimrilik, mal biriktirme hırsı, bencillik, israf ve kalp katılığı gibi eğilimler bu kategoride yer almakta; bireyin ruhsal çözülmeye ve ahlaki sapmalara zemin hazırlayan psikolojik zaafılar olarak açıklanmaktadır.

Bu kavramsal çerçeve doğrultusunda, Beled Sûresi'nden hareketle manevi danışmanlık ve rehberlik süreçlerinde uygulanabilecek beş temel farkındalık yaklaşımı önerilmiştir. Bunlar sırasıyla; (i) en iyi olma saplantısının yanıltıcı ve problemleri bir yönelim olduğunun fark edilmesi, (ii) karşılaşılan zorlukların yaşamın doğal ve kaçınılmaz bir parçası olduğunun içselleştirilmesi, (iii) zorluklar karşısında sabrın hem bireyin dünyadaki psikolojik sağlamlığına katkı sağladığı hem de uhrevi anlamda mükâfatla ilişkilendirildiği bilincinin yerleşmesi, (iv) muhtaçlara yardım etme ve paylaşma sorumluluğunun ahlaki bir yükümlülük olarak benimsenmesi ve (v) merhametin manevi olgunluğun temel göstergelerinden biri olduğuna yönelik farkındalığın geliştirilmesidir.

Söz konusu farkındalık yaklaşımlarının her biri, bireyin psikolojik dayanıklılığını artırmaya, benlik bütünlüğünü güçlendirmeye ve manevi farkındalık düzeyini derinleştirmeye hizmet eden belirgin terapötik işlevler taşımaktadır. Bu yönüyle Beled Sûresi, manevi danışmanlık ve rehberlik bağlamında psikolojik direnç, ahlaki gelişim ve ruhsal dengeyi bütünlükten özgün ve bütüncül bir çerçeve sunmaktadır.

Sonuç olarak, Beled Sûresi'nin manevi danışmanlık ve rehberlik perspektifinden ele alınması, Kur'an psikolojisi literatürüne kavramsal düzeyde yeni bir katkı sunmuş; aynı zamanda maneviyat temelli danışmanlık uygulamalarının yerli ve kültürel temellere dayalı bir epistemolojik zemin üzerinde yapılandırılmasına imkân tanımıştır. Bu sûrenin içerdiği ilkelerden türetilen manevi danışmanlık yaklaşımları, çağdaş psikoterapi modellerine değer-odaklı ve anlam-merkezli bir alternatif sunmakta; bireyin içsel olgunlaşma, anlam üretme ve ahlaki tutarlılık süreçlerini desteklemektedir. Dolayısıyla bu çalışma, hem teorik hem de uygulamalı düzeyde manevi danışmanlık ve rehberliğin yerli paradigmasının güçlen-

dirilmesine y6nelik 6zg6n, b6t6nc6l ve modelleyici bir katkı olarak değerlendirilebilir.

Beyanlar ve Bildirimler | Statements & Declarations -

Etik Onay | Ethical Approval

Bu alışma etik onay gerektirmemektedir.

This study does not require ethical approval.

Araştırma Etiği Beyanı | Research Ethics Statement

Bu alışma, uluslararası akademik etik ilkelerine uygun olarak y6r6t6lm6řt6r.

This study was conducted in accordance with international academic ethical principles.

Bilgilendirilmiş Onam | Informed Consent

Bu alışma için bilgilendirilmiş onam gerekli değildir.

Informed consent was not required for this study.

Katılım Onayı | Consent to Participate

Bu alışma için katılım onayı gerekli değildir.

Consent to participate was not required for this study.

Yayın Onayı | Consent for Publication

Yazar(lar), bu makalenin yayınlanmasına tam onay vermektedir.

The author(s) give their full consent for the publication of this article in its current form.

ıkar atışması | Conflict of Interest

Yazar(lar), bu makalenin araştırma, yazarlık ve/veya yayınıyla ilgili herhangi bir ıkar atışması bulunmadığını beyan eder.

The author(s) declare no potential conflicts of interest with respect to the research, authorship, and/or publication of this article.

Rekabeti ıkarlar | Competing Interests

Yazar(lar), bu araştırmaya ilişkin herhangi bir rekabeti menfaatlerinin bulunmadığını belirtir.

The author(s) declare that they have no competing interests.

şeffaflık Beyanı | Transparency Statement

Yazar(lar), çalışmanın t6m aşamalarında şeffaflık ilkesine bağlı kalmışlardır.

The author(s) confirm that transparency principles were followed at all stages of this research.

Finansman | Funding

Bu alışma herhangi bir finansal destek almamıştır.

This research received no financial support.

Veri Paylaşımı ve Erişilebilirlik | Data Availability & Accessibility

Bu çalışmada veri paylaşımı mevcut değildir.

Data sharing is not available for this study.

Yazar Katkıları | Author Contributions

Kavramsallaştırma: SNHB, TŞ; Literatür Taraması: SNHB, TŞ; Veri Toplama: SNHB, TŞ; Veri Analizi: SNHB, TŞ; Yazım – Taslak: SNHB, TŞ; Yazım – Gözden Geçirme ve Düzenleme: SNHB, TŞ.

Conceptualization: SNHB, TŞ; Literature Review: SNHB, TŞ; Data Collection: SNHB, TŞ; Data Analysis: SNHB, TŞ; Writing – Draft: SNHB, TŞ; Writing – Review – Editing: SNHB, TŞ.

Özgünlük Beyanı | Statement of Originality

Bu makale, birinci yazarın ‘Manevi Danışmanlık Bağlamında Beled Süresi’nin İncelenmesi’ başlıklı yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

This article was produced from the first author's master's thesis titled ‘Analysis of Surah Al-Balad in the Context of Spiritual Counseling’.

Çalışma Sınırlılıkları | Study Limitations

Bu araştırmanın bazı metodolojik sınırlılıkları bulunmaktadır ve gelecekteki çalışmalar için öneriler içermektedir.

This study has some methodological limitations and provides recommendations for future research.

Açık Bilim Beyanı | Open Science Statement

Bu çalışma, açık bilim ilkelerine uygun olarak yürütülmüş ve verilerin paylaşımı araştırma etik kuralları çerçevesinde değerlendirilmiştir.

This study was conducted in compliance with open science principles, and data sharing has been evaluated within the framework of research ethics guidelines.

Erişim Politikası | Access Policy

Bu makale, Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası (CC BY-NC 4.0) lisansı altında yayınlanmıştır.

This article is published under the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0) license.

Telif Hakkı ve Lisans | Copyright & License

Yazar(lar), makalenin telif hakkını elinde tutar ve CC BY-NC 4.0 lisansı altında yayınlanmasını kabul eder.

Author(s) retain the copyright of their work, which is licensed under the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0) license.

Kaynaklar

Alganami, F. H., & El Keshky, M. E. S. (2025). Does volunteering benefit students' happiness, social connectedness, and self-efficacy? an interaction with gender. *BMC Psychology*, 13(1), 553.

Altıntaş, M. E. (2018). Hastanelerde gerçekleştirilen manevi danışmanlık ve rehberlik hizmetleri üzerine nitel bir araştırma (Kayseri rneği). *Amasya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 11, 221–256.

Ateş, S. (1998). *Yüce Kur'an'ın ağdaş tefsiri-10*. Yeni Ufuklar Neşriyat.

Balıkcı, ř. (1997). Mekke döneminde müşriklerin Müslümanlara uyguladığı ambargo. *Harran Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 3, 366–381.

Ceylan, Y. & zaydın, M. (2020). Manevi/dini danışmanlıkta değer algısı. *Bingl Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 16, 284–301.

Chung, Y. W., Im, S., & Kim, J. E. (2021). Can empathy help individuals and society? Through the lens of volunteering and mentaleath. *Healthcare (Basel, Switzerland)*, 9(11), 1406.

Çakar, F. (2016). Amellerin boşa çıkması bağlamında: Riy. *EKEV Akademi Dergisi*, 20(66), 289–300.

DİB. (2014). *Türkiye'de dini hayat araştırması*. Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları.

DİB. (2025). *Beled Suresi Tefsiri*. Erişim Adresi: <https://kuran.diyaret.gov.tr/tefsir/sure/90-beled-suresi>.

Duman, M. Z. (2011). İslam'ın Köle ve cariyeye sorununa yaklaşımı. *Erciyes Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 29(1), 1–54.

Gilli-Elewy, H. (2017). On the provenance of slaves in Mecca during the time of the Prophet Muhammad. *International Journal of Middle East Studies*, 49(1), 164–168.

Grabus, M. (2021). Hz. Peygamber döneminde Hz. Eb Bekir'in sahae arasındaki konumu. *Türkiye Din Eğitimi Araştırmaları Dergisi*, 11, 269–286.

Grsu, O., Söylev, . F., & Demirtaş, B. (2021). *Olağanışt durumlarında manevi danışmanlık ve rehberlik: Disiplinlerarası araştırmalar*. Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları.

Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology: A Journal of Human Behavior*, 15(1), 27–33.

Hirani, S., Ojukwu, E., & Bandara, N. A. (2022). Understanding the role of prosocial behavior in youth mental health: Findings from a scoping review. *Adolescents (Basel, Switzerland)*, 2(3), 358–380.

İslam ve İhsan. (2023). *Gönül buzuruyu ile infak edenlerin sırrı*. <https://www.islamveihsan.com>.

Karaaziz, M. & Erdem Atak, I. (2013). A review on narcissism and

researches related narcissism. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 1(2), 44–59.

Karasar, N. (2020). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar ilkeler teknikler* (35. Baskı). Nobel Akademik Yayıncılık.

Kasapoğlu, A. (2005). İnsanın çaresizliği ve fitratın uyanışı. *Kelam Araştırmaları*, 3(1), 61–90.

Kurtubi, M. B. A. (2015). *El camiul abkamul Kur'an-19* (çev. M. B. Eryarsoy). Buruc Yayınları.

Lipsa, J. M., Rajkumar, E., Gopi, A., & Romate, J. (2024). Effectiveness of psychological interventions for compassion fatigue: a systematic review and meta-analysis. *Journal of Occupational Health*, 66(1).

Liu, Q., Zhao, X., & Liu, W. (2022). Are perfectionists always dissatisfied with life? An empirical study from the perspective of self-determination theory and perceived control. *Behavioral Sciences*, 12(11), 440.

Martin-Cuellar, A., Lardier, D. T., Jr, & Atencio, D. J. (2021). Therapist mindfulness and subjective vitality: the role of psychological wellbeing and compassion satisfaction. *Journal of Mental Health (Abingdon, England)*, 30(1), 113–120.

Müftüoğlu, M. (2020). Kur'ân-ı Kerîm'e göre bela ve musibetler karşısında insanın durumu ve manevi değerlerin önemi. *Rumeli İslâm Araştırmaları Dergisi*, 3(5), 8–27.

Nas, E. (2021). Pozitif Psikolojide güncel bir kavram: Merhamet doyumunu. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 13(4), 668–684.

Özel, İ. (2013). Kur'an ekseninde narsizm ve din. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 6(28), 248–268.

Özen, Y. (2017). Psikolojik travmanın insanlık kadar eski tarihi. *The Journal of Social Science*, 1(2), 104–117.

Öztan, A. (2019). *İnsanın anlam ve mutluluk arayışında inancın rolü*. (Yüksek Lisans Tezi). Bursa Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Peterson, C. & Seligman, M. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. American Psychological Association.

Sarah, S. ve Emmons, R. (2007). Patience as a virtue: Religious and psychological perspectives. *Research in the Social Scientific Study of Religion*, 18, 177–207.

Schnitker, S. A. (2012). An examination of patience and well-being. *Journal of Positive Psychology*, 7(4), 263–280.

Schnitker, S. A. ve Emmons, R. A. (2007). Patience as a virtue: Religious and psychological perspectives. In *Research in the Social Scientific Study of Religion* (pp. 177–207). Brill.

Söylev, Ö. (2016). Türkiye'de dini danışma ve rehberlik: Alanları, imkanları ve yöntemleri: Diyanet İşleri Başkanlığı örneği. *Cumhuriyet*

İlahiyat Dergisi, 20(1), 583–584.

şentepe, A. ve Güven, M. (2015). Kişilik özellikleri ve dindarlık ilişkisi üzerine ampirik bir araştırma. *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakóltesi Dergisi*, 17(31), 27–27.

şirin, T. (2004). Manevi danışma ve rehberlikte yeni bir model önerisi: İ.H.S.A.N. modeli ve vaka sunumu. [içinde] A. Ayten, M. Koç & N. Tınaz (Eds.), *Manevi danışmanlık ve rehberlik-I* (ss. 1–14). Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları.

Tütün, S. (2012). Beled suresi bağlamında insan ve özellikleri. *Cumhuriyet Üniversitesi İlahiyat Fakóltesi Dergisi*, 16(1), 383–404.

Ulu, M. & Tekeş, A. (2020). Hükümlülerin duygu durumlarına manevi danışmanlık ve rehberliğin etkisi üzerine bir grup çalışması. [içinde] M. Zengin, N. Tınaz, A. Ayten & H. Ekşi (Eds.), *Cezâevi Hizmetlerinde Manevi Danışmanlık ve Rehberlik* (ss. 359–374). Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları.

Vazire, S., Naumann, L. P., Rentfrow, P. J. ve Gosling, S. D. (2008). Portrait of a narcissist: Manifestations of narcissism in physical appearance. *Journal of Research in Personality*, 42(6), 1439–1447.

Yazar, N., & Uzunöz, A. Y. (2021). The first revelation and the period of persecution by Meccans. *The Journal of Sirab Studies*, 11, 29-52.

Yılmaz, A. (2020). *Kur'ân'da Hz. İbrahim kıssasında bulunan temel duygular ve bunların yönetimi*. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.