

TÜRKİYE CUMHURİYETİ
ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANABİLİM DALI

PSİKOLOJİK AÇIDAN HAYATIN ZORLUKLARI KARŞISINDA
DİNİ İNANÇ VE SABIR: NİTEL BİR ÇALIŞMA

Süleyman DOĞANAY

DOKTORA TEZİ

ADANA / 2019

TÜRKİYE CUMHURİYETİ
ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
FELSEFE VE DİN BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI

PSİKOLOJİK AÇIDAN HAYATIN ZORLUKLARI KARŞISINDA
DİNİ İNANÇ VE SABIR: NİTEL BİR ÇALIŞMA

Süleyman DOĞANAY

Danışman: Prof. Dr. Asım YAPICI

Jüri Üyesi: Prof. Dr. Hasan KAYIKLIK

Jüri Üyesi: Prof. Dr. Turan AKBAŞ

Jüri Üyesi: Prof. Dr. Abdolvahap TAŞTAN

Jüri Üyesi: Doç. Dr. Ali KUŞAT

DOKTORA TEZİ

ADANA / 2019

Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğüne;

Bu çalışma, jürimiz tarafından Felsefe ve Din Bilimleri Ana Bilim Dalında DOKTORA TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Başkan: Prof. Dr. Asım YAPICI
(Danışman)

Üye: Prof. Dr. Hasan KAYIKLIK

Üye: Prof. Dr. Turan AKBAŞ

Üye: Prof. Dr. Abdulvahap TAŞTAN

Üye: Doç. Dr. Ali KUŞAT

ONAY

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim elemanlarına ait olduklarını onaylarım.

.../.../2019

Prof. Dr. Serap ÇABUK
Enstitü Müdürü

NOT: Bu tezde kullanılan ve başka kaynaktan yapılan bildirişlerin, çizelge, şekil ve fotoğraf ların kaynak gösterilmeden kullanımı, 5846 sayılı Fikir ve Sanat Eserleri Kanunu'ndaki hükümlere tabidir.

ETİK BEYANI

Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada;

- Tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- Tez çalışmada yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi,
- Kullanılan verilerde ve ortaya çıkan sonuçlarda herhangi bir değişiklik yapmadığımı,
- Bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu,

bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim. / / 2019

Süleyman DOĞANAY

ÖZET

PSİKOLOJİK AÇIDAN HAYATIN ZORLUKLARI KARŞISINDA DİNİ İNANÇ VE SABIR: NİTEL BİR ÇALIŞMA

Süleyman DOĞANAY

Doktora Tezi, Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı

Danışman: Prof. Dr. Asım YAPICI

Şubat 2019, 269sayfa

Dinî inanç sistemlerinin ve öğretilerinin tümünde inananlardan hayatın zorluklarına karşı tahammül etmeleri istenir. Bu tahammül sürecinde inananlar çeşitli şekillerde baş etme stratejileri geliştirmişlerdir. İslamî kültürde inananlardan Allah'ın takdirine razı olmaları, başa gelen zorluklara sabretmeleri, haram ve yasakları terk etme ve ibadetlere devamlılık hususunda sebat ve ciddiyet göstermeleri beklenir.

Bu çalışma, hayatın zorlukları karşısında Müslüman bireyin hangi psikolojik hallerden geçtiği merakıyla ortaya çıkmıştır. Dolayısıyla müslüman kültürde insanların hayatın zorluklarıyla nasıl başettikleri, bu insanların nasıl bir yas sürecinden geçtikleri, yaşanan bu zorluklar ve ardından gelen yas sürecinde sosyal destek sistemlerinin nasıl bir işlev üstlendiği sorularına cevap aranmıştır. Öncelikle hayatın zorlukları, yas tutma süreci, başa çıkma stratejileri ve İslamî kültürde sabır olgusunun teorik altyapısı psikolojik bakışla detaylı bir şekilde incelenmiştir. Daha sonra alan araştırması yapılmıştır. Çalışma, nitel araştırma yöntemlerinden gömülü teori (grounded theory) yaklaşımıyla hazırlanmıştır. Veriler, amaçlı örneklem yoluyla belirlenen insanların yaşadığı ve araştırmacının bizzat şahit olduğu travmatik olaylar ve sonrasında yaşanan tecrübelerin katılımlı gözlem yapılarak kayıt altına alınmasıyla elde edilmiştir. Ayrıca o travmatik olayları yaşayan veya o hadiselerden birinci derecede etkilenen insanlar ve yakınlarıyla yarı yapılandırılmış mülakatlar yapılmıştır. Elde edilen bütün veriler fenomenolojik analize tabi tutulmuştur.

Çalışma sonunda başa çıkma ve sabır bağlamında bazı zorlanan insan tipleri (Şaşkınlılar, Kaygılılar, Öfkeli, Suskunlar, Teslimiyetçiler) ile karşılaşmış, bir model önerisi olarak da sabra yolculuğun beş hali (Şok-Şikayet-Şüphe-Şükran-Şükür) adını verdiğimiz bir çerçeve oluşturulmuştur. Sonuç olarak inanan insanların hayatın

zorlukları karşısında bu hallerden geçeceği ve bu tiplerden birine bürüneceği iddiası ortaya konmuştur.

Anahtar Kelimeler: Keder, yas, sosyal destek, başa çıkma, inanç, iman, sabır.



ABSTRACT

RELIGIOUS BELIEF AND PATIENCE IN SUFFERING OF LIFE FROM PSYCHOLOGICAL PERSPECTIVE: A QUALITATIVE STUDY

Süleyman DOĞANAY

Ph. D. Thesis, Department of Philosophy and Religious Studies

Supervisor: Advisor: Prof. Dr. Asım YAPICI

February 2019, 269 pages

In all of religious belief systems and teachings, believers are asked to tolerate suffering of life. Believers in this process have developed strategies to cope in various ways. In Islamic culture, believers are expected to accept God's discretion, to be patient with the perpetrators, to abandon the illicit and forbidden, and to show perseverance and seriousness about the continuity of worship.

This study has emerged with the curiosity of the psychological situation of the Muslim individual against the difficulties of life. Therefore, in Muslim culture, how people have achieved the difficulties of life, how these people passed through a period of mourning, these difficulties and the functions of social support systems in the process of mourning have been sought. First of all, the difficulties of life, mourning process, coping strategies and theoretical background of patience in Islamic culture are examined in detail from psychological perspective. Then field research was conducted. The study is based on the grounded theory approach of qualitative research methods. The data were obtained by recording the traumatic events experienced by people determined by the purposive sampling method and by the researcher himself, and by recording the experiences following the incidents. In addition, semi-structured interviews were conducted with people and their relatives who had experienced or were affected the traumatic events. All collected data were subjected to phenomenological analysis and interpreted.

At the end of the study, we have encountered some challenging human types (Confusion, Anxiety, Anger, Silent, Submissive) in the context of coping and patience, and as a model proposition, a conceptual framework that we call the five states of the journey to patience (Shock-Complaint-Suspect-Gratitude-Acquiescence). As a result, it

is claimed that the people who believe will surely pass through these states in the face of the suffering of life and that they will surely appear in one of these typologies.

Keywords: Sorrow, mourning, social support, coping, belief, faith, patience.



ÖN SÖZ

Hayat zordur ve her insan, olasılıklar dünyası diyebileceğimiz bu hayat serüveninin doğal bir başrol oyuncusudur. İnsanın bir tarafı hep eksiktir. Kimine az verilir, kimine çok. Kimi erken göçer bu dünyadan, kimi de yaşlılığı tadıp çocukluğa döner. Kimi yalnız geldim yalnız gideceğim der öbür dünyaya, kimini de dünya malı oylar durur. Kimi gençlik hiç gitmeyecek zanneder, kiminin de kederden genç yaşta saçları ağarır. Kimisi amadır rengi tanıyamaz, kimisi sağırdır sesi bilmez. Kiminin ayakkabısı yoktur, kiminin de ayağı. Kimi içine akıtır kanını, kimi de öfkesini dışa yansıtır. Kimisi zor zamanlarında bir el arar omzunda, kimisi de susar çekilir bir kenara.

Dünya hayatı, ahiretin varlığına inanan bir insan için zorluklarla bezenmiş bir imtihan yeridir. Dini öğretiler bu imtihandan başarıyla geçebilmek için hayatın zorluklarına sabredilmesi gerektiğini söyler. Modern psikoloji ise bu zorlukların üstesinden gelebilmesi için bireyin duygu, düşünce ve davranış üçlüsüne yönelik baş etme stratejileri geliştirir ve ona yol gösterir. Dini başa çıkma stratejilerinden sabrın anlatılması, anlaşılması ve yaşanması tarafı vardır. Bu çalışma, sabrın yaşanan tarafının anlaşılabilmesi ve anlatılabilmesi gayesiyle ortaya çıkmış ve uzun bir sürece yayılmış bir araştırmanın ürünüdür.

Çalışmamın filizlenmesinden meyve vermesine kadar her aşamasında desteğini hep yanı başımda hissettiğim, teşvik ve telkinleriyle bana yol gösteren, beni cesaretlendiren danışman hocam Prof. Dr. Asım Yapıcı'ya gönülden teşekkür ediyorum. Prof. Dr. Hasan Kayıklık, Prof. Dr. Turan Akbaş, Prof. Dr. Abdulvahap Taştan ve Doç. Dr. Ali Kuşat hocalarıma müteşekkirim, onların varlığı ve değerli katkıları çalışmamı olgunlaştırdı. Alan araştırmam sırasında gönül kapılarını bana açan, samimi cevaplarıyla çalışmamın şekillenmesinde belki de en önemli katkıyı sağlayan amaçlı örneklem grubumdaki tüm katılımcılara şükranlarımı arz ederim. Ayrıca, yıllar evvelinde yüksek lisans tez konumu belirlerken, “Sabrı çalışmak istiyorum hocam!” dediğimde, “Bu konuyu irdelenecek kadar olgun değilsin, doktoranda çalışırsın!” diyerek beni motive eden Prof. Dr. Kerim Yavuz hocama minnettarım.

Süleyman DOĞANAY

ADANA / 2019

İÇİNDEKİLER

ÖZET	iv
ABSTRACT	vi
ÖN SÖZ	viii

BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1. Çalışmanın Arka Planı	1
1.2. Problem ve Cevap Aranılan Sorular	4
1.3. Araştırmanın Amacı	6
1.4. Katılımcılar ve Özellikleri	7
1.5. Araştırmada Kullanılan Yöntem ve Teknikler	8
1.6. Araştırmayla İlgili Çalışmalar	11

BÖLÜM II

TEORİK ÇERÇEVE

2.1. Zorlanan İnsana Epigenetik Yaklaşım	19
2.2. Zorlanımlı Yaşantılar ve İnsanî Haller	25
2.2.1. Kaygı ve Korku	25
2.2.2. Depresyon, Yas ve Melankoli	27
2.3. Zorlanan İnsanın Hayatında Dinin Fonksiyonu	33
2.4. Dindarlık ve Maneviyata Yaklaşımlar	37
2.4.1. Dindarlığın ve Maneviyatın Tanımı ve Boyutları	37
2.4.2. İnanç, Şüphe ve İman	39
2.5. Zorlanmaya Sebep Olan İçsel Faktörler ve İnanç	44
2.5.1. Anlam Arayışı ve Bilişsel Tatmin Olma Arzusu	44
2.5.2. Fanilik Bilinci ve Yokluk Tehdidi	48
2.5.3. Engellenme, Yoksunluk ve Adalet Duygusu	51
2.5.4. Suçluluk Duygusundan Arınma: Masumiyete Dönüş Arzusu	54
2.6. Dinî Açıdan Bireyin Psikolojik İnşası	56

2.7. Zorlanan İnsan İçin Sosyal Destek ve Sosyal Ağ	60
2.8. Zorluklarla Başa Çıkma Sürecinde Sabır	63
2.8.1. Başa Çıkma Stratejileri	63
2.8.1.1. Sabır ve Sabrı Gerektiren İnsanî Haller	66
2.8.1.2. Sabırla İlgili Psikolojik Kavramlar	69
2.8.1.2.1. Tahammül Eşiği ve Sebat	72
2.8.1.2.2. Metanet ve Psikolojik Sağlamlık	73
2.8.1.2.3. Vaat ile Umut Düalitesi	76
2.8.1.2.4. Teslimiyet ve Tevekkül Diyalektiği	77
2.8.1.3. İslam Kaynaklarında Sabır Olgusu	80
2.8.1.3.1. Kur'an'ın Tahammül Öğretisi	80
2.8.1.3.2. Nebvî Örneklik ve Öğretide Sabır	84
2.8.1.3.3. Sufi Psikolojide Sabır	89

BÖLÜM III

BULGULARIN DİLİ VE YORUM

3.1. Dinî Başa Çıkma Süreci	94
3.1.1. Müslüman Bireylerin Zorluklarla Baş Etme Stratejileri	94
3.1.2. Tecrübe Edilen Acı ve Travmatik Hadiselerden Sonraki Yas Süreci	100
3.1.3. Kederli Bireylere Yönelik Sosyal Desteğin Mahiyeti ve İşlevi	115
3.2. Başa Çıkma ve Sabır Bağlamında Zorlanan İnsan Tipleri	126
3.2.1. Şaşkınlılar	127
3.2.2. Kaygılılar	131
3.2.3. Öfkeliiler	135
3.2.4. Suskunlar	137
3.2.5. Teslimiyetçiler	139
3.3. Bir Model Önerisi Olarak Sabra Yolculuğun Beş Hali	145
3.3.1. Şok Hali:	146
3.3.2. Şikâyet Hali:	149
3.3.3. Şüphe Hali:	156
3.3.4. Şükran Hali:	160
3.3.5. Şükür Hali:	165

BÖLÜM IV
SONUÇ VE ÖNERİLER

KAYNAKÇA	183
EKLER	200
ÖZGEÇMİŞ	269



BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1. Çalışmanın Arka Planı

Bu çalışma, hayatın zorlukları karşısında inancın sabrı destekleyici yönünü ele almaktadır. Dolayısıyla zorluk, zorlanma, inanç ve sabır kavramları araştırmanın merkezinde bulunmaktadır.

İnsanlar yaşadıkları hadiseleri dinî temelli veya din dışı bir bakış açısıyla analiz edebilirler. Her iki bakış biçimi de kendine özgü dinamikleri olan spesifik anlamlandırmaları beraberinde getirmektedir. Olayların nedenlerine yapılan yüklemeler dinî bir dil ihtiva edebileceği gibi tamamen din dışı atıfları da içerebilir. Yapılan araştırmalarda inancın, dine önem verme düzeylerinin ve dinî kimliklerin fiziksel ve sosyal hadiseleri anlamlandırmada etkili olduğu tespit edilmiştir. Hatta öznel dindarlık algısı ve dine önem verme arttıkça yüklemelerin daha dinî bir renge büründüğü görülmüştür (Yapıcı, 2003). Bu çalışmada başa gelen istenmedik hadiseler karşısında inanç ve sabır ikilisinin psikolojik olarak nasıl devereğe girdiği ve inanan insanların yaşadığı zorlukları aşmasında nasıl bir işlev üstlendiği ele alınmaktadır.

Biyo-psiko-sosyal bir varlık şeklinde tanımlanan insanın tarihini bazen bilgi, bazen teselli, bazen de anlam arayışı üzerinden analiz etmek mümkündür. Bu arayış içinde insanın belki de en büyük sorusu inanç ve Tanrı'yla ilgili olmuştur. Bu süreçte dünyaya anlam vermenin yollarını arayan insan: “Ben kimim?” “Neden varım?” “Hayat neden acılarla doludur?” “Öldüğüm zaman ne olur?” “Yaşadığım zorlukların bir mükafatı var mı?” “Adalet tam manasıyla sağlanacak mı?” gibi sùallerle varoluşunu sorgulayarak olaylara/olgulara somut dünyanın ötesinde, tinsel açıdan bakabilen bir varlık olarak karşımıza çıkmaktadır.

Ahenkli, dengeli ve huzurlu bir hayat arayan insan, gündelik hayat içinde zaman zaman içten veya dıştan gelen uyarıcıların etkisiyle başa çıkmakta zorlandığı tecrübeler yaşayabilir. İnsanî anlamda aynı duygu, düşünce, tasavvur, korku, beklenti içerisinde olan iki kişi bulabilmenin psikolojik açıdan mümkün olmadığı düşünöldüğünde¹, kişi

¹ Bu zorluğu Carrel şöyle açıklamaktadır. “İnsanlık kendi kendini tanımak için büyük çaba harcamıştır. Tarihimizde bilginlerin, filozofların, şairlerin ve mutasavvıfların gözlemlerinden meydana gelmiş bir hazine bulunduğu halde, insanın sadece kimi görünüş ve kıyıtlarını kavrayabilmekteyiz. Üstelik bu kıyıtlar kendi metotlarımızla meydana getirilmiştir. Her birimiz görüntü kalabalığı gibiyiz ve içimizdeki gerçek, tanınmaz bir halde dolaşmaktadır”(Carrel, 2005, s. 18-23). Sayar'ın deyişiyile de, gerçekte hayata anlam katan, bireyi derinden mutlu edebilecek ne varsa, aynı zamanda

için neyin veya nelerin zor olduğunu belli bir başlık altında toplamak da mümkün görünmemektedir². İnsan kendisine ulaşan malumatı ya da uyarıcıları kendi içsel referans çerçevesine yani fenomenolojik alanına göre algılar ve anlamlandırır. Bu nedenle herhangi bir uyarının farklı bireyler üzerindeki etkisi kişisel planda çeşitlilik gösterebileceği gibi aynı birey üzerindeki etkisi de zaman ve bağlama göre değişebilmektedir. Çünkü Şerif'in (1985, s. 2) belirttiği gibi dıştan gelen uyarıların birey üzerinde mutlak uyarma değeri yoktur. Bireysel bir canlı hayatın doğal akışı içinde yaşadığı olaylar neticesinde her zaman aynı reaksiyonu göstermemekte, diğer bir deyişle hesap veya daktilo makinesi gibi belirli tuşlara her basıldığında misalen 3 ve 8 sayılarını veya S ve D harflerini vermemektedir³. Ayrıca insanın bir karakutu olmadığı, her bireyin bilgiyi işleme sistemi olduğu ve aynı tür uyarının farklı bireylerde farklı bilişsel süreçlerle işlenebileceği tezi çeşitli bilim insanlarınca da savunulmaktadır (Pinker, 2003).

Kimisi için üzüntü verici veya üstesinden gelinemeyecek gibi görünen bir yaşantı, diğeri için gündelik yaşamın rutini gibi algılanabilmektedir. Örneğin, yenisini alma gücü olmayan biri için eski bir ayakkabıya sahip olmak zordur fakat ayağı olmayan bir zengin için eski ayakkabının çok farklı bir değeri vardır. Çocuk sahibi olamayan bir çift halinden şikâyetçi olabilirken, çocuğunu kaybeden birisi için yaşadığı durum başka bir anlam ifade edebilir. Zihinsel veya bedensel engelli bir çocuk sahibi anne-babanın ruhsal durumuyla, yakınlarını sık sık görememekten yakınan veya çocuğu

endişlendirebilmekte, kızdırabilmekte hatta üzebilmektedir. Hayat, ele avuca sığmayacak kadar belirsizliklerle dolu, önden kestirilmesi çok zor, karmaşıktır ve içinde kontrol edilmesi güç pek çok dinamik aynı anda işlemektedir (Sayar, 2013, s. 85-86).

² Uyarıların farklı bireyler üzerinde aynı etkiyi yapmadığı veya her bireyin zorluklara dayanma konusunda iç beninin istiaab haddinin farklı olduğuna dair Frager şöyle der: “ Psikolojide Weber-Fechner Kanunu olarak anılan eski bir kanun vardır. İdrak (işitme, görme ve dokunma) üstünde seneler boyu yapılan araştırmalardan sonra keşfedildi. Buna göre algı ne kadar çok harici uyarıcıya maruz kalırsa idrakimiz o kadar az olur. Ne kadar meşgul ve aktifsek o kadar az hassasız demektir. En belirgin örneklerden biri, ağırlığa dair idrak üzerinde yapılmış araştırmalardan geliyor. Birinin elinde tuttuğu şeye ağırlık eklediğimizde değişikliği fark etmesi için ne kadar ağırlık eklememiz gerekmektedir? Mesela, elinizde bir kâğıt tutuyorsanız, kâğıdın üstüne konan bir çeyrekliği hemen hissedersiniz. Bir-iki çeyreklik tutarken elinize bir çeyreklik daha konduğunda hemen yenisıyla gelen farkı idrak edersiniz. Ancak, bir tuğla tutarken o tuğlanın üstüne konan çeyrekliği kesinlikle fark etmezsiniz. Tuğlanın ağırlığı, çeyrekliğin ağırlığını tamamen absorbe ederek hissetmenize engel olacaktır” (Frager, 2014, s. 244).

³ İnsanlar genelde başa gelen olayları, nesnel değerlendirmeler yapmak suretiyle olumlu (örn., evlilik, bebek sahibi olma, terfi etme...) ya da olumsuz (örn., boşanma, taşınma, işsizlik...) olarak gruplandırır. Ancak, yaşam olayları-yaşam doyumu ilişkisine yönelik elde edilen güncel veriler, insanların mutluluk düzeylerini artırıcı ya da azaltıcı yönde etkileyen yaşam olaylarının bu etkilerini esasen kişinin olay hakkındaki öznel algısı, değerlendirmesi ve yorumu üzerinden gerçekleştirdiğine işaret eder (Csikszentmihalyi, 2005, s. 4).

istediği okulu kazanamadığı için dert yanan birinin yaşadığı psikolojik süreç tamamen farklıdır. İnancının gereği olarak elinden geldiği kadar ifa etmeye çalıştığı bir ibadeti aksatan bir müminin çektiği sıkıntıyla, içine düştüğü günah batağından sıyrılmaya çalışan bir tövbekârın yaşadığı ruhi çalkantı yapı, süreç ve işlev bakımından ciddi bir farklılık arz etmektedir. Mamafih dıştan gelen bir uyarımın kime ve ne derecede zor geleceğini kestirememenin yanı sıra, bireyin uyarana vereceği tepkiyi de tahmin etmek oldukça güçtür. Armaner'in (1973, s. 54) belirttiği üzere, psikolojik bir belirti veya olayın hangi derecesi ile normal, hangisi ile anormal olduğunu birden kestirmek, yani hangi psikolojik reaksiyonun doğal, hangisinin genel norma aykırı ve marazi olduğunu açıklıkla belirtmek her zaman kolay değildir.

Bu durumlarda insanın davranışları üzerinde belirleyici etkisi olan çeşitli parametrelerden bahsedilebilir. Bunlardan biri de dindir. Dinlerin pek çok düşünür tarafından acı, hüsrân ve yoklukları anlamlandırıcı etkisi olduğu vurgulanmıştır. Günümüzde de din psikologları ve din sosyologları dinin bireysel ve sosyal hayatı anlamlandırıcı fonksiyonunu ısrarla vurgulamaktadır. Örneğin Pargament'in (1997), kutsalla ilişkili tarzlarda anlam arayışında şeklindeki din tarifi bu anlamda dikkat çekicidir. Dinlerin bireysel-manevi destek yanında sosyal destek sağlayarak kişiye ilave moral-motivasyon verdiği yapılan pek çok araştırmada ortaya konmuştur. Özellikle toplu yapılan dualar, ibadetler bu hususta etkilidir. Ayrıca dinin Yaratıcı Varlık üzerinden bireyi tanımlaması, bu bağlamda “lütü da hoş, kahrı da hoş!” inancını pekiştirmesi, “Allah bir kapıyı kapatırsa başka bir kapı açar.” düşüncesini beslemesi, nitekim “Görelim Mevla neyler, neylerse güzel eyler!” tarzında ifadesini bulan inancı kökleştirmesi, yaşanan sorunlarla başa çıkmada işlevsel bir değere sahiptir. Zira inanan insanda oluşan bu tarz düşünceler iyice içselleştiği zaman onun bilincini yöneten temel unsurlardan birisi, metafizik temelli bilişsel-duygusal şemalarıdır. Kişiyi travmatik hadiselerle karşı dayanıklı kılan bu şemalar onun yaşadığı zorluklara katlanabilmesini sağlamaktadır.

Dinlerin acı, yokluk, hüsrân vb. durumları anlamlandırması, temelde inanan insanın yaşadığı olumsuzlukların üstesinden gelebilmesiyle doğrudan ilişkilidir. Kuşkusuz bu süreçte çok farklı başa çıkma stratejileri devreye girebilmektedir. Bunlardan birisi de dinî kültürde “sabır” diye kavramlaştırılan olgudur. Dinler “ilâhî irade”, “ilâhî takdir”, “ilâhî bilgi” vb. atıflarla bireyin yaşadığı olumsuzluklarla baş edebilmesine zemin hazırlamakta; genel anlamda tüm dinler, özelde İslamiyet sabretmeye ziyadesiyle önem vermektedir. Kur'an-ı Kerim başta olmak üzere hadis

külliyyatı ve tasavvufi eserlerde bazen peygamberlerin hayatları, bazen de sıradan insanlar üzerinden örneklendirilen sabır olgusunun genellikle kader, sınanma ve olgunlaşma bağlamında ön plana çıkarıldığı görülmektedir.

Bilindiği üzere Müslüman kültürde olayların görüntüsü (zahir) ile söz konusu görüntünün arkasında yer alan asıl olgu ya da niyetin (batın) birbirinden farklı olduğu sıklıkla vurgulanmaktadır. “Sizin hayır gördüğünüzde şer, şer gördüğünüzde hayır vardır!” (2/Bakara, 216) mealindeki ayet bunun açık örneğidir. İşte burada olayların görünen kısmı bireyin aleyhine olsa da ilahî bilgi düzeyinde bunun böyle olmayabileceği, dahası yaşanan olumsuzluklara sabredilirse, neticede daha iyi ve daha güzel bir yaşama davetiye çıkarabileceği belirtilmektedir.

Yaşanan zorluklar -yerine ve duruma göre- bireyde üzüntü, düş kırıklığı, suçluluk, pişmanlık, öfke, hiddet, korku, endişe, ıstırap, umutsuzluk vb. duyguları harekete geçirebilir. İnsana ait olan bu duygular çoğu kere bireysel ve sosyal anlamda kişiyi ve çevresini rahatsız edici olabilmektedir. Bir başka deyişle bu tür deneyimler bireyi duygusal ve zihinsel açıdan olumsuz şekilde etkilediği için, onun hem iç dünyasıyla ahengini hem de dış dünyaya uyumunu bozabilmektedir. Bu süreçte varoluşsal boşluğa düşmemek amacıyla yaşadığı tecrübeleri ve gözlemlediği hadiseleri kendi dünyasında anlama ve açıklama ihtiyacı hisseden bireyler benliklerini kuvvetlendirmek için farklı savunma mekanizmalarına müracaat edebilir.

Çoğu insanın ‘hayatın zor olduğu’ gerçeğini tam anlamıyla göremediğini vurgulayan Peck (2009, s. 11-12) sanki yaşam çok kolaymış gibi, insanların sürekli yaşadıkları sorunların ve karşılaştıkları zorlukların büyüklüğünden şikayet ettiğini söylemektedir. Çünkü bu tip kişiler tecrübe ettikleri olumsuzlukları ve acıları sadece kendilerinin ya da ailelerinin/yakınlarının yaşadığı, başkalarının ise sanki bu tip hadiselerle hiç karşılaşmadığı düşüncesiyle davranmaktadır. Eleştirdiği olayı bazen kendisinin de yaşadığını ifade eden psikologa göre aslında yaşamı zorlaştıran, sorunlarla yüz yüze gelme ve onların üstesinden gelme sürecinin acı verici olmasıdır.

1.2. Problem ve Cevap Aranan Sorular

İslamî kültürde, çocuğu ölen bir kadının ağlayıp sızlamasına şahit olan Hz. Muhammed’in onu teselli etme çabasına karşılık aldığı olumsuz tepki sıkça anlatılır. Kadın, kendisini teselli etmeye çalışan kişinin peygamber olduğunu öğrendiğinde Hz. Peygamber’e gidip ondan özür diler. Bunun üzerine Hz. Peygamber, sabırda asıl ve makbul olanın musibetin bireye ilk geldiği an sergilediği teslimiyet hali olduğunu telkin

eder (Buhari, Cenaiz, 32; Müslim, Cenaiz, 14-15). Bu olay, hayatın zorluklarıyla karşılaşan insanlara en çok bahsedilen anektodlardan biridir. Sufî gelenekte ise sabır olgusu, bireyin hayatta karşılaşabileceği olumsuzluklar karşısında edep ve ciddiyeti korumayı içeren bir tutum olarak betimlenir. Sufilerin gerek sözleriyle gerekse hal ve hareketleriyle sabrı en güzel tarif ve temsil eden kişiler olduğu söylenir. Örneğin tasavvuf ehlinden Sühreverdi (1988, s. 465), Sırrı es-Sakati'ye sabrın ne olduğunun sorulması üzerine verilen cevabı delil gösterir. Bir mecliste sabrı anlatmaya başlayan Sakati'nin ayağını bu esnada bir akrep sokar. Canının aşırı derecede yanmasına rağmen akrebi üzerinden kovmaya teşebbüs etmeyen Sakati'ye bu acıya bilerek/isteyerek katlanmasının sebebi sorulduğunda da, sabır hakkında konuşurken kendisinin sabırsızlık göstermesinin uygun olmayacağı cevabı alınır.

İslamî kültürde sabır olgusu, yukarıda verilen örneklerle Müslüman bireylerin karşısına sık sık çıkmakta ancak bunlara benzer anlatım tarzı veya örnekler, hayatın zorluklarıyla karşılaşan insanın psikolojik/ruhi yönünü etraflıca analiz etmediği için çoğu insanı olduğu gibi, bu çalışmanın yazarını da tatmin etmemiştir. Bu sebeple sabır olgusunun anlaşılması ve anlatılması hususunda yüzeysel kalındığı düşünülmektedir. Hayatın zorluklarıyla karşılaşan insanların psikolojik anlamda neler yaşadıkları, hangi ruhsal hallerden geçtikleri veya başka bir deyişle bireyin hayatın zorluklarına karşı sabredip etmediğinden ziyade bu zorluklara nasıl sabrettiği merakı bizi sabır konusunun derinlemesine incelenmesi ve analiz edilmesi gereken bir olgu olduğu kanaatine ulaştırmıştır. Dolayısıyla İslamî kültürde yaşayan bireylerin hayatın elem verici zorlukları karşısında dinî inançlarının devreye girip girmediği veya nasıl devreye girdiği, insanların dinî inançlarından nasıl destek aldığı, yas sürecinde neler yaşandığı, sosyal çevrenin bireye bu süreçte ne şekilde etki ettiği, dinî metinlerde “sabır”, modern psikolojide ise “psikolojik sağlamlık” diye bilinen olgu ile inanç arasında nasıl bir ilişki olduğu soruları araştırmamızın problemini oluşturmaktadır. Bu bağlamda şu sorulara cevap aranmaktadır:

- a) Dindar bireyler yaşadıkları zorluklarla nasıl baş etmeye çalışmaktadırlar?
- b) Tecrübe edilen acı ve travmatik hadiselerden sonra nasıl bir yas süreci yaşanmaktadır?
- c) Müslüman kültürel yapıda kederli bireylere yönelik sosyal destek nasıl devreye girmekte ve nasıl bir işlev üstlenmektedir?

1.3. Araştırmanın Amacı

Hayatın zorluklarıyla karşılaşan insan gerek psikolojik yönden huzur bulmayı, gerekse sosyal gerçeklik içerisinde varlığını ve kimliğini devam ettirmeyi ölene dek arzular. Bu konuda insana yardımcı olmayı amaç edinen çeşitli psikoloji paradigmaları vardır. Örneğin hümanistik psikolojinin yapıtaşı olan varoluşçu felsefe akımında, ‘varlığın ve hayatın anlamı, özgür iradenin bireyin davranışları üzerindeki rolü, bireyin biricikliği’ üzerine sorulan birçok insani soru ele alınıp incelenir. Bu incelemeler sonucu fonksiyon kazanan varoluşçu terapi ise genellikle seçme özgürlüğü üzerinde durarak bireyin yaşadığı zorluklar karşısında boşluğa düşmemesi ve kaygı, hüznün gibi duygularını azaltıcı bir yaşam tarzı geliştirmesini amaçlar (Güleç, 2009, s. 42-43). Bu amaçla ortaya çıkan pozitif psikoloji akımı⁴, bireydeki olumlu duygu ve özelliklerin gelişmesi, bunların hayat boyu devamı için çalışan kurumların, toplulukların ve insanların en üst düzeyde verime ulaşmasını sağlamak için oluşturulmuş bir etkinlik alanı haline gelir.

Geleneksel İslamî kültür içinde, hayatın zorluklarıyla karşılaşmış insanlara bilgi ve irfan sahibi yetkin kişilere müracaat etmesi, böylelikle onların yaşadıkları problemlerinin üstesinden gelmesi istenir. Din, felsefe ve psikolojinin birbirinden ayrılmadığı modernlik öncesi dönemde toplumun akil ve arif kişileri adeta psikolog ve danışman olarak işlev görmüştür. Bunlar dinî ve aklî telkin başta olmak üzere çeşitli yöntem ve tekniklerle kendilerine müracaat edenlere moral motivasyon desteği sağlamışlardır. Günümüzde bu tür kişiler halâ varlığını sürdürmekle birlikte artık insanlar yaşadıkları psikolojik sorunlarla baş edebilmek için profesyonel destek almaya daha eğilimli bir hale gelmişlerdir. Başka türlü söylersek geleneğin etkisinin hala güçlü bir şekilde hissedildiği yapılarda bireysel veya sosyal bunalım yaşayan kişi psikologa başvurma hususunda çekingen davranabilir. Çünkü o, psikologa gittiği durumda kendisine olumsuz yakıştırmalar (sitigma ve stereotip) yapılabileceğinden endişe duyabilir. Nihayet dinî bilgisine güvendiği birisini daha yakın bulup, derdini bir başkasına iletmeyecek bir sırdaş gibi görerek öznel düşüncelerle hareket etmiş de

⁴ Pozitif psikolojinin amacı bilimsel imkânların kullanımıyla bireyin acılarını, dertlerini, sıkıntılarını azaltmak ve onun iyi oluş ve mutluluk artırma yollarını kendisinin bulmasında ona yardımcı olmaktır (Seligman, 1998, s. 5). Pozitif psikoloji, dinî geleneklerle çalışmalarını ortaklaşa yürütür. Bireyin mutluluğu ve sağlığı konusunda dinî geleneklerin teorik ve pratik uygulamalarıyla ortak çalışmalar yapar. Diğer bir deyişle, teoloji ile diyalog kuran pozitif psikoloji bağışlama, tahammül ve umut etme, tevazu gösterme, diğerkâm olma, şükretme gibi erdemleri sadece felsefî yönüyle değil, dinî yönleri ile de ele almaktadır (Watts ve ark., 2006, s. 287).

olabilir. Gerçekten de dinî bilgileriyle topluma hitap eden bir kişi evde, okulda, camide veya herhangi bir yerde sıkıntılı, dertli ve acılı kişilerle karşı karşıya gelebilir⁵.

Yaşanan felaket, yıkım, acı ve ıstıraplar karşısında stres ve kaygı düzeyi yükselen, sorunların üstesinden gelmede zorlanan insanların bir kısmı sırf dinî-sosyal destek arayışındayken bir kısmı profesyonel destek istemektedir. Nitekim bunların bir kısmı da söz konusu her iki desteği de talep etmektedir. Sorunlarını dışarıya yansıtmadan problemlerini kendi içinde çözmeye çalışan insanlara rastlamak da mümkündür (Köknel, 1998) . Bu arada yeterli sosyal desteğin olmadığı haller ile sosyal destek olduğu halde içsel manevi desteğin yeterli olmadığı durumların bireyin ruh sağlığının korunmasında işlevselliğini yitirebileceğini hatırd tutmak gerekir.

Egemen (1952) ve Yavuz (1982), din psikolojisi alanında yapılan çalışmaların öncelikli gayesinin insan hayatının sağlıklı ve dengeli bir biçimde sürdürülmesine bilimsel araştırmalar ile katkı sağlamak olduğunu sıklıkla vurgular. Yapıcı (2011, s. 26) ise bir makalesinde “ruh sağlığı-dindarlık” çalışmalarında karşılaşılan teorik ve metodik güçlükler üzerinde durarak özelde din psikolojisi alanında yapılan çalışmalarda yerelliği oluşturmama problemine, genelde ise pozitivist paradigmayı benimsemiş din psikolojisi çalışmalarında karşılaşılan problemlere yoğunlaşır ve şu soruyu sorar: “Müslüman insan tipi ve dindarlığı dikkate alınmadan, Batıda şekillenen insan tipleri ve dindarlık modelleriyle gerçekleştirilen çalışmalar, Müslüman Türk insanını ne derece tahlil edebilir?”. Bu araştırmanın amacı, müslüman kültürde yaşayan insanların hayatın zorluklarıyla nasıl başa çıktıklarını ve bu süreçte psikolojik anlamda neler yaşadıklarını anlamaya ve din psikolojisi alanyazınına yerelliğin oluşturulması gayesiyle hazırlanmış mütevazı bir eser kazandırmaya çalışmaktır. Böylelikle Köse’nin deyişiyle “bir dargın bir barışık kardeşler” şeklinde nitelendirilen “din” ve/veya “modern psikoloji”nin

⁵ Bu noktada Yalom’un (2001) şu tespitleri, dertsiz insan kıtlığını gösterme açısından dikkat çekicidir. O, bazen değişik kişilik özelliklerine sahip bireylerin ya da sadece gerçekten mutlu olan insanların davet edileceği hayali yemek masaları kurar. Her türlü ilginç masayı doldurmakta sıkıntı çekmezken, “mutlu insanlar” masasını tamamen doldurmayı hiç başaramaz. Her defasında neşeli birkaç kişi belirleyip isimlerini davetli listesine yazdıktan sonra da diğer sandalyelere kimlerin oturacağını düşünmeye devam eder. Ancak o sırada, mutlu misafirlerinden birinin hayatın zorluklardan birinden (bu çoğu kez kendisinin, çocuğunun ya da eşinin başına gelmiş ciddi bir hastalıktır) mustarip olduğunu fark eder. Böylelikle o, herkesin aynı yolun yolcusu olduğunu ve varoluşun temelindeki trajedilerden muaf olan bir terapistin, bir insanın olmadığını iddia eder. Muncebi’nin (2011, s. 30) aktardığı şu anekdot da bu bağlamda kayda değer niteliktedir: “Zulkarneyn doğu ve batı bölgelerinden dönüp, Babil bölgesine varınca şiddetli bir hastalığa yakalanır. Ölümünün yaklaştığını hissedince, annesine şunları yazar: ‘Annecim bir yemek hazırla ve ulaşabileceğin kimseleri toplamaya çalış, ancak senin yemeğini sadece musibetzedeler yesin. Bilmiş ol ki; hiçbir şeyin yerinde kaldığı görülmemiştir. Ben kesinlikle inanıyorum ki, benim gideceğim yer şu andaki mekanımdan daha hayırlıdır. Mektup ulaşınca, annesi bir yemek hazırlayıp insanları topladıktan sonra, dedi ki: ‘Bu yemeği ancak musibete uğrayan kimseler yesin’ ve öyle de oldu.”

zorlanan insana yaklaşımdan ziyade, zorlanan insanın “din” ve “modern psikoloji”ye bakışını kavramaya yönelik bir durum tespiti yapmaktır.

1.4. Katılımcılar ve Özellikleri

Araştırma, Kayseri’nin Yeşilhisar İlçesinde ikamet edenler üzerinde gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların seçilip belirlenmesinde amaçlı örneklem tekniğine uygun bir tavır sergilenmiş, bu bağlamda araştırmacının akrabaları ve komşuları arasından, travmatik yaşam olaylarını bizzat tecrübe etmiş ya da bu travmaların birinci derecede etkisinde kalmış olanlar tercih edilmiştir⁶. İncelenen toplam vaka sayısı 15’tir. Görüşülen kişi sayısı ise 28’dir.

Katılımcılar çeşitli kamu kurum ve kuruluşlarında çalışan veya buralardan emekli, esnaf, tüccar, işçi, çiftçi ve ev hanımlarından oluşmaktadır. Katılımcıların yaş aralığı 24 ila 82’dir. Gerek araştırmacının gerek katılımcıların birbirlerine aşinalığı, yarı yapılandırılmış mülakatların samimi ve içten geldiği gibi yapılmasına olanak sağlamıştır. Bu durum, araştırmanın güvenilirliği açısından kayda değer niteliktedir. Ayrıca katılımcılar gerçek isimlerinin kullanılmasında bir sakınca görmediklerini söylemişlerdir.

1.5. Araştırmada Kullanılan Yöntem ve Teknikler

Bu araştırma nitel desenli bir çalışmadır. Bilindiği üzere nitel araştırma insanların yaşam tarzlarını, öykülerini, davranışlarını anlamaya dönük bilgi üretme süreçlerinden biridir (Strauss & Corbin, 1990). Bu anlamda insanların olaylara ne tür anlamlar yükledikleri ve olayları nasıl değerlendirdikleri sorularına cevap arar. Başka bir deyişle o, insanların olaylara dönük öznel bakış açılarını keşfetmeyi hedefleyen ve insanın kendi sırlarını çözmek ve kendi çabasıyla biçimlendirdiği toplumsal sistemlerin derinliklerini keşfetmek üzere geliştirdiği bilgi üretme yollarından birisi olarak kabul edilir (Özdemir, 2017, s. 326).

Kuşkusuz bu araştırma nicel desenli olarak da planlanabilirdi. Ancak insanın iç dünyasında, hatta en mahrem benliği içinde yaşadıklarını ölçeklerle ortaya çıkarmak kolay değildir. Gözlem, katılımlı gözlem ve mülakat teknikleri bu hususta daha işlevseldir. Bu nedenle bu araştırma nicel olarak planlanmamıştır. Egemen (1952),

⁶ Kayseri’ye bağlı bir ilçe olan Yeşilhisar’ın nüfusu 2017 verilerine göre 15.735’tir. Bu haliyle küçük bir ilçedir. Yeşilhisarda daimi ikamet edenler birbirlerini ya yakından ya da aşinalık olarak tanımaktadırlar. Yaşanan beklenmeyen ölüm, ölümcül hastalık, ölümlü kaza ya da kaza yoluyla engellilik, nihayet şehitlik gibi travmatik hadiseler ilçede hemen herkesin haberdar olduğu vakalardır.

“araştırma yöntemi araştırma konusuna uygun olarak şekillenir” der. Yaşamın zorlukları karşısında yaşanan duygu ve düşünceler çoğu kere nitel yöntemlerle analize daha uygundur. Nitekim Kayıklık (2011, s. 56), Windelband’ın nomotetik ve ideografik bilimler ayrımından yola çıkarak, öznel dinsel yaşayışı kendine konu olarak seçmiş olan din psikolojisi için uygun yöntemin “anlama”⁷ olduğunu savunur. Dilthey’e (1986) göre, anlaşılmaya çalışılan bireysel veya toplumsal bir olayda içerilen yaşamın tümüyle yakalanması ancak empatiyle mümkündür. Bir başkasının yaşantı deneyiminin “ben”in bilincinde yeniden yaşanması anlamına gelen empati⁸, o insanların içinde bulundukları durumun benim tarafımdan yeniden kendimde hissedilmesi, yeniden yaşanması anlamına gelmekte; yeniden yaşama ise, başkalarının anlaşılmasını mümkün kılan bir süreç olarak değerlendirilmektedir. Dökmen (2006) ise, anlamanın sağlıklı bir şekilde gerçekleşebilmesi için “empatiden” ziyade “tele” kavramına dikkatleri çekmektedir. Zira “tele” kavramıyla o; bireyin duygu düşünce ve davranışlarının anlaşılmasında

⁷ Tinsel yaşam, doğa bilimsel açıklamanın değil, anlamanın konusudur çünkü insan, gördüğü şeyi açıklar ama öznel olanı anlar. Bir davranışı açıklamak demek, o davranışı, diğer davranışlar ve oluştuğu ortam bağlamında işlevleriyle tanımlamak demektir. Aynı davranışı anlamak ise, o davranışı bireyin iç dünyasında oluşturduğu duygusal ve bilişsel süreçleri kavrayarak ortaya koymak demektir. Bireysel içsel yaşayışı anlamak, bireyin iç dünyasına nüfuz etmeyi gerektirir. Bireyin manevi dünyasındaki izleri ancak o tecrübeyi daha önce yaşayan insan anlayabilme ve bilimsel açıdan ortaya koyabilme şansına sahiptir (Kayıklık, 2011, s. 47-48).

⁸ Dilthey’a (1986) göre birey, kendi tecrübelerinin ötesindeki olayları ve olguları anlayabilir. Birey, kendisinin tecrübe etmediği bir hadise sonucundaki duygulanımı, hissiyatı anlamak istediğinde, olayı kendi tecrübeleriyle kıyaslayarak anlamaya çalışır. Tecrübe edilmemiş bir yaşantıyı anlamanın bir başka yolu ise, insanın kendi deneyimlerini yoğunlaştırması yoluyla gerçekleştirilebilir. Bunun için insanın, sahip olduğu tecrübeden hareketle, kendi sınırlı deneyimini derinleştirmesi gerekir. Böylelikle insanın daha önce yaşamadığı bir duygu ya da düşüncenin anlaşılması olanaklı hale gelir. Hayatın zorluklarına karşı sabır telkininde bulunmakla, o zorlukları bizzat yaşamak ve onlara sabretmek birbirinden tamamen farklı psikolojik hallerin yaşandığı durumlardır. Dolayısıyla burada birbirine sık sık karıştırılan iki psikolojik kavramdan (empati-sempati) bahsetmek yerinde olacaktır. Hayatın zorluklarıyla karşılaşmış bireyin duygusal hali ve onu anlama ile ilgili psikolojik bir kavram olan empati, kişinin kendisini başka bir bilincin yerine koyarak söz konusu bilincin duygularını, isteklerini ve düşüncelerini, onunla aynı yaşantıları tecrübe etmeden anlayabilme becerisi olarak tanımlanır. Diğer bir ifadeyle başkasının duygularını, duygu durumunu, psikolojik halini anlama ve içsel yaşantısını paylaşma, o kişinin dünyasını tam olarak anlamaya çalışma deneyimidir. Empati duyulduğunda, karşıdakinin düşüncelerine katılmak, onaylamak ya da hak vermek gibi durumlardan ziyade o kişiyi anlamak önceliklidir. Sempati ise, zorlanan bireyin bu olumsuz durumunu yine anlama ile ilişkilidir ancak burada öne çıkan durum veya fark, bireyin karşıdaki insanın yaşadığı deneyimiyle hareket etmesinin söz konusu olmasıdır. Sempati duyulduğunda, karşıdaki insanla duygularımız örtüşür. Görüşlerimiz, düşüncelerimiz paralellik gösterir. Sempatinin empatiden farkı şudur ki, burada kişiyi anlamaktan ziyade onunla aynı fikir ya da duyguda olma ön plandadır. Ayrıca empati diğeri merkezli düşünme/duygulanım olarak kabul edilirken, sempati ise kendi merkezli yaşantı şeklinde tarif edilir. Topçu’nun (2017, s. 88) söylediği üzere taklit hareketlerin, sempati ise duyguların sırayetidir. Başkalarının sevinç ve kederlerinin yanında bazen bizde de aynı sevinç ve kederlerin uyandığını görürüz. Hayvanlarda da var olan bu otomatik sırayet insanın yüksek ruh hallerine ulaştığında hakiki sempati meydana gelir. Bu hakiki sempati ruhları birleştirir. Bu durum bazen öyle yüksek mertebelere çıkar ki, sempatiyi yaşayan şahsiyetler arasında aynileşme ve birbirinin yerine geçme halleri meydana gelir ve biri diğerinin kalbinde ıstırap çeker.

bilimsel bir paradigma sunabilmek için; o kişiyle benzer olayları yaşamış, tecrübe etmiş bir başkasının bakış açısına sahip olunması gerektiğini vurgular.

Bu araştırmada nitel verilerin toplanması ve toplanan verilen çözümlenip yorumlanması olmak üzere iki temel süreçten bahsetmek gerekir.

Veriler *katılımlı (iştiraki) gözlem*⁹ ve *yarı yapılandırılmış mülakat*¹⁰ tekniğiyle toplanmıştır. Bizzat araştırmacının tanık olduğu 15 farklı hadise hakkında ilk planda katılımlı gözlem tekniğiyle veri toplanmıştır. Bu süreçte gözlenenlere gözlendikleri fark ettirilmemiş, katılımlı gözlem sonucu elde edilen bilgiler daha sonra kayda geçirilmiştir. Yarı yapılandırılmış mülakatta ise 15 farklı hadiseden gerek doğrudan etkilenenlerle (kişinin kendisi) gerekse etkilenenlerin birincil (anne, baba, çocuk, eş, ağabey, abla, kardeş) ve ikincil (amca, hala, teyze dayı) derecede yakınlarına çeşitli sorular sorulmuştur. Yarı yapılandırılmış mülakat soruları, “Yaşanan bu travmatik hadiseden nasıl etkilendiniz?”, “O gün neler hissettiniz? “Bugün neler hissediyorsunuz?”, “Bu konuda neler söylemek istersiniz?” gibi bir kaç klişe sorudur. Ancak mülakatın akışına göre yeni sorular üretilmiş, bu bağlamda seküler ve dini anlamda başa çıkma süreçleri ve stratejileri sorulmuştur. Verilerin ilk anda katılımlı gözlem daha sonra yarı yapılandırılmış mülakat tekniğiyle toplanması ve her iki veri toplama arasında uzunca bir sürenin (aylar, hatta yıllar) geçmesi çalışmaya boyamsallık katmaktadır.

Toplanan verilen çözümlenmesinde betimsel analiz ve içerik analizi teknikleri kullanılmıştır. Betimsel analiz kapsamında zaman zaman uzunca alıntılar yapılmış, buradan hareketle çözümlemelere ulaşılmaya çalışılmıştır. Belli kategoriler oluşturularak çözümlemeler yapılırken de içerik analizinden faydalanılmıştır. Bu arada

⁹ Katılımlı gözlem, araştırmacının araştırdığı kümedeki bireyleri ve onların davranışlarını gözleyerek not almasıdır. Bu yöntemde katılımcı hem müşahade eden hem de müşahade edilen şeyde bir unsurdur. Gözlemci olayları incelerken, aynı zamanda onların kendi şuurundaki etkilerine bakar. Bu teknik ‘etnoğrafik araştırma tekniği’ olarak da adlandırılır. Katılarak gözlem tekniğine başvurma ihtiyacını, olay ve olguları laboratuvarda inceleme, test etme ve tekrarlamamanın imkânsız olmasında, dolayısıyla bunları yerinde izleme zorunluluğunun bulunmasında aramak mümkündür (Yavuz, 1986; Arslantürk, 2004; Apaydın, 2016).

¹⁰ Yarı yapılandırılmış mülakat tekniğiyle araştırmacı deneklerle birebir görüşme yapar ve bu görüşmede açık uçlu sorular sorar. Bu teknikte bireyin duygu ve düşüncelerini içinden geldiği gibi özgürce dile getirebilmesi için bireye rahat bir ortam hazırlanması esastır. Araştırmacı sorularını mülakata başlamadan önce hazırlar fakat bireyler ve koşullara bakarak mülakat süresince birçok hususta esnek olabilir. Misalen araştırmacı önceden hazırlamış olduğu soruları yeniden düzenleyebilir veya sorular hakkında geniş konuşmalara izin verebilir. Mülakat/görüşme tekniğinin yüz yüze olması, sözlü olarak yapılması, soruların cevapsız kalmaması ve esnek olması şeklinde avantajları vardır. Mülakat tekniği, denekleri bularak görüşmeleri tamamlamak için büyük uğraş ve uzun zaman isteyen bir tekniktir (Yavuz, 1986; Arslantürk, 2004; Apaydın, 2016; Özdemir, 2017).

“gömülü teori”¹¹ mantığından hareket eden fenomenolojik analiz¹² yönteminden de faydalandığımızı belirtmeliyiz. Bu noktada bazı hususlara dikkat çekmenin faydalı olacağını düşünüyoruz: Nitel araştırma gerek veri toplama gerekse verileri çözümleme anlamında tümevarım mantığına dayalıdır. Burada araştırmacının temel rolü, sosyal gerçekliğin içerisinde yerleşik olarak duran üstü örtülü bilgiyi kendi öznel bakışıyla inşa etmesidir. Böyle bir çalışma yaparken başta herhangi bir denence ve varsayıma dayanmaksızın araştırma alanına gidilmesi, oradan elde edilen bilgilerin çözümlenmesi söz konusudur (Balcı, 2005; Wertz ve ark., 2011).

1.6. Araştırmayla İlgili Çalışmalar

Tıp doktoru ve uluslararası ün kazanmış bir psikiyatr olan Elisabeth Kübler-Ross’un terminal dönemdeki kanser hastalarını gözlemleyerek ve gerek hastalar gerekse hasta yakınlarıyla mülakat yaparak meydana getirdiği “Ölüm ve Ölmek Üzerine” adlı eseri araştırmamıza ışık tutan çalışmalardan birisidir. Kübler-Ross çalışmasında ölümcül hastalık tanısı konduktan sonra yaklaşan ölümün hastayı, hastanın yakınlarını ve hastayla ilgilenen profesyonelleri nasıl etkilediğini araştırmıştır. Sonuçta insanların bu süreçte yaşadığı evrelerin sırasıyla “yadsıma (inkar) ve kendini yalıtılma”, “öfke”, “pazarlık”, “depresyon” ve “kabullenme” olduğu kanaatine ulaşmıştır (Ross, 1997). Bu evreler sosyoloji ve psikoloji bilimlerinde kederin beş evresi olarak adlandırılmış ve daha önce bir yakınımızı kaybettiğimizde yaşadığımız matem (yas) sürecinin aynısını, sağlığını büyük ölçüde kaybetmiş ve ölüme yaklaşmış bu insanların da yaşadığı tezini ileri sürmüştür.

¹¹ Gömülü teori (grounded theory) yaklaşımı, mevcut kuramların problemi tam olarak ifade edememesi durumunda devreye giren, daha kapsamlı ve süreci açıklayıcı bir yaklaşımdır. Hem bir araştırma stratejisi hem de veri çözümleme yolu olan gömülü teori, ‘temellendirilmiş kuram’, ‘kuram oluşturma’, ‘alt teori’ gibi isimlerle de anılır. Bu yaklaşımda kuramların verilere dayandırılarak sürekli ölçüm ve karşılaştırmalı analizlerle tümevarımcı bir anlayışla oluşturulması gerektiği inancı vardır. Bu itibarla gömülü teori, fenomenoloji gibi anlam ve yaşantılara odaklanır ve fenomene ilişkin kuram oluşturur veya kuram ortaya koyar. Gömülü teori çalışmalarında araştırmacılar, araştırma için takip ettikleri sistematik süreç boyunca veri toplar, kategorileri belirler, kategoriler arasındaki ilişkileri kurar ve bütün bu süreci açıklayan bir kuram geliştirir (Creswell, 2008).

¹² Nitel araştırmalarda uygulanan analiz yöntem ve tekniklerinden birisi olan fenomenolojik analiz, ağırlıklı olarak varoluşçu psikoloji içinde gelişme gösteren bir yaklaşımdır. İnsanların çevrelerinde olup biten olayları nasıl değerlendirdiklerini anlamaya çalışan bir analiz türüdür (Wade & Tavis, 1990; Creswell, 2016). Fenomenolojik analizin en önemli varsayımı, dil ile insanın duygu ve düşünceleri arasında sıkı bir bağ olduğu yönündedir. Fenomenolojik analizi uygulayan araştırmacı uygulamada kişilerin söylediklerine dayalı olarak onların duygu ve düşüncelerini anlamaya ve yorumlamaya çalışır. Fenomenolojik analiz, *araştırma sorusunun yazılması, örneklem seçimi, veri toplama ve analiz* işlem basamaklarından oluşur. (Smith & Eatough, 2007).

Kathy Charmaz (1997), anlayıcı paradigmanın ürettiği teorilerden “sembolik etkileşimci kuramın”¹³ altyapısıyla nitel araştırma yollarından “gömülü teoriyi (grounded theory)” kullanarak on bir yıl süren bir araştırma yapar. “Good Days Bad Days” adlı çalışmasında kanser, kalp yetmezliği, multiple skleroz¹⁴, artrit¹⁵, lupus¹⁶, emphysema¹⁷ gibi hastalıklardan mustarip hastalarla ve bu hastaların bakıcılarıyla yaptığı görüşmeleri fenomenolojik yöntemle analiz eder. Kronik hastalıklarla boğuşan, hastalıklarla ansızın karşılaşan veya hastalık hastalığına yakalandığını düşündüğü insanların ve bakıcılarının, benlik ve zaman kavramları üzerinde farklı düşünce ve tavırlara sahip olduklarını, bu itibarla hayatın zorluklarına karşı onlara yardımcı olunması ve hayatı anlamlandırmalarında onlara anlayıcı bir tavırla yaklaşılması gerektiğini söyler. Her insanın tek olması gibi yaşam olaylarının ve travmatik hadiselerin insana etkisinin de subjektifliği ve biricikliği üzerine vurgu yaparak hem hastalara, hem bakıcılara hem de bilim insanlarına yol gösterici mahiyette bir durum tespiti yapar.

Ülkemizde “dinî başa çıkma” ile ilgili değişik yöntem ve teknikler kullanılarak çeşitli örneklerle yapılmış birçok çalışma mevcuttur. Örneğin Kula (2002), 17 Ağustos ve 12 Kasım depremlerini yaşamış 200 kişiyle mülakat yapmış ve bulgularını birtakım işlemlere tabi tutmuştur. Bu çalışmada ‘Deprem anında ne yaptınız, mevcut durumla nasıl baş ettiniz?’ sorusuna verilen cevaplardan örneklemin %76’lık bir oranda dinî başa çıkma yöntemlerini kullandığı sonucuna varmıştır. Bu yöntemlerin, Allah’a dua etmek (%58), Kelime-i Şehadet, salâvat ve tekbir getirerek manevi destek ve güç elde etmek (%29), Kur’an okuma ve namaz kılma (%14), ölümü ve ahireti düşünerek

¹³ Sosyal etkileşimciler, gerçeğe ilişkin eylemin kaynağının dış faktörler olduğunu iddia eden işlevselcilerden farklı olarak eylemlerin kişilerin zihinlerinde yapmış olduğu anlamlandırmanın bir sonucu olarak iç faktörleri öne alırlar. Semboller ve sosyal davranışlar arasındaki ilişkilerden yola çıkılarak geliştirilen bu teori, bireylerin dünyalarını anlamlandırmalarını ele alır ve bireyin tavırlarının subjektif anlamını yakalamaya çalışır. Bu teorinin en önemli özelliklerinden birisi, bireyin topluma ayak uydurmasının arkasında güvenlik ve çevreye uyum gösterme isteğinin yattığını söyleyerek, bireyin sosyal çevresine kendini ifade etmesi için ona yardımcı olmasıdır (Güngör, 2013).

¹⁴ Multiple skleroz, halk arasında MS hastalığı olarak bilinir. Hareket aksaklığı, kaslarda güçsüzlük, kısmi felç, dengesizlik, konuşma ve görme bozuklukları gibi çeşitli belirtilerle ortaya çıkar. Erkeklerle oranla kadınlarda iki kat fazla görülür.

¹⁵ Artrit, vücut tarafından üretilen, eklemlerde meydana gelen iltihabik bir durumdur. Ayak bileği, diz, el bileği vb. eklemlerin iltihaplanması ile birlikte şişme, sertleşmeye yol açan hastalıklar ve eklemlerde ağrı gibi durumlara neden olabilir.

¹⁶ Lupus, geniş bir hastalık grubunu anlatan bir terimdir. Bağışıklık sisteminin bozulması ile meydana gelen rahatsızlıklar silsilesidir. Vücut dokularının zarar görmesiyle ortaya çıkan ve büyük oranda doğurganlık çağındaki kadınlarda görülen, halk dilinde keleş hastalığı olarak da bilinen, kilo kaybı, böbrek yetmezliği, ateş vb. sonuçları olan hastalıklar topluluğu olarak adlandırılır.

¹⁷ Amfizem, akciğer dokusunun uç hava yollarının anormal ve kalıcı genişlemesi ile ortaya çıkan kronik hava yolu hastalığıdır. Tütün kullanımı amfizemin en sık rastlanan sebebidir. Kirli havaya sürekli mazur kalmak ve genetik kodlar da hastalığın diğer sebeplerindendir.

rahatlamaya çalışmak (%28), Allah’a kızma ve öfkelenme (%0,9) ve Allah’ın bu olayı ceza olarak verdiğini düşünmek (%63) şeklinde olduğu tespit edilmiştir. Kişilerin Allah’ın cezalandırmasını kendi eylemlerinden ziyade başkalarınınkine atfetmeleri araştırmanın önemli bulguları arasındadır.

Mülakat yöntemiyle gerçekleştirilen diğer bir çalışma, Küçükcan ve Köse’nin (2001) Marmara depreminden etkilenmiş 76 kişiyle yaptığı çalışmadır. Bu çalışmada gerek depremi algılama, açıklama ve anlamlandırmada gerekse etkileriyle başa çıkmada dinî kavram ve motiflerin sıklıkla kullanıldığı tespit edilmiştir. Depremi yaşayan kimselerin önemli bir bölümünün, gerek bu felaketin oluşu esnasında yaşanan ani şok ve sarsıntılarla başa çıkmada, gerekse olayın meydana getirdiği maddi ve manevi kayıpların yol açtığı gerilim, sıkıntı ve bunalımların aşılmasında en çok dinî inanç ve kavramlara başvurdukları görülmüştür.

Ekşi’nin (2001) yapmış olduğu “Başa Çıkma, Dinî Başa Çıkma ve Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma” adlı doktora çalışmasında başa çıkma, dinî başa çıkma ve ruh sağlığı arasındaki ilişki, ilişkisel tarama modeli kullanılarak incelenmiş saha araştırması niteliğindedir. Çalışmada cinsiyet, sosyo-ekonomik durum, olayın algılanan etkisi ve eğitim görülen fakülteyle dinî başa çıkma tarzları arasındaki ilişkiler incelenmiş; olumsuz dinî başa çıkma, ruhsal rahatsızlık belirtileri ve daha kaçınmacı savunmacı başa çıkma tarzlarıyla ilişkiliyken, olumlu dinî başa çıkma ile ruhsal rahatsızlık belirtileri arasında bir ilişkiye rastlanmamıştır. Yine, olumlu dinî başa çıkmanın daha problem yönelimli başa çıkma tarzlarıyla ilişkili olduğu tespit edilmiştir

Naci Kula (2005) “Bedensel Engellilik ve Dinî Başa Çıkma adlı çalışmasında Çorum ve İstanbul’da bedensel engellilere Pargament’in altı boyutlu Dinî Başa Çıkma ölçeğini, Kayhan Mutlu’nun dindarlık ölçeğini uyarlayarak kullanmıştır. Araştırmanın sonucunda bedensel engellilerin genelde dinî hayat düzeylerinin yüksek olduğunu, bu sebeple de dinî başa çıkma etkinliklerini kullandıklarını tespit etmiştir.

Gülüşan Göcen (2012), “Şükür ve Psikolojik İyi Olma Arasındaki İlişki Üzerine Bir Alan Araştırması” adlı doktora tezinde şükür, psikolojik iyi olma ve dinî yönelim arasındaki ilişkileri inceleyerek şükürün psikolojik iyi olma ve dinî yönelimle bir ilişkisi olup olmadığını tespit etmeyi amaçlamıştır. Araştırmasında kadınların erkeklere göre takdir etme ve şükretme oranlarının daha yüksek düzeyde; buna ilaveten kadınların sözel şükretmede, yakın çevreye yönelik sosyal şükretmede ve sahip olmaya yönelik şükürde de erkeklere göre daha çok şükürde bulunduğunu tespit etmiştir. Psikolojik iyi olma ve dinî yönelim açısından kadınlar ve erkekler arasında bir farklılık tespit

edememiştir. Yaş ve şükür arasında da olumlu yönde anlamlı ilişki olduğunu görmüştür. Daha yaşlı yetişkinlerin yaşam memnuniyetine yönelik şükür, aileye yönelik şükür, karşılaştırmalı şükür ve ibadete yönelik şükürde yaşlı yetişkinlere göre daha yüksek düzeyde şükrettiği sonucuna ulaşmıştır. Evlilik tecrübesi geçiren insanların bekâr olanlara göre daha çok durumsal şükürde (takdir etme) bulunduklarını, evli insanların yaşam memnuniyetine yönelik şükür, sosyal karşılaştırmalı şükür ve ibadete yönelik şükürde de bekâr olanlara nazaran farklı düşündüklerini, psikolojik iyi oluş açısından evli insanların hayatın anlamı boyutunda bekâr insanlara göre daha yüksek düzeye sahip olduğunu iddia eder. Araştırma sonucunda bireyin dinî yöneliminin şükretmesi ve psikolojik iyi olması ile olumlu yönde ilişki gösterdiği görülmüştür. Bu sebeple araştırmada psikolojik iyi olma ve durumsal şükürün boyutları arasında yapılan regresyon analizinde aileye yönelik şükürün, sözel şükürün, yaşam memnuniyetine yönelik şükürün ve yakın çevreye gösterilen şükürün bireyin psikolojik iyi olmasında etkili olduğu görülmüştür.

Kartopu (2012), “Kaygının Kader Algıları ile İlişkisi –Kahramanmaraş Örneği” adlı doktora tezinde kaygının kader algıları ile ilişkisini konu edinir. Kader algılarına göre kaygı düzeyinde farklılaşma olup olmadığı tezin temel problemini oluşturur. Bu bağlamda, örneklem grubunun kader algıları ve kaygı düzeylerini tespit ettikten sonra, kader algıları ile kaygı ilişkisini ortaya koymaya çalışmıştır. Sonuç olarak, yükleme kuramının temel yaklaşımlarından hareket eden çalışmada insanın kader inancının, kader algısının ve olayları anlamlandırmada kadere atfı kullanma biçiminin kaygı düzeyini belirleyen önemli etkenler olduğu sonucuna varmıştır.

Kavas (2013), “Dinî Tutum – Stresle Başa Çıkma İlişkisi” adlı doktora tezinde, 2011 yılı Denizli il merkezinde yaşayan 15 yaş ve üstü 869 kişiden oluşan örneklem grubu üzerinde dinî tutumların stresle başa çıkmada etkisini inceler. Çalışma sonucunda deneklerin dinî tutumlarının cinsiyet, gelir, din eğitimi alma, aileden ve diğer kaynaklardan din eğitimi alma durumlarına göre farklılık göstermediği; yaş, eğitim, dinî bilgi düzeyi, algılanan dindarlık düzeyi, Kur’an kursu, cami hocası, Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi dersi, dinî kitaplar veya İmam-Hatip Okulları/Liseleri’nden din eğitimi alma durumuna göre farklılık gösterdiğini tespit eder. Kavas, stresle başa çıkma tutumlarının cinsiyet, Kur’an kursu, aile, cami hocası, DKABD, İHL ve diğer kaynaklardan din eğitimi alma durumuna göre farklılık göstermediği; yaş, eğitim, dinî bilgi düzeyi, algılanan dindarlık düzeyine, din eğitimi alıp almama, dinî kitaplardan din eğitimi alma durumlarına göre farklılık gösterdiği sonucuna ulaşır. Aileden din eğitimi

alma durumu dinî tutuma olumsuz yansırken stresle başa çıkmada olumlu yansımıştır. Araştırmada, bireylerin stresle başa çıkmasında dinî tutumların önemli bir yerinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Şirin (2013), “Bilişsel Davranışçı Psikoterapi Yaklaşımıyla Bütünleştirilmiş Dinî Danışmanlık Modeli” adlı doktora tezinde dinî danışmanlık alanında bilişsel davranışçı psikoterapi yaklaşımı ve İslâmî inanç esasları ile bütünleştirilmiş bir dinî danışmanlık modeli (BDTBDDM) geliştirmeyi amaç edinmiştir. Tezin bir diğer amacı da geliştirilen modelin din eğitimi alan erkek öğrencilerin durumluk kaygı düzeyleri, sürekli kaygı düzeyleri, otomatik düşünceleri ve Kısa Semptom Envanteri (KSE) ile ölçülen semptomlarına etkisinin olup olmadığının araştırılmasıdır. Araştırmanın katılımcılarını, İstanbul ili sınırlarında yaşayan, 18-30 yaşları arasında ve dinî ilimlerde yüksek öğrenim görmekte olan üniversite öğrencilerinden araştırmaya gönüllü katılmayı kabul eden toplam 93 öğrenci arasından, Durumluk- Sürekli Kaygı Ölçeği, Otomatik Düşünceler Ölçeği (ODÖ) ve Kısa Semptom Envanteri uygulanarak yapılan genel tarama ölçümleri (ön-test) sonucunda belirlenen kriterlere uyan ve çalışmalara düzenli katılan 14 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma sonucunda üniversite öğrencilerine uygulanan BDTBDDM uygulamalarının öğrencilerin durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri ile otomatik düşüncelerin görülme sıklığının düşmesine sebep olduğu, Kısa Semptom Envanteri ile yapılan ön test son test ölçümlerinde de anlamlı bir düşüş gözlenmiştir.

Eryücel (2013), “Yaşam Olayları ve Dinî Başa Çıkma” adlı nitel çalışmasında 25-65 yaş arası 60 gönüllüden oluşan katılımcılara ilgili akademisyenler ile paylaşarak karar verilen 12 soru sorarak yaşam olayları ile başa çıkma süreci ile dinî başa çıkma ilişkisini incelemiştir. Dinî başa çıkmanın yaşam olayları ile başa çıkma sürecinde çok farklı sonuçlar ortaya çıkardığı tespit edilmiştir. Görüşmeler katılımcılar ile önceden karar verilen yerlerde yapılmıştır. Çalışma sonucunda dinî başa çıkmanın olumlu ve olumsuz formlarının birbirlerinden çok farklı sonuçlar ortaya çıkardığı görülmüştür. Olumlu-olumsuz dinî başa çıkmada Tanrı imgesinin, yaşanan olayları ceza veya öğrenme olarak değerlendirmenin, olayı kabul edip edememenin, sosyal desteğe açık olma ile kapalı olmanın ve insanlardan memnuniyetin belirleyici olduğu görülmüştür. Ayrıca yukarıdaki ayırt edici maddelere göre yaşam memnuniyeti ve yaşam olayının bireyi olumlu-olumsuz değiştirmesi, farkındalığın artması-olmaması arasında da ilişkili olduğu kanaatine ulaşılmıştır. Yine yaşam olayının niteliğinden çok, bireylerin olaya bakış açılarının da kriz yönetiminde son derece belirleyici olduğu ortaya çıkmış ve

olumsuz dinî başa çıkmanın çözüm süreci üzerinde etkisiz ve olumsuz sonuçlar verdiği görülmüştür.

Belen'in (2014) "Manevi Danışmanlıkta Bibliyoterapi Tekniği ve Uygulanması" adlı doktora tezi, çalışmamızın yöntem ve tekniği ile benzer özellikler arz etmektedir. Ülkemizde, manevi danışmanlıkta bibliyoterapi tekniğinin nasıl uygulanabileceğinin ortaya konulması bu tezin konusunu oluşturmaktadır. Araştırmada bibliyoterapi literatürü ışığında, kültürümüzde ve ülkemizde bu tekniğin nasıl uygulanabileceğine dair teorik bir çerçeve oluşturulmaya çalışılmıştır. Araştırmanın uygulama boyutunda, deney ve kontrol grubu, ön test ve son test ölçümlü deneysel bir desen kullanılmıştır. Araştırmaya 24'ü deney ve 24'ü kontrol grubunda olmak üzere toplamda 48 kadın katılmıştır. Deney grubuna on iki oturumlu, manevi metinlerle yapılandırılmış bibliyoterapi uygulanmıştır. Bu süreçte, kontrol grubuna herhangi bir işlem yapılmamıştır. Deney ve kontrol grubuna uygulama öncesi ve sonrasında Algılanan Stres, Dinî Başa Çıkma ve Allah Tasavvuru ölçekleri uygulanmıştır. Araştırma bulgularına göre deney grubunun algılanan stres düzeyi, kontrol grubuna göre anlamlı bir şekilde ($p<0,05$) düşmüştür. Deney grubunun olumlu dinî başa çıkma düzeyi kontrol grubuna göre anlamlı bir şekilde ($p<0,05$) yükselmiş ve olumsuz dinî başa çıkma düzeyi kontrol grubuna göre anlamlı bir şekilde ($p<0,05$) azalmıştır. Deney grubunun olumlu Allah tasavvuru düzeyi kontrol grubuna göre yükselirken, olumsuz Allah tasavvuru düzeyleri anlamlı bir şekilde ($p<0,05$) düşmüştür. Kontrol grubunun ön test ve son test ölçümlerinde algılanan stres, olumsuz dinî başa çıkma ve olumsuz Allah Tasavvuru düzeylerinin yükseldiği görülmüştür. Deney grubu kendi içinde değerlendirildiğinde bibliyoterapinin; algılanan stres düzeyinin düşmesinde ($p<0,05$), olumlu dinî başa çıkma düzeyinin artmasında ($p<0,05$), olumsuz dinî başa çıkma düzeyinin düşmesinde ($p<0,05$), olumlu Allah tasavvuru düzeyinin yükselmesinde ($p<0,05$), olumsuz Allah tasavvuru düzeyinin düşmesinde ($p<0,05$) anlamlı bir şekilde etkili olduğu bulunmuştur.

Çuğa'nın (2014), *Kanser Hastalığı İle Başa Çıkma Dinî İnanç Ve Tutumların Rolü* adında yarı yapılandırılmış mülakat tekniğiyle gerçekleştirdiği doktora tezinde kanser hastalarının kanseri nasıl algıladıkları ve anlamlandırdıkları, algı ve anlamlandırmada dinî inanç ve tutumların rolü ve önemi konu edilmiştir. Kanser hastalarıyla yapılan mülakat sırasında hastalıkla başa çıkma tarzının çok önemli olduğu görülmüştür. Pozitif başa çıkmayı kullanan hastaların hastalığı daha kolay kabul ettikleri ve onlarda iyileşme sürecinin daha hızlı olduğu fark edilmiştir. Araştırmaya katılan hastaların kanser hastalığını anlamlandırma ve açıklama tarzları ile ilgili sorulan

sorulara cevaben dinî ve dinî olmayan atfetmelerin her ikisinin de belli oranlarda mevcut olduğu görülmüştür. Araştırmaya katılan hastalara, kanser hastası olduğunu duyduklarında ilk tepkilerinin ne olduğu üzere açık uçlu bir soru sorulmuştur. Bireyin varlığını ve güvenliğini tehdit eden bu gibi durumlarda, insanların farklı bir tepki gösterdikleri görülmüştür. Kanser teşhisini öğrendikten sonra hastaların, %27.5'inin bunu soğuk kanlılıkla karşılarken, %17.5'inin stres ve depresyon, %12.5'inin derin bir şok, %12.5'inin inkâr ve %30'unun da büyük bir korku yaşayarak tepki verdikleri tespit edilmiştir. Araştırmaya katılan hastaların kanser hastalığı ile başa çıkmada kullandığı başa çıkma tarzları ile ilgili sorulan soruya da verilen cevaplarda, %95'inin pozitif dinî başa çıkma %5'inin de negatif dinî başa çıkma tarzları kullandıkları görülmüştür.

Doğan'ın (2016) "*Dindarlık Sabır ve Psikolojik İyi Olma Arasındaki İlişkiler*" isimli doktora tezi, anket tekniği ile pozitif psikoloji, dindarlık ve sabır olguları arasındaki ilişkinin incelendiği bir alan araştırmasıdır. Araştırma kapsamında demografik değişkenlerle sabır düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiş ve bu bağlamda yaş değişkeni açısından sabır bulguları değerlendirilmiştir. Yapılan analizlerden elde edilen bulgulara göre toplam sabır ve sabır ölçeğinin tüm boyutlarında yaş grupları arasında anlamlı bir farklılaşma olduğu, sabır skorlarının yaşla birlikte arttığı tespit edilmiştir. Cinsiyet değişkeni açısından bireylerin sabır puanları arasında anlamlı düzeyde farklılaşma olmadığı dolayısıyla cinsiyetin bireylerin sabır puanlarını anlamlı düzeyde etkileyen bir faktör olmadığı anlaşılmıştır. Medeni durum değişkenine göre evli ve dul olanların sabır düzeyleri, bekârlara göre; dul olanların sabır düzeyleri, evlilere göre anlamlı derecede daha yüksek bulunmuştur. Eğitim durumu değişkenine göre ilköğretim mezunlarının toplam sabır skorları, lise ve yüksek okul/üniversite mezunlarından; okuryazarların toplam sabır skorları, lise mezunlarından istatistiksel olarak anlamlı derecede daha yüksektir. Meslek grubu değişkenine göre ise toplam sabır skorları açısından ev hanımlarının toplam sabır düzeylerinin memur ve öğrencilerden, emeklilerin toplam sabır düzeylerinin memur ve öğrencilerden istatistiksel olarak anlamlı derecede daha yüksek olduğu görülmüştür. Örneklemin sosyo-ekonomik durumu ile sabır düzeyi arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir ayrışma tespit edilmemiştir.

Ateş (2018), "Şehit Aileleri, Gaziler ve Gazi Ailelerinde Dini Başa Çıkma-Adana Örneği-" adlı doktora tezinde şehit aileleri, gaziler ve gazi aileleri üzerinde niteliksel metotla bir araştırma yapmıştır. Bu çalışmada dinin özellikle dua, sabır ve sosyal destek yönünün olumlu ve duygu odaklı başa çıkmada işlevsel olduğu

bulgulanmıştır. Bunun yanında dinin özellikle travmayı anlamlandırma işlevinin başa çıkma olumlu etkiler sunduğu vurgulanmaktadır. Özellikle imtihan ve kader inancının ön plana çıktığı, dinin bizatihi şehitlik ve gaziliğe değer yüklemesinin de başa çıkma bağlamında olumlu etkiler sağladığı tespit edilmiştir.

Son olarak, Türk kültüründe “el ferec bade’ş şidde” adı verilen, “zorluklardan sonra sevinç” anlamına gelen edebî kültürden ve bu kültürün ürünü olan bir çalışmadan da bahsetmek istiyoruz. Seyidoğlu ve Yavuz’un (2012), “*Ferec Bade’ş Şidde Hikayeleri-Güçlükten Kolaylığa Kederden Sevince*” adını verdikleri eser, çalışmamıza ı ışık tutan kaynaklardan birisi olmuştur. Zira bu çalışma, bugünkü modern iletişim araçlarının olmadığı zamanlarda hayatın zorluklarıyla karşılaşan insanlara hem dinî ve ahlaki telkinler hem de moral vermek amacıyla anlatılan, bazen mitolojik unsurlarla donatılmış ve sosyal gerçeklik içerisinde geniş yer tutmuş hikayelerin çeşitli kütüphanelerde nüshası bulunan eserlerden Türkçe’ye çevrilmesiyle hazırlanmıştır. Bu çalışmada verilen hikayelerin hepsinde insanlara, zengin-fakir, güzel-çirkin ayırt etmeden feleğin tokadını herkese vurduğu, zorlukların hiç tahmin edilmeyen yerlerden gelebileceği, herkesin muhakkak bir imtihana tabi tutulacağı, sabırlı ve dürüst olanların Allah tarafından muhakkak ödüllendirileceği mesajı verilmektedir. Ayrıca bu çalışma, zorlanan insana yönelik psikoterapi çeşitlerinden “bibliyoterapinin” işlevi ve amacına dair sunulabilecek örneklerden birisidir.

BÖLÜM II

TEORİK ÇERÇEVE

2.1. Zorlanan İnsana Epigenetik Yaklaşım

Çeşitli felsefe ekolleri insanlık tarihi boyunca hangi davranışın iyi veya kötü şeklinde kategorize edileceğini, “iyi” olarak kabul edilen bir davranışın ise ahlakî manada değer taşıyıp taşımadığını ve bu “iyi”nin insana mutluluk getirip getirmediğini tartışmıştır. Örneğin Platon iyi insanın mutlu, mutlu insanın da iyi olduğunu, dolayısıyla bu ikisi arasında doğrudan bir ilişki bulunduğunu düşünür (Erdem, 2010, s. 205-206). Kant da mutluluk ile iyilik/ erdemlilik arasında bir ayrım yapar ve yapılan bu ayrımı en iyi şekilde anlamak için mutluluğun sadece *hissedilen* bir şey mi, yoksa *olunan* bir şey mi olduğunu sorgular (Çubukçu, 1994) ¹⁸. Bununla birlikte o “mutlu olmak başka şey, iyi bir insan olmak başka şey” diyerek iyi bir insan olmanın zorluklarından bahseder. Dahası her an insanı yoldan çıkaracak pek çok şeyin var olduğunu ve ahlaki anlamda iyi bir hayat yaşamak için bize mutluluk getirecek her şeyden fedakârlık etmemiz¹⁹, hatta kendi hayatımızdan bile vazgeçmemiz gerekebileceğini iddia eder (Goleman, 2005, s. 120-121).

“Çok önemli bir sebepten dolayı çocuklarınızdan hayatlarına son vermelerini istemek zorunda kalabilirsiniz” diyen Kant, duygularımızla hareket edip ahlaki nitelikli bir eylem yaptığımız takdirde, o işin ahlaki açıdan bir değeri olmayacağını, örneğin anne-baba ile çocuklar arasındaki sevgiyi doğal bulmasına rağmen bunun hiçbir ahlaki değer taşımadığını söyler. Çünkü ona göre ahlaklılık, erdem; kişinin kendi sahip olduğu benliğine karşı bir mücadele içine girmesini, bir çaba göstermesini gerektirir. Kant,

¹⁸ Ayten’in belirttiği üzere (2014, s. 85-86) bireyin eşini, çocuğunu ya da sevdiği başka birini kaybetmesi, ayrılıkları, ciddi bir hastalığa yakalanması, travmatik hadiseler yaşaması, maddi durumundaki bozulma, işsizlik ve doğal felaketler gibi olumsuz yaşam olayları bireyi mutsuzluğa sürükleyen ve onun yaşam doyumu üzerinde olumsuz etki yaratan olaylardır. Âşık olması, evlenmesi, eşiyle arasındaki iletişimin kalitesi ve sıklığı, çocuk sahibi olması ve dini yaşantıları gibi yaşam olaylarının ise bireyin mutluluğu üzerinde olumlu etkisi vardır. Bireyin yaşamdaki temel amacının anlam atfettiği değerleri koruyarak mutlu ve huzurlu bir hayat sürmek olduğunu söyleyen Ayten, yaşanan olumsuz deneyimlerin bireyi psikolojik açıdan etkilemesinin yanı sıra yaşam doyumunu ve mutluluğunu da olumsuz yönde etkileyebildiğini hatırlatır ancak bu etkinin aynı zamanda bireyin öznel değerlendirmesine bağlı geçici bir etki olma özelliğini de taşıyabileceğini iddia eder.

¹⁹ Bireyin acıdan kurtulmasının ahlaki tedavi ile mümkün olacağını savunan Kindi’ye göre üzüntü ve acı verici davranışlardan kaçınmak gerekir. Bireyin acıdan kurtulmasının yolu, musibetleri doğal karşılaması ve musibete uğrayanın yalnız kendisi olmadığını düşünmesidir. Ona göre bu dünyada musibete uğramak birey için kaçınılmaz bir durumdur çünkü musibetle hiç karşılaşmamak demek hiç var olmamak demektir (Çağrı, 1995, s. 221-241).

önemli bir ahlaki nedenden dolayı herhangi bir mutluluktan vazgeçmek zorunda kalınıyorsa, bunun, seve seve ödenmesi gereken bir bedel olduğunu düşünür (Goleman, 2005, s. 122).

Felsefe ve psikoloji tarihinde yer alan pek çok düşünür mutluluğa ulaşmak için hüzünden uzak durulması gerektiği kanaatindedir. Bu noktada insanın hüzünden uzaklaşması veya kurtulması için yapılması gereken çok çeşitli ödev ve eylemden bahsedilmektedir. Sokrates’e (Kindi, 2016, s. 19) göre üzüntü ve acılarımızı azaltmanın yolu kaybettiğimiz takdirde üzüntüsünü çekeceğimiz şeylerin arayışı içinde olmamaktır. Bu konuda Sokrates’le aynı doğrultuda düşünen Kindi’ye (2016) göre kaybedilmeye elverişli bütün isteklerde musibet, geçici olan her şeyde dert ve keder, imkânsız olanı arzulamakta hüznün ve sıkıntı, her emniyetin sonunda da korku vardır. Kindi (2016), bu görüşünü de gemi yolcuları istiaresiyle²⁰ destekler ve bu örnekle bireye, dünyanın geçiciliğine ve aldaticılığına kapılmaması, ebedi hayatını unutmaması gerektiğini anlatmak ister (Çağrı, 1995, s. 221-241).

Ahlakilik ve iyi oluşun mutluluğa bağlanması yanında ölçülü ve dengeli olmak üzerinden izahı da yapılmaktadır. Örneğin Aristo’ya (1997, s. 24-29), göre doğru davranış bireyin ölçülü (mutedil) olmasıdır. Bu ise ifrat ve tefritten yani aşırılıklardan uzak durmayı beraberinde getirir. Bu konuyu Aristo şöyle açıklar: İnsanlar öfkeli olma, para harcama, yemek yeme gibi duygu ve dürtülerle ilgili konularda aşırıya kaçmak ya da gereğinden az yapmak gibi iki tür yanlış düşer. Düşünebilen bir varlık olan insanın amacı söz konusu iki uç arasındaki orta yolu (vasat) bulmak ve dengeli bir kişiliğe sahip olmaktır (Tarhan, 2013, s. 153-154).

İki uç arasında orta noktaya, diğer bir deyişle “altın oran”a ulaşma ve denge ve huzuru yakalama çabasındaki insanın biyolojik ve zihinsel yapısı epigenetik²¹ bir açılımla tezahür eder. Buna göre insanın dünyaya bakış tarzı, fiziksel ve sosyal çevresiyle ilişkisi ahlaki ve psikolojik bakımdan olgunlaşmamışlık (ilkellik) yahut

²⁰ Bu gemi yolculuğunda ihtiyaçların giderilmesi için bir adaya gelinir ve gemi demir atar. Yolculardan bir kısmı işlerini bitirir bitirmez gemiye döner ve en rahat yerlere oturur. Bazısı da adanın güzelliklerine kapılıp oyalanır, bu yüzden gemiye geç kalır. Bu sebeple hem oturacak yer bulamaz, hem de adadan topladıkları şeyler yol boyunca başına bela olur. Diğerleri ise gemiyi unutarak adanın çekiciliğine kendilerini kaptırır ve geminin kalktığını bile fark edemeyerek, acılar içinde adada kalırlar.

²¹ Epigenetik görüş, bireyin kalıtım özellikleri ve çevresinin sürekli bir etkileşim halinde olduğunu, birbirlerini karşılıklı olarak etkilediklerini savunur. Diğer bir deyişle kalıtım ile çevre etkileşiminin tahmin edilenden karmaşık olduğunu, ikisinden birinin tek taraflı etkisinden ziyade birlikte ve etkileşerek gelişen etmenler olduğunu iddia eder. Ayrıca bu etkileşim, kalıtım ve çevrenin işbirliği yaparak ve birbirlerini dengeleyerek işlev gördükleri anlamına gelir.

olgunluk (kemal) gösterebilir. Biyo-psiko-sosyal bir varlık olan insanın çevresiyle ilişkilerinde devreye giren haset duygusu olgunlaşmamışlığa şükran duygusu ise olgunluğa örnek gösterilebilir.

Literatürde “çekememezlik” anlamına gelen *haset duygusu*, bireyin etrafındaki kişi ve nesnelere baktığında, yani dış dünyadaki diğer bireylerin veya nesnelerin güzelliği, başarısı ve mutluluğu karşısında iç dünyasında bir daralma ve sıkıntı hissetmesidir. Bu anlamda o, ruhsal gelişimin en alt aşamasında yer alır. Bu arada şu hususu ısrarla belirtmek gerekir ki bireyin elde etmek isteyip de kavuşamadığı her türlü nesne, bir başkasının elinde veya gücünde ise haset duygusu saldırganlığa dönüşebilir. Psikolojik açıdan değerlendirildiğinde etrafında mutlu ve huzurlu insanlar gördüğünde bunalan hasetli bireyin temel yönelimi, bu insanların mutluluğuna ve huzuruna engel olmaya çalışmaktır.

Ruhsal gelişimin ikinci aşamasında yer alan *aç gözlülük* en ilkel ruhsal seviye olan haset duygusunu takip eden duygulardandır. Bu anlamda o, haset duygusunun üstünde yer almaktadır. Bazı insanlarda bu iki duygu ayrılmamış bir halde bulunurken yani birey hem haset hem de aç gözlülük gibi ilkel duygularından hareketle davranırken bazıları da başkasına yönelik hasetten kendine yönelik aç gözlülüğe geçiş yapabilir. Bu bağlamda aç gözlü kişi, yaşadığı dünyada iyi ve güzel olarak tezahür eden maddi ve manevi her şeye sahip olmak ister. Bu öyle bir istektir ki sadece kendisinin bunlara sahip olması yetmez, aynı zamanda başkaları da bunlardan mahrum kalmalıdır²². Sosyal ilişkilerinde ciddi sıkıntılar yaşayan açgözlü bireyler hem kişisel hem de sosyal anlamda huzur, mutluluk ve dengeye ulaşmakta zorluk çekerler. Sahip olmanın sınırı olmadığı için elde ettikleri her kazançta mutlu olurken yeni bir kazanç uğruna kaygı ve endişe içine girerler. Bu anlamda doymak bilmeyen bir arzu ile motive durumdadırlar.

Kıskançlık ruhsal gelişimin üçüncü evresinde yer alır. Bu durumdaki birey aslında var olan güzeli ya da güzelliği yok etmek, tahrip etmek veya kirliletmek gibi bir

²² Fromm’a (2016, s. 102) göre bencillik, aslında bireyin kendisini sevmemesi demektir ve bütün oburluklar gibi bu da doymak bilmezlik anlamına gelir. Neticede birey için hiçbir zaman gerçek bir doyuma ulaşmak söz konusu değildir. Bireyin bilinçdışı işleyişi incelendiğinde, kendisinden hoşnut olmadığı, aksine kendisini hiç sevmediği görülür. Yunus Emre, cimrilik ve hasedi “daimi huzursuzluk” olarak tanımlar. Bu huzursuzluğun altında “Allah’ın arzı geniştir” ve “Mülk Allah’ındır” prensiplerini yaşayamamanın getirdiği, kaynakların sonsuz olduğuna tevekkül edememenin, sahiplenmenin ve kaynakların bitme kaygısının olduğu düşünülebilir. Bu kaygılara panzehir olarak sehavet (cömertlik) gösterilir. Bu oldukça ilginçtir çünkü kişinin elindekini vermesi, “bitecek” kaygısına körükle gitmek demektir. Burada yapılanın bir nevi maruz bırakma (exposure) olduğu görülmektedir. Zira insanın en çok sevdiği şeyin kendi benliği olduğu, haliyle bu nefis halinin terki anlamına gelen fiillerde bulunmanın da bir nevi infak olduğu düşünülmektedir (Dinçer, 2016, s. 205-206).

duygu içinde değildir. Onun asıl istediği şey, başkasında olanın aynısının kendisinde de olmasıdır. Kıskançlık duygusu zaman zaman kendisini açık ve net bir şekilde hissettirirken zaman zaman örtük bir şekilde ortaya çıkabilir. Kişi bu duygularının gayri ahlaki olduğunun ve kendini bu duygudan kurtarması gerektiğinin idraki içindedir. Bir takım aklileştirme (rasyonalizasyon) düzenekleriyle talep ettiği bir takım dürtülerini perdeler.

Ruhsal gelişim evrelerinin dördüncüsü, bireyin hiçbir karşılık beklemeden vericiliğinden keyif aldığı *şükran* halidir. Bu hal, başkasının yaşadığı mutluluk, huzur ve keyiften memnuniyet duyma anlamına gelir. Birey, dışarıdaki güzellik kimde ve nasıl olursa olsun huzur duyar ve bu manada şükran hislerine ulaşmış bireyin kişilik yapısı olgunluğa ulaşmış demektir. Esasen birey bundan dolayı ilkel duygulara karşı daha korunaklıdır. Diğer bir deyişle travmalar, acılar, yaslar, başarısızlıklar, maddî veya manevî kayıplar, onu üzse de psikolojik çöküntü yaşamaz. Böyle bir birey rasyonel olarak hayatın ona önerdiği tüm gerekleri yerine getirmiş, elinden geleni yapmış ama sonucu da içtenlikle kabul etmiştir. Gerekeni yaptıktan sonra ruhsal bir teslimiyet, bir tevekkül hali içindedir. Her ne kadar sonuçlar istediği gibi olmasa da yeni bir arzu ve iştiaqla varoluşunu sürdürmeye gayret eder (Özakkaş, 2004).

Klein (2014, s. 12-19), psikanalitik yaklaşımla haset, açgözlülük ve kıskançlık arasındaki farkı şöyle açıklar. Haset, arzulanan bir şeyin başka birine ait olduğu, bize değil de ona haz verdiği inancının yol açtığı kızgınlık duygusudur. Bu nedenle hasetli itki, arzulanan şeyi sahibinden çekip almaya ya da bozmaya ve kirletmeye yönelir. Klein'a göre öznenin kendi dışında bir başkasıyla ilişkisinden beslenen haset köken itibarıyla anneyle ilişkiye kadar uzanır. Kuşkusuz kıskançlık da hasede dayanır ancak burada öznenin en az iki kişiyle ilişki içinde olması söz konusudur. Kıskançlıkta özne, kendi hakkı olan sevginin rakibi tarafından elinden alındığına ya da alınma tehlikesiyle karşı karşıya bulunduğu inanır. Kıskanan birey elinde olanı yitirmekten korkarken haset eden kişi kendi istediğinin bir başkasında olduğunu gördüğü için acı duyar. Bu nedenle hasetli birey haz ve memnuniyet görüntülerinden hoşlanmaz, ancak başkalarının sefaletini gördüğünde huzur hisseder²³. Açgözlülük ise özneyi sürekli

²³ İmrenti, Tanrının sorgulanamaz düzeni içerisinde, benim olmayanın çekiciliğini, arzusunu yaratarak mevcut yaratılış koşullarına bir istence neden olur; kendi yerine dair bir huzursuzluğu işaretler. İmrentiyle gözlerini çeviren, bir bakıma Tanrı'yı ve adaletini yargılamaya başlar. İmrendikçe, kendisinden esirgenen, başkalarına ait olana göz diker Lacan'a göre imrenti, ruhsal gelişimin önemli belirleyendir. İmrenen kişi kendi olamaz, başkasında olanın eksikliği, boşluğuyla kendi benliğine ait sınırları çizer. İmrenti sahibi, kendi sahip oldukları üzerinde temellenen bir benlik inşa edemez (Taburoğlu, 2017, s. 34-35).

uyaran ama doyurulması imkânsız, hem öznenin ihtiyacından hem de nesnenin verebileceğinden fazlasına yönelen bir istektir.

Buraya kadar yapılan açıklamalar büyük oranda psikanalitik yaklaşıma dayanmaktadır. Kuşkusuz daha farklı açıklama şekilleri de mevcuttur. Bu noktada dikkatimizi islamî kültüre çevirmek ve orada yer aldığını düşündüğümüz ilkelden olgunlaşmaya doğru gelişim sürecini kısaca ele almak istiyoruz.

İslamî kültürde bireyin dış dünya ile etkileşimi veya bu etkileşim sürecindeki hali ‘nazar’ terimiyle anlatılır. Nazar, bir insanın kıskanç bakışının bir başka insana zarar vermesi anlamına gelir. Nazar, bazı İslam alimleri için “bireyin ruhunun ısınmasıyla kalbine yaptığı zorlamanın sonunda gözlerinde meydana gelen, haset ve korku kaynaklı bir etki” gibi tarifini bulur²⁴. Bu tür bir nazariyede gözler, ruhun ısınmasının yayıldığı bir kapı, pencere gibi tasvir edilir. Örneğin İbn Kayyım el-Cevziye, “Haset edenin nefsinde habis bir oluşum meydana gelir ve haset edilenle karşılaşarak ona etki eder” der. O’na göre nazar sırasında nazarı değen kişiyi bir hararet sarar, bu hararet bir zehir oluşturur ve bu zehir nazar edilen kişiye ulaşır. İbn Haldun ise nazarı, gayr-ı ihtiyari bir güç olarak tasvir eder. Göz değmesi halinin, göz sahibinin ihtiyacı ve arzusuna bağlı olmadığını ve bu yüzden iradi nitelikteki sihir ve büyüye göre tesirlerinin de cüz’i olduğunu dile getirir (Taburoğlu, 2017, s. 26-27).

Zemahşeri, “bir kimse bir şeye hoşlanarak nazar ettiği zaman Allah’ın bazı yönlerden hulul ederek o şeyde bir noksanlık yaratması caizdir” der. İmam Maturidi, nazar vurmaya neredeyse alt sınıf insanların bir yetisi, yoksulun gücü gibi tarif eder. Bu konuyla ilgili olarak Yakup peygambere atfen, “Oğullarım! Hepiniz aynı kapıdan girmeyin, ayrı ayrı kapılardan girin (12/Yusuf, 67)” ayetinin tefsirinde şöyle der: “Kıskanan kimse konum olarak kıskanılanın altında ise ona kötülük yapmaya gücü yetmez. Böylesinden gelecek kötülük, gözünün şerrinden kaynaklanır. Haset, kıskanılan kimsedeki nimetin yok olmasını ve mutluluğunun ortadan kalkmasını istemektir. Allah’ın sezilmez kudretiyle bazı gözlerde esrarengiz bir etkinlik yaratması mümkündür. Bu etkinlik, gözlerin bakıp da güzel telakki ettiği nimetlerin yok olmasını

²⁴ Bazı Müslümanlar, şeytani göz şeklinde nitelendirilen nazarın insanları psikolojik açıdan etkilediğine inanır. Bu bakışın temeli, kıskançlık ya da başkasının sahip olduğunu arzulama isteğidir. Bazı Müslümanlar zararlı etkilerin kaynağının bakış değil kötü cinler olduğuna inanır. Bu inanışa göre nazarla bakanların hepsi kıskançtır ancak kıskananların hepsi nazar etmeyebilir. Bu durum Kur’an’daki ayette şöyle ele alınır. “İnsanlardan ve cinlerden ve insanların gönüllerine vesvese veren o sinsi vesvesecinin şerrinden, insanların Tanrısı, insanların Hükümdarı ve insanların Rabbi olan Allah’a sığınırım.” Hz. Peygamber de şöyle belirtmiştir: “Nazar değmesi gerçektir” (Utz, 2015, s. 20).

ve kişinin sahip olduğu mutluluğun ortadan kalkması sonucunu doğurabilir” (Taburoğlu, 2017, s. 27; Yerkazan, 2017, s. 69).

Kur'an-ı Kerim'de farklı ayetlerde nazar olgusu, diğer bir deyişle hasetten şükrana giden olgunlaşma süreci şu kavramlarla ifade edilmektedir: *Haset*, “bende yok, onda da olmasın” duygusudur. *Buhul* “Bende var, onda olmasın”, yani arzu nesnesinin kendisinden başka hiç kimsede bulunmamasını arzular. “Onda olmasın, bende olsun veya onunki benim olsun” anlamına gelen *Şuhl*, doğrudan doğruya açgözlülüğe işaret etmektedir. *Gipta duygusu* “onda var, bende de olsun” şeklinde yaşanır. Burada yavaş yavaş şükran duygusunun devreye girdiği görülür. *Sehavet* “bende var, onda da olsun” duygusudur. Burada bireyin diğerkamlik ve imkanları paylaşabilme yönelimi ön plana çıkar. *İsar*'a gelince bunun anlamı “benim değil, onun olsun, bendekini ona vereyim”dir. Bu düzeye ulaşan kişi kendinden fedakarlık edebilmeyi başarma yolundadır. *Cuud* “bende yok ama onda olsun, ben yokluğa razıyım” duygu ve düşüncesi eşliğinde tezahür eden bir haldir. Tam olgunlaşmayı bildiren *Fakr* ise “madem onda yok, bende de olmasın, onda yokken bende olursa üzülürüm” bilincinde oluşu ifade eder (Özsoy&Güler, 2018).

Bahsi geçen tutum ve davranışlar bireyin kendine içeriden bakması yani içgörüsü ile ilgilidir. Egosantrizmin ve hedonizmin hoş karşılanmadığı doğu kültüründe kişisel bir görüşe bağlanmak, kendi yolunda gitmek, keyfinin istediğini yapmak, önde olmak gibi özellikler nevrotik eğilimler olarak kabul edilir ve onaylanmaz. Önemli olan bireyin başkaları için var olduğunun farkına varması ve bu doğrultuda davranmasıdır. Burada hedef, bireyin kendisini ortaya koyabilen girişken ve atılgan bir yapıda olması ve aynı zamanda rekabetten kaçınmasıdır. Örneğin duyguları bireye değil, kişilerarası ilişkilere yansıtan Uzak Doğu kültürlerinden Japonya'da insanların anne ve baba, bilge, öğretmen vb. saygınlık taşıyan önemli kişilere karşı kimi zaman nasıl uygunsuz davrandıklarını ve bu durumun hem saygınlık taşıyan hem de uygunsuz davranış sergileyenler için nasıl problem yarattıklarını fark etmeleri sağlanır. Bu olumsuz tutumların yerine ise onlara minnet ve şükran duyguları yerleştirilmeye çalışılır (Çelimli & Güldal, 2016, s. 103).

2.2. Zorlanımlı Yaşantılar ve İnsanî Haller

2.2.1. Kaygı ve Korku

İnsanı diğer canlılardan ayıran en önemli özelliği özgür iradeye sahip olmasıdır. İnsan, önünde yeni imkânlar bulabilen, bu imkânları değerlendiren, onları gerçekleştirebilen bir varlıktır. İnsana özgü bir yaşantı olan kaygı (anksiyete), yok oluş tehdidine karşı yeni bir varoluş imkânı şeklinde kavramlaştırılır. Kaygı, insan yeni bir potansiyel ya da imkânla karşı karşıya kaldığında ortaya çıkar, yani ‘yapabilirim’ gerçekleşmeden önce ara durak kaygıdır. Kierkegaard, özgürlüğün kaygıyı potansiyel olarak içinde barındırdığını, bireyin özgürlük potansiyeli ne kadar fazla ise, kaygısının da o kadar fazla olacağını söyler. (Sayar, 2006, s. 93-95).

Özgürlük, insan gelişiminin amacı olarak tanımlandığında özgürlükle insanın önünde serili imkânlarla atıfta bulunulur. İnsan, bir yandan hayatın anlamlılığını sağlayan özgür davranışlar sergilerken, bir yandan da adeta hiç de özgür olmadığını ifade etmişçesine onu çevreleyen olgusalılık veya kader durumuyla karşı karşıyadır. Kader ve özgürlük ikilemi insanın temel varlık yapısı şeklinde kabul edilir ve bu ikilem, sergilenen davranışların sorumluluğunun bireye mi, yoksa inanılan Tanrıya mı ait olduğu sorusunu beraberinde getirir. Bu soruya verilecek cevap yerine ve durumuna göre çatışmaya yahut gerilime sebep olur. Özgürlük-sorumluluk ikileminin insan için çatışmadan ziyade gerilimle sonuçlanma ihtimali daha fazladır. Bu gerilimin derecesi farklı olsa da, bunun şu veya bu şekilde her insanda kaygı oluşturacağı aşıkardır (Tokat, 2013, s. 98).

Yapıcı (2007, s. 107-108), insanda kaygının oluşumunu besleyen üç temel faktörden bahseder. Birincisi; bireyin kendisinin, en çok sevdiği ve değer verdiği kişilerin ölüme yazgılı olmasıdır. İkincisi, bireyin hayatını etkileyecek kararları bilinçli bir şekilde alma ve zorunlu olarak bunların sonuçlarına katlanma durumunda kalmasıdır. Üçüncüsü ise bireyin bir anda herşeyin değersizleşebileceği şeklinde bir tehdide sürekli açık olmasıdır. Böylelikle bireyin gerek ölümlü olması, gerekse çok önem verdiği şeylerin ciddi bir tehdit altında bulunmasıyla beliren kaygı hali, bireyin hayatına anlam katan değerler kayboldukça patolojik bir hale de gelebilmektedir.

Tillich (2014, s. 64-65) yokluğun, varoluşu tehdit etmesi bakımından üç farklı kaygı türüne işaret eder: Ona göre “yokluk” kişinin hem varlığını (göreceli olarak kader ve kesin olarak ölüm açısından), hem de manevi (göreceli olarak boşluk ve kesin olarak anlamsızlık açısından) ve ahlaki bakımdan kendisini onaylamasını (göreceli olarak suçluluk ve kesin olarak kınanma açısından) tehdit eder. Bireyin bu üç yönlü tehdide

dair farkındalığı, “kader ve ölüm kaygısı”, “boşluk ve anlamın yitirilişi yani anlamsızlık kaygısı”, “suçluluk ve kınanma kaygısı” olmak üzere üç farklı biçimde kendini gösterir. Bunların tamamı özünde varoluşsal kaygılardır.

Varoluşsal kaygılar, psikanalitik bakışla bireydeki çatışmalardır. Çatışma kavramıyla, id veya süperegonun isteklerinin bireyin egosunda oluşan dış dünya ile uyumsuzluğu anlatılır. Birey, bu çatışmaların yarattığı kaygıyı savunma mekanizmalarının²⁵ yardımıyla gidermeye çalışır. Burada bireyin bir dereceye kadar kendini aldatması, savunmadan çok bir nevi savunma içine girmesi söz konusudur. Bu mekanizmaların kullanılması durumunda bireyin kaygı düzeyini azaltan faktör algısındaki bu değişiktir²⁶.

Zorlanımlı yaşantılar öncesi veya sonrasında insanın tecrübe ettiği hallerden biri ‘korku’dur. Araştırmacılar ‘kaygı’ ve ‘korku’ arasında nasıl bir ilişki veya farklılık olduğunu tartışmıştır (Le Gaal, 2016, s. 8-9). Cüceloğlu’ya (1991) göre kaygı korkudan farklıdır çünkü kaygı, kaynağının belirsiz, süresinin uzun ve şiddetinin zayıf olmasıyla korkudan ayrılır.

Tillich (2014), kaygının aksine korkunun kendisiyle yüzleşilebilen, çözümlenebilen, saldırılabilen ve katlanılabilen belirli bir nesnesinin varlığından bahseder²⁷. Bu nesneye göre hareket edilebildiğini, hareket ederken de onunla mücadele

²⁵ “Ego” dediğimiz ruhsal aygıt, “id”in zorlayıcılığına karşı koymakta güçlük çektiğinde ya da dış dünyanın tehlikeleri ile karşılaştığında “anksiyete” dediğimiz durumu yaşar. Gerek “id”den kaynaklanan, gerekse de dış dünyadan gelen yoğun uyaranlarla zayıf bir “ego”nun baş etmesi, bu uyaranlara hâkim olabilmesi mümkün değildir. İçten ya da dıştan gelen uyaranlar karşısında “ego”, içine düştüğü anksiyeteden kurtulmak için sürekli hamleler yapar. “Ego”nun anksiyeteyi gidermek için uyguladığı mantığa uygun yöntemler yetersiz kaldığında ise, “ego”nun bilinçdışı kısmı “id”den gelen uyaranları engellemek ve zihinsel yapı için daha zararsız hale getirmek için “savunma mekanizmaları” denilen gerçeklikten uzak, bilinçdışı işleyen yöntemleri kullanmaya başlar.

²⁶ Becker, psikanalizin görevinin, bir kişinin kaygıdan kaçınmak için kullandığı stratejileri keşfetmek olduğunu söyler ve şöyle sorar: “İnsan dünyada kendi kendine ve risk almadan yaşamak için hangi yöntemi kullanır ve bu yöntem onun gerçek gelişimini, seçme ve hareket etme özgürlüğünü nasıl sakatlar? Ya da hemen hemen Kierkegaard’ın deyişiyle, birey kendisi hakkında yarattığı karakterolojik yalan tarafından nasıl köleleştirilir?” Bastırma ve inkar gibi savunma mekanizmalarından bahsederken, Kierkegaard’ın aynı şeyleri farklı terimlerle ifade ettiğini söyleyerek, birçok insanın kendi durumu hakkında yarı karanlık bir şekilde yaşadığına ve kendi gerçeklik algılarını engelleyen bir kapanmışlık durumunda olduğuna atıfta bulunur. (2013, s. 114).

²⁷ İnsandaki ölüm korkusu, kaygı ile korku arasındaki ilişkinin doğasına dair en bariz örnek olarak verilir. Bu korkunun nesnesi, hastalık ya da kaza yoluyla beklenen ölüm ve ölümün sonunda her şeyin kaybıdır. Yaşanan kaygının sebebi ise mutlak biçimde bilinmeyen ölüm sonrasıdır ve yaşanan kaygı, her zaman kesinlikle var olmama (yokluk) kaygısıdır. Görüleceği üzere kaygı, özel bir durum tehdidiyle başa çıkamamanın hissettirdiği acıdır. Her korkunun altında yatan ve onu korkutucu kılan öge, kişinin kendi varlığını koruyamayacak olma kaygısıdır. Kaygı, korku olmaya çalışır çünkü korkunun cesaret ile yüzleşebileceği bir tarafı vardır. Tillich, Tanrı ile kaygı arasında da bir bağlantı kurarak gerçekten Tanrı olan Tanrı ile yüzleşmenin, var olmamaya dair mutlak tehditle de yüzleşme anlamına geldiğini iddia eder ve şöyle söyler: “Çıplak mutluluk, çıplak kaygı üretir; zira o, sonu olan her öz olumlamanın tükenmesi demektir. Ancak nihayetinde kaygıyı korkuya dönüştürme girişimleri

şeklinde de olsa ona dâhil olunabildiğini söyler. “Cesaret” der Tillich (2014, s. 61-63), “her korku nesnesiyle yüz yüze gelebilir, zira bir nesnedir ve ona katılmak mümkündür. Cesaret, belirli bir nesnenin yarattığı korkuyu kendine katabilir, zira bu nesnenin, ne kadar korkutucu olursa olsun, bize dâhil olan ve bizim de ona dâhil olduğumuz bir tarafı vardır. Ancak kaygı için durum farklıdır, zira kaygının nesnesi yoktur ya da çelişkili bir ifade ile nesnesi diğer her nesnenin inkârıdır. Korku, bir şeyden korkmaktır, acıdan, bir insan ya da topluluk tarafından reddedilmekten, birinin ya da bir şeyin kaybından, ölümden korkmaktır. Ancak bunlardan doğan tehdidin beklentisinde, korkutucu olan özneye yaşatacağı olumsuzluk değil, bu olumsuzluğun muhtemel sonuçlarına dair kaygıdır”.

2.2.2. Depresyon, Yas ve Melankoli

Depresyon; hüznün, ümitsizlik, karamsarlık, keyifsizlik ve kendini değersiz bulma hisleri şeklinde tanımlanır. Her insan gündelik hayatın akışı içinde zaman zaman çeşitli zorluklarla karşılaşır, buna bağlı olarak sıkıntılar yaşar. İnsanlar, hayatları boyunca karşılaştıkları bir başarısızlık, bir yakının ölümü, sevilen bir kişinin hayal kırıklığı yaratması gibi durumlar karşısında, geçici olarak çöküntüye girer. Türkçeye “çökkünlük” olarak çevrilen depresyon, bir ruh hali, bir sendrom veya bir hastalık olarak betimlenir²⁸. Bununla birlikte söz konusu sıkıntılar bazı kişilerde semptom halini alırken, bazı kişilerde de bir hastalık şeklinde ortaya çıkabilmektedir (Savrun, 1999, s. 12).

İnsanın yaşama istek ve şevkinin kaybolduğu, kişinin kendisini derin bir keder içinde hissettiği bir durum olan depresyon hali bireyin geleceği kötümser ve karamsar algılamasıyla yakından ilişkilidir. Bu anlamda o, geçmişe ilişkin yoğun pişmanlık ve suçluluk yaşayan kişiye bazen intiharı düşündüren, hatta intihara teşebbüs ettiren,

beyhudedir. Temel kaygı, sonu olan bir varlığın yokluk tehdidine dair kaygısı yok edilemez. O varoluşun kendisiyle ilgilidir (Tillich, 2014, s. 61-63)”.
²⁸ Günümüzde depresyonun henüz kesin bir tanımlaması yapılamamış olmakla birlikte, özellikleri şöyle sıralanır: Duygu durumunda spesifik bir değişim, üzüntü, elem, keder, çaresizlik ve bunlara eşlik eden duygusal çöküntü ve küntlük, kendini olumsuz değerlendirme, ayıplama ve suçlama, regresif ve kendini cezalayıcı arzular, kaçma, saklanma veya ölüm arzusu, uykusuzluk ve libido kaybı, sıkıntılı ve yoğun biçimde yaşanan yalnızlık duygusu, aktivite düzeyinde değişiklikler, genellikle sosyal aktivitelerden uzak durma, diğer insanlarla bir araya gelmekten kaçınma. Depresyonun temel belirtileri ise; üzüntü, yüreksizlik, anksiyete ve korkular, faaliyet seviyesinde düşüş, dikkat bozuklukları, kendine güvenin azalması, girişim eksikliği, gerginlik, huzursuzluk, hırçınlık ve bazı yakınmalardır. Depresyonlu kişi için her gün yeni kederlerin doğuşunu simgeler. Depresyondaki kişiler bazen bu derin düşüncelerini “kendilerini daha iyi anlamaya çalıştıklarını” söyleyerek haklı çıkarmaya çalışırlar; oysa aslında üzüntü hislerini, ruh hallerini iyileştirecek herhangi bir çabaya girmeden beslemiş olurlar. Edilgen bir biçimde üzüntüye boğulmak, durumu sadece daha da kötüleştirir (Goleman, 2012, s. 105-107).

ölümle sonuçlanabilen; uyku, iştah ve cinsel arzulara bozuklukların görüldüğü bir hastalıktır. Bireyin dünyaya karşı ilgisinin zayıflaması, çevresindeki insanlara bağlanma gücünün yok olması, kendini kınaması ve aşağılamasıyla öz saygı ve benlik değerindeki düşüş bu hastalığın semptomlarıdır (Yapıcı, 2007). Ancak Tarhan'ın (2016, s. 103) da belirttiği üzere, bireyin zaman zaman kendisini yetersiz görmesi, kötü hissetmesi, stresle başa çıkmada zorlanması ve umutsuzluğa kapılması gelip geçici olduğu sürece depresyona dönüşmez.

Depresyonu normal insanın üzüntü ve elem tepkisinden ayıran bazı özellikleri vardır. Karamsarlık, depresyonu normal üzüntü duygusundan ayıran en önemli öge olarak değerlendirilir. Bu da “Depresyon = Keder + Karamsarlık” şeklinde formülleştirilir. Bireyin o anda başına gelenlerin ve benzerlerinin daima kendisini bulacağına ya da içinde bulunduğu durumun artık değişmeyeceğine inanması depresyonun temel özelliğidir. Yalnızlıkla depresyon arasındaki ilişkiye bakıldığında da bu ilişkinin çok anlamlı olduğu görülür. Kendilerini yalnız hisseden kişiler, kendilerini kederli, karamsar ve değersiz bulur. Bu nedenle onlar diğer kişilere nispetle daha çabuk duygusal çöküntüye girme eğilimindedir. Yalnızlığın bireyin tüm sosyal aktivitelerini aza indirmesi, onun diğer insanlarla olan ilişkilerini de büyük ölçüde koparır. Böylece kendisini içinde yaşadığı toplumdan soyutlayan birey derin bir karamsarlık duygusu ile birlikte kendi yalnızlığını yaşar veya yaşamaya çalışır (Özodaşık, 2001, s. 76-79).

Farklı psikoloji kuramları içinde depresyonun çok değişik şekillerde ele alındığını görmek mümkündür. Bilişselci kuramın öncülerinden Beck'e göre (1976) depresif bireyler, olumlu ve olumsuz durumlar eşit oranda olsa bile olumsuzlukları algılama eğilimlidir. Ayrıca depresif bireyler olayları değerlendirirken *keyfi çıkarsama*, *zihin okumaya çalışma*, *seçici soyutlama*, *aşırı genelleme*, *büyütme ve küçültme*, *kişiselleştirme*, *dikotomik düşünme* gibi alışkanlık haline gelmiş ‘hatalı sebep bulma’ davranışları gösterirler. “-meli-malı” ifadeleriyle dile getirilen tutumlar²⁹ veya *yaşama mutlaklarla yaklaşma* eğilimi insanlarda depresif tutumlara yol açar. Aşırı mükemmeliyetçi düşünce, kişiyi hata yapmaktan alıkoyduğundan kişi bu sefer hata yapma korkusuyla hiçbir şey yapamaz hale gelir (Bozkurt, 2003, s. 60; Batur&Demir, 2009, s. 24).

²⁹ Mutlu olmak için bütün insanlar tarafından kabul edilmeliyim. Eğer en tepede değilsem ben yıkılırım. Eğer hata yaparsam bu demektir ki ben beceriksiz biriyim. Benim kişisel değerim, diğerlerinin benim hakkımdaki düşüncelerine bağlıdır. Bunların sonucu olarak depresif bireyler kendilerini yetersiz pekiştirme ve cezalandırma eğilimindedirler (Batur&Demir, 2009, s. 26-27).

Varoluşçu psikiyatristlere göre, zorlayıcı psikolojik yaşantılar bireyin ‘zaman’ ile bağıını kopartır. Ağır kaygı ve depresyon zamanı hükümsüz kılarak bireyin geleceğini yok eder. Birey, kaygı içinde olmadığı bir geleceği hayal bile edemez hale gelir. Örneğin represyon (bastırma) mekanizması geçmişle bugün arasındaki ilişkiyi bozarak bireyin geçmişini kendi içinde bir yabancı cisim gibi taşımasına, yani geçmişin kendine ait değilmiş gibi hissedilmesine neden olur. Bu da bireyde çeşitli nevrotik tutum ve davranışlara sebebiyet verir (Sayar, 2006, s. 106).

Hümanist psikolojinin bakış açısıyla konuyu değerlendiren psikologlardan Frager’in (2014, s. 107) belirttiği üzere birey, bedenleşmiş bir ruhtur ve bireyin özü de sevgi, hikmet ve coşkudur. Bu özelliklerine rağmen bireyin sıklıkla kafası karışır, depresyona girer ve mutsuz olur. Manevî yapısının düşmanı olan negatif egosu bireyi mutsuz hale getirmeye kendini adanmıştır. Frager (2014, s. 107) negatif egoya kişilik vererek onu ‘gremlin’ (adeta batını bir cin) şeklinde isimlendirir ve şöyle der. “Sizin gremlininiz kafanızdaki hatiptir. Bütün yaşam tarzınızı etkiler ve nereye giderseniz gidin, sizinle gelir. Gremlininizin elindeki en iyi araçlardan bazıları geçmiş hatırlatma, gelecek hakkında kaygı hissettirme ve tecrübelerinizi mümkün olan en kötü şekilde yorumlamadır. Gremlinler hepimizin yaşadığı batını korkular ve gizli güvensizlik ve yetersizlik duygusunu kullanır.”

Depresyonla yakından ilişkili kavramlardan birisi de yas ve matemdir. Psikolojide “yas” denince bireyin kendisi için anlamlı olan ötekinin kaybı sonrasında verdiği tepkiler, kaybettiği ve sevdiği kişiden ya da nesneden kendisini ayırmak için kat ettiği uzun ve acılı bir süreç akla gelmektedir. Bu anlamda yas, genellikle bir yakının ölümüyle ortaya çıkan, ama her türlü kayıp yaşantısından sonra da görülebilen duygusal, bilişsel, davranışsal, bedensel ve toplumsal alanda değişimlerle belirlenen karmaşık bir yaşantı, her insanın başına gelebilecek kaçınılmaz ve evrensel bir deneyimdir. Yas tutma tepkisi ise bir yandan kaybedilene karşı geliştirilen tepkileri içerirken diğer taraftan kaybedilenin artık var olmadığı dış dünyaya yeniden uyum sağlamaya yarayan bir süreç olarak değerlendirilir. “Nesne” diye bir niteleme yapılmasının nedeni, yas için ille de insan için önemli, değer verdiği, sevdiği birinin ölmesinin gerekmemesidir. Birey için değerli her kayıpta yas yaşanır. Kaybedilen şey aile yadigârı basit bir takı, umut, ideal, dostluk, vatan, bilerek veya zorla terk etmek durumunda kalınan eski yaşantı, hatta eski bir benlik hissi de olabilir (Göka, 2013, s. 149-150)

Yas süreci çeşitli bilim insanlarınca gözlenmiş ve yas tutmanın evreleri konusunda farklı görüşler ortaya atılmıştır. Her araştırmacı, aynı klinik fenomenleri görse de sınıflandırmalar, araştırmacının hangi kuramsal yaklaşımı benimsediğine göre değişmektedir. Örneğin bağlanma kuramını³⁰ ortaya atan John Bowlby, yas tutmanın “*dengesizlik*”, “*ruhsal dağılma*” ve “*yeniden toparlanma*” olmak üzere üç evresi olduğunu ileri sürmüştür (Göka, 2013, s. 159-161). Daha sonra Parkes (2009), dört evreden oluşan bir şema üzerinde çalışmıştır. Bu dörtlü şemada ilk evre *hissizlik ve protesto* olarak adlandırılır. Bu evre korku, gerginlik ve öfkenin hakim olduğu birkaç saatten bir haftaya kadar sürebilen bir zaman dilimini kapsar. Hissizliğin ardından kaybedilen kişiyi özleme ve yas tutan kişinin kaybını geri getirme dürtüsü duyduğu *özleme ve arama* dönemidir. Bu dönem birkaç ay ya da birkaç yıl sürebilir. Bireyin sürekli olarak bedeninin bir bölümü ve işleyişi konusunda kaygıya kapıldığı, toplumsal ilişkilerinden ve önceki etkinliklerinden geri çekildiği *ruhsal dağınıklık ve ümitsizlikten* (deorganizasyon) sonra, dördüncü evre olan *yeniden örgütlenme/toparlanma* gelir. Bu evrede yeni olgular, nesneler ve amaçlar insanın iç-dünyasına girmeye başlar. Bu girişin yoğunluğu oranında yas da azalır ve kıymetli anılarla yer değiştirir (Volkan & Zintl, 2018, s. 21).

Pollock (1961), yas tutma evrelerini akut (ani) ve kronik (uzun süreli) dönem olmak üzere ikiye ayırır. Kaybın henüz yeni olduğu akut dönem tepkilerini de a) şok tepkisi, b) duygusal tepkiler, c) ayrılma tepkisi diye adlandırır.

Volkan (2018), akut ve kronik terimlerini kullanmamakla birlikte yas tutmayı “*başlangıç dönemi*” ve “*yas tutma işi*” şeklinde iki süreçle analiz eder. Birinci evre, kaybın ya da kayıp tehdidinin (örneğin ölümcül hastalık tanısı) gerçekleştiği andan itibaren başlayan; acı haber alındığında bireyin yaşadığı duygusal ve bilişsel tecrübeleri ihtiva eden kriz dönemindeki kederdir. Bu evre, kaybın ya da kayıp tehdidinin (kendisine veya sevdiği birisine ölümcül hastalık tanısının konması, kalıcı sakatlık/engellilikle karşılaşılması gibi) olduğu anda başlar. Burada bedenimiz ve zihnimiz kedere karşı direnir. Acıyla yüzleşmekten kaçınmak için yadsıma ve bölme

³⁰ May, bağlanma teorisiyle ilgili psikanalitik bakış açısıyla şöyle bir yorum yapar. Göbek bağıının koptuğu andan itibaren birey anneden ayrı bir varlık konumuna geçer ama eğer psikolojik göbek bağı zamanında kopmazsa çocuk anne babasının dizinin dibinden bir daha hiç ayrılamaz hale gelir. Birey, evin önündeki bir direğe bağlanmış gibidir ve ipin uzunluğundan daha fazla bir mesafeye gidemez. İçinde filizlenen özgürlük dışarı çıkamayınca kendi içine döner ve öfkeyle birleşip içini kemirmeye başlar. İpin çizdiği sınırlar çerçevesinde her şey normal gözükür ancak evlilik çanları çalınca, işe girince, ölüm yaklaştığında bireyi büyük sorunlar bekler. Her kriz anında annesine koşma eğilimi ağır basar. “Bizler” der May (1997, s. 115)., “toplumda, aradığımız annelik vasıflarını bulamayınca çocukluğumuzun sığınağı görevini gören gerçek annemize koşuyoruz”.

savunma mekanizmaları, pazarlık, sıkıntı, rüya görme ve öfke içine girer çıkarız. Acı gerçeği özümsemişimizde kriz dönemi sona erer. Çoğu kişi ölümü kabul etmekle yas tutmanın sona erdiğini varsayar ama aslında yas tutmanın ikinci evresi başlar. Ancak ölümün gerçekliğini bir kez kabul ettikten sonra, ölen kişiyle ilişkimizi artık bizi sürekli uğraştırmayacak bir hatıraya dönüştürebilmek için gereken ince ve karmaşık uzlaşma işine başlayabiliriz (Volkan & Zintl, 2018, s. 20-21).

Yas, bireyin hayatında herhangi bir kayba ya da değişikliğe verdiği psikolojik cevap, iç dünyası ile dış dünyası arasında bir denge sağlayabilmek için ‘gerçekle’ girdiği bir uzlaşmadır (Volkan, 2017, s. 162). Bununla birlikte bireyin yas tutmaya (uzlaşmaya) ne zamana kadar devam edeceği merak konusudur. Kaybedilen hiç kimseyi ya da hiçbir şeyi zihin bırakmaz çünkü kaybedilene ilişkin hatıraların her zaman canlanma ve yeniden can yakma ihtimali vardır. Ölümü kabullendikten sonra birey hayatına devam etmek ister ancak kaybettiği kişinin duygusal varlığı zihninde dolaşır durur. Bu duygusal varlığa *psişik eş* denir. Hayatımızda yer edinmiş tüm insanların psişik eşlerini taşıyırız. Bizde psişik eşi bulunan kişinin kaybıyla gerçek dünya yaşantısı kaybolmasına rağmen psişik eşin sıcaklığı devam eder. Hatta ayrılık nedeniyle bu sıcaklık daha da kızışır. Yas işi, yitimin ateşini söndürmeyi ve psişik eşi soğutmayı içerir³¹. Yasın sonunda kaybettiğimiz ilişkiden gereksinim duyduğumuz bir şeyi kendimize mal ederiz. Bunu özdeşimler yapmak süreci ile başarırız. *Özdeşim*, bir başka kişinin bazı yönlerini, ülkülerini ve işlevlerini üstümüze alarak gerçekleştirdiğimiz bilinç dışı bir süreçtir. Bu süreç bir çeşit paradoks da içerir. Bir başkasının özelliklerini, ülkülerini, işlevlerini üzerimize aldıkça ona bağımlılığımız azalır. Zenginleştirici özdeşimler kaybettiğimiz kişinin psişik eşinden ayrılmamıza yardım eder. Bireyin psikolojik sağlığını/sağlamlığını koruması için kaybettiği kişiyle (psişik eşiyile) yeni ve makul bir ilişki düzenlemesi tavsiye edilir (Volkan & Zintl, 2018, s. 164).

Özmen’e göre (2017, s. 154-158) yas, kederden farklıdır, çünkü yasin asıl işlevi, hayatta kalanın anılarının ve umutlarının ölmüş/kaybedilmiş olandan ayrılmasını, kopmasını sağlar. Bununla birlikte önemli bir kaybın ardından ilk tepki olarak ortaya çıkan keder durumu temelde bir şok duygusunu, inkâr tutumunu, öfkeyi, kaderi, bireyin kendisiyle ya da başkalarıyla sürdürdüğü uzun pazarlıkları, duyulan suçluluğu anlatır.

³¹ Bu konuyla ilgili Volkan (2018), kişinin eşini kaybeden birisinin yas süreci ile boşanmış birinin yas süreci arasında şöyle bir farklılık olacağını söyler. Ölümde eşin geri gelme ihtimali yoktur, boşanmada ise eski eşe dünya gözü ile tekrar bakabilme veya ona tekrar kavuşma fırsatı ve/veya ihtimali vardır. Bu da ayrılığın gerçek nedenlerinin boşanmış kişilerin hep zihninde veya gözünün önünde kalması demektir.

Halbuki iç dünyaya ait bir fenomen olarak yas ise kayıp insanın ya da nesnenin zihinsel temsilinin çeşitli açılardan ele alınıp gözden geçirildiği daha sessiz ve uzun bir süreçtir.

Genellikle yas tutmayı yalnızca ölüm ya da boşanma gibi büyük kayıplara bir yanıt olarak düşünme eğilimimiz vardır. Oysa ‘yas tutma’, herhangi bir kayıp ya da değişikliğe verdiğimiz psikolojik bir yanıt, iç dünyamız ile gerçeklik arasında uyum sağlayabilmek için yaptığımız bir uzlaşmadır. “Keder” de yas tutmaya eşlik eden bir duygudur ve yaşamımız boyunca karşılaştığımız sıradan kayıplar karşısında keder duyma, tekrarlayıcı biçimde başımıza gelen bir olaydır (Volkan & Zintl, 2018, s. 10).

Yaslarımız parmak izlerimiz kadar kişiseldir. Ozanlar ve yazarlar kayba ‘ruhsal yara’ derler. Yas tutma yetisini fiziksel bir yaranın iyileşmesi gibi düşünmek yararlı olabilir. Fiziksel olarak ne kadar hızlı onarıldığımız, kesiğin derinliğine ve özelliklerine bağlıdır. Aynı şeyler keder için de geçerlidir. Yas tutmanın seyri, kayba hazırlığa, kaybedilen ilişkinin özelliklerine, yas tutanın psikolojik gücüne ve keder duyma kapasitesine bağlıdır (Volkan & Zintl, 2018, s. 20).

Depresyonlar ve depresiflik hali ‘melankoli’ diye tanımlanır (Burton, 2017, s. 163-164). Yasa sebep olan olaylar bireyde melankoliye neden olabilmektedir. Melankolide bireyin derin acılı bir yeis halinde oluşu, dış dünyaya ilgisinin kesilmesi, sevmeye kapasitesinin azalması, aktivitelerini engellemesi ve kendini kınamaya, yermeye varan ve sanrısız cezalandırılma beklentisiyle sonuçlanacak şekilde kendine saygısında azalma görülür. Melankolik birey, benlik saygısında alışılmadık bir düşüş ve egoda büyük ölçüde bir zayıflama gibi yas içinde rastlanmayan bazı farklı belirtiler sergiler. Diğer bir deyişle birey için yas halinde dünyası, melankoli halinde ise egosu değersiz ve boş hale gelir. Birey kendi egosunu değersiz, beceriksiz-başarısız görerek kendini kınar ve cezalandırılmayı bekler. Kendisinde herhangi bir değişikliğin olduğunu görmese de eleştirilerini geçmişine de yönelterek hiçbir zaman iyi olmadığını ilan eder. Bu aşağılık sanrıları ile ortaya çıkan tablo uykusuzluk, beslenmeyi reddetme ve her canlıyı hayata bağlayan yaşam içgüdüsünü yok etme ile tamamlanır (Freud, 2014, s. 30-34).

Pollock’un ‘kronik dönem’ nitelemesi, Freud’un klasik yas evresine benzer. ‘Yas ve Melankoli’ makalesinde yasin toplumsal boyutuna hiç değinmeyen Freud, yası tümüyle kişisel bir mesele olarak görür. Özmen (2017, s. 154-158), Freud’u bu görüşünden ötürü eleştirir. Bütün toplulukların belirli yas ritüelleri olduğunu, belirli biçimlerde gerçekleştirilen cenaze törenleri, belirli taziye usulleri, belirli giysiler vb. topluluğun katıldığı ve paylaştığı yas ritüellerinin, yas tutanın ortak kamusal uzama yerleştirilmesine yardımcı olduğunu söyler. Ona göre bu kamusal yas, hem bireysel

yasın/kederin bir ifadeye kavuşmasını hem de her bir bireyin kendi özgül kayıplarını ve kederlerini yeniden anlamlı kılmasını sağlayan bir çerçeve işlevi görür.

Melankoliyi insanın var olmasının tarz ve biçimlerinden birisi, ruhun bir oluş tarzı, insan varoluşunun asli bir unsuru olarak kabul eden (Burton, 2016) ve bunu herhangi bir biçimde marazi bir durum şeklinde görmemek gerektiğini savunan psikologlar da vardır. Örneğin Schmid (2014, s. 49), “depresyon hastalığı farklı, melankoli farklıdır” der ve depresyon teşhisi konanların birçoğunun aslında melankolik olduğunu ve onların depresyon hastalığından değil, melankoliden mustarip kaldıklarını iddia eder. Depresyon hastalığının, diğer bir ifadeyle “paspas gibi hissetme hali”nin, melankolideki duygu ve düşünce dalgalanmasından farklı olarak duyguların donmasıyla, isteksizlikle belirlendiğini ve kişi melankoliye kapıldıysa onun ilaçtan ziyade sohbet edecek arkadaşına ihtiyaç duyduğunu söyler. Ona göre insanlar anlam verdikleri bir şeyi, bir ilişkiyi, bir işi kaybettiklerinde ve/veya umdukları şeyi elde edemediklerinde, dahası, şiddetle arzuladıkları bir şeye eriştikten sonra beklenmedik bir boşluğa düştüklerinde de depresyona girebilir. Ayrıca gerek melankoli halinin gerekse depresyon hastalığının intihar fikriyle el ele vermesinin az rastlanan bir durum olmadığını hatırlatır. Melankoliklerin intihar fikriyle oynayıp durduklarını, depresyon hastalığı çeken insanların ise günün birinde ölümcül bir kararlılıkla ne yapıp yapıp son adımı atmaları ihtimalinin daha yüksek olduğunu iddia eder. Ayrıca melankoliklerin, kendilerini dindar kabul etmeseler bile dinle alakalı olduklarını, buna maneviyat demeyi yeğleseler de yönelimlerinin yine bilinmeyen bir kaderin, sırlı bir anlamın mukim görüldüğü bir Öte’yi esas almak olduğunu belirtir. Bu hal, normal ve anormalin tanımlanmasının kültüre göre değiştiği kuralını hatırlatır. Anormal kişiliği tanımlamak, bir toplumun değerleri, dünya görüşü ve sosyal yapıları dikkate alınarak gerçekleştirilecek bir faaliyettir (Sayar, 2003, s. 58).

2.3. Zorlanan İnsanın Hayatında Dinin Fonksiyonu

Hayatın zorluklarından, öngörülemeyen olaylar/olgular karşısında duyulan acziyet, korku, dehşet ve hayretten kurtulmak; geleceği ve yaşamının nasıl son bulacağı hakkındaki endişelerini gidermek, devamlı bir ruh huzuruna kavuşmak bireyin psikolojik ihtiyaçlarının başında gelir (Armaner, 1980, s. 93). Ruhsal ihtiyaçların giderilmesi hususunda sıkça sorulan soru, bireyin buna kendi imkanlarıyla güç yetirip yetiremeyeceğidir. Buradan hareketle Kayıklık (2006, s. 158), insan-din ilişkisinde belirleyici/denetleyici öğenin din mi, yoksa birey mi olduğu meselesinin hayati bir

önemi haiz olduğunu söyler ve dinin belirleyici tarafının daha ağır bastığını iddia eder. Bununla birlikte din, inananlara kavuşulamayan çeşitli istekler karşılığında telafi edici ödüller sunan, yaşanan zorluklara karşı bir teselli mekanizması işlevi üstlenen ve bireyin bu zorluklarla mücadele edebilmesine imkan hazırlayan özelliklere sahiptir (Akgül, 2004, s. 22). Bu yönüyle din, insanın duygusal ve zihinsel özelliklerini etkileyerek ve kendi taleplerine göre bir dünya kurarak hem kendisinin hem de mensuplarının varlığını teminat altına almaya çalışır.

Bilim insanları, fonksiyonları açısından dini çeşitli şekillerle tanımlamış ve insanın dine yönelişinin çeşitli sebeplerinden bahsetmişlerdir. Örneğin Pazarlı'ya (1982, s. 29) göre din, birey için keder ve ıstırapları azaltan, ona teselli veren bir ümit kaynağıdır. Spilka ve arkadaşları (Pargament; 2003, s. 224), bireyin dine yönelişinin temel motifi olarak karşılaştığı güçlükleri kontrol edebilecek yetenekte veya mevcut güçlükler hakkında yeterli bilgiye sahip olmamasını örnek gösterir. Zira birey, din aracılığıyla hayatı ve dünyayı anlamlı, tutarlı bir varlık olarak kavrama girişiminde bulunur (Berger, 2005, s. 67).

Dinin insana olumlu mu olumsuz mu etki ettiği üzerine yapılan tartışmalar üzerine araştırmacılar farklı şekillerde değerlendirmelerde bulunmuşlardır. Psikanalitik kuramın öncüsü Freud'a göre her şey bebeğin çaresizlik duygusu sonucunda baba gibi güçlü bir koruyucu bulma isteğiyle başlar. Dini, ortak bir dileği gerçekleştirme yöntemi olarak gören Freud, tehdit edici ya da ne olacağı belli olmayan dünyaya karşı bireyin kendini korumak için hayali bir kurtarıcı yarattığını ve bunu Tanrı şeklinde dışa vurduğunu iddia eder. Bu bağlamda Tanrı, bireye güven duygusu vermesi için yine bireyin bilinçaltında yarattığı bir baba figürüdür (Burger, 2006, s. 186). Başka bir ifadeyle Freud, dini ya da Tanrıyı çaresizlik duygusuna karşı bireyin kendi kendine oluşturduğu bir yanılgı olarak görür. Ona göre dinsel davranışlar nevrozdur ve bu nedenle bir dine inanan ya da dindar olduğunu ifade eden bireyin nevrotik bir davranış sergilediğini düşünür. Ancak başka bir yerde dinin asosyal içgüdüleri terbiye ederek, insanlık âlemine büyük hizmette bulunduğunu da kabul eder. Buradan hareketle söylenebilir ki Freud dine değil, dinin insan üzerindeki baskıcı etkisine karşıdır (Yaparel; 1987, s. 23).

Günay'a göre (2003, s. 415-417) din ve dinî inanç, toplumda önemli bir sosyal kontrol sağlar. Birey ve topluma, içinde yaşanan dünyaya ve hayata anlam kazandırma fonksiyonu görür. Bireyin dünya görüşü ve hayat anlayışının şekillenmesinde önemli rol üstlenir. Böylelikle din, bireyin sıkıntıları ve özellikle modern insanın karşı karşıya

kaldığı önemli bir psikolojik problem olan strese karşı dikkate değer bir ruhsal huzur kaynağı oluşturur.

Dinin, olumsuz yaşam olaylarıyla mücadelede insanlara kontrol hissi verme, aşkın bir güce sığınmalarını sağlayarak onları rahatlatma, yaşananlara anlam vermelerine yardımcı olma, dayanışmayı destekleme, değer yönelimlerinde ve dolayısıyla yaşamlarında dönüşümü tetikleme gibi beş temel işlevi üzerinde durulduğu görülmektedir (Pargament, Koenig ve Perez, 2000, s. 521). Bu işlevleri aracılığıyla dinin insanların maruz kaldığı pek çok bireysel, ailesel ve çevresel risk faktörünün ortadan kalkmasına yardımcı olduğu ve psikolojik dayanıklılığın oluşmasını desteklediği söylenebilir.

Değerlerden yoksunluk, bireyi anlamsızlığa, varoluşsal bunalıma, hayattan zevk alamamaya, manevi açlığa, amaçsızlığa, köksüzlüğe sürükler. Maslow (1996) bireyin bu rahatsızlıklardan ancak inanılan ve uygulanabilen bir insanî değerler sistemine sahip olmakla kurtulacağını düşünür. Ona göre din, bireye kendisini adayabileceği değerler sistemi sunar.

Dinin olumlu etkilerinin olduğu yönünde görüş bildiren Stack, dinin fonksiyonunu aslında birbirinden farkı olmayan, aynı anda meydana gelebilen üç hipotezle anlatmaya çalışır. Bu hipotezlerden ilki "toplumsal bağlılık"tır. Buna göre din bireye dinî çevreden gelen toplumsal destek sağlar. Bu destek bireye hem duygusal, hem entelektüel, hem de depresyon riskini azaltan bazı özellikler kazandırır. İkincisi "tutarlılık"tır. Buna göre din, bireye umut ve iyimserlik duygusu aşılayarak bireyin depresyona girme riskini azaltır. Üçüncüsü ise "hikmet"tir. Bu hipoteze göre din, bireyin keder ve ıstıraplarını negatif olarak algılama eğilimini olumlu yönde değiştirir. Yani bireye, yaşadığı her olayda ilâhî bir hikmet, kaderî bir sebep bulunduğu inancını yerleştirir ve hâdiselere daha sağduyulu ve iyimser bir bakış açısı ile bakmasını sağlar (Stack, 2001, s. 8).

Vergote, çeşitli amprik çalışmalar sonucunda elde edilen bulgulara dayanarak, sıkıntılı insanların bir dine inanıp bağlanmakla, bir yönüyle emniyet ve güvenlik içerisinde bulunmayı arzuladıkları için dinin insanda güven duygusu oluşturduğunu söyler (Yapıcı & Kayıklık; 2005, s. 179). Benzer şekilde Pargament ve Raiya da (2007, s. 744) dinin psikolojik, sosyal, fiziksel ve manevi olmak üzere dört temel işlevinden bahsederken dindarlığın birey üzerindeki yaygın etkisini ortaya koymaktadır. Onlara göre din, insanların yaşamlarına farklı amaçlar katan çok işlevli bir yapıdır. Anlam arayışı, kişilik gelişimi, kişisel denetim ve iç huzuru gibi psikolojik amaçların yanı sıra

dinin bireye sunduğu sosyal ilişkiler, dayanışma ve bağlanmışlık gibi sosyal amaçlar da bulunur. Dinin ayrıca sağlık uygulamalarını daha iyi bir seviyeye çıkarma ve bedensel rahatlama gibi olumlu fiziksel etkileri de mevcuttur. Ancak kendini aşma ve Tanrı'yı bilme gibi bireye sunduğu manevî amaçların dinin en önemli işlevleri olduğu vurgulanır.

Pargament, Koenig ve Perez (2000, s. 521-524)'e göre din, bireye hem günlük yaşam olaylarında hem de kriz dönemlerinde farklı şekillerde yardımcı olur. Bu bağlamda dinin beş temel işlevi vardır. Din, bireyin yaşadığı zorlukları anlama ve anlamlandırmada ona bir çatı sunar. Birey, kendi gücünü aşan olumsuz olaylarla karşılaştığında din ona kontrol ve hâkimiyet hissi verir. Bireyin kendisini aşan bir güce bağlanması ona teselli vererek rahatlama sağlar. Din, toplumsal dayanışma ve kimlik oluşumuna katkı sağlayarak bireyin değer yönelimlerinin değişimine etki etmek suretiyle yaşamında dönüşüme vesile olur³².

Bireyin dışında bir işlev görüyormuş izlenimi veren ancak onunla esrarengiz ve kimi zaman korkutucu bir şekilde ilişkisi olduğu düşünülen dinin (Berger, 1993, s. 55–59), insanların tutum ve davranışlarını düzenleyerek yaşama rehberlik eden değerleri belirlediği ifade edilir (Kirman, 2004, s. 61). Dürüstlük, yardımseverlik, alçakgönüllük, şükür, affedicilik ve sabır dinin insanlara öğütlediği bu değerler/erdemler arasında sayılır (Ayten, 2014, s. 100 Doğan, 2014, s. 35-54). Din, bireyin yaşamına anlam katarak bütünlük hissini güçlendirir, sosyal desteği artırır, yardımseverlik ve empati gibi erdemleri perçinler (Westgate, 1996, s. 26). Olumlu psikoloji yaklaşımındaki son ilerlemeler de düşünüldüğünde dinin bireyin iyi oluşuna bu etkenler yoluyla katkıda bulunduğu savunulur.

Kendisini varoluşçu psikolog şeklinde tanımlayan Frankl, dini nihai anlam arayışı olarak tarif eder ve bireyin nihai anlam sonucunda nihai var oluşa (Tanrı'ya) ulaşacağını söyler. Ona göre din, varlığın anlamının ve hayatın gidişatının ne olduğuna dair var oluşsal (ekzistansiyel) sorulara ikna edici cevaplar üreterek hem yaşamı hem de

³² Şeriati'ye (2015, s. 279-281) göre insanın maddi ve felsefi/metafizik anlamda iki ızdırabı; 'tarih, doğa, toplum ve kendi' adını verdiği dört zindanı vardır. ızdırabın ilki sahip olmamaktan kaynaklanan ekonomik ızdıraptır. İkincisi beşeriyetin felsefi ızdırabıdır. Her sınıf, her fert yoksunluktan, fakirlikten, biçarelikten kurtulduğu ölçüde manevi, felsefi ve insani perişanlığa yakayı kaptırır. Artık böyle bir kimse için "Ne yiyeyim, ne yapayım, para için hangi kapıyı çalayım?" gibi sorular yerini "Ben neyim, niçin yaşıyorum, neden bu dünyaya geldim, bu dünya nedir, Tanrı kimdir, alinyazısı nedir, mana ne demektir, yaşamam neye yarar, nasıl yaşamalı?" türünden sorulara bırakır. Bireyin özgürlüğü ve iradesine yani kaderine müdahale etme imkânı, bilimin gücüyle geliştikçe "tarih, doğa, toplum" adı verilen üç zindanından kurtulur. Ancak dördüncü zindanından, 'kendisi'nden bilim ötesiyle, yani bir dine inanmakla kurtulur. Diğer bir deyişle bireyi çevreleyen dört zindanın üçü bilimle yok olurken biri de din aracılığı ile ortadan kalkar.

ölümü anlamlı bir hale getirir. Bireye ‘ruhsal yardım eli’ uzatarak başka hiçbir yerde bulamayacağı bir güvenlik duygusu verir. Bilhassa yaşanan zorlukları anlamlandırarak bireye hayatın yaşanabilir olduğu duygusunu kazandırır. Sonuçta kendini güvende hisseden birey psikolojik rahatsızlıklardan kurtulur, dış dünyayla ilişkisi de daha sağlıklı olur (Göka, 2013; Ayten, 2006).

2.4. Dindarlık ve Maneviyata Yaklaşımlar

2.4.1. Dindarlığın ve Maneviyatın Tanımı ve Boyutları

Din(darlık) ve maneviyat çoğu kere birbirinin yerine kullanılmaktadır. Ancak akademik literatür yakından incelenecek olursa din(darlık) ve maneviyatın birbiriyle benzeşen yönleri kadar birbirinden farklı olan boyutları da söz konusu edilmektedir. Maneviyat bireysel alandaki deneyimleri ifade ederken dindarlık dinî kurumlar, ritüeller ve sistematik inançlara bağlılıkla yakından ilişkilidir. Buna göre din kavramı, daha çok organize bir dine ve teolojik bir doktrine bağlılığı vurgularken maneviyat, aşkın (metafizik) olan ile bireysel ilişki ve ruhsal karşılaşma üstüne kuruludur. Kurumsal dinî yaşayışta bireyin öznelliği yok olmamakla birlikte tarihsel süreçten tevarüs eden belirli kalıplar ve formlar merkezi öneme sahiptir. Buna karşılık maneviyatın belirli bir biçime mahkum olması söz konusu değildir. Çünkü o, her bireyde farklı şekilde hissedilmekte ve yaşanmaktadır. Bu yaklaşıma göre bireyler ‘dindar ve maneviyatlı’, ‘dindar ve maneviyatsız’, ‘maneviyatlı ama bir dine mensup olmayan’ ya da ‘her ikisini de deneyimlemeyen’ gibi farklı şekilde kategorize edilir. Ekşi ve Kaya (2016, s. 15) kavram kargaşasının önlenmesi amacıyla “maneviyat” ve “din” terimlerinin birbiriyle ilişkili kavramlar olduğunu ve birbirinden bağımsız düşünülmemeyeceğini söyler. Bununla birlikte şu hususu vurgulamak gerekir ki, Hill ve Pargament, dinî deneyim ile maneviyat arasındaki kurumsal ve bireysel şeklinde yapılan bu ayrımın çeşitli sorunlara yol açacağını savunur. Örneğin bütün manevi deneyim ifadelerin aslında organize inanç geleneklerinden doğmuştur. Yani geleneği ve kurumsal yapısı olmayan bir maneviyat bulmak neredeyse mümkün değildir. Maneviyat, geleneksel inançlar ya da dinler temelde kişisel deneyimi düzenlemeyi amaçlar. Dahası birçok din mensubu maneviyat ile dini birbirinden ayırmaz (Spilka ve ark., 2003, s. 532). Bu nedenle biz bu çalışmada dindarlık ve maneviyatı birbirini dışlayan değil, birbirini kapsayan bir yapıda değerlendirmek, böylece her iki kavramı “dindarlık” adı altında ele almak istiyoruz.

Psikanalitik, bilişsel ve davranışçı bakış açılarından hareketle, çeşitli bilim insanları dindarlığı kaynakları ve fonksiyonları açısından değişik yönleriyle tanımlamaya çalışır. Davranışçı psikoloji ekolünün temsilcilerinden Pavlov, dindarlığı içgüdüsel bir kavramın ve güven arayışının ifadesi olarak tanımlar. Çünkü ona göre insan, tabiatla karşılaştığı güçlülere karşı çaresizliği karşısında içgüdüsel olarak genetik yolla aktarılan dinî bağlar geliştirir. Pavlov, insanın karşılaştığı zorluklarla baş etmek için bir dine başvurduğunu vurgulayarak dindarlığın “içgüdüsel” olduğunu iddia eder (Bahadır; 2002, s. 139-140).

Korkuyu; dış dünyanın veya tabiatın bireye yapabileceği, diğer insanlardan bireye gelebilecek kötülüklerin neden olduğu ve bireyin tutkularının kendisine yaptıracağı ve daha sonra pişman olacağı davranışlardan kaynaklanan şeklinde üç grupta değerlendiren Russell, dindarlığın temel kaynağı olarak korku duygusunu ön plana çıkarır (Kayıklık; 2002, s. 28-32).

Dindarlığın kaynaklarını sadece bireysel korkular, kaygılar ve ihtiyaçlar olarak görmeyen, dinî duyguyu ön plana çıkaran araştırmacılar da vardır. Örneğin Schleirmacher ve Wundt, dinin sadece dinî duygudan ibaret olduğunu savunur ve dindarlığın kaynağını Yüce Varlığa yönelme ve O’na bağlanma duygusuna dayandırır. Onlara göre bu duygunun ardında, bireysel arzulara kavuşulduğu yüce bir âlemin varlığı ve bireyin kendisini o Yüce Varlığa ait hissetmesi şeklinde tasvir edilecek bir istidat yatar (Yavuz; 1982, s. 95-96).

Bireyin zihin yapısının dinî algılayış ve yaşayışını etkilediğini düşünen James’a göre dindarlığın ardındaki temel faktör duygudur. Burada o, dinî duyguyu dinî bir otoriteye bağlanma olarak ele alır. Birey bu bağlanma duygusunu yoğun bir şekilde hissettiğinde dinî tecrübe denilen hal ortaya çıkar. Bu yaşanan hal ile birey, duygusal yoğunluğun sınırlarını aşarak hayatın kaynağı olan görünmez bir güçle iletişime geçer. Ona göre bu görünmez güç, kendisine korku, saygı ve bağlılık duygusu hissedilen Tanrı’dır (Yapıcı; 2004, s. 175). Bu noktada James’ın zihin yapılarını esas alarak insanları “sağlıklı bir zihne sahip olanlar”(healty-minded) ve “hasta ruhlular” (sick-soul) şeklinde iki kısma ayırdığını görmekteyiz. Ona göre, sağlıklı zihne sahip kişiler her şeyin iyi tarafını görerek yaşam hakkında iyimser bir tavır takınır ve bu özelliklerini dinî hayatlarında da gösterir³³. Hasta ruhlular ise, kötümser bir anlayışa sahip

³³Dindarlığın insanların yaşamlarındaki olumsuzlukları daha olumlu bir bakış açısıyla değerlendirmelerini sağladığını, huzur ve esenlik hissi vererek insanların biyolojik, psikolojik ve kültürel gelişimine katkı sağladığını, insanlara sunduğu inanç ve duygu yoğunluğu sayesinde bütünlük taşıyan, süreklilik arz

olduğundan onların dinî anlayışları acı, keder, çile, ve ölüm gibi konular üzerine kuruludur (Mehmedoğlu, 2004, s. 40). James'in bu taksimatını bir yönüyle Rokeach'ın 'açık' veya 'kapalı' zihinsel yapı tasnifiyle ilişkilendirebilmek mümkündür. Rokeach'a göre açık zihinsel yapıya sahip olan birey yeniliklere açık, iyimser ve hoşgörülüdür ve bu özellik onun dindarlığında da görülür. Kapalı zihinsel yapıya sahip birey ise her şeyi siyah-beyaz tarzda algılar ve aşırı korumacı, dogmatik, otoriter ve baskıcıdır. O, dinî yaşayışında da bu tür özellikler gösterir (Vergote, 1999, s. 81-97). Fromm'un otoriter ve humaniter din(darlık) ayrımını da burada anmak gerekir. Zira otoriter din mensupları kapalı zihinsel yapıya, humaniter din mensupları ise açık zihinsel yapıya sahiptir. Fromm'un yaptığı gibi dinden yola çıkarak dindarlık tipolojisi oluşturan Cropps, "otoriter din", "arayış dini" ve "kendiliğinden din" olmak üzere dinsel yaşayışı üç gruba ayırır. Ona göre otoriter dinin mensubunun en belirgin özelliği boyun eğme, baskın ve saldırgan bir dış otoriteyi kabul etmektir. Arayış dinindeki dinsel yaşayış biçiminde birey kendini ifade, tarih ve bilimin yeniden oluşması düşüncesi ve insancıl ahlaki kurallar üzerinde yoğunlaşır. Kendiliğinden dinin dinsel yaşayışında ise birey, zaman ve mekânla sınırlı olan "ben" in otoritesine girerek ve Tanrı'yla ben arasındaki mesafeyi kaldırarak direkt olarak Tanrı ile ilişki kurar (Kayıklık, 2000, s. 6-7).

2.4.2. İnanç, Şüphe ve İman

Arapça "emn" kökünden türeyen, 'güvenmek' anlamına gelen iman kelimesine sözlüklerde genellikle "güven vermek, güven duymak, tasdik etmek, doğrulamak ve gönülden bağlanmak" anlamları verilir. Bunun yanı sıra "sağlamlaştırmak, kesin karar vermek, tasdik etmek" manasındaki "akd" kökünden türeyen 'itikad' kavramı da imanın eşanlamlısı olarak kullanılır (Mehmedoğlu, 2013, s. 23-24). Örneğin İbn Arabi, Arapça bir terim olarak "inanç (itikad, akide)" kelimesinin kök anlamının bir düğümü veya bir şeyi sınırsız bağlamak olduğunu söyler. Ona göre, 'her insan Tanrı hakkında birşeylere inanıyor' ifadesi, 'her insan Tanrı hakkında belirli bir düğümüne bağlanmış' manasına gelir (Almond, 2016, s. 73).

Görüldüğü üzere iman ve inanç kavramları aynı anlamda kullanılır. Ancak Din Psikolojisi alanyazınında bu kavramların anlam farklılıklarına sık sık vurgu yapılır. Örneğin imanı 'güven' olarak betimleyen Allport'a (2004, s. 139-140) göre iman daha

eden ve anlamlı bir yaşam algısı oluşturarak kendine has bir mutluluk ve doyum kaynağı oluşturduğunu belirten birçok araştırmacı bulunmaktadır (Bahadır, 2002: 28-31; Akgül, 2004: 19-20; Acaboğa, 2007: 6-7; Göcen, 2013: 123).

az emin olunan hususları ifade ederken inanç daha kesin konularda kullanılmaktadır. Mehmedoğlu'na (2013, s. 52) göre, imandaki duygusal yapının en önemli göstergesi kişiye güven temin etmesidir. Bu sebeple birçok teolog, filozof ve psikolog imanı, bağlılık ve güven duygusuyla açıklar. Ancak güven duygusunun imanı oluşturan asıl ve tek duygu olmadığını söylemek gerekir. İmanın muhtevasında sabır, tevekkül, teslimiyet, sevgi, korku, şefkat, merhamet, tevazu ve fedakârlık gibi diğer duygular da en az güven kadar etkilidir.

Allport'un dediklerine benzer nitelikte görüş bildiren Wilber'e göre birey önce ruha inanır, sonra ruha iman eder, daha sonra doğrudan ruhu yaşar ve en son ruh haline gelir. Bu iddiasına dayanarak oluşumu için görüntü, sembol ve kavram gerektiren "inancın" zihinsel düzeyden kaynaklandığını belirtir. Ona göre, manevi olmayan herhangi bir zihinsel inanç er ya da geç gücünü kaybeder, zorlama gücünü kaybeden inancın bitişiyle de iman devreye girer (Türk, 2016, s. 75).

İnanç kısa vadeli, genellikle günlük hayata ilişkin deneyimlerle ortaya çıkan ve kolay değişebilen duygusal, zihinsel veya davranışsal bir tutumdur. Dinî inanç veya iman ise daha kuşatıcı daha engin, köklü, bütüncül, zor değişebilen; bireyin geçmiş ve geleceğini içine alan hem duygusal hem zihinsel hem de davranışsal motivasyonu olan varoluşsal aşkın bir tutumu ifade eder. İnançta zihinsel boyut aktif unsurken dinî inanç veya imanda duygusal ve iradi boyut aktiftir (Apaydın, 2016, s. 68).

Dinî inançla iman arasında da fark vardır. Bireyin sahip olduğu inanç duygusal (zor zamanlarda Allah'a yönelmek ve dua etmek gibi), zihinsel (peygamberlere, meleklerle, cennet-cehenneme inanmak gibi) veya davranışsal bir dinamiğe (namaz kılmak, kurban kesmek gibi) dayanabilir. Bu bakımdan psikolojik açıdan iman duygusal, zihinsel ve davranışsal dinamikleri içinde barındıran ve bireyin içselleştirdiği en güçlü dinî tutumdur. Dinî inançla iman arasındaki farkı daha iyi kavramak amacıyla Hucurat Suresi 14. ayette anlatılan durumu örnek gösterebiliriz. İslam peygamberi Hz. Muhammed'in karşısına geçip mümin olduklarını iddia eden kişilere kendilerini "Mümin" telakki etmemeleri, sadece teslim olan manasında "Müslüman" sıfatını kullanmaları gerektiği, zira imanın kalplerine yerleşmediği, bu halin de Müslümanların nüfus ve nüfuzunun artması sebebiyle otoriteye/güce bağlanmanın başka bir deyişi olduğu söylenir. Buradan da anlaşılacağı üzere dinî inanç bazen bireyin iradesi dışında toplumsal ve ortamsal faktörlerin dayattığı bir öğrenme, kabul veya taklidi bir pratik olabilir. İman ise aşkın bir gerçekliğin fitri kabulünü, dinî inancın hem duygusal, hem

zihinsel hem de davranışsal olarak özümşenip içselleştirilmesini ifade eder (Apaydın, 2016, s. 69).

İmanın mekân tuttuğu yer zihin değil gönüldür³⁴. “İman” der Öztürk, “zihinsel ve entelektüel bir çabayla aşamalı olarak elde edilen bir netice olmanın ötesinde, içten gelen bir duyuş, deruni bir keşiftir. İmanda güven, şükran, duygu gibi unsurlar tazeliğini yitirmişse, bu kertede ancak imanın ölmüş hali olan itikattan (dogma) söz edilebilir. Ne var ki itikat bir ilişki değil, zihnin bir köşesinde atıl vaziyette öylece duran ve ancak zaman zaman hatırlanan kesin bir kanaattir”. Ayrıca inanç, zihni gelişmeye bağlı bir süreçtir ve inananın zihni durumuna, sübjektif kesinliğine işaret eder. İman ise, inanandan soyutlanmadan ele alınır ve inanan (süje), inanılan (obje)’dan daha ön planda gelir (Özcan, 2015, s. 40-43).

Ayrıca bireyin, dinin emirleri ve yasakları doğrultusunda davranışlarını ayarlama gücü olarak tanımlanan dinî iradenin iman ile bağlantısı sürekli vurgulanır ve hakiki manada bir imanın özgür irade ile gerçekleşeceği dile getirilir. İman ile inançsızlığın bireye eşit mesafede bulunmaları, iradenin bu seçimdeki vazgeçilmezliğinin temel göstergesi olarak kabul edilir.

İnanmak/iman etmek ya da inanmamak bireyin özgür iradesi ile gerçekleşen zihinsel bir eylemdir. Bu eylem sürecinde de inansın yahut inanmasın bireyin bazı şüpheler taşıdığı gözardı edilemeyecek bir gerçektir. İnanmayan birey hem kendi doğruları hem de inananların doğruları hakkında şüpheyi düşebildiği gibi, inanan birey ise kendi doğrularına ilişkin şüpheler taşır. Dinî psikoloji literatüründe gerek sebepleri ya da kaynakları gerek niyet ve sonuçları yönünden birtakım dinî şüphe çeşidi tanımlanır.

Bireyin bu şüphelerini Allport, “tepkisel-olumsuz”, “bireyin ilgilerine karşılık bulamamasından, geleneksel dinin eksikliklerinden ve Tanrı anlayışından kaynaklanan”, dinsel arayışın kaynaklarıyla ilişkili, bilimsel şüphe ve referans şüphesi” başlıkları altında değerlendirir. Allport'un görüşüne katılan Clark, bu şüphe çeşitlerine “büyü ile dinin karışmasından kaynaklanan” şüpheyi ekler. Bu şüphenin yaşanmasına sebebiyet veren hal, bireyin Tanrıyı herhangi bir konuda zorlayabileceği ya da etkileyebileceği

³⁴ Hazleton (2017), şüphenin aslında bir kalp meselesi olduğunu, tüm bu şüpheyi ortadan kaldırdığımızda geriye kalan şeyin inanç olmayacağını söyler. Bunun kesin ve kalpsiz bir teslimiyetten ibaret olacağını, gerçeği kavradığımızdan emin olduğumuzda bu kesinliğin hızlıca dogmatizme ve doğruculuğa dönüşeceğini iddia eder. Bununla, hislerini açığa vurmaktan çekinmeyen, inanılmaz derecede haklı olmanın verdiği gururu taşıyan cehalet veya bağnazlığı kastettiğini söyler.

düşüncesidir. Bu düşüncede birey, Tanrının edilen duayı kabul etmediği veya problemi çözmediğini zannederek şüpheyne düşebilir.

Bu şüphe çeşitleri farklı bilim insanları tarafından değişik isimlendirmelerle açıklanır. Örneğin bireyin inancının hatalı ya da yanlış olabileceğine ilişkin hakiki bir endişe taşıdığı ve nihai bir karara ulaşma peşinde koştuğu “arayış şüphesi (varoluşsal şüphe)” genellikle dinî yaşamında köklü bir değişimin başlangıcında olan yetişkinlerde veya din değiştirme kararlılığındaki kimselerde görülür (Mehmedoğlu, 2013, s. 115).

Bencillik şüphesi, dinini veya inancını kendi arzuları ve istekleri için bir basamak/araç olarak gören, kendi çıkarını düşünüp emellerine ulaşamayan bireylerde görülür. *Sadakat şüphesi*, iman eden bireyin imanının gereğini yapıp yapmadığıyla ilgili şüphedir. Burada birey samimiyetini ve sadakatini sorgular. *Bilimsel şüphe*, bireyin inandığı inanç sisteminin öğretilerinin bilimsel yöntemlerle araştırılması, ispatlanması ve bunların bilimsel verilerle çelişmemesi gerektiği düşüncesiyle ortaya çıkan şüphedir. Bilimsel şüpheyne benzeyen bir diğer şüphe türü *referans şüphesi (kavramsal şüphe)*dir. Bu şüphe, dinî öğretilerin içeriklerinde yer alan bazı kavramlara itiraz veya tepki şeklinde ortaya çıkar. Ancak burada dinî yaşam tarzının ve dinî kaidelerin reddinden ziyade, dinî inanç sistemlerinde yer alan bazı müphem, muğlâk, akıl ve idrak sınırlarını zorlayan ifadelerin harfi harfine alınması nedeniyle düşülen kararsızlık söz konusudur.

Algısal şüphe, bireyin Tanrı tasavvuruna bağlı olarak ortaya çıkan şüphe çeşididir. Burada birey, Tanrı’nın otoritesi ile insanın özgürlüğü arasında ikileme düşer³⁵. Tanrıya iman, bağlanma, boyun eğme veya teslimiyet içermesi ve dolayısıyla bunun özgürlük alanını sınırlıyor görünmesi bireyde şüphe ve kararsızlığa yol açar (Mehmedoğlu, 2013, s. 113-122). Kendisini agnostik bir Yahudi şeklinde tarif eden Hazleton (2017), gerçek inancın kolay cevaplarının olmadığını, aksine zor ve inatçı sorularının var olduğunu fark edilmesi gerektiğini söyler. Ona göre bu durum birey

³⁵Bu ikilemi veciz bir şekilde anlattığı için Tolstoy’un şu ifadeleri dikkat çekicidir. “Tanrı’yı arayarak yaşadığın takdirde hayat Tanrı’sız olmaz. Başımdan şöyle bir şey geçti: Beni bir kayığa oturtular ve tanımadığım bir sahilden karşı kıyıya yönelttiler. Ben açıldıkça beni oraya götüren akıntı da şiddetleniyordu. Hedeften uzaklaşıyordum. Benim gibi akıntıya kapılan kürekçilere daha sık rastlar oldum. Bazıları durmadan kürek çekiyordu, bazıları ise küreklerini fırlatıp atmıştı. Bir kısmı akıntıya karşı çabalıyordu, bir kısmı kendini ona bırakmıştı. Bir ara bana gösterilen yönü unuttum ve küreği elden düşürdüm. Her taraftan tayfalar, neşeli zafer çılgınlıklarıyla yelkenliler ve kürekli kayıklarla önümden geçiyor, akıntıdan aşağılara gidiyorlar, bana ve aralarında “başka bir yön olamaz” diye teminat veriyorlardı. Ben de onlara inanıyordum ve onlarla birlikte ilerliyordum. Önümde sadece koşar adım yaklaştığım ve korktuğum yok oluşu görüyordum, hiçbir yerde kurtuluş göremiyordum. Ne yapmam gerektiğini bilmiyordum. O zaman geriye baktım ve sayısız kayıklar gördüm: Durmadan ve inatla akıntıyı geçiyorlardı. Kıyıyı, kürekleri ve yönleri hatırladım. Geriye doğru akıntıya ters istikamette kıyıya doğru kürek çekmeye başladım. Kıyı Tanrı’ydı, yön gelenek, kürekler bana verilen özgürlüktü. Kıyıya ulaşmaya çabalayayım, Tanrı’yla birleşeyim diye” (Tolstoy, 2011, s. 59-60).

için devam eden bir çaba, sürekli neyi bildiğini sorgulayan, bireyi sorunlarla/düşüncelerle güreştiren bir süreçtir ve bu süreç şüpheyile birlikte gider. Yine bu durum, inançla hiç bitmeyen bir sohbet ve bazen ona karşı bilinçli bir meydan okumayı da içerir.

Bilişsel, duyuşsal ve iradi süreçlerden geçen iman, dinamik bir yapı arz eder. Her zaman aynı yoğunlukta kalmaz ve bir anda şekillenmez. Tillich'in (2014) belirttiği üzere iman eyleminde görülen şüphe, cesaret eylemine eşlik eden bir şüphedir. Ayrıca kaygının ciddiyetini gösteren ciddi bir şüphe, imanın tasdiki anlamına gelir. İman hedefine ulaşmada bir aşama olarak halledilmesi gereken şüphe; karara varmadan önceki tereddüt hali, iki zıt şey arasında gidip gelen bir zihin durumudur. Şüphe, bilişsel süreçlerin ağırlıkta olduğu inanç aşamasında daha yoğun; buna karşılık bilişsel, duy(g)usal ve iradi süreçlerin birlikte bulunduğu iman aşamasında ise daha az yoğunlukta ya da hiç yoktur. Şüphe, inanç ve inançsızlık arasında tereddütlü ve tepkisel bir süreçtir. Bu yönüyle inançtan da inançsızlıktan da farklıdır. Ayrıca bir yönüyle inanç için daha ileri bir aşamaya geçişi başlatabilirken, diğer yönüyle de inançsızlığın ilk aşamasını temsil edebilmektedir.

İmanı özel kılan ve onu diğer inançlardan ayıran ilk özellik "gayb" alanıyla ilgili olmasıdır. Diğer bir ifadeyle o, görünen âlemin dışında görünmeyen varlık âlemine veya din dili ile söylenecek olursa "gayba iman"dır. Özel ve benzersiz olması; doğruluk, kesinlik, teslimiyet ifade etmesi ve dinamik/aktif³⁶ olması imanın diğer özellikleridir (Mehmedoğlu, 2013, s. 35-42).

Düzgün (2013, s. 42), imanın körü körüne bir taklitle değil bilinçle gerçekleşmesi gerektiğini söyler. Zira bilerek inanma, müminlerin imanını temelsiz, boş ve kısa zamanda sonu gelen bayağı teslimiyetlerden ayırır. Bu tür bir imanda karşılıklılık vardır çünkü insan Allah'a belli gerekçelere dayanarak inanır, bu gerekçelerin en başında da va'd ve güven kategorileri gelir. İnanmanın karşılığında Allah'ın va'dleri ve Tanrı kavramının insana telkin ettiği güven, insanın inanmasının mekanik değil bilinçli bir inanma aktı olmasını zorunlu kılar. İnanma, insan olmanın ne anlama geldiği hususunda kişinin çektiği iç sıkıntılarının ve varoluşçuların

³⁶ Frager'e (2012, s. 49) göre imanın iki türü vardır. "Körü körüne iman" vardır ki birey bu tür imanda sadece diliyle "İmanım var. Allah'a inanıyorum" der. Diğer tarafta da "hakiki iman" vardır ve bu iman, sadece sözde kalmayan, kişinin bütün davranışlarına da yayılan bir özelliktedir. Birey "inanıyorum" demese bile imanı hareketlerinde vücut bulur. O, imanını diliyle inkâr eden insanların da var olduğunu fakat davranışlarıyla ve uğraştıkları sanatla iman ettiklerini iddia eder. Bu insanların zahiren şüpheli veya agnostik göründüklerini fakat hayat tarzlarıyla, üretken buluşlarıyla imanlarını tasdik ettiklerini iddia eder.

ifadelendirdiği şekliyle, var olmanın getirdiği bunalımın bir cevabıdır. Var olma, anlamsız bir süreç olarak görülürse böyle bir bulantı ve bunalım doğal olarak nükseder. İnsanın asırlardır sorup da bir türlü bulamadığı soruların cevapları, inanma eyleminin içinde gizlidir. Bu gizlilik insanın sonluluğu gerçeğinde yatar. Öyle bir sonluluk ki insan, bilme ve irade etme gibi en önemli iki eylemi işler kıldığı her an bunu hisseder. Bu sonluluktur ki, onu kendisinin taşıdığı bu eksik niteliği taşımayan Sonsuz ve Sınırsız Olan'a, inanma ve ona güvenme eylemine yönlendirir.

Birey için zorluklarla başa çıkma sürecinde en etkin destekçisi ve yardımcısı imandır. Deneyle kanıtlanamayacak bir gerçekliğin varlığına inanmak, deruni bir tecrübeyle ona güvenmek ve bağlanmak bireyi hayatta/ayakta tutar. Örneğin birey, hayatın anlamı üzerine sorularına cevap, fanilik bilincine ilişkin düşüncelerine yönelik teselli bulur. Bu cevap ve teselliler bireyde hayatı benlik bütünlüğü ile sonlandırma ve inandığı Tanrı'nın rızasını kazanma arzusunu doğurur.

2.5. Zorlanmaya Sebep Olan İçsel Faktörler ve İnanç

2.5.1. Anlam Arayışı ve Bilişsel Tatmin Olma Arzusu

Bireyin günlük hayatta sergilediği temel düşünce ve davranışlardan biri, gerek tecrübe ettiği gerekse çevresinde gözlemlediği hadiselerle bir anlam vermeye çalışması ya da bunları bir takım sebeplere bağlayarak anlama ve açıklama gayretidir. Psikologlar bireyin bu eyleminin ardında, içinde yaşanan çevreyi anlamlı bir yapıya kavuşturma ve dünyayı/hayatı kontrol edilebilir bir duruma getirme güdüsünün olduğunu ileri sürer (Yaparel, 1994, s. 275).

Anlama ve açıklama ihtiyacı, fiziksel ve sosyal hadiselerle sebep arama olarak tanımlanan atıf/yükleme kuramının temel varsayımı olan güdüdür. Birey, olayların ve davranışların sebeplerini anlamak ister, bu da onu çeşitli şekillerde nedensel açıklamalarda bulunmaya götürür (Yapıcı, 2003, s. 133). Bu eylemi harekete geçiren temel güdü, çevrede olup bitenleri anlama ve açıklama çabasındaki bireyin kendisini bir boşlukta hissetmemesi, psikolojik rahatsızlıklar yaşamaması (Arkonaç, 2001, s. 124) veya Frankl'ın (2010, s. 102-103) söylediği gibi varoluşsal bir boşluğa düşmesinin engellenmesidir.

Dünyadaki mevcut dinlerin ön plana çıkan özelliklerinden birisi, inananlarına sundukları her türden nedensel açıklamalardır³⁷. Bilineceği üzere kutsal metinler veya teolojiler evrenin nasıl ve niçin var olduğunu, doğal afetlerin ne sebeple meydana geldiğini, çekilen acıların nedenini müntesiplerine çeşitli örneklendirmelerle anlatmaya çalışır (Spilka, Shaver ve Kirkpatrick, 1985, s. 1-20). Bu bağlamda atıf/yükleme kuramının temel varsayımlarının, dinî izah ve atıfların yordanması hususunda bir bakış açısı sunduğunu söylemek gerekir. Dinî inanç bireyin hem ruhsal ve zihinsel dünyasına hem de tutum ve davranışlarına sürekli etkide bulunarak içten içe cevabını aradığı “niçin” sorusuna alternatif yanıtlar sunar (Yapıcı, 2003, s. 138). Brown'ın da (1966, s. 259-272) belirttiği gibi dinî inanç, bireyin çevresiyle başedebilmesi, hayatı yorumlayabilmesi ve anlayabilmesi için kullanılan zihni kategorilerdir. Birey, dinî inancı sayesinde karşılaştığı belirsizlikleri bilincinde aydınlatmaya ve çevresinde olup biten olumlu ya da olumsuz olaylara bir anlam vermeye çalışır.

Thompson'a göre bireyin dinî inancı, trajik olayların yaşandığı durumlarda ona “anlam” sisteminin devamlılığını koruması için üç şekilde yardım eder ve yaşadığı veya gözlemlediği olayları açıklama çabasında kolaylık sağlar. Bunlar; *gelecekle ilgili olayların birey için katlanılır ve kontrol edilebilir olacağına ilişkin verilen güven, yaşadığı hadisenin olumsuz yönü yanında olumlu yönünün de olabileceği bilinci, tecrübe ettiği olayın en büyük planın bir parçası olduğu ve bunun bir tesadüfe bağlı olmadığına ilişkin vaattir* (Yaparel, 1994, s. 279). Bireyin, ansızın yaşadığı fiziksel veya sosyal bir hadiseyi ilahi bir otoritenin müdahalesine ya da tabiatüstü bir unsura atfederek açıklaması bu kapsamda değerlendirilebilir.

Hümanist psikolojinin öncülerinden Frankl (2011), bireyin en temel ihtiyacının anlam arzusunu tatmin etmek olduğunu söyler. Logoterapi adını verdiği bir düşünce ve tedavi ekolü çerçevesinde birey için anlamlı bir hayatın inşasına yardımcı olmak, diğer

³⁷ Bize mutluluk veren hallerden ziyade keder yüzünden dize geldiğimiz aşıkardır. Varlıklı olmak zaten hakkımız diye düşünür, varlığın sahibi ya da yaratıcısı hakkında pek düşünmeyiz. Varlıklı ruh halinde insanlar bilinmeyen, görünmeyen alanları düşünmek için vakit ayırmaz. Ancak kötü sonuçlu her yaşantı bizi telaşa verir ve bunun sebebi hakkında bizi soruşturmalara iter. Bu sefer geleceğe ilişkin kaygılanırız. Güvensizliğe, dehşete ve hüzüne dalmış olan zihnimiz, kaderimizin bütünüyle bağlı olduğu varsayılan o gizli güçleri yatıştırmak için çeşitli yollara başvurur (Hume, 1979, s. 16-18). Bir acıyla karşı karşıya kaldığımızda doğal olarak ilk önce onun kaynağını ve arkasındaki nedenleri araştırırız, yani bir anlamlandırma ve atfetme arayışına gireriz. Bazen insanlar bunun gibi durumlarda Tanrı'ya atıfta bulunurlar, çünkü onlara göre karşılaştıkları acı Tanrı'dan gelmektedir veya en azından O'nun izniyle gerçekleşmektedir. Hatta bazen boşanma, terk etme, istismar, aldatma gibi kötülükleri işleyen insanlar olsalar dahi bazıları, kısmen de olsa, Tanrı'yı suçlayabilmektedir. Bunun gibi atıflar daha çok Tanrı'nın bireylerle doğrudan ve devamlı bir ilişki içerisinde tasavvur edildiği din ve geleneklerde olur. Tanrı'nın daha çok soyut bir enerji ve insanlarla doğrudan ilgilenmeyen bir varlık olarak tasavvur edildiği din ve geleneklerde ise bu tür suçlamalar büyük oranda Tanrı'ya yüklenmez. (Exline&Rose, 2013, s. 70-71).

taraftan da bireyi çağın hastalığı olarak görülen anlamsızlıktan kurtarmak ister. Logoterapi'ye göre bireyin istidadında var olan anlam arzusu, onu en acımasız ve en korkutucu şartlar altında bile sarılabileceği bir değere, bir amaca veya hedefe yöneltir. Anlam arzusu engellenen birey anlamsızlık çukuruna düşer ve çukurdan ancak anlam arzusuna yeniden işlev kazandırmakla kurtulur.

Bireyin anlam arzusunun teşekkülünde, sosyal çevrenin birey üzerinde çok tesiri vardır. Örneğin fiziksel bir hadisede veya tıbbi bir vakada birey çok farklı iki şeyle karşılaşır. Birincisi vakanın kendisidir ve buna “hastalık” denir. İkincisi ise bireyin sadece hastalıkla değil aynı zamanda içinde bulunduğu toplum ya da kültürün hastalığa bakışıyla karşılaşmasıdır. Tıbbi vakalara bu çeşit bir yaklaşma biçimine ise “rahatsızlık” denir. Birey, bilime göre hastalığını “açığa kavuşturma” çabasındadır fakat topluma göre hastalığını “anlama” ihtiyacı içerisindedir. Çünkü birey, hangi kültür ya da alt kültüre ait olursa olsun, rahatsızlığıyla ilişkilendirilmiş bir anlamlar ve yargılar dizisiyle karşılaşır. Bir kültüre ait olmasından ötürü bu kültürün anlam ve yargılarını içselleştirir. Bu içselleştirme de kendisine ve rahatsızlığına bakışını büyük oranda belirler. Bu rahatsızlığın ne anlama geldiği (negatif - pozitif, iyileştirici - cezalandırıcı, destekleyici – aşağılayıcı) bireyin üzerinde ve iyileşme sürecinde çok etkili olur ve rahatsızlık genellikle hastalıktan daha yıkıcı hale gelebilir. Anlama mahkûm edilmiş olmak, toplum içindeki bireyi olumsuz yönde etkileyebilir. Şöyleki bir hastalık kendini gösterdiğinde toplum, el altında beklettiği “anlam” ve “yargı”ları bireyin hastalığı kavrama biçiminin üzerine salıverir. Toplum hastalığın sebebini bilmediğinde bu bilgisizlik korkuya sebebiyet verir. Bu korku, hastalığa yakalanan bireyin karakteri hakkında “olumsuz yargı” silsilesine dönüşür. Birey artık sadece “hasta” değil aynı zamanda “rahatsız”dır ve bu rahatsızlık genellikle kendi kendini doğrulayan kehanete dönüşür: “Neden ben? Niye rahatsızım? Çünkü kötülük yaptın. Kötülük yaptığımı nereden biliyorsun? Çünkü rahatsızsın” (Wilber, 2003, s. 52-54).

Birey bir taraftan rahatsızlıklarını kendi kendine anlamlandırmaya çalışırken, toplumdaki diğer insanlar ise bireyi etiketleyerek rahatsızlıklara ve hasta bireylere özel anlamlar atfedebilmektedir. Hastalıklı kişiler, bireysel olarak yaşamış olduğu psikik sıkıntılarını kendi iç dünyasında anlamlandırırken; dışsallaştırma, somutlaştırma veya aşkın bir güce bağlanmayla ilgili çözüm yolları arar. Diğer taraftan da toplumsal katmanların, sıkıntılı kişiyi değerlendirirken ona özel etiketler düzenlediğine, kişiye bazen veli bazen deli diyerek bu süreçler içerisinde farklı anlamlar yüklediğine rastlanmıştır. Kültürlerde içsel sıkıntıları/problemleri olan, gerçekliği değerlendirme

konusunda birtakım yeti bozuklukları yaşayan kişilere çok çeşitli şekillerde yaklaşıldığı bilinen bir gerçektir. Bazı kültürlerde bunlar seçilmiş, özel insan muamelesi görerek ermiş insan kabul edilmiş, toplum tarafından korunup yüceltilmiş; bazı kültürlerde de şeytanla işbirliği yapmış, içine cin/cadı kaçmış şeklinde yargılarla aşkın güçlerin topluma bir mesajı olarak değerlendirilmiştir (Özakkaş, 2018, s. 3). Bu şekilde zihinsel problemi olan insanların neslinin devam ettirilmemesine yönelik idealler, hatta o insanların ortadan kaldırılması, yakılması, öldürülmesi noktasına varacak uygulamalar ortaya koymuşlardır. Bu durumun ortaçağın sonuna kadar sürdüğü de tarihi bir gerçekliktir (Schultz & Schultz, 2002).

Bireyin zorlanımlı hadiseler sonrası zihni travmayı atlatmayı başarması yine kendi düşünce sisteminden kaynaklanır. Tamamen insana özgü bir hal olan bilinçlilik, “farkında olduğunun farkında olma” anlamına gelir. Birey, hayatını etkileyecek kararları bilinçli bir şekilde alır ve bunların sonucunu bizzat üstlenmek zorunda kalır. Yani eyleminin sorumlusu bizzat kendisidir ve bu sebeple bireyin atacağı her adım yeni bir bunaltıyı beraberinde getirir. Birçok yaşantı olasılığı içinden yalnızca birini seçmek zorunda olmak, gizli veya açık bir şekilde birey için “keşke” ya da “acaba” hislerinin/sorularının belirsizliğinin getirdiği bir bunaltıya sebep olur (Göka, 2013, s. 66-67).

Bireyin zihinsel yapısı ne kadar donanımlı olursa olsun bilinç alanına intikal eden soruların tümünü cevaplama, açıklama, yorumlama ve çözümleme kabiliyetine sahip değildir. Bireyin bu bilişsel zaafiyeti, zorunlu olarak onu kendi ötesinde farklı anlamlandırma kaynakları aramaya sevk eder. Bu kaynaklar sınırlılıkları sebebiyle bilişsel tatmin ve kesinlik arzusu için yeterli olmaz. Zira özellikle aklı aşan dinî metafizik konularda bilimin ya da insan ürünü açıklama sistemlerinin söyleyebileceği çok şey yoktur. İşte bu alan, dinî inancın hâkim olduğu ve sözünün geçtiği özel bir alandır. Birey, ancak dine müracaat etmekle, zihninde başka bir şekilde dolduramayacağı boşlukları telafi eder ve böylece zihnini gerginlikten kurtarıp rahatlar.

İslam inancına göre Allah insanları, fiziksel ve psikolojik bozukluklar da dâhil olmak üzere çeşitli yollarla imtihan eder. Burada amaç, söz konusu zorluklardan etkilenen insanın sabredip zor zamanlarda Allah’a sığınarak bu deneyimi bir tinsel gelişme ve arınma fırsatı olarak görüp görmeyeceğinin sınanmasıdır. Bu bakımdan ruhsal bozukluk her ne kadar kültürel açıdan damgalanmış olsa da fiziksel hastalıktan farklı değildir. Müslüman toplumlarda psikolojik bozuklukların bu damgadan kaçınmak

için fiziksel semptomlar (somatizasyon) şeklinde görülmesi sık karşılaşılan bir durumdur (Utz, 2015, s. 16).

Sonuç olarak birey, dinî inancı sayesinde hayattaki travmalara, bunalımlara karşı daha dayanıklı hale gelir. Bireyin hayatın zorlukları karşısında sığınacağı manevî bir sığınağı olur ve iradesi daha da kuvvetlenir. Birey, bu dünya hayatının imtihanlarla bezendiğini ve bu imtihanlara sabretmesi gerektiğini düşünür (Bilgin, 1993, s. 140-141). Dinî inanç bireye yaşamın zorlukları ve acıları karşısında sabırlı olmayı, umudunu yitirmemeyi öğütler; anlam ve amaç duygusunu güçlendirir (Koenig, McCullough ve Larson, 2001, s. 100).

2.5.2. Fanilik Bilinci ve Yokluk Tehdidi

Varoluşsal bakımdan insan, bu dünyada pek çok kaygı ve korku yaşar. Özellikle yok olma düşüncesi, ölüm kaygısı ve korkusu bütün korku ve kaygıların temeli kabul edilebilir. Birbirinden farklı korku ve kaygı türlerini ihtiva eden ölüm korkusu bu haliyle oldukça karmaşık ve büyük ölçüde belirsiz bir duygusal yapı şeklinde değerlendirilebilir. Bu heterojen yapıyı oluşturduğu varsayılan korku türlerini “belirsizlik, acı duyma, yalnızlık, gerileme ve yakınlarını, denetimi, bedeni, kimlik duygusunu kaybetme” korkusu şeklinde sıralamak mümkündür.

Ölüm olgusu, üzerinde ne konuşulursa konuşulsun bir ve son defa tecrübe edilecek bir olgudur ve ölüm hakkındaki duygulanımları veya tutumları “korkudan” ziyade “kaygı” hali ile açıklamak daha doğru olur. Göka’nın (2013, s. 68) bildirdiği üzere ‘ölüm’ bizim ve sevdiklerimizin zamanının; istençsiz veya bilinçdışı gerçekleşen yaşantılar gücümüzün; verilecek kararlarla ilgili kaygılar bilgimizin; anlamsızlık tehdidi değerlerimizin; yalıtılmışlık empati yeteneğimizin ve reddedilme olasılığı, diğer insanlar üzerindeki denetimimizin sonluluğunu yansıtır. Bunların hepsi sadece faniliğin yani önünde sonunda hayat sahnesinden çekileceğimizin göstergesi olarak kalmaz; insani varoluş olarak gücümüzün sınırlarına da işaret eder. Tabiatdaki düzen ve işleyiş, biyolojik-genetik sınırlar, toplumsal-ahlaki kurallar, maddi kısıtlılıklar vb. adeta varoluşumuzun sonluluğunu, sonuna kadar özgür olmamızın imkânsızlığını, sonsuzluk diye bir şey olmadığını bireyin yüzüne haykırır.

Becker’e (2013, s. 113) göre bireyin kaygısı, açıkça bir melek ya da hayvan olma belirsizliğini yenme konusundaki bütün yetersizliğinin bir sonucudur. Ona göre birey ölümüne ilgisiz kalarak yaşayamaz. Ne bu kadarı kesin olarak denetleyebilir ne de

insanî durumun dışında kalarak onu mağlup edebilir. Dolayısıyla birey bu ürpertiden kaçamaz. Becker bu ürpertiye “korku” şeklinde adlandırır ve ona göre bireyin ölüm korkusunun gerçek odağı belirsizliğin kendisi değil, özelde bireye genelde tüm insanlığa verilen cezanın bir sonucudur. Bu ceza, bilgi ağacının meyvesini yiyen Âdem’e Tanrı’nın “Sen şüphesiz öleceksin” demesidir. Başka bir söyleyişle bilincin son dehşeti, bireye verilen kendi ölümünün bilgisi ve bilinçli bir varlık olarak âlemde tek başına olan birey hakkındaki bu tuhaf hükümdür. O, ölümü insanoğlunun tuhaf ve en büyük kaygısı olarak görür ve cennet bahçesi mitinin oluşturulmasının ve modern psikolojinin yeniden keşfinin bu kaygıdan kaynaklandığını iddia eder.

Batson ve Ventis’e (1982, s. 7) göre dindarlığın asıl kaynağı bireyin bir gün öleceği gerçeğiyle nasıl baş etmesi gerektiği sorusuna cevap bulabilme çabasından ibarettir. Dolayısıyla dinî inancın nihai hedefi, ölümün meydana getirdiği sıkıntı ve gerilimden bireyi uzaklaştırmaktır. Çünkü birey bir gün mutlaka öleceğini ancak bu dünyadan ayrılrsa dahi öldükten sonra bir başka yerde var olma umudu ile dine yönelir. Dinî inanç bireye ölümün, hastalıkların ve eksikliklerin olmadığı ebedî bir hayat vaat eder. Birey ahiret inancıyla çektiği tüm acı, ıstırap, haksızlık ve adaletsizliklerin mükafatını alacağını umut eder. Dinî inancın ölüm sonrası hayat ile ilgili çizmiş olduğu bu olumlu tablo içerisinde birey için ölümün anlamı değişir. Bu tabloda ölüm yok edici, ürkütücü ve korkutucu bir olgu olmaktan çıkar; huzurun, iyiliklerin ve adaletin hâkim olduğu sonsuz bir hayata geçişi ifade eden manevi bir köprü kimliğine kavuşur (Yaparel, 1987, s. 36).

Bahadır (2002, s. 84), bireyin ölüm karşısındaki tutumunda dinî inancın belirgin bir rol üstlendiğini söyler. Zira ölüm sonrasına inanç sadece ceza-mükâfat ikilisi olarak değil, bireyin içindeki edep, haya ve adalet duygusuna cevap vermek bakımından da önem taşır. Sıkıntı ve endişe kaynağı olan durumlardan inanç ve din ile kurtulmak ya da bunlarla sıkıntının azaltılmasını sağlamak mümkündür. Mesela ölümünden çeken ve öleceği korkusuyla yoğun bir endişe yaşayan birey için ahiret inancı işlevsel bir değere sahiptir. Argyle’nin de (1978, s. 272-273) belirttiği gibi insanın fani bir varlık olduğu gerçeği, dinî inancın oluşumunu ve dindarlığı besleyen önemli faktörler arasında yer alır. Bu bağlamda hayatta acı çeken, zamana yenik düşen, zorlanan ve bütün uğraşlarının en azından öteki dünyada telafi edileceği umudu ile yaşayan birey için inandığı dinin öğretileri, ölüm sonrasında her şeyin düzelebileceğine dair mesajlarıyla bireyin bu yöndeki beklentilerine ve özlemlerine cevap verir.

Kındi, “Def’u-l Ahzan”ın sonunda ölüm korkusu üzerinde durur ve ‘ölüm olmasaydı insan da olmazdı’ der. Ölümün yok oluş şeklinde değil; sürekli ve daha yüksek bir hayata geçiş formunda değerlendirilmesi gerektiğine dair şu fantaziye başvurur. “Eğer sperma akıllı ve konuşabilen bir varlık olsaydı, gelişiminin hiçbir aşamasında bir sonraki merhaleye geçmeyi ve sonunda dünyaya gelmeyi istemezdi. İşte insanın ölümden sonraki hayata geçişi spermanın gelişim süreçlerini tamamlayarak dünyanın genişlik ve ferahlığına çıkmasına benzer. Yani ölüm bir yok oluş değil, daha yüksek bir doğuma geçiştir.” Kındi’ye göre bireyin ölümden korkmasının temelinde kontrolsüz şehvet ve öfke duygularından kaynaklanan tutkular yatar (Çağrı, 1995, s. 221-241).

Dinî inancın ölüme kazandırdığı bu optimist anlamın psikolojik değerlendirmesi herkes açısından aynı değildir. Örneğin psikanalitik bakış açısıyla ölüm ötesiyle ilgili inanç, dünyada karşılaşılan zorluklar ve engellemeler karşısında bireyin teselli bulmak amacıyla kendi kendine uydurduğu tatmin kaynağıdır. Bazıları daha da ileri giderek dinî yaklaşımların özünde en belirgin güdünün ölüm korkusu olduğunu iddia eder.

Dinî inancın kaynağını ölüm korkusuna indirgeyenlere karşılık olarak Jung ve takipçileri, ölüm ötesi bir hayata inanmanın insan için kaçınılmaz zorunlu bir yöneliş olduğu üzerinde birleşir. Bu görüşte olanlara göre ölümden sonra yeniden dirilişi ve sonsuz bir hayatın varlığını haber veren dinin en önemli fonksiyonlarından birisi, inananların ölüm kaygısını gidererek sonsuzluk duygusunu tatmin etmesidir.

Merter (2012, s. 241) zaman ve ölüm mevzularını irdeleyen, nefis mertebeleri ilminin ve latif duygular psikolojisinin; yaşadığımız çağın temel patolojisi olan “ölüm korkusu”na, çok belirgin bir rahatlama getireceği inancındadır. Ona göre bilinçdışına atılmış ölüm korkusu sadece ferdi bir sorun değil, bütün bir medeniyetin varoluş tarzını belirleyen, dünyanın geleceği ile ilgili vahim bir problemdir. Bu korku gün geçtikçe, nefsin alt katlarında sıkışıp kalan insanı ve buna bağlı olarak çevresini yıpratıp tüketir. Durumun vahametini hisseden batılı filozof ve psikologların, son yüzyıl içerisinde, akılcı yollarla, hummalı bir şekilde insanın son sorularından ilki olan ölüm korkusuyla baş etmeye çalıştıklarını görürüz. Örneğin Yalom, *Varoluşçu Psikoterapi* kitabının büyük bölümünü ölüme ayırmıştır. Tüm bu eserler okunduğunda ortaya çıkan hayret verici gerçek, ölüm konusunda rahatlatici tek bir açıklamanın bile getirilmemiş olmasıdır. Rasyonel akılla, hatta sufilerin “ilme’l yakın (bilerek yaklaşma)” diye tanımladıkları bakış açısıyla bile, ölüm gerçeğine vakıf olmak mümkün değildir. Bu ve

daha sonraki “ayne’l yakın (görerek yaklaşma)” mertebesinde geçip “Hakke’l yakın” mertebesine gelindiğinde ölüm ancak “yaşanarak” anlaşılabilmektedir.

Bu dünyada karşılaşılan travmatik olaylar, bela ve musibetler, haksızlık ve mağduriyetlere rağmen ruh sağlığını kaybetmeden ayakta kalma ve bunlarla başa çıkmada en önemli teselli ve telafi kaynağı, gerçek adaletin, güzelliğin ve ölümsüzlüğün hüküm sürdüğü bir öteki dünya inancıdır. Ahiret inancı yalnızca kişinin kendi ölüm korkusuna karşı değil aynı zamanda sevdiği yakınlarını kaybetmesinin doğurduğu yıkıcı fantezi ve yanılsamalardan da koruyucu bir rol oynar (Karaca, 2000, s. 255-257). Ölümlü dünyanın dert ve sıkıntıları içerisinde sabır ve tevekkülle Rabbine yönelen müminin dilinden dökülen “Allah’tan geldik ve Allah’a döneceğiz” (Bakara/2, 156) ifadesinin dışı vurduğu sonsuz güven duygusu ve ruh selametinin, inancın gücü dışında başka hiçbir yolla elde edilemeyecek eşsiz bir koruyucu değere sahip olduğu görülmektedir (Hökelekli, 2012, s. 151).

2.5.3. Engellenme, Yoksunluk ve Adalet Duygusu

Bireyin bir ihtiyacına, istek ya da arzusuna kavuşmak üzere harekete geçtiği sırada gerek kendi içinden, gerekse dış dünyadan kaynaklanan çeşitli sebeplerden dolayı hedefine ulaşamaması durumuna “engellenme” adı verilir. Engellenme halinde bireyde gerginlik artarak öfke, korku, kaygı, sıkıntı ve çaresizlik gibi duygular ortaya çıkar. Ayrıca bir toplumda davranış kalıplarının ve değer yargılarının kargaşası ve kaybolması (anomie), bireyin kendisini boşlukta kalmış gibi hissetmesine sebep olur. Bu durumda birey doğru-yanlış, güzel-çirkin, iyi-kötü, olumlu-olumsuz ayrımını yapamayabilir. Zira amacını, beklentisini ve değer yargılarını yitirme noktasına gelebilir. Öyle ki birey kendine, içinde bulunduğu topluma, geleceğe yönelik güvenini kaybeder. Endişe, kaygı, korku, kızgınlık, öfke, kin, nefret, düşmanlık duyguları içinde mutsuz, tedirgin bir yaşam sürdürmeye çalışır (Köknel, 1996, s. 25). İster gerçekten bir engellenme yaşasın isterse yaşamamasın insanlar kendilerini başkalarıyla kıyaslayarak yetersizlik ve yoksunluk duyguları yaşayabilirler. Örneğin bir kişi ekonomik açıdan, fiziksel bakımdan, sosyal ilişki ve statü yönünden kendini başkalarından daha dezavantajlı görebilir. Bu durum onda yetersizlik ve yoksunluk duygularını harekete geçirir. Bu duygulara kızgınlık, öfke, içe kapanma ya da daha fazla mücadele etme davranışları eşlik edebilir.

Bu noktada “engellenme ve yoksunluk duygusu nasıl ortaya çıkar?” sorusuna cevap aramak gerekir. Birey, gündelik hayatının doğal akışı içerisinde çok çeşitli olaylarla karşılaşabilir. Bunların bir kısmı rahatlıkla üstesinden gelinebilecek tarzda

iken bir kısmı kişide gerilim ve stress oluşturabilir. İnsanlar zihinsel dengeleri bozulmadığı ve kendilerine kognitif bir kargaşa yaşatmadığı müddetçe maruz kaldıkları hadiseleri pek fazla sorgulamaz. Fakat istenmeyen bir durumla karşılaşırsa “Başıma neden bu kötü olay geldi?”, “Kötülük neden var?”, “Allah şeytanı neden yarattı?”, “Kötülükleri neden engellemiyor?” gibi sorular teodise problemini karşımıza çıkarmaktadır. Yoksunluk ve engellenmeden beslenen bu problem doğal olarak adalet duygusunu ve arzusunu harekete geçiricidir.

Bilindiği üzere insan beslenme ve korunma gibi temel ihtiyaçlarını doyurunca sevgi, saygı, bilme ve estetik zevkler gibi daha üst düzey gereksinimlerini karşılamaya çalışır. Bununla birlikte temel fizyolojik ihtiyaçları doyuma ulaşan insan, herhangi bir tehdit altında yahut tehlike içinde bulunmamasına rağmen farklı nedenlerle kendi türüne saldıran, işkence yapan, yaralayan, öldüren tek canlı türü olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu da yine güç ilişkileri içinde adalet arzusunu motive eden bir durumdur.

İnsan biyo-psiko-sosyal bir varlıktır. Bu özelliğiyle o, bireyler arası iletişim ve etkileşim süreciyle hem kendisini hem de çevresini geliştirir. Bununla birlikte insan zaman zaman birlikte yaşama kültürünün ve özgürlük-sorumluluk bilincinin aksine davranışlar sergileyebilir. Hergün gerek sosyal çevreden gerekse gazete, tv ve internet başta olmak üzere medya ve sosyal medyadan edinilen bilgilerle geçim sıkıntısı, kıskançlık krizleri, ego tatmini, nefsi arzular, öfke patlamaları vb. sebeplerle ölen/öldüren, yaralayan/yaralanan insanların dramatik öykülerine şahit olmaktadır. İnsanlığın var oluşundan bu yana yaşanan bu olaylardan bazıları bireysel veya kolektif şuurumuza bir saldırı niteliğindedir³⁸. Örneğin doğal hayatın akışı içinde gerçekleşen ve

³⁸ Bu konuda özellikle şu örnekleri hatırlatmakta fayda görüyoruz: Doksanlı yıllarda, Sırpların Müslümanlara yaptığı katliamlardan sağ kurtulan ve Sırp askerler tarafından tecavüze uğrayarak hamile bırakılan kadınlara muhabir şöyle sorar: “Neler yaşadınız, neler hissettiniz, karnınızdaki çocuklara ne oldu?”. Kimisi hemen kürtaj yaptığından, kimisi de çocuğı doğurur doğurmaz hemen devlete teslim ettiğınden bahseder: “O çocuk, kocamı gözümün önünde öldüren bir adamın çocuğıydı, ama ona kıyamadım, doğurdum, o da Allah'ın yarattığı bir canlıydı ve suçu yoktu, yüzüne dahi bakamadım, ilgililere teslim ettim, hemen ayrıldım oradan!”. Yıllar sonra Srebrenitza'ya geri dönen ve hayatın güzelliklerine sevinmeyi unutan bazı anneler, bir gün çocuğunun veya eşinin bedeninden bir parça bulunacağı ümidiyle, kederleriyle baş başa kalmışlardır. O annelerden birisi şöyle der: “Her anne gibi çocuğunun evlenmesine, mutlu bir geleceğı sahip olmasına sevineceğıme; ben bir gün çocuğumun kemiklerinin bulunmasına ve mezar yerinin belli olması ümidimin var olmasına seviniyorum”. Milenyumun ilk yıllarında Irak'ta yapılan katliamları hatırlayalım ve bu esnada çekilen bir fotoğrafı ele alalım. Fotoğrafta bir ABD askeriyle iki Iraklı çocuk var. Üçü de başparmaklarını havaya kaldırıp "zafer" işareti yapmışlar. On iki-on üç yaşlarındaki çocuklardan biri, üzerinde İngilizce yazı bulunan bir karton tutuyor, onun hemen arkasında da ABD'li çavuş sırtırken görülüyor. Fotoğrafın altında da şu bilgi var: "Medeni ülkenin askerleri hakkında bilgi için fotoğrafa bakınız". İlk bakışta fotoğrafta bir sorun görünmüyor. Irak'taki bir Amerikan askeri iki çocukla neşeli bir hatıra pozu vermiş. Ama askerin, çocuğın eline tutuşturduğu pankartı okuyunca insanın kanı donuyor. Yazı İngilizce ve Iraklı çocuğın pankartta ne yazdığından haberi yok. Orada “Çavuş

her canlının önünde sonunda tecrübe edeceği ölüm hadisesinde olaya etki eden faktörler hesaba katıldığında iyilik ve kötülüğün neliği üzerine düşünen insan zaman zaman adalet duygusunda karamsarlık yaşayabilir. Bu durum bilişsel düzenin (denge) kaosa (dengesizliğe) dönüşmesini, bu da bilincin yaralanmasını ve duygu durumunun bozulmasını beraberinde getirebilir.

İslamî inanç bağlamında “hayat” denilen sistem dünyada yapıp etmelerden ibaret olmayıp, “mead” denilen ahiret hayatı ile birlikte bir bütünlük oluşturur. Kur’an’da çoğu ayet başından sonuna kadar hayatta insanın başına bir takım istenmeyen, arzu edilmeyen hallerin gelebileceğini söyler. Diğer bir deyişle insanoğluna dünya hayatında bir elim yağda diğer elim balda şeklinde, dikensiz bir gül bahçesi vaat edilmez. Adalet ve merhamet değerleriyle temelleri atılan dünya sisteminde bir Müslüman iman eder ki sınırlı süreli hayat güzergâhında zulüm varsa zalime zulmünün hesabı sorulacak; mağdur, mağduriyetinin mükâfatını alacaktır. Salih amel işleyebilmek için, salih olmayan amelin de işlenebilir olması gerektiği bilincinden hareketle “Başa neden geldi bu hal?” sorusu bu minvalde cevaplanması gerekir. İslamî kültürde bir mü’minin tevekkül halinde olması, fiillerini iradi ve ihtiyari olarak yapması, fiil kötüyse ve gücü yetiyorsa o kötülüğe engel olması, engelleyemediği bir zulüm varsa bunun da hesabının mutlaka görüleceğine inanması istenir.

İslamî inanç sisteminde Allah’ın insanoğlunu dünyaya göndermekteki amacı onu imtihana tabi tutmaktır. Ayrıca bu imtihan öyle bir düzenektir ki, network ağı gibi birbirine geçmiş insan davranışlarından ve ilişkilerinden meydana gelmekte, bu ağdaki kablolardan biri etkilendiğinde sistem gereği diğer bütün kablolar etkilenebilmektedir. Diğer bir deyişle, bir insanın yaşadığı kendi imtihanıyken çevresinin o imtihan sürecinde o insana nasıl davrandığı da çevresinin imtihanı haline gelmektedir. İmtihan, sınanmayı gerektiren ve sınananın da canını yakan bir tecrübedir. Bu imtihanın, insanın sınırlı süreli hayatında kendi iradesiyle yapıp etmelerine bağlı olarak değerlendirileceği, sonucunda da insanın cezai müeyyide veya mükâfat ile karşılaşacağı Kur’an’da sık sık tekrarlanır, Hz. Peygamber de bunu sözlerinde çokça hatırlatır (bk. Nevevi, 1974, s. 354-356; 57/Hadid, 20).

Bireyin zulmü engellemek ve adaleti tesis etmek gayesiyle çıktığı yolda zorluklara karşı nasıl tavır alması, nasıl harekete geçmesi gerektiğine dair İslamî kültür müntesiplerinden bazı şeyler talep eder. İslam peygamberi Hz. Muhammed, bir zulüm

Boudreault babamı öldürdü ve sonra kız kardeşime tecavüz etti” yazıyor. Çavuş Boudreault, fotoğrafta dünyaya sırttan asker.

veya adaletsizlikle karşılaştığı vakit bireyin öncelikle o zulmü ortadan kaldırmak için bizzat harekete geçmesi, buna gücü yetmediği takdirde bu davranışın zulüm olduğunu dillendirmesi, buna da güç yetiremediği vakit en azından zalimin/adaletsizliğin tarafında olmaması gerektiğini söyler. İşte burada dinî inancın bireye dayanma gücü verdiğini görmekteyiz. Esasen Marks'ın işlevsel açıdan dini "kalpsiz bir dünyanın kalbi ve halkın afyonu" olarak tanıtmaya da bu anlamda dikkat çekicidir. Çünkü insan, dinî inancıyla yaşadığı her türlü acı, felaket, yoksulluk, yoksunluk, engellenme ve ölüm gibi olumsuzlukların üstesinden gelmeye çalışır. Hayatına inançları doğrultusunda bir anlam yükler. Bu durumda yaşadığı olayların katlanılması güç acı ve ıstırabını daha az hissetmeye başlar. Artık dinî inançlar insanlara kalpsiz bir dünyada acı ve çileyi hissettirmeyen bir işlev üstlenir. Kuşkusuz bu süreçte dinî öğretiler, kutsal kitaplarda geçen kıssalar, rol modeller ve iyi insan olmanın övülmesi merkezi öneme sahiptir³⁹.

2.5.4. Suçluluk Duygusundan Arınma: Masumiyete Dönüş Arzusu

Dinî inanç sistemlerinin bütünü ahlakî değerlere özel bir önem vererek müntesiplerinden bunlara riayet etmelerini ister. Dinî her emir ve tavsiyede, ahlakî ilkelere bağlılığı teşvik varken, her yasağın ve sakındırmanın özünde de mutlaka bir ahlakî ilkeyi koruma söz konusudur. Bu yapıyla din, ahlakî ilkelere uyanlara dünya ve ahirete yönelik ödüller vaadederken, karşıt durumlarda da onları ceza müeyyidesiyle uyarır.

Suçluluk duygusu, insan tabiatının evrensel niteliklerinden birisidir. Psikanalistler bu duygunun temellerinin daha çok çocukluk dönemindeki anne-baba-çocuk ilişkisi esnasında atıldığını iddia eder. Davranışçı ekol ve humanist psikoloji ise bu duyguyu daha çok bir vakıa olarak hayatın her döneminde işlenen suçlara bağlı olarak tekrar tekrar ortaya çıkabilen ve insanı ciddi tercihlerde bulunmaya zorlayabilen bir yaşantı olarak görür. Her üç ekole göre de dinî inanç ile değerler, suçluluk ve

³⁹ Şeriati'ye (2015, s. 24-25) göre iki boyutlu bir varlık olan bireyin sorumluluğunu yerine getirmesi ve adaleti sağlaması için toplum ve insan ruhu üzerinde iki zıt yönde sürekli etkili olan iki boyutlu bir dine sahip olması gerekir. Bu din de iki boyutlu, iki yönlü bir Tanrı anlayışı olan İslam'dır. O Tanrı da hem "Yehova"lık yönü (Yehud'un Allah'ı) olan bir Allah'tır ki hem toplumcu, cezalandırması ağır ve otoriter hem de İsa'nın tanrısı gibi rauf, rahim ve rahman olan Allah'tır. İkincisi kutsal kitaptır. Kur'an, tıpkı Tevrat gibi toplumsal, politik ve askeri ahkamı içeren bir kitaptır. Yaşama karşı özendirme, imar ve inşa etme, düşmanla ve olumsuz unsurlarla savaşıma gibi konulardan bahseden Kur'an, aynı zamanda nefsin arındırılmasına, feridin ruh ve yüce ahlak bakımından takvalı olmasına özen gösterir. Üçüncüsü İslam'ın peygamberidir ve O, tek ruhta iki zıt yönü toplamış bir insandır. O hem düşmanlarıyla ve toplumu yıkıma sürükleyen unsurlarla savaşıp, yeni bir toplum ve medeniyetin teşekkülü için uğraşmış bir kişi, hem muttaki ve zahit biridir. Dördüncüsü ise dini inancı kökleşmiş müntesiplerinin yaşam çizgileridir. Öyle insanlar ki hem daha iyi bir yaşam sürmek için savaşım veren siyaset ve savaş adamı, hem de muttaki, arınmış, tertemiz insanlardır.

günahkârlık hissinin yaşanmasına yol açtığı kadar, bu duyguların kısılacında vicdanı sızlayan birey için de telâfi ve teselli kaynağı oluşturarak ona çift yönlü bir etkide bulunur.

Teolojinin amacının bilimsel bilgiler vermek yerine tek tek bireylerin varoluşsal durumlarına yönelik açıklamalar getirdiğinden hareketle Âdem kıssasını yorumlayan Tillich, Âdem'in yasağı çiğnemesini, suça düşüşün başlangıcı olarak değerlendirir. Âdem'in yasağı çiğnemededen önceki halini “rüyadaki masumiyet” terimiyle, günaha eğilimini yani Tanrı'nın yasakladığı ağaca yaklaşmasını da “özgürlüğün uyandırılması” şeklinde adlandırır. Ona göre birey, özgürlüğü uyandırıldığı zaman kendisinin farkına varır ve bu durumda bir günahkârlık hissi yaşar. Yani birey, özgürlüğünü aktüelleştirme ile rüyadaki masumiyeti koruma isteği arasında gider gelir ve bu hal, sonunda bireyin kaygılanmasına sebebiyet verir. Birey, bir yandan rüyadaki masumiyetini korumak isterken öte yandan bilgi, güç ve suçluluk yoluyla masumiyetini kaybetme riskiyle karşı karşıya kalır. Bu durumda birey genellikle kendisini aktüelleştirmeyi tercih eder. Yasağı çiğnemekle de “yabancılaşmış varoluş” durumuna geçer. (Tokat, 2013, s. 124-126). Yabancılaşmış varoluş halinde bireyin vicdanı devreye girer ve birey, işlediği suçun muhtemel sonuçlarına göre kendini yargılar. Bu yargılama sonucunda birey kendini mahkûm ilan edebilir. Bu durum bireyin ruhunda sıkıntı ve gerilime yol açarak onu, suçunu telafi edecek bir takım arayışlara sevkeder. Suçun telafisi için çözüm arayışına giren birey intihara kadar gidebilir.

İntihar, umutsuzluk yüzünden şeytani bir kıskırtmanın sonucu ya da delice bir davranış olarak görülür ve bu davranış toplumda bir cinayet gibi kınanır. İntiharın nedenleri kişiden kişiye değişir fakat en çok yoksulluk, hastalık, fiziksel acı, cezalandırılma korkusu, namus, aşağılanmak istememe, aşk, kıskançlık gibi sebepler intiharın tetikleyicisi olarak görülür (Minois, 2008, s. 18). Herkesin kendine göre nedenleri vardır ve bu nedenleri anlamaya çalışmak gerekir çünkü bu davranış toplumun temel değerlerini ortaya koymaktadır.

Din ve maneviyat birçok insan için hayatın anlamı ve huzur için bir kaynak oluştururken, bazıları tarafından ise zorluk ve sıkıntı kaynağı olarak algılanabilir. Sıradan insanlar genellikle dini ve maneviyatı, gündelik hayatlarında karşılaştıkları sıkıntı ve hayal kırıklıkları karşısında bir sığınak olarak görür. Her ne kadar insanlar dinî hayatları hakkında konuşurken zorlanma ve sıkıntıdan ziyade huzur ve rahatlıktan söz etseler de, din olgusu karşısında sıkıntı hisseden kişi sayısı azımsanmamalıdır. Bireyler bazen Tanrı'ya yönelik öfke hissedebilmekte, bazen de Tanrı tarafından

affedilmediklerini düşünebilmektedirler. (Exline& Rose, 2013, s. 67-68). Frager'in (2014, s. 26) söylediği gibi bazı insanlar rahatlığı ve maddi bolluğu gördükleri zaman, bazı insanlar ise tam tersine, büyük güçlükler çektikleri zaman Allah'ı unutabilmektedir.

Dinî inanç, bireydeki suçluluk duygusunu ve intihara kadar giden telafi sürecini önlemenin en önemli ve etkili yolu olarak kabul edilir. İnanan insan, hayatın imtihanlarla dolu olduğunun ve sabretmesi gerektiğinin farkındadır. Bir takım dinî akımların marjinal bazı öğretileri istisna kabul edildiğinde hemen hemen bütün dinlerin "irade eğitimi"ne çok önem verdiğini söylemek mümkündür. Sözgelimi, İslamî öğretilerde Allah'a ve ahiret gününe iman; bireyin zorluklar karşısında sığınacağı manevî bir liman haline gelir. Bu iman bireyin sıkıntı, meşakkat ve bunalımlara karşı sabırlı ve dayanıklı, iradi açıdan da daha dayanıklı (psikolojik sağlamlık) olmasını sağlar (Bilgin, 1993, s. 134-141).

Bu bağlamda Stack'ın (2001, s. 5) dine bağlanma ile dinî inanç ve intihar arasındaki ilişkiyi ortaya koyduğu teorisi dikkat çekicidir. Teorinin temel önermeleri şunlardır: Ahirete inanç mutluluk vadederek strese giren bireye umut aşılar. Bu sayede bu stresi ahiret inancından kaynaklanan ebediyet mefhumuna bağlı olarak kısa süreli bir fenomen olarak gören bireyin strese karşı tahammül eşiğinin seviyesi yükselir. Dertler ve kederler bir manâ ihtiva ederek birey için yaşadığı zorlukların bir anlamı olduğu bilincini verir ve ona sabrın ehemmiyetini hatırlatır. İnandığı Tanrı'nın kendisini her an gözetlediğine ve O'nun dertlerden kederlerden haberdar olduğuna inanç bireyi daha tahammüllü hale getirir. İnandığı dinin öğretileri içinde bulunduğu toplumun hiyerarşik sisteminde yerini kaybettiğini düşünen bireyi ruhî açıdan motive eder. Bireyin, şeytanın ontolojik varlığına ve misyonuna olan inancı, onu kötülöklere karşı mücadelede azimli kılar. Din, bireye ideal insan modelleri sunarak ona ilave moral motivasyon verir.

2.6. Dinî Açıdan Bireyin Psikolojik İnşası

Berger'e (1993, s. 29-30) göre dış dünya, bireyin kendi aktiviteleriyle biçimlendirdiği eksik ya da açık uçlu bir dünyadır. Bu sebeple o, kendi kendisine bir dünya oluşturmak zorundadır. Bu durum aslında insanın eksik ve yetersiz doğmasından, sürekli gelişme ve olgunlaşma ihtiyacı içerisinde olmasından kaynaklanır. Başka bir deyişle birey, kültürel yapıda mevcut olanları kendince özümser ve buradan hareketle kendine yeni bir dünya kurar. Bu yeni dünya "dışsallaşma", "nesnelleşme" ve "içselleşme" süreçlerinden geçerek şekillenir. İşte burada söz konusu olan bu üç süreçle kişi bir yandan içinde yetiştiği dinî ve sosyo-kültürel değerleri özümseyerek bir nevi

kendi kültürünün ürünü olurken, öte yandan da bunları kendi psikolojik yapısıyla harmanlayarak kendisine özgü bir kişilik yapısı geliştirir. Böylece insan kendisi için, temeli sosyo-kültürel ve dinî değerlere dayalı, ama kendi biricikliğini de yansıtan ruhsal ve zihinsel bir dünya kurar. İnsanın kendi ürünü olan bu dünya, aynı zamanda onu etkileyen dışsal bir gerçekliktir. Diğer bir ifadeyle insan kendisine sosyal bir dünya yaratır, ancak zamanla dışsal ve bağımsız bir gerçeklik haline gelen bu dünya kişiyi sürekli etkilemeye devam eder. Böylece dış dünya birey için anlamlı hale gelir.

Bir dine inanan birey, o dinin tanrı tasavvurundan bir şekilde etkilenerek zihninde bir tanrı imgesi geliştirir. Bu gelişim bizzat Tanrı tarafından şekillendirildiği gibi, Tanrıya ilişkin duygu ve düşünceleri ile de birey kendine özgü bir tasavvura sahip olabilir. Bireyin Tanrı tasavvuru, onun dinle ilişkisinin mahiyetini de belirler. Bu bağlamda şu hususu ısrarla vurgulamak gerekir ki bireyin Tanrı tasavvuru, sadece duygusal yanı ağır basan öznel bir tecrübe değil, onun dünya görüşünü şekillendiren, yaşamına dair anlam üreten ve bunları tutarlı ve dengeli bir halde düzenleyen bir yapılanmadır (Vergote, 1999).

Psikolojik bir inşa olarak Tanrı tasavvurunun, bireyin hayatında önemli etkileri vardır. Bu tasavvurun bireyin ruh ve beden sağlığına, öz-saygısına, psiko-sosyal uyumuna ve zorluklarla başa çıkmasına şu ya da bu şekilde etkide bulunduğunu söylemek durumundayız. Ayrıca bireyin zihninde bir tanrı imgesi oluşurken çevresinin, kişilik özelliklerinin ve yaşantıların sonunda edindiği tecrübenin, onun Tanrı'ya yönelik olumlu veya olumsuz bir algı geliştirmesinde etkin bir rol oynadığı gerçektir. Buradan hareketle söylenebilir ki birey ve Tanrı algısı diyalektik olarak birbirini besler.

Bağlanma teorisinin din ile ilişkisini inceleyen Kirkpatrick ve Shaver, bu iki faktörün etkileşimde olduğunu iddia eder. Kirkpatrick psikanalizden aldığı kavramlarla bireyin Tanrı'yla “güven hissedilen”, “kaçınma yaratan” ve “kaygılı-kararsız” olmak üzere üç farklı biçimde ilişki kurduğunu söyler. Bunun da bireyin hem inanç gelişimini hem de ruh sağlığını etkilediğini düşünür. Tanrı'ya güvenen birey her şartta ona yönelir, kendini değerli görür. Tanrının, kendisini sevdiğini iç dünyasında canlı bir şekilde hisseder (Karaca, 2007, s. 173). Kaçınmalı bağlanma, bireyin Tanrı'ya yakın olma gayretinin azalması sonucunda bağlanma ihtiyacını bastırmasıyla tezahür eder. Bu durumda birey güvenlik ihtiyacına ilişkin farklı arayışlarda olduğundan Tanrı'yı güvenli bir liman olarak görmez. Kaygılı bağlanmada ise bireyde Tanrı'yla kurduğu ilişkide hislerine karşılık bulamayacağı kaygısının ön plana çıktığı görülür (Kirkpatrick, 2006, s. 135-137).

Bireyin Tanrı'yı olumlu, yardımsever, merhametli özellikleriyle algılaması benlik duygusunu güçlendiren bir işleve sahiptir. Çünkü böyle bir algılama bireyin kaygı düzeyini azaltarak onun tahammül eşiğini, yani dayanma gücünü yükseltir. Daha güçlü bir varlığa bağlanma duygusuyla bireyin kendine güveni gelir. Yaşadığı zorluklar karşısında sınırlı gücünün farkına varan birey, merhamet edici Tanrı'sına sığınır ve ondan yardım bekler. Diğer bir ifadeyle, Tanrı'ya sığınma ve ondan destek isteyerek zorluklar karşısında sabır ve metanet gösterme eğilimi⁴⁰, bireyin kendini güçlü hissetmesini, zorluklarla baş etme ve mücadele azmini artırmasını, hayatın acılarla dolu olduğu gerçeğiyle yüzleşerek olgunlaşmasını, iç huzuru kazanmasını sağlar (Ekşi, 2001; Kula, 2006; Yapıcı, 2007; Ayten, 2012). Bireyin Tanrı'nın her yerde hazır ve nazır olduğuna inanması, tehlike anında onun cesaretini artıran bir işlev üstlenir. Tehlikeli durumlar haricinde ise Tanrı'nın her an kendisiyle birlikte bulunduğu inancı, günlük hayatın problem ve zorluklarına göğüs germede ona yardımcı olur (Kirkpatrick, 2006; Karaca, 2007).

Tanrı tasavvurları, zaman zaman olumlu veya olumsuz birtakım atıfların veya yüklemelerin kaynağı da olabilmektedir. Mesela savaş, deprem, yangın, sel, kaza gibi olaylar veya hastalık, ölüm, başarısızlık gibi durumlar karşısındaki atıf ve yüklemeler, Tanrı tasavvurlarının niteliğine bağlı olarak şekillenmektedir⁴¹. Birey yaşadığı zorluklar karşısında bazen bir müsebbip arar ve Tanrı'yı sorumlu tutar. Bu durum Tanrı'nın, kendisine özellikle acı vermek istediğini, ona yardım etmek istemediğini ya da ona yapılan kötülüklere göz yumduğunu düşünen bireyde bazen öfke ve güvensizliğe sebep olur. Hatta bu hal bireyi Tanrı'nın varlığından şüphe duymaya ve inançlarını sorgulamaya kadar götürür. Tanrı'ya yönelik devamlı öfke durumu bireyde düşük

⁴⁰ Tanrıyı şefkat ve merhamet sahibi olarak gören insanların daha olumlu bir benlik kavramına sahip oldukları görülmüştür (Schaefer & Gorsuch, 1991, s. 448-461; Beit Hallahmi & Benjamin, 1997, s. 165; Hayta, 2006, s. 56). Yapıcı (2007), üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirdiği bir araştırmada Allah ile içsel temas kuran, O'na sığınan, O'na güvenen ve O'nu sık sık hatırlayan gençlerin ruh sağlıklarının diğerlerine göre daha iyi düzeyde olduğu sonucuna varmıştır. Diğer taraftan, kendi acizyetlerinin, çaresizliklerinin, güçsüzlüklerinin şuuruyla Allah'ın yardım ve desteğini isteyen gençlerin, günlük hayatın akışı içerisinde maruz kaldıkları yoğun stres, depresyon ve umutsuzlukla daha rahat başa çıkabildiklerini, dolayısıyla daha düşük intihar olasılığına sahip olduklarını tespit etmiştir.

⁴¹ Hayatta karşılaşılabilecek zorluklar karşısında yapılan atıf ve yüklemelerin Tanrı tasavvurlarının niteliğine bağlı olarak şekillendiğine dair "ayak izleri" adlı hikaye kaydedeğer bir örnektir. Bir adam rüyasında kendini kumsalda Tanrı'sıyla birlikte yürürken görür. Gökyüzünde adamın hayatından çeşitli sahneler yansımaktadır. Kumsalda da ikisi kendisine, ikisi de Tanrı'ya ait olan dört ayak izi vardır. Adam, hayat sahnelerini izlerken birden şaşırır çünkü kumsaldaki ayak izleri bazen tek kişiye aittir. Bu tek kişilik izler ise yalnızca bireyin hayat yolculuğunun en zor ve acılı zamanlarında ortaya çıkmaktadır. Adam Tanrı'sına, yardıma en çok ihtiyaç duyduğu zamanlarda yalnız kalmaktan ötürü ne kadar üzüldüğünü ifade eder. Tanrı ise adama merhametle bakar ve o acılı dönemlerinde adamı kucağına alıp taşıdığını söyler (Sharma, 2006, s. 47).

özsaygı, depresyon, kaygı, kişisel öfke, zayıf problem çözme yetenekleri ve güvensiz bağlanma gibi hallere sevkeder. Ayrıca bireyin kişisel tanımlaması abartılı narsist belirtilere sahipse, yani birey kendisini diğer insanlardan daha üstün ve iyi görerek özel bir ilgi hak ettiğini düşünürse, bunlar yerine gelmediği zaman da Tanrı'ya yönelik bir öfke durumuna düşebilir. Genel olarak da kötülük problemi ve acı, dinî şüphenin altında yatan temel sebepler olarak görülür (Exline & Rose, 2013, s. 70-73).

Kötülük problemi, çoğu kere inanmayan insanların inançsızlığı tercih etmelerinin temel kaynağıdır. Dinî inanç sistemlerinin mensuplarına bu problemin üstesinden gelebilmek için çeşitli yaklaşımlar (teodise) sunduğunu görürüz. Bu anlamda teodiseler, bireyin başına gelen ölüm, yaralanma, sel, deprem gibi talihsizlik olarak algılanan tecrübelerin anlamını ortaya koymaya çalışır. Örneğin bireyin hayatta tecrübe ettiği ve kendisi için hayatın anlamını tehdit eden zorlanımlı hadiseleri ilâhî adalet açısından anlamlı ve makul hale getirerek meşrulaştırmak ister. Bireye, yaşadığı tecrübeyi ilâhî düzenin bir gereği veya parçası olarak görmesi için bir bakış açısı sunar. “Niteliksiz herhangi bir şey için” der Aquinas (1960, s. 167), “iyi ya da kötü şeklinde bir karara varabiliriz. Ancak öngörülemeyen bazı sebepleri hesaba kattığımızda, bu verdiğimiz kararın aksi bir şeyle de karşılaşabiliriz”. Örneğin deniz suyu, insan ve balığa yönelik tek bir obje olarak değerlendirilebilir. Ancak deniz suyu insan için içilemez ve yok edici olabilecekken, balıklar için yaşam kaynağı ve kurtarıcı olması gibi bir niteliğe bürünebilmektedir (Yasa, 2014, s. 49-50). Buradan da anlaşılacağı üzere İslamî kültürde Tanrı, -inananlara hitaben- yarattığı imtihan düzeneğinin sadece kendisi tarafından bilindiğini vurgular. Bu hitap bireye göreceli (rölativist) olabilmeyi hatırlatır. Zira rölativizmde bireyden bireye değişmeyen nesnel bir gerçeğin veya herkes için geçerli olan mutlak doğruların olmadığı, bu gerçeğin veya doğrunun zamana ve topluma göre değişebileceği düşüncesi vardır. Diğer bir deyişle zorlanan birey için imanın anlamı, ilahi düzenin ne olduğunu bilmekten ziyade, ilahi bir düzenin var olduğuna inanmaktan geçmektedir (Çelik, 2007, s. 42).

Teodiselerin hayatı anlamlandırma veya kötülük problemine karşı savunucu yaklaşım sergileme çabasına, “referans şüphesi” veya “harfî harfîne açıklama ve anlama çalışmalarından kaynaklanan şüphe” olarak ifade edilen zihinsel süreç örnek gösterilebilir. Bu şüphe biçimi bireyde daha çok dinî metinleri anlama ve içselleştirme sürecinde görülür. (Kayıklık, 2011, s. 179-180). Örneğin Öztürk’ün (2013, s. 55-56) belirttiği üzere birey, İblis’in Kuran’daki hikâyesini lâfzî olarak anladığında, iyilik-kötülük düalitesinin mahiyeti bireyin önüne ciddi bir problem olarak çıkar. Kuran’a

göre imtihan dünyası olan bu alemde İblis yahut Şeytan diye adlandırılan kötülük Allah'ın kozmos planının zorunlu bir parçasıdır. Lakin alemde kötülüğün mevcudiyeti Allah'ın adaletine halel getirmez. İnanan insanlar çoğu kere bunun bilincindedir. Ancak kaygı, öfke ve yoksunluk duyguları ön plana çıktığı zaman Allah'ın adil olmadığı duygusu devreye girebilir. Buradan hareketle inanan insanın gerek kendi yaşadığı gerekse çevresinde gözlemlediği hadiseleri ya şüphe ve inkar ya da teslimiyet içinde algıladığı söylemek durumundayız.

İnsanın dinî algılarının, Tanrı tasavvurunun ve teodiseye bakışının şekillenmesinde dış dünyadan gelen malumatlar da belirleyici olabilmektedir. Bardakoğlu'na (2001) göre birey, mensubu olduğu dinin özellikle inanç esasları ve ibadet hayatını, içinde yaşadığı toplumun kültüründe yer etmiş şekliyle öğrenip kendince içselleştirir. Dolayısıyla, tarihi tecrübeden akıp gelen bu dinî mirası benimseme, genelde iradi ve bilinçli bir tercihten çok, bireyin kendini içinde bulduğu şartların bir ürünü olarak ortaya çıkar. Bireyin bilinci ve kişisel yetkinliği, onun dindarlık ahlakında daha ön plandadır. Resmi yada gayri resmi din bilginleri ile cemaat ve tarikat önderlerinin dinî söylemleri çoğu kere geleneksel olarak aktarılan bilgilerin ya aynen kabulüne ya da dönüştürülmesine neden olabilir. İşte burada halkın dinî yaşantısının dışsal bir etki ile biçimlendirilmesi söz konusudur. Tüm bu açıklamalar göstermektedir ki bireyin dinî dünyası “dışsallaşma”, “nesnelleşme” ve “içselleşme” olmak üzere üç aşamadan geçerek oluşmaktadır (Berger,1993, s. 29-30).

2.7. Zorlanan İnsan İçin Sosyal Destek ve Sosyal Ağ

Hayatın zorlayıcı yönleriyle etkin bir şekilde başa çıkabilmek, stresin olumsuz etkilerine direnç gösterebilmek bireyin psikolojik sağlamlığının bir göstergesidir. Bireyi biyo-psiko-sosyal bir varlık şeklinde tanımladığımızda doğal olarak şu hususu vurgulamış oluruz: Tek başına varlığını sürdüremeyen insan başkalarının desteğine ihtiyaç duyan bir varlıktır. Dahası sorunlarla başa çıkmada ve psikolojik sağlamlığın oluşumunda bireysel çaba tek başına yeterli değildir. Bunun mutlaka sosyal destekle beslenmesi gerekir. Stres altındaki ya da zor durumdaki bireye çevresindeki insanlar tarafından sağlanan maddi, duygusal ve bilişsel yardımların tümü ‘sosyal destek sistemleri’ olarak adlandırılır. Cassel’e göre sosyal destek, bireyin davranışlarını düzeltmeye yönelik olarak çevresindeki kişilerden aldığı dönüttür. Cobb ise bunu toplumda veya çevrede saygı duyulan ve önem verilen bir kimse tarafından bireye sunulan destek olarak değerlendirir. Robertson’a gelince o sosyal desteği bireye

duygusal ilgi göstermek, maddi yardım yapmak, bilgi sunmak, takdir etmek ve değerli gördüğünü hissettirmek olarak ele alır (Yalom, 2015; Eroğlu, 2015). Buradan hareketle sosyal destek bireyin sevilen, sayılan, ilgi duyulan ve karşılıklı sorumlulukların bulunduğu bir toplumun üyesi olduğuna inanması ya da bunu hissetmesi olarak tanımlanabilir.

Sosyal destek denince akla gelen diğer bir kavram ‘sosyal ağ’dır. Sosyal ağ, bireyin sosyal kimliğinin tanındığı, desteklendiği ve güçlendirildiği aile üyeleri, akrabalar, arkadaşlar, meslektaşlar, komşular gibi çevresindeki insanlardan oluşur. Bu insanlarla olan iletişimde önemli olan, ilişkinin niceliğinden çok niteliğidir. Sosyal ağı bireyin sahip olduğu sosyal ilişkiler ağı ve bu bağların özellikleri olarak ele alırsak, sosyal destek nitelikli sosyal ağdan sağlanan duygusal, maddi ve bilişsel yardım olarak değerlendirilebilir.

Sosyal destek; bireyin diğer insanlardan geri bildirimler alarak içinde bulunulan durumu gerçekçi ve uyuma yönelik bir şekilde değerlendirmesini ve kişiler arası iletişimle soruna yönelik bilgi edinmesini, stresten daha az zarar görmesini sağlar. Sosyal destek, bireyin sosyolojik ve psikolojik sorunlarının çözümü, önlenmesi ve tedavisinde, zorlanmalı durumlarla başa çıkabilmesinde, bireyin ruh sağlığını koruyabilmesinde güçlü bir kaynaktır. Yapılan çalışmalar bireyin yaşadığı birçok sorunun temelinde sosyal destekten yoksun oluşun ya da sosyal destek eksikliğinin bulunduğunu ve sosyal desteğin bireyin zor durumlarla başa çıkabilmesinde güçlü bir kaynak olduğunu ortaya koymuştur.

Ayten (2012, s. 119) genelde dinin ve özelde dinî başa çıkma etkinliklerine katılmanın kişiye sosyal bir grubun üyesi olma, aidiyet bilinci kazandırma ve mevlüt, cenaze, bayramlaşma ve namaz gibi topluca yapılan etkinliklere katılma yoluyla psikolojik olarak daha sağlam olmaları ve daha mutlu bir yaşam sürmeleri için fırsatlar sunabildiğini ileri sürer. İnsanların algıladıkları sosyal desteğin yaşam doyumlarını olumlu yönde etkilediği ve stresli durumlar yaşadıklarında bununla baş etmede önemli bir kaynak teşkil ettiği (Köylü, 2007, s. 83) de düşünüldüğünde dinin, psikolojik olarak dirençli olmanın göstergeleri arasında yer alan sosyal yeterliliği ve sosyal kaynakların genişliğini olumlu yönde etkilediği söylenebilir.

Koenig ve arkadaşlarına (2012, s. 127-134) göre din insanların inançlarını ve davranışlarını doğrudan etkilemek suretiyle mutluluk düzeylerini artırır. Ayrıca din, yaşam doyumu üzerinde etkisi bilinen sosyal destek ağları, medeni durum, sağlık koşulları, umut, amaç ve anlam hissi, kontrol odağı ve öz-saygı gibi bireyle ilgili

psikolojik, sosyal ve çevresel başka faktörler üzerinde etki yaratarak yaşam doyumunu dolaylı olarak olumlu yönde etkiler.

Bazı çalışmalarda dindarlık ile ruh ve beden sağlığı arasındaki ilişkiyi açıklayan a) sosyal destek modeli, b) psikolojik model ve c) dinî emir ve yasaklar modeli olmak üzere üç modelin ortaya atılmış olduğu görülür. *Sosyal destek modeline* göre dinî katılımın insan ilişkilerini destekleyici bir etkisi vardır. Bu da ruhsal sorunların önlenmesine yardımcı olur. Seküler ortamlarda da geçerliliği kabul görmüş olan sosyal destek modelinde dinî katılımın sağladığı güçlü sosyal destek ağı insanların aidiyet hislerini güçlendirerek empati, paylaşım, samimiyet, güven ve yardımseverlik duygularını perçinler. Ayrıca, aynı dine mensup kişilerin kutsal mekânlarda bir arada yapmış oldukları ibadetler ve yaptıkları paylaşımlar ayniyet duygusunun gelişimine, problemlerinin paylaşılmasına, çözüm yolunun bulunmasına yönelik planlamaların yapılmasına olanak sağlayarak ruh ve beden sağlığını olumlu yönde etkiler. *Psikolojik modele* (stres azaltıcı model) göre, dinî etkinliklere katılımın insanların ruh sağlıklarına yaptığı olumlu katkıların başında, olumsuz yaşam olayları karşısında onlara umut aşılama, bir dayanak noktası teşkil etme ve mücadele azmi verme gelmektedir. Din bu olumlu etkilerini dört yolla gerçekleştirir. Bunlar: a) Tanrı'ya sığınan kişi acı ve sıkıntılarını O'nunla paylaşarak yaşadığı olumsuz duygu ve düşüncelerin verdiği huzursuzluktan sıyrılır. b) Din insanların yaşadıkları olumsuz olayları farklı bir bakış açısıyla değerlendirmelerini, daha olumlu düşüncelerini sağlar. c) Dinî kaynaklarda anlatılan kişiler insanlara yalnız olmadıklarını hissettirir ve ümit vermek suretiyle onlara birer rol model sunar. d) Dinî yapıların kendilerine has mimari ve sanatsal özellikleri insanların estetik duygularını okşayarak aşkın ile duygusal bir ilişkinin oluşmasına yardımcı olur. *Dinî emir ve yasaklar modeli* çocukluk ya da ergenlik döneminde temelleri atılan birtakım dinî emir ve yasaklamaların insanların sağlıklı bir yaşam sürmelerini sağladığını öne sürer. İslam dininin alkol ve uyuşturucu madde kullanımını yasaklaması buna örnek olarak gösterilebilir. Ayrıca dua etme ve zikir gibi dinî pratikler kan basıncını düzenleme, kasları rahatlatma ve sinir sistemini düzenleme gibi olumlu fizyolojik etkiler yaratarak insan sağlığına olumlu katkı sağlar (Köylü, 2007, s. 81-86). Görüleceği üzere sosyal destek hayatın zorluklarına karşı bireye dayanma ve direnme gücü vermekte, bu da onun yaşadığı sorunların üstesinden gelmesini kolaylaştırmaktadır.

2.8. Zorluklarla Başa Çıkma Sürecinde Sabır

2.8.1. Başa Çıkma Stratejileri

Baş çıkma, bireyin hayatın zorluklarına, stres yaratan durumlara karşı bilişsel, duyuşsal veya duygusal yollarla tavır/duruş sergilemesi şeklinde tarif edilir. Dinî baş çıkma ise bireyin inancını bu duruşuna veya tavır alışına dahil etmesi ve hayatın zorlanımlı yönleriyle mücadelesinde inandığı dinin öğretilerinin pozitif veya negatif etkisinin devreye girmesidir. Ekşi (2001), dinî baş çıkmayı bireyin hayat serüveninde karşılaştığı zorlanımlı hallerde dinî inancından kaynaklanan bilişsel, duygusal veya davranışsal metotları kullanması, hayatın getirdiği ve önüne serdiği sıkıntı ve stres ile mücadelede bireyin inancından destek alması olarak tarif eder.

Bireyin karşılaştığı sorunun çözümünde din ne ifade eder, ona nasıl yardımcı olur vb. sorulara verilecek cevaplar dinî baş çıkma konusunun esaslarını oluşturur (Kula, 2005, s. 60). Zira birey hayatın zorluklarıyla karşılaştığında, sahip olduğu inancı ve yaptığı dini pratikler bireyin o zorluklarla baş etmesinde önemli rol oynar. Dinin veya inancın, bireyin baş çıkma sürecinde nasıl bir etkisi olduğuna dair yapılan bir araştırmada bireyin baş çıkma sürecinde üç farklı eğilim içerisinde olduğu tespit edilmiştir.

Birincisi, bireyin Tanrı'dan yardım beklemeden problemi kişisel imkânlarıyla çözme eğiliminde olduğu *kendi kendini idare etme* yaklaşımıdır. Burada birey karşılaştığı zorluğun üstesinden kendi başına gelmeye, sorunun çözümünde hiçbir ilahi gücün yardımını beklemeden aktif bir tavır almaya çalışır. Düşük düzeyde geleneksel bir dinî katılımı yansıtan, aktif bir işlevsellik ve kişisel yeterlik ortaya koyan bu eğilime göre sorunlarla başa çıkmada birey aktif Tanrı ise pasiftir. Tanrı bireye yaşamı konusunda seçimler yapabilme özgürlüğü verdiği için kişi problemlerini kendi başına çözmeye çalışır. Bu nedenle bu eğilime *kendini yeterli görme yaklaşımı da (self-directing)* denilmektedir. Kuşkusuz insanın baş edebileceği olumsuz hadiseler karşısında kendine güvenerek, dahası Tanrıyı müdahale ettirmeden mücadele etmesi olumlu sonuçlar verebilir. Ancak depresyon, yel ve sel felaketi, kanser ve AIDS gibi hastalıklar, engellilik, ansızın yaşanan ölümler vs söz konusu olunca kendini idare etme yaklaşımı yetersiz kalmaktadır. Zira bu tarz bir insan şahsi gücünü aşan durumlarda sığınaksız kalabilmektedir.

İkincisi, bireyin hiçbir aktiviteye girmeden Tanrı'nın müdahalesini beklediği *kararı başkasına bırakma* yaklaşımıdır. Burada birey pasif, tanrı aktiftir. Dış kaynaklı bir dinî yönelimi yansıttığı düşünülen bu baş çıkma eğiliminde kişi yaşadığı sorunların

çözümünde kendini yeterli görmez. Bu nedenle çözüm ya da kurtuluşu doğrudan doğruya Allah'a havale eder. Kişinin hiçbir şey yapmaksızın Tanrı'nın problemini çözmesini beklediği bu anlayış kendi içinde *pasif uymacı yaklaşım (deferring)* ve/veya *aktif teslimiyetçi yaklaşım (active surrender)* biçimlerinde tezahür edebilir.

Üçüncü eğilim ise bireyin Tanrı ile işbirliği yaparak zorlukların üstesinden gelmeye çalıştığı *işbirlikçi (collaborative) yaklaşımdır*. Bu durumda birey ve Tanrı problem çözümüne aktif bir şekilde katkıda bulunur. Kişi yaşadığı sorunlarla baş edebilmek için hem bireysel mücadelesini yapmakta hem de Allah'tan destek istemektedir. Bu tavır insanı güçlü, mücadeleci ve hareketli kıldığı için başa çıkma hususunda olumlu etki yapmaktadır.

Burada bahsedilen her üç eğilim; a) problemi önleme ve sorunu çözme sürecinde sorumluluğun kime ait olduğu, b) çözüm sürecinde hangi tarafın ne kadar aktif olması gerektiği üzerinden tanımlanmaktadır. Bu da bireyin Tanrı'sıyla ilişkisinin nasıl bir temele oturduğu düşüncesiyle doğrudan alakalıdır (Pargament ve ark; 1988, s. 90).

Pargament ve arkadaşları (1988) tarafından yapılan başka bir araştırmada, bireyin günlük hayatın zorlukları karşısında altı farklı dinî başa çıkma etkinliğine başvurduğu tespit edilmiştir. *Manevi temelli dinî başa çıkma* etkinliğinde birey, Tanrı ile olan sevgisi üzerine vurgu yapar. Bu etkinlikte bilişsel, duygusal ve davranışsal etkinlikler başa çıkma esnasında birey ve Tanrı arasında samimi bir şekilde paylaşılır. *İyi davranışlarda bulunma* etkinliğinde birey, yaşadığı olumsuz olayla uğraşmaktan ziyade daha iyi davranışlar sergilemeye ve dine daha adapte olmuş bir şekilde yaşamaya çalışır. *Dinî destek* etkinliğinde birey, stres verici olay sırasında din görevlilerinden veya diğer inananlardan destek ve yardım arar. Birey, stresli durum ya da olayın üstesinden gelebilmek için bir mucizenin gerçekleşmesini istediği veya Tanrı'nın yardımını talep ettiği *dinî yalvarma* etkinliğinin yanında, Tanrıdan veya dinî ritüellerin gerçekleştirildiği yerlerden uzaklaştığı ya da Tanrıya gücendiği ve inancını sorguladığı *dinî memnuniyetsizlik* halini yaşayabilir. Son olarak birey, zorun üstesinden gelebilmek amacıyla yaşadığı sorundan uzaklaşmaya çalıştığı ya da sorunu görmezden geldiği *dinî kaçınma* durumuyla karşı karşıya kalabilir.

Pargament, Feuille ve Burdzy'e (2011, s. 56-57) göre dinî başa çıkma *olumlu ve olumsuz* olmak üzere ikiye ayrılır. Olumlu dinî başa çıkma bireyin kutsal kabul ettiği şeyle güvenli bir ilişki kurduğunu (örn., dinî yalvarma, hayra yorma, dinî istikamet arayışı gibi); olumsuz dinî başa çıkma ise bireyin kutsal kabul ettiği şeyle gerginlik, çatışma ve mücadele temelli bir ilişkisinin olduğunu (örn., şerre yorma ve manevi

hoşnutsuzluk gibi) ortaya koyar. Başka bir ifadeyle, olumlu dinî başa çıkma, olumsuz durumların iyi bir bakış açısıyla değerlendirilmesini, işbirlikçi başa çıkmayı, Tanrı'dan manevi destek arayışını, din adamı veya cemaat üyelerinden destek arayışı, başkalarına yardımı ve affetmeyi içermektedir. Olumsuz dinî başa çıkma ise Tanrı'nın gücünü sorgulamayı, Tanrı'ya karşı kızgınlık ifadelerini, cemaat ve din adamlarına karşı hoşnutsuzluk ifadelerini içerir.

Araştırmalara göre Müslümanlar, stres ve sıkıntı zamanlarında genelde dinsel başa çıkma yöntemlerini kullanır. Dinsel başa çıkma, genel olarak insanların stresli koşullardan bir mana ve anlam çıkarmak için başvurdukları süreç olarak tanımlanır. Bu süreç sıkıntılara bir anlam atfedilmesini sağlar ve acı çekme, hayır-şer ve suçluluk gibi kavramlara dair açıklamalar sunar. Durum ne denli stres verici olursa, insanlar da başa çıkma amacıyla o kadar dine yönelir (Utz, 2015, s. 16). Bireyin hayatta karşılaştığı zorluklar sonucu yaşadığı sağlıksız ruhsal durumlarla baş edebilmek için kutsalla ilişkili teknikler kullanması yani dinî başa çıkma tarzları, onun psikolojik anlamda dirençli olmasına katkı sağlar (Pargament ve Raiya, 2007, s. 743). Hayatın zorluklarıyla başa çıkmaya çalışan, sosyal konumlarında problemler yaşayan, psikolojik sıkıntılar yüzünden acı çeken veya ruhsal semptomlarla mücadele eden Müslümanların bu zorlanımlı yaşantılarla başa çıkmak için çeşitli stratejilere başvurdukları tespit edilmiştir. Bunlar “temel İslamî pratikleri geliştirmek”, “doğaüstü nedenleri azaltmak” ve “akıl kişi rehberliği almak” şeklinde sıralanır (Alş & Fotouh, 2015, s. 34).

Bir başka bakış açısıyla dinsel başa çıkma “insanların stresli koşullardan bir mana ve anlam çıkarmak için başvurdukları süreç” şeklinde değerlendirilebilir. Sıkıntılara bir anlam atfedilmesini sağlayan bu süreçte birey çektiği acılara, kayıplara, felaket ve mutsuzluklara dinî bir perspektifle “imtihan”, “kader”, “Allah'ın planının yeni bir boyutu”, “sabır” ve “olgunlaşma” gibi manalar yükler. Burada özellikle hatırlatmak gerekir ki, yaşanan halin stress verici düzeyi arttıkça başa çıkma amacıyla dine yönelim de o nispette artmaktadır. Yakın zamanda gerçekleştirilmiş iki literatür taraması, maneviyat ve dindarlığın Müslümanların ruh sağlığına katkı sunabileceğine dair kanıtlar üretmiştir. Bu çalışmalardan çıkarılan genel sonuçlar şunu göstermektedir: Hem manevi hem de dindar olan, dahası inançlarını pratiğe döken Müslümanlarda mutluluk, huzur, iyi oluş, yaşamdan keyf alma ve evlilik doyumu daha yüksek çıkarken; kaygı, ölüm kaygısı, umutsuzluk, depresyon, anti sosyal davranışlar ve intihar olasılığı daha düşük seviyelerde seyretmektedir (Ahmed & Amer, 2015, s. 15).

Yukarıda verilen başa çıkma eğilimlerinin tamamı incelendiğinde, tümevarım yöntemiyle İslamî kültürde müntesiplere sıklıkla tavsiye edilen “sabır” olgusuyla karşılaşılır. Zira sabır; inanan bireyin zorluklara göğüs germesi, musibeti nezaket ve sükûnetle karşılaması ve sorunun çözümü için arayışa geçmesi şeklinde tanımlanır. Ayrıca sabırla yaşamak demek, halihazırdaki zorluklara katlanmanın yanında ileride karşılaşılacak olumsuz durumlara karşı tedbirli davranma anlamına gelir (Hökelekli, 2013, s. 117). Sabır, bireyin ilahi iradeye teslim olmaktan başka yapacak birşeyi olmadığında bile, olası durumlara ayak uydurma sürecinde onun için etkili bir başa çıkma yöntemidir.

2.8.1.1. Sabır ve Sabrı Gerektiren İnsanî Haller

Sözlük anlamı “engellemek, güçlü ve dirençli olmak, birini bir şeyden alıkoymak, tutmak, dayanmak” olan *sabır*, terim olarak “üzüntü, başa gelen sıkıntı, musibet ve belâlar karşısında direnç gösterme ve metanet” gibi manalara gelmektedir (Çağrı, 2008, s. 337; Önal, 2008, s. 441). Sabır sadece dayanma ve dayanıklılık değil, bununla birlikte gerçekleşmesi muhtemel bir olayı/olguyu telaşa düşmeden bekleme ve maruz kalınan musibet karşısında yakınmayı bırakarak mücadele etme manasına gelir (Uludağ, 1991, s. 408; Önal, 2008, s. 441-442). Psikoloji dilinde sabır denince hayal kırıklığı, sıkıntı ve acı karşısında bireyin öfkesini kontrol ederek sakince bekleme eğilimi kast edilmektedir (Schnitker, 2012). Nitekim Hökelekli’ye (2013, s. 117) göre sabır, genel anlamda bir zorluk, musibet, dert ve belaya uğrayan bireyin, öfke ve isyan duygularına kapılmaksızın, şikâyet ve serzenişte bulunmaksızın içinde bulunduğu durumu sakin ve soğukkanlı bir şekilde karşılamasıdır.

Frager’e (2014, s. 218) göre moralimiz bozuk, canımız sıkın veya öfkeli bir haldeyken o anın getirdiği tepkisellik ve refleksiyle bir şey yapmaya kalkışmaktan kaçınmak için sabır lazımdır. Burada sabrın iki temel boyutu ile karşılaşmaktayız. Birincisi ben-merkezci egomuzun tahakkümüne karşı durmaktır. İkinci ise iyi alışkanlıklar geliştirerek bunları sürdürebilmek için manevi amellerimizde sebat göstermektir. Bu noktada hiçbir ilerleme kaydedemiyor gibi görüldüğümüz zamanlarda dahi, manevi vazifelerimizi asla terk etmemek ve disiplini asla bozmamak da sabır kategorisindedir.

İnsanın hoşuna gitmeyen, onu engelleyen, acı ve sıkıntıya yol açan, dolayısıyla sabır gerektiren durumlar üç bölüm altında değerlendirilebilir. Birincisi; kaza, ölüm, yaşlılık, hastalık ve doğal felaketler gibi sonucu ruhsal, bedensel, sosyal ve ekonomik

bakımdan zarar ve ziyana uğramaktır. İrade dışı gelişen bu tür olayların insanı yıpratıcı etkilerini azaltabilmek ya da en azından bunları kabullenmeyi sağlayarak mevcut sorunla yaşamayı öğrenmek de sabredebilmekle mümkündür. İkincisi; planlama, eğitim, çalışma, tedavi, bakım, disiplin, korunma ve ibadet gibi kişinin iradesine bağlı olan, çare ve tedbirin daha fazla etkili olduğu olaylardır. Üçüncüsü; kişinin irade ve isteği dışında olmakla birlikte bunlara tepki gösterme gücüne sahip olduğu durumlarıdır. (Hökelekli, 2013, s. 121).

İslamî kültürde bireyin ibadetlerinde devamlılığı sağlaması, günah işlememeye çalışması ve Allah'ın takdiri olan imtihanlara veya üzücü olaylara⁴² karşı dirençli olması sabretmesi gereken haller olarak bildirilir. Bu davranışlardan ilk ikisi bireyin kendi iradesiyle yapacağı tutum ve davranışlarıyla ilgili sabırdır. Üçüncü ise, iradesi ve eylemini aşan olaylara karşı tahammül etmesi anlamına gelir. Allah'ın emir ve yasaklarına riayette gösterilen sabır iradî ve gönüllüdür. Ancak kaza ve belalar gibi hususlarda insan O'nun hükmüne teslim zorundadır (Kuşeyri, 2003, s. 397-399; Herevî, 1908, s. 20). Çünkü doğal afetler dahil olmak üzere pek çok hastalık, kaza ve ölüm gibi ansızın gerçekleşen olaylar insanın gücünü aşan bir niteliğe sahiptir. Buradan hareketle sabır kontrol edemediğimiz hadiselerin sonucuna tahammül edebilmek olarak değerlendirilebilir.

Gazzâlî'ye (1976, s. 95) göre sabrın bilişsel (ilmi), duygusal (hal) ve davranışsal (amel) boyutu vardır. Ayrıca o, sabrın zorluk ve kolaylık bakımından iki türünün olduğunu söyler. Kolay olan sabır, bireyin benliğine ağır gelmeyendir. İkincisi ise "tasabbur" denilen, bireyin gerçekleştirmekte güçlük çektiği sabır davranışıdır. Yine Kur'an'dan hareketle sabrın üç türünden söz eder ve bu tasnifini de sabrın hangi durumlarda ortaya konacağından hareketle yapar. Birincisi, bireyin sorumluluk alanına giren, sorumluluğu dahilinde yapması gerekenleri sergilerken sabrettiği davranışıdır. İkincisi, bireyin yapması yasaklanan davranışlardan uzak dururken sebat etmesidir. Üçüncüsü ise bireyin karşılaşılabileceği bela, musibet ve olumsuz durumlar neticesinde sergilediği tavidir. Gazzali'nin bu yaklaşımı göstermektedir ki sabır hem görevleri

⁴² Musibetler, insanların başlarına üç sebeple gelir. Allah tarafından kullarını imtihan için, insanın işlediği hata ve günahlar yüzünden ve kulun manevi derecesini yükseltmek için verilir. İlk ikisi ayet ile, üçüncüsü hadis ile sabittir. "Andolsun ki sizi biraz korku ve açlıkla bir de mallar, canlar ve ürünlerden eksilterek deneriz. Sabredenleri müjdele (Bakara/2, 155). "Başımıza gelen her musibet, kendi ellerinizle işlediğiniz (günahlar ve hatalar) yüzündendir (Şura, 30)". "Kul, Allah'ın kendisi için takdir ettiği dereceye ameli ile ulaşamazsa, Allah, onun canına, malına veya çocuğuna bir musibet verir o da bunlara sabrederse böylece Allah'ın kendisi için takdir ettiği mertebeye ulaşır (Ahmed, V, 272; Ebu Davud, Cenaiz, 1, III, 470).

(sorumlulukları) yerine getirirken hem yasaklardan kaçınırken hem de insanı tamamen aciz bırakan hadiselerden sonra devreye girmektedir.

İsfahânî'ye (2002) göre sabır, “cismanî” ve “ruhanî” olmak üzere iki kısımdır. Cismanî sabır, bireyin bedenlen maruz kaldığı zorlu işlere ve acıya katlanması anlamındadır. O, ruhî sabrı da ikiye ayırır. İffet adını verdiği ilk hal, bireyin kendisine hoş gelen şeylerden yararlanırken aşırılığa kaçmamak için sergilediği duruştur. İkincisi de, bireyin yaşamayı arzu etmediği zorlanımlı hadiseler karşısında veya hoş giden nimetlerden mahrum kalması halinde metanet göstermesi, tahammül etmesidir.

Cevziyye (2016, s. 36-37) sabrı, ‘zorunlu’ ve ‘seçmeli’ sabır olmak üzere iki kısımda mütalaa eder. Bu ayırım için de Hz. Yusuf’un kıssasından örnek verir. Hz. Yusuf’un, kendisine yapılan zina teklifini reddetmesine seçmeli sabır, kardeşleri tarafından kuyuya atılması ve sevdiklerinden ayrı kalması gibi zorluklar karşısındaki tavrını da zorunlu sabır şeklinde değerlendirir.

Bireyin zorlanımlı yaşantılar sonucundaki tepkisinin süresiyle ilgili olmak üzere sabrın iki çeşidinden bahsedilir. *Kısa süreli sabır*, gündelik hayatın yoğunluğu ile doğru orantılı olarak ortaya çıkan, kısa süreli hayal kırıklıkları ve günlük sorunlar yaşanırken gerekli olan, hemen her gün karşılaşılan fakat bazen gün içinde sonuçlanabilecek, uzun mücadeleler gerektirmeyen, problemin çözümünde bireye yardımcı olabilecek sabır halidir. *Uzun süreli sabır* ise, uzun vadeli amaçlar ve güçlükler sırasında ortaya çıkan sabır tutumudur. Önemli sınanma konularından yaşlanma, ağır hastalıklar, sakatlıklar, ailevi sosyal ve ekonomik güçlükler, sevilen birinin kaybı, bireyin kendi ölüm tecrübesi ile karşılaşması gibi durumlar buna örnek verilebilir. Yaşanan bu tür ciddi zorluklar karşısında bireyin daha uzun süreli ve daha güçlü bir sabra ihtiyacı vardır (Doğan, 2016, s. 103-104). Uzun süreli sabrın umut, iyimserlik ve öz denetim ile güçlü bir ilişkisinin olduğu belirtilir. Bu özellikler uzun süreli sabırda en çok ihtiyaç duyulan, sabrın süresini uzatan ve bireyin dayanma gücünü artıran duygulanım ve tutumlar olarak kabul edilir.

Sabrı sınırlı, kararlı ve planlanmış bir eğilim ve bir kişilik özelliği olarak tanımlayan Mehrabian (1999) ise üç tip sabırdan bahseder. Birincisi, gündelik yaşamda sıkça karşılaşılan bekleme durumları olarak nitelendirdiği ‘kısa süreli’; ikincisi, bireyin herhangi bir zorlayıcı yaşantı karşısında baş edebilme yeteneği olarak tanımladığı ‘uzun süreli’; üçüncüsü ise bireyin sosyal ilişkilerinde diğer bireylere gösterdiği tahammül olarak tanımladığı ‘kişiler arası’ sabırdır.

Schnitker ve Emmons'a (2007) göre sabır, çeşitli zaman ve koşullar karşısında oluşan bir durum olarak kabul edilir. Blount ve Janicik (2000), sabrın bilişsel ve duyuşsal özellikleriyle doğuştan değil sonradan kazanılan bir hal olduğunu belirtir. Zorlayıcı bir yaşantı karşısındaki tutumun bireysel farklılıklar gösterebileceğinden hareketle herhangi bir kişinin sabrının değerlendirilebilmesi için bireyin kendi tutum ve değerleriyle yorumlanmasının yerinde olacağı söylenir (Dudley, 2003). Örneğin Blount ve Janicik (1999), sabır kavramının yapısını açıklamak için üç bileşenli bir model önerir. Bu modelin bileşenleri 'gecikmenin sebebinin anlaşılması, gecikmenin sebebinin sorumluluğu ve gecikmenin sebebinin değerlendirilmesi'dir. Gecikmede iki tip sorumluluktan bahsedilir. Bunlar öz-sorumluluğun herhangi bir nesneye, kişiye veya Tanrı'ya (metafizik unsurlara ve kadere) bağlanması olarak tanımlanır. Gecikmenin sorumluluğu değerlendirilirken bireyin kişilik özellikleri ön plana çıkar. Birey sabırlı bir yapıya sahip ise gecikmeyi daha çok öz-sorumlulukla değerlendirir. Sabırsız bir yapıya sahip ise gecikmenin sorumluluğu konusunda kendisi dışındaki ögelere yükleme yapar.

2.8.1.2. Sabırla İlgili Psikolojik Kavramlar

Sabır olgusu İslamî kültürde bireyin duygu, düşünce ve davranışlarının kaynağı ve yönelimi itibarıyla çeşitli kavramlarla ilişkilendirilerek betimlenir. Örneğin bireyin sabrı cinsel dürtülerine ve kişisel arzularına karşı olursa *iffet*, yaşadığı bir musibete karşı olursa *sabr* (*metanet*), bolluk içinde yaşamaya karşı olursa *zühd*, savaş ve çatışma durumunda sıkıntılara karşı olursa *şecaat*, öfke ve kinini yenme yönünde olursa *hilm*, sır saklaması hakkında olursa *kitman-i nefis*, zevk ve geçim vasıtalarının her birinde azıyla yetinmek şeklinde olursa *kanaat*, zenginliği hususunda olursa *kendine hâkim olma* gibi değişik isimlerle anılır (Razi, 2002, s. 286; İsfahani, 2002, s. 30-31; Hökelekli, 2013, s. 119).

Sufi psikolojiye göre bireyin farzları yerine getirme ve haramlardan sakınma hususunda sabırlı olması kendisine farzdır. Ancak hayatın zorluklarından, musibetlerden şikâyetçi olmaması, dilini tutmaya sabretmesi ise fazilet olarak kabul edilir. Sabrın dinî hükmü, yani fazilet sayılıp sayılmaması bireyin katlandığı sıkıntının mahiyetine göre değişir. Meselâ bireyin can, mal ve namus güvenliğinin saldırıya uğraması karşısında sessiz kalması haram; bedenine zarar verecek derecedeki acılara katlanması ise mekruh olarak kabul edilir (Gazzâlî, IV: 69; Sühreverdi, 1988, s. 619; Cevziyye, 2016, s. 30-31). Bu tespitler bağlamında Sühreverdi (1988: 465), kendini sabra zorlayan, Allah'ın takdirine sabreden fakat bazen sabredip bazen de feryat eden

insan tipine “mütesabbır”; Allah’ın hüküm ve tecellilerine sabreden, şikayet etmesi muhtemel fakat feryat etmeyen bireye ise “sabır” der. Katlanması zor durumlarla karşılaşsa bile Allah’tan geldi diyerek teslimiyet gösteren ve haline razı olan, zorlanımlı hadiseler sonucu şikayet etmeyen, tutum ve davranışlarını değiştirmeyen insan tipine ise “sabbar” ismini verir. Bu insan tipleri arasında da en yüksek dereceye sahip olanın “sabbar” olduğunu iddia eder.

Psikolojide A ve B tipi kişilik modelinden bahsedilir. A tipi davranış tarzına sahip bireylerin yarışmacı, saldırgan, atak, girişimci, hırslı, beklenti seviyesi yüksek, aceleci, sabırsız, doyumsuz, benmerkezci olduğu iddia edilir. Bu tipler sürekli telaş içinde, beklemeyi hiç sevmeyen tiplerdir. Sorumluluk duyguları çok gelişmiştir ve mükemmeliyetçi olmayı başarının şartı olarak görürler. Bu tiplerin genelde geçmişten şikâyetçi olduğu, gelecekte endişe duyduğu ve zamanın kendilerine yetmediğinden yakındığı görülür. *A tipi* davranış özelliği gösterenlerin, kendilerini başarıya adanmış olmalarına rağmen kederli, karamsar, gerilimli bir ruhsal yapıya sahip olduklarından hedeflerine ulaşmakta zorlandıkları iddia edilir. Bunun neticesinde de telaş, acelecilik ve sabırsızlıkla mutlu bir hayat sürmenin zor olduğu bilincinden hareketle tatminsizlikten ötürü mutlu olamadıkları belirtilir. *B tipi* davranış tarzına sahip bireylerin sakin, acelesi olmayan, sabırlı ve hoşgörülü insanlar olduğu iddia edilir. Beklemekten rahatsız olmayan, yumuşak huylu bu tiplerin her uğraşısını yavaş yavaş yapmayı, küçük şeylerden mutlu olmayı, her konuda ölçülü ve sınırlı sorumluluğa sahip olmayı tercih ettikleri söylenir. Bu tipler, kendilerine vakit sınırlaması koymadıklarından zaman sıkıntısı hissetmezler, en beklenmedik olaylar neticesinde bile ihtiyatlı davranırlar (Baltaş & Baltaş, 2004, s. 161; Doğan, 2016, s. 111-115). Bu ikili kişilik yapısının özellikleri değerlendirilecek olursa A tipinin *mutasabbır*, B tipinin ise *sabır* kategorisine girdiği söylenebilir.

Sabırla ilgili kavramlardan birisi “öz-anlayış”tır. Bu özellik, bireyin kendi acılarına karşı açık ve duyarlı, kendine karşı nazik ve şefkatli olmasıyla birlikte yaptığı hatalar karşısında affedici olurken başarısızlık ve yetersizlik karşısında yargılayıcı bir tutum takınmaması anlamına gelmektedir. Dahası *öz anlayış* gündelik hayatın sıkıntı ve zorluklarının insanlığın ortak deneyiminin bir parçası olduğunun kavranması, bu nedenle yaşanan anın yargılanmadan olduğu gibi kabullenilmesidir. Birey, hayatın çeşitli bölümlerinde zorluklarla karşılaştığında öz-anlayış sayesinde bu zorlukları daha stressiz bir şekilde atlatabilir. Öz-anlayışta sıkıntılar, problemler ve acılar toplumun ortak deneyimi olarak kabul edilir (Neff, 2003). Öz-anlayış ayrıca bilincin tekrar

yapılanması ve gelişmesine de yardım ederek bireyin alternatif bir biliş geliştirmesini sağlar. İçerdiği tekniklerle duygu, düşünce ve davranıştaki stresi azaltmaya yardımcı olan bir yöntemdir (Gilbert, 2000; Goss & Gilbert, 2002).

Öz-anlayışa benzer ve sabırla ilgili bir diğer kavram bireyin sıkıntılarının, problemlerinin farkında olarak kendisini yargılamadan benliğine yardım etmesi anlamına gelen “öz-şefkat”tir (self kindness). Zorlanımlı hadiselerle başa çıkma sürecinde insanların genelde kendilerini eleştirme ve/veya cezalandırma eğiliminde oldukları, çevresine ve bilhassa kendilerine sert ve eleştirel bir dil kullandıkları söylenir. Hatta çoğu insanın, bu durumlarda çevresine alışılmadık bir şekilde nazik ve kibar davranırken benliklerine karşı acımasız oldukları, çevreye gösterdikleri sempatiyi kendilerinden esirgedikleri iddia edilir (Gilbert, 2000; Neff, 2003).

Öz-anlayış ve öz-şefkat ile oluşan *ortak paydaşım* (*common humanity*) bilinci, toplum içindeki birey için sabrın eşanlamlısı olarak karşımıza çıkar. Bu özellik, hayatın zorlukları karşısında acı çekerken yalnız olunmadığı bilincine sahip olmak demektir. Birey çoğu zaman olumsuz durumlar karşısında mücadele azmini yitirir ve zorlukları sadece kendisinin yaşadığını düşünebilir. Diğer bir deyişle hayat serüveninde olup biteni değerlendirirken acılar ve kötü durumlar karşısında kendisini yalnız hissedebilir. Ortak paydaşım bilinci ile birey, hayata daha geniş bir pencereden bakarak yaşanan zorlukların insanların ortak paydası olduğunu kavrar. Bu sayede zorlanımlı hadiseler karşısında kendisini daha az izole edilmiş hisseder. Burada ayrıca bireyin kendine acımasıyla da karşılaşılır. Bu acıma, başkalarının benzer sorunları olduğunu unutarak bireyin kendine yönlendirdiği bir duygulanımdır. Ortak paydaşım bilincine sahip insanda bu duygulanım dışa veya tüm çevreye yansıtılır (Germer & Neff, 2013).

Sabırla ilgili bir diğer kavram *bilinçli farkındalık* (*mindfulness*). Bilindiği üzere insanın hayata bakışı, benliğin oluşumunda etkin rol oynar. Hayatın getirdiklerine kötümser bakış (pessimist) haliyle bireyin olumsuz bir benlik oluşturmaya sebep olur (Baer, 2003). Bilinçli farkındalık, bireyin kendisine elem veren düşüncelerini ve duygularını bastırmadan, onlardan kaçınmadan onları olduğu gibi kabullenmesi anlamında kullanılır. Bu bilinç sayesinde birey hem acıların arkasında yatan sebebin hem de öz-anlayış geliştirerek aşırı olumsuz düşünce ve duygularının farkında olur (Bishop ve ark. 2004).

Gazali (2007), bilinçli farkındalık ve ortak paydaşım ile benzer nitelikte “rıza” kavramını ön plana çıkarır ve meşakatlere, musibetlere tahammülün farklı derecelerinden bahseder. Birey için tahammülün başlangıç seviyesine “tesabbur”, göğüs

germenin kolaylaştığı orta derecesine sabır, nefsanî arzuların tam manasıyla baskı altına alındığı en yüksek seviyeye ise “rıza” der. Sabrın değer bakımından en alt seviyesinin, bireyin içinde bulunduğu zor durumdan memnuniyet duymasa da şikâyet etmemesiyle ilgili olduğunu, bundan daha faziletlisinin de bireyin içinde bulunduğu duruma razı olması anlamına geldiğini söyler. Son olarak, sabır olgusu “iman” ile ilişkilendirilir ve alegorik tarzla başın bedenle alakasına benzetilir. Başın bedenle birlikteliğinden hareketle, sabrın imanla beraberliğinden sık sık söz edilir.

2.8.1.2.1. Tahammül Eşiği ve Sebat

İnsan can sıkıcı bir uyaran veya sinir bozucu bir olayla karşılaştığında zihinsel olarak yıpranır. Bu yıpranma bazen insan ruhunda onarılması güç bir tahribat yapabilir. Söz konusu tahribatı azaltmak ise bireyin zorluklara karşı mukavemet göstermesiyle mümkündür (Öner, 1989, s. 58). Burada ön plana çıkan unsur her insanın hayatın zorluklarına karşı tahammül sınırının olduğu gerçeğidir. Zorluklara karşı dayanma ve katlanma olarak ifade edebileceğimiz bu tahammül sınırına psikolojik dilde *tahammül eşiği* denmektedir.

İzutsu’ya (Trz, s. 147) göre sabırda önemli olan; kişinin içten gelen bir güçle ne olursa olsun hedeflerinde kararlılık göstermesi, ruhen belalar ve acılar karşısında itidali (denge) muhafaza etmesi ve her türlü zorluğun orta yerinde yapmakta olduğu eylemde sebat etmesidir. Diğer bir deyişle sebat etmek imkânsız kovalamak değil, seçilen hedef doğrultusunda çalışmak için verilmiş azimli bir karardır. Bir işi sonuna kadar sürdürmek aslında zorluklara ve güçlüklerle karşı dayanma ve direnme gücüyle doğrudan ilişkilidir (Hökelekli, 2013, s. 121). Buradan anlaşılacağı üzere bireyin sebatkâr olması tahammül eşiğinin yükselmesi veya tahammül sınırlarının genişlemesi anlamına gelmektedir.

Din ve dindarlığın öğütlediği tahammül ve umut etme gibi erdemler aracılığıyla inanan insan psikolojik anlamda daha dirençli hale gelmekte ve olgunlaşmaktadır (DeLongis ve ark, 1982; Schnitker & Emmons, 2007; Ayten, 2014; Göcen, 2014; Doğan, 2014). Yazır’ın (1995, s. 434) vurguladığı üzere sabır kötülüğe katlanmak, her aşağılığa boyun eğmek ve şerre rıza göstermek demek olan tembellik ve miskinlikten ibaret olan duygusuzluk hali değildir. Tam tersine sabrın insan ruhunda yansımaları duyalılık üstüne kuruludur. Ancak bireyin öncelikle *acele etmemesi* gerekir. Çünkü oluş ve yokoluş, iyilik ve kötülük, neşa ve gam süreçleri henüz tamamlanmamış olabilir. Acele etmemeyi besleyen psikolojik unsurlardan birisi de istenmeyen durumlar karşısında mukavemet göstermek yani *direnme* tir. Dolayısıyla herhangi bir tavrın sabırlı bir davranış olarak

nitelendirilebilmesi için bu iki unsurun bireyin karakterinde aynı anda bulunması gerekir. Dindarlık ve maneviyat acele etmeme ve direnme konusunda bireyi destekleyici bir işlev üstlenmektedir. Nitekim İslamî kültürde inananlara hayatın zorluklarıyla yüzleştikleri vakit anlık refleks ile hareket etmemeleri tavsiye edilir. Zorlukların yapacağı olası tahribatı engellemek için inanan bireyin sebatkar olması ve tahammül eşiğini yükseltmesi çağrısında bulunulur. Sabırlı olmanın, inanan insanın yaşamdan beklentileri konusunda olumlu düşünmeye ve kendisine ve başkalarına zarar verebilecek dürtülerini yönetebilmeye yönelik mücadele, azim ve sebatkârlık hislerini güçlendireceği sık sık ifade edilir.

2.8.1.2.2. Metanet ve Psikolojik Sağlamlık

Metanet, özellikle hastalık ve ölüm gibi acı olaylar başta olmak üzere başa gelen her türlü olumsuzluk karşısında metinlik, dayanıklılık, sağlamlık, güçlü ve kuvvetli olma gibi anlamlara gelen sabır durumunu ifade eder. Psikolojide ise stres yönetmek ve kendini iyi hissetmek için bir ruhsal güç olarak kabul edilir. Buna göre metanet yaşam stresiyle başa çıkmada bireye imkân sağlayan, bireyin olumlu dünyası ve kendini değerlendirmesinden elde edilen bir güçtür. Metanet bireyin zorluklar karşısında dik durabilme, uzun süreli planları üstlenebilme, azmedebilme potansiyeli ile ilgilidir. Uzun dönem sabır olarak adlandırılan metanet; hayatın güçlükleri, acı ve ızdırap yüklü olaylar, ciddi psikolojik travmalar ve ulaşılması güç hedefler karşısında sabırlı bireyin gösterdiği dirençtir. Yapılan araştırmalar metanet duygusunun, yaşanan acılar karşısında travmaya maruz kalan bireylerin yeniden toparlanmaya katkısını ortaya koymaktadır. Nitekim bu kimseler sarsılan psikolojik durumlarını daha kısa sürede dengeleyebilmektedirler (Hökelekli, 2013, s. 122-123).

İnsanlar zorluklarla karşılaştıklarında onları dua etmeye ve Tanrı'dan yardım istemeye yönlendirerek yaşadıkları olumsuz duyguların azalmasına ve zihinsel sağlıklarının gelişmesine yardımcı işlevleri olduğu belirtilen dinin (Frankl, 2011, s. 7) müntesiplerine sabırlı olmayı öğütleyerek psikolojik dayanıklılıklarını güçlendirdiği söylenebilir. Nitekim psikolojik dayanıklılık kavramının din psikolojisi alanında sıklıkla sabırlı olma erdemi ile ilişkilendirilerek incelendiği görülmektedir.

Pozitif psikolojinin ele aldığı önemli kavramlardan biri olan psikolojik sağlamlık, temelde insanın olumsuzluklar karşısında gösterdiği uyum ve başa çıkabilme yetisi olarak değerlendirilebilir. *Psikolojik sağlamlık* der Deveson (2003, s. 6) "*kişinin herhangi bir olumsuzlukla karşılaştığında dahi yaşama dair umudunu yitirmemesi ve*

yaşamdan anlam bulabilme kabiliyetidir”. Bireyde psikolojik sağlamlığı nelerin harekete geçirdiği ise halen tartışılan ve araştırmacıların ilgisini çekmeye devam eden bir konudur. Yapılan araştırmalar bu hususta öz-yeterlik duygusunun önemli bir değere sahip olduğunu göstermiştir. Ayrıca psikolojik sağlamlıkla iyimserlik, güven ve iç denetimlilik gibi bireysel özellikler arasında pozitif ilişkiler tespit edilmiştir (Kararımak&Çetinkaya, 2011).

Psikolojik sağlamlık, genellikle stresin ya da zorluğun üstesinden gelen bireylerin bir özelliği olarak kabul edilir. Ancak zorluklarla karşı karşıya kalsın ya da kalmasin, her bireyin yaşamının bir döneminde odak noktası olacak şekilde değerlendirilebilmektedir. Sağlam bireyler kendileri hakkında, kendi davranış ve becerilerini etkileyen birtakım varsayımlara ve düşüncelere sahiptirler. Bu düşünceler “sağlam zihin yapısı” olarak ifade edilir. Sağlam zihin yapısı bireylerin stres ve baskının üstesinden gelmelerini, günlük yaşamın zorluklarıyla başa çıkmalarını, hayal kırıklıklarından ve travmadan kurtulmalarını, anlaşılır ve gerçekçi amaçlar belirlemelerini, diğer bireylerle uygun ilişkiler kurmalarını, kendilerine ve başkalarına saygı duymalarını sağlamaktadır.

Kişinin gerek günlük yaşamın zorlukları gerekse olumsuz olaylar karşısındaki başa çıkma eylemlerini içeren *psikolojik sağlamlık* (Allen ve ark., 2011, s. 2) bu haliyle bireysel bir özellik arz etmektedir. Bununla birlikte bireyin zorluklarla mücadele etmesine yardımcı dışsal kaynaklardan beslenen *çevresel sağlamlık* faktörlerini de dikkate almak gerekir. Söz konusu dışsal gerçeklik bir yandan sağlamlığa destek sağlarken diğer yandan yaşanması muhtemel sorunların yıkıcı etkilerine karşı koruyucu bir işlev üstlenmektedir.

Psikolojik sağlamlıkla ilgili temel kavramlar sosyal yetkinlik, sorun çözebilme becerileri, özerklik ve amaç eğilimli olma şeklinde tarif edilir. Amaç eğilimli olmak; parlak bir geleceğe inanmak, hedefe yönelmek, sabır, umut, iyimserlik ve manevi bağlılık gibi yeterlilikleri içermektedir. *Journal of Social and Clinical Psychology* özel bir sayısında psikolojik sağlamlığı güçlü olma, kendini kontrol edebilme, minnettarlık, bağışlayıcılık, hayal kurma, umut besleme ve tevazu gösterme gibi erdemler üzerinden tanımlamıştır. (Kararımak & Çetinkaya, 2011, s. 30-43). Bu ise ahlaki gelişme ve erdemlerin insanı zorluklarla mücadele etmede daha dayanıklı bir konuma getirdiği şeklinde değerlendirilebilir.

İnsan gündelik hayatın akışı içinde çok çeşitli olaylar yaşayabilir. Bunlar onun iç dünyasında sıkıntı, acı ve üzüntü oluşturabilir. Üzülmek ve ağlamak insani eylemlerdir.

Asıl mesele üzüntü ve yastan sonra toparlanarak yeniden hayat mücadelesine devam edebilmektir. Bu noktada yaşanan olumsuzluklardan olumlu bir tecrübe edinmek önemlidir. Örneğin, birey yeni duruma uyum sağlayana kadar kaygı ve depresyon gibi olumsuz duyguları yoğun şekilde yaşayabilir ya da olumsuz durumun hayatına yeni bir anlam kattığını ve kendini daha güçlü hissetmesine imkan sağladığını düşünebilir. İşte bu son tutumu benimseyen bireyler psikolojik olarak sağlam addedilirler. Doğan (2014, s. 64), psikolojik dayanıklılığı sabır erdemiyle ilişkilendirmek suretiyle, dindarlık ve psikolojik iyi oluş ile olan ilişkisini incelediği çalışmasında dindarlık-sabır, sabır-psikolojik iyi olma ve dindarlık- psikolojik iyi olma arasında olumlu yönde anlamlı ilişkiler olduğunu; ayrıca, dindarlık ve içsel dinî motivasyonun sabrı, sabır ve dindarlığın psikolojik iyi olmayı anlamlı derecede açıkladığını ortaya koymuştur.

Din, bireye bir amaç çerçevesi sunarak yaşamın şekillenmesinde ona yardımcı ve hayatın getirdiği acıları kabullenerek yaşamı devam ettirmede bir rehberdir (Kula, 2006, s. 92). Yani din bireysel bir psikolojik dayanıklılık boyutu şeklinde kabul edilebilir. Bu anlamda, psikolojik dayanıklılığın genel psikolojinin yanı sıra sabır, tevekkül, hoşgörü ve affedicilik gibi erdemlerle ilişkilendirilmek suretiyle din psikolojisinin temel kavramlarından biri şeklinde değerlendirilmesi mümkündür. Çünkü insanların sahip oldukları olanakları ve gizil güçlerini fark ederek bunları en üst düzeyde kullanmalarını sağlayan dinî inançların psikolojik dayanıklılığı arttırmak suretiyle psikolojik sağlığın öncülleri şeklinde kabul edilen yaşam memnuniyeti ve olumlu duygulanımı güçlendirdiği düşünülebilir (Yapıcı, 2007, s. 40; Ayten, 2009, s. 5; Köse & Ayten, 2012, s. 108).

Pargament, Koenig ve Perez (2000, s. 520) yaptıkları araştırma sonucunda çoğu insanın stres yaratan pek çok durumda dinî başa çıkma mekanizmalarını daha fazla kullandıklarını; bu durumun özellikle yaşça büyük bireylerin yaşamlarını tehdit eden krizlerle yüzleştiklerinde daha belirgin hale geldiğini tespit etmiştir. Folkman'ın (1997, s. 1207) *anlam temelli* başa çıkma modelinde belirttiği gibi olumsuz yaşam olaylarıyla yüzleşen bireyler dinî/manevi inançlarını kullanmak suretiyle psikolojik dayanıklılıklarını arttırır ve içerisinde bulundukları durumun yarattığı olumsuz etkileri azaltarak olumlu bir duygulanımsal yaşantıya girerler (Allen ve ark., 2011, s. 7). Buradan hareketle genelde dindarlığın özelde ise dinî başa çıkma yöntemlerine başvurma eğiliminin psikolojik dayanıklılığın oluşumuna ve gelişimine katkı sağladığı söylenebilir.

2.8.1.2.3. Vaat ile Umut Düalitesi

Eliade göre (1990, s. 119) insan, kendisini dünyaya bağlayan birtakım doğal arzular ve duygular besler. Hayatın anlamlı ve yaşanabilir hale gelmesinde söz konusu arzular ve duygular merkez   değere sahiptir. Başka bir deyişle onlar olmaksızın hayat sürdürülebilir bir mücadele alanı değildir. Bireye zorluklara karşı direnme gücü veren, onu hayata bağlayan, geleceğin d  nden ve bugünden daha iyi olacağını telkin eden *umut* duygusu hayatın ve insan olmanın temel koşullarından birisidir. Onun için insan doğası gereği “  mit eden” bir varlıktır.

“Gerçek   l  m, nefesinin değil, umudunun kesilmesidir” denir. Kierkegaard (2014), en çaresiz hastalığın, en büyük günahın “umutsuzluk hastalığı” olduğunu söyler. Ona göre umutsuzluk benliğin, ölümsüzlük arzusu da ruhun ölümcül hastalığıdır (Göka, 2013, s. 103). Fromm’a (1995, s. 23) göre umut pasif bir bekleyiş değil, umulan şeye ulaşmak için gayret sarf etmektir. Ancak umut, gerçekleşmesi imkânsız olan şartların gerçekçi olmayan bir şekilde zorlanması da değildir. Frankl (2010, s. 10) umudu “yaşama iradesi” şeklinde tanımlar. Bireyin gerek kişisel ve çevresel gerekse toplumsal olsun hayatın birtakım zorluklarına göğüs gerebilmesi için olumlu bir ruh hali ve inanışa ihtiyaç vardır. Frankl gibi umudu olayları değerlendirme ve dünyaya olumlu bir bakış a ıısı olarak ele alan Adler’e (1998, s. 42) göre insan doğuştan iyimserdir⁴³. Bu iyimserliğin gelişip devam etmesinde veya engellenmesinde bireyin içinde bulunduğu dış dünyadan aldığı izlenimler etkili olur. Aksi durumda bireyin ruhu kötümserlik kapsamına giren karakter özelliklerine yönelir.

Snyder ve arkadaşları umudun yaşamda karşılaşılan problemlere karşı koruyucu bir işlevi olduğundan, olumsuzluklara karşı bir tampon vazifesi gördüğünden bahseder⁴⁴. Yüksek umut düzeyine sahip bireyler duygusal olarak daha kolay toparlanırlar

⁴³ Umut ile benzerlik gösteren başka bir insani hal iyimserliktir. Bu hal umut gibi zorluklara ve engellemelere rağmen genel olarak hayatta her şeyin iyi gideceğine dair g  c  l   bir beklentidir. İyimserlik ve umut, çaresizlik ve umutsuzluk gibi öğrenilebilir bir duygudurumdur. Her ikisinin de temelinde, psikologların *  zverimlilik* dediği görüş, yani kişinin hayatındaki olaylarla baş edebileceğine ve zorluklara göğüs gerebileceğine duyduğu inanç vardır. Kişisel etkililik konusundaki birçok araştırmanın kaynağı olan Albert Bandura bu durumu şöyle özetler: “Kişilerin yetenekleri hakkındaki inançlarının o yetenekler üzerindeki etkisi çok büyüktür.   zverimlilik hissine sahip olanlar olaylara acaba ne ters gidecek diye kaygılanarak değil, bununla nasıl baş edebilirim anlayışıyla yaklaşır”(Goleman, 2012, s. 128-130).

⁴⁴ İnsan bilinci edindiği bilgiyi ve   vresinin etkisini yorumlayıp değerlendirirken ruhun yardımına gereksinim duyar. Bireyin erkinin devreye girdiği en belirgin örneklerden biri de ‘Plasebo Etkisi’dir. Ruhun bedene nasıl hükmettiği üzerindeki sır perdesi henüz tam olarak aralanmış değildir ancak duygu ve düşüncenin v  c  ttaki fizyolojik süreçleri etkilediği kanıtlanmış bir gerçektir. Plasebo etkisi (Latince ‘Hoşa gideceğim!’ anlamında) olarak adlandırılan bu fenomen, modern tıbbın dayandığı en g  c  l   ilkelerden biridir. Plasebo etkisinin sadece ilaçlarla değil, sözel telkinlerle ve göstermelik ameliyatlara da etkin olduğu kanıtlanmıştır. Burada bütün mesele hastanın erkini harekete ge  rmek

ve umut düzeyi düşük bireylere göre daha az stres belirtisi gösterir. Yüksek umut düzeyine sahip bireyler, düşük umut düzeyine sahip bireylere göre yaşamda karşılaştıkları engelleri aşmaya ve değişen şartlara uyum sağlamaya daha yatkındır. Umut, bireylerin kendileri için amaçlar belirlemelerine, olumlu bir gelecek inancı içinde ve kararlılıkla bu amaçlara ulaşmalarına olanak tanır (Oktan, 2012).

Hökelekli (2013, s. 118) sabrı, bir felaketin getirdiği darbeler altında sükûnet bulmak, beklenmedik durumlarda ruhsal çöküntü ve gerilemeye düşmeden sükûnet, iyimserlik ve ümitle ayakta kalmayı sürdürmek şeklinde tarif eder. Bu tanımda ön plana çıkan unsur, insanın ümitvar olması gerektiğidir. Buradan anlaşılacağı üzere sabır, başa gelen istenmeyen halin geçici olduğu, geleceğin daha iyi olacağı inancına dayanır. Böyle bir inanca sahip olma insanda güven duygusu doğurur ve güven duygusu da kişinin paniğe kapılmasını, strese girmesini önler (Öner, 1989, s. 58).

Bireyin çaresizlik içerisinde bocaladığı zamanlarda dinî inançlarına, dua ve ibadete başvurarak başa çıkmaya çalışması neredeyse evrensel bir olgudur. İslamî kültürde inananlara dünyanın gelip geçiciliği ve gerçek mutluluk yeri olmadığı, müminlerin karşılaştığı her bir olaya verdiği cevapla imanı konusunda sınava tabi tutulduğu telkin edilir. Böylelikle başa gelen sıkıntıların bir anlamı olduğu (imtihan, uyarı, ceza, kader) ve Allah'ın yardımıyla bunların aşılabileceği inancı inanan bireyin özgüvenini artıran, huzura erişmesini ve rahatlamasını sağlayan bir etkiye vesile olur. Hayatın bütün acı ve sıkıntılara rağmen samimi inanç sahibi bireyin “iyimser ve umutlu” olabilmesi, inancın birey için moral değerleri ve ruh sağlığını koruyucu fonksiyonunun önemli bir göstergesidir (Hökelekli, 2012, s. 149). Allah'a ve kadere imanla birlikte tevekkül ve hayra yorma davranışları sorunların üstesinden gelmeye destek sağlar. Bu bağlamda karşılaşılan her olumsuz durumun bir anlamı olabileceğine inanmak umutların korunmasına, korku ve kaygının azalmasına neden olur (Ayten ve ark., 2012, s. 48). İnsanın çaresizlik duygularıyla boğuştuğu, kendini aciz ve yetersiz hissettiği anlarda devreye giren dinî inançlar ümitlerin korunması ve tazelenmesi noktasında besleyici bir işlev üstlenir.

2.8.1.2.4. Teslimiyet ve Tevekkül Diyalektiği

Sabır, her türlü felaket ve musibet karşısında bireyin yıkılmaması, dirençli ve dayanıklı olması için yaşatması gereken bir değer olarak kabul edilir. Sabrın üzücü

ve hastanın iyileşme isteğini ruhunda hissetmesini sağlamaktır. Güçlü istek ve doktora duyulan güven bu mekanizmanın harekete geçmesinde en önemli etken haline gelir (Berkmen, 2015, s. 149-151).

durumlar karşısında ses çıkarmadan veya bu üzücü hadiselerin açacağı tahribatı hiçbir şey yapmadan bertaraf etmek manasına gelmediği, aksine bu olaylara karşı ilk sadmede tahammül gösterip sonra onlardan kurtulmak için çalışmak, gerekli tedbirleri almak, musibetler karşısında isyan etmemek gerektiği İslamî inanç sisteminde sıkça vurgulanan bir öğretilerdir (Hökelekli, 2013, s. 118).

Sabır olgusuyla yakından ilişkili olgulardan birisi de “tevekkül etmek” veya “tevekkül halinde (mütevekkil) olmaktır. Temelini iman ve emniyet duygusundan alan tevekkül; bireyin tedbir ile takdir ilişkisine teslim olduğu sevgi ve güvene dayalı bilişsel ve duygusal bir tavır alıştır. İslamî kültürde tevekkül, bireyin üzerine düşen sorumluluklarını yerine getirdikten sonra kaygılarından ve geleceği kontrol etme arzusundan vazgeçerek sonucu Allah’ın takdirine bırakmasıdır. Bu bağlamda Ersoy (1968, s. 111), “Tevekkülün aslı, neticenin hasıl olması için lüzumlu tedbirler alındıktan ve sebeplere tevessül edildikten sonra, tedbir ve tevessülün kifayetini Allah’tan beklemektir. Tedbir alınmadan önce, tedbir alınırken ve alındıktan sonra, kısaca her an ve her zaman Allah’a güven esastır. Çünkü takdire muvafık düşmeyen tedbirin hükmü olmaz” der.

İnsanın tedbir alması ve sorumluluklarını yerine getirmesi kuşkusuz özgür iradesiyle gerçekleşir. Ancak insanın özgür iradeye sahip olması yaygın şekilde kullanıldığı üzere seçim yapması anlamında değil, bireyin neden seçim yaptığının veya hangi dış kuvvetlerin etkisi altında seçim yapmaya zorlandığının farkında olması demektir. Burada insanın önüne kaza ve kader olguları çıkar ve bu durum insan için paranın iki yüzü gibidir. Olaylara indirgemeci ve yerel bakılırsa “kaza”, tümel ve bütünsel bakılırsa “kader” denilir. Kaza, tesadüfleri değil alınan kararları belirtirken kader ise bu kararların bütünsel olarak bağlı olduğu sonuçları ortaya koyar. Diğer bir deyişle bir olayı kaza olarak yorumladığımızda olaylara ayrımcı bir bakış, kader olarak yorumladığımızda birleştirici bir bakış hâkimdir. Tevekkül halindeki kişi kaza ile kaderi bir gördüğünden tesadüflere inanmaz. Her tesadüfün gerisinde kaderin bulunduğunun farkındadır.

İnsanoğlunun iradesiyle oluşan şeyler sınırlı iken, kaderi dâhilinde gerçekleşenler sayılamayacak kadar çoktur. İnsanın dünyanın işleyişi/düzeni hakkındaki bilgisinin artmasıyla kaderine hiçbir zaman tamamen hâkim olamayacağına dair bilinci de artar. Her ne kadar inandığı dinî öğretinin bütün emirlerini yerine getirirse ve tıbbî, sosyal ve ahlakî kaidelere riayet etse de; irade dışında cereyan eden olaylarla mukadderatın birbirine geçirilmiş olması sebebiyle insanın ruhen ve bedenlen ıstırap

çekmesi mümkün hale gelebilmektedir. Buna örnek olarak İzzetbegoviç (2011, s. 357) “Tek çocuğunu kaybetmiş bir anne hangi şeyde teselli bulabilir? Beklenmeyen bir hadisede kötürüm kalan bir kişiyi ne teselli edebilir?” diye sorar. Ona göre insanın içinde bulunduğu halin değişmesi için uğraşması gerekir, fakat öyle haller vardır ki esas itibarıyla perdeler arkasında gizlense bile ölmeye, ıstırap çekmeye, mücadele etmeye mecbur kalınır ve tesadüfe tabi olunur. Bu hisler bazen kötümserlik, isyan, yeis, lakaytlık gibi hallerin müsebbibi olur. Bazen de kadere, Allah’ın iradesine teslimiyet şeklinde insanın ruhuna yansır.

İzzetbegoviç (2011, s. 360), “Tabiatın determinizmi, insanın ise kaderi vardır. Teslimiyet insanın kaderinin hikâyesidir, eğer ta dibine kadar inilirse her kader trajik ve dramatiktir. Kadere teslimiyet, kaçınılmaz olan büyük insanî ıstıraba dokunaklı bir cevaptır. O, hayatı olduğu gibi idrak etmek ve her şeye sabır ve tahammül etmeğe bilinçli bir şekilde karar vermek demektir. İslam kanunlarına, emir ve yasaklarına, beden ve ruhtan talep ettiği gayrete göre değil; varoluşun getirebileceği her şeye tahammül etmeye, rızaya, yani tek kelimeyle Allah’a teslimiyetin hakikatine göre adlandırılmıştır. Teslimiyet, hayatın çözülemezlik ve manasızlığından insanî ve vakarlı tek çıkış yoludur; isyansız, yeissiz, nihilizmsiz, intiharsız tek çare... Teslimiyet, hayatın kaçınılmaz olarak getirdiği sıkıntılarda alelade bir insanın kendini kahraman gibi hissetmesi veya vazifesini yapmış ve kaderine razı olmuş bir şehidin zihniyetidir. Ey Teslimiyet, senin adın İslam’dır” der. Ona göre kaderin kabulü, İslam’ın en büyük ve en son çağrısıdır.

Buraya kadar anlatılanlardan görüleceği üzere teslimiyet ve tevekkül arasında diyalektik bir ilişki vardır. İnanan insanın zihin çerçevesi bu diyalektik ilişkinin kaçınılmazlığı ile bazen sarsılabilir. Zira birey her hareketinden önce bütün sonuçları tahmin etmeye çalışsa, diğer bir deyişle önce kesin sonuçları, sonra olası sonuçları, sonra raslantısal sonuçları, daha sonra da hayalî sonuçları düşünmeye kalksa kımıldayamaz hale gelir, tek bir adım dahi atamaz. Zira o, hem yeri geldiğinde hayata aktif olarak katılmak zorundadır hem de mukadderatın getirdiklerini gönül rızasıyla karşılamak ve kabul etmek durumundadır.

İslamî kültürde bireyin teslimiyet halinde olması, Allah’ın mutlak hâkim ve evrenin her alanında kontrol sahibi olduğuna dair iman etmesi ve farkındalığı demektir. Böylesi bir zihinsel çerçeve, işlerini Allah’a havale eden ve Allah’ın inananlara yardım edeceğini kabul eden insanlarda kaygı ve anksiyeteyi azaltır, iyileştirir (Amer & Jalal, 2015, s. 14). Buna bağlı olarak Kur’an’da: “Kararını verdiğin zaman da artık Allah’a

dayanıp güven. Şüphe yok ki Allah Teâlâ tevekkül edenleri sever” (Al-i İmran/3, 159) buyrulur. Böylelikle mü'minlerin, onlara sıkıntı veren talihsizliklerden ziyade Allah'ın rahmetine odaklandıklarını ve bunun onlarda bir şükür duygusu yarattığını söylemek mümkündür. Ancak modern çağda günümüz insanı aşırı bireyleşme ve bireyselleşmenin etkisiyle kendine ziyadesiyle güvenmekte, sebepler ve sonuçlarıyla herşeyi kontrol edebileceğini düşünmekte ve davranmaktadır. Bir açıdan güçlü insan modelini yansıtan ve takdire layık addedilen bu tutum bir başka açıdan olumsuz sonuçlar doğurmaktadır. Örneğin birey bu durumun psikolojik bedelini oldukça ağır ödeme durumuyla karşı karşıya gelebilir. Bu bedel Ayten ve Düzgüner'in de (2017, s. 163) bahsettiği gibi ruh sağlığının bozulmasıdır. Zira sonuçları kontrol etme çabası, insana üstesinden gelemeyeceği bir kaygı yükler. Anlaşılan o ki günümüzün bireyselleşen insanı yaşadıklarını kabullenememek, sabırda zorlanmak ve tevekkül edememek gibi bir sorunla mustarıptır. Bu da kaygı ve endişeyi çoğaltırken mücadele gücünü ve hayata tutunma arzunu azaltıcı olabilir.

2.8.1.3. İslam Kaynaklarında Sabır Olgusu

2.8.1.3.1. Kur'an'ın Tahammül Öğretisi

Kuran-ı Kerim'in temel hedefi Allah'ın hoşnut olacağı bir hayat yaşayarak insanın dünya ve ahiret hayatında huzur ve mutluluğu yakalamasıdır. Kuran'ın tüm söylem ve atıfları bireyin Allah'a teslimiyet ve kulluk temelinde iman ve güzel ahlak sahibi olması, dolayısıyla dünyada salaha, ahirette felaha kavuşması gerektiğiyle ilgilidir (Öztürk, 2011, s. 12).

Allah merkezli (teosentrik) bir dil dizgesine sahip olan Kur'an, şehadet ve gayb âlemlerinde olup biten her şeyin arka planında Allah'ın mevcut olduğunu söyler. Aynı zamanda Kur'an bireyin hem zihin hem duygu dünyasına hitap eden bir dil ve üsluba sahiptir. Dolayısıyla bireyin aşkın boyutu ya da sonsuzluk alanını kavraması mümkün olmayacağı için, söz konusu alanın ona bileceği benzetmeler ve örneklemeler yapılarak anlatılması zorunluluğu doğar. Nitekim Kur'an gayb kategorisinde yer alan gerçekleri, bireyin algı alanına giren nesnelerle somutlaştırmak suretiyle anlatmaya çalışır. Ayrıca Kur'an'ın evrensel olması, farklı okuyuculara farklı şeyler sağlar. Kur'an okumak, bir ayetin batınını bireyin kendi hayatına uygulanabilir bir şekilde daima zahire dönüştürme, onun üzerine bir 'rahmet' sahibi olması anlamına gelir (Almond, 2016, s. 108).

Kur'an'da bireye, başına arzu etmediği bir hal geldiğinde iradesini, o hadisenin tahribatının yapacağı ruh çöküntüsünü önleme istikametinde kullanması, paniğe kapılmayıp metanet göstermesi salık verilir. Ayrıca bireyden, başına gelenleri sabırla göğüslemek için iradesini güçlü tutması, başına gelen istenmedik durumun menfi akıntısına kendisini kaptırmaması istenir ve bunun da imanının tabii bir gereği olduğu sık sık vurgulanır (Öner, 1989, s. 58).

Kuran, tarihin belli bir döneminde vuku bulmuş olaylardan söz ederken ya işlenen konuyu örneklendirir, ya da bireye içinde bulunduğu durumun geçmiş zamandaki benzerlerini hatırlatarak onu teselli eder. Bireyi teselli etmek veya sabra teşvik bazen: “(Ey Peygamber!) Geçmişteki azim, kararlılık sahibi ve dirençli peygamberler gibi sen de sabret” şeklindeki emirlerle, bazen de Hz. Yakub’un: “Bana düşen, (vaveylasız, isyansız olarak) güzelce sabretmektir” mealindeki dramatik ifadeyle evlat acısına dayanmasına yönelik göndermelerle, bazen de: “Rabbinin hükmü mucibince sabret; balıkla yoldaş olan Yunus gibi davranma” gibi ifadelerle çok daha açık şekilde belirtilir. Bu hususlardaki mesajlar da daha çok kıssalar yoluyla iletilir (Öztürk, 2013, s. 38; 2016, s. 279-280). Sabır olgusunun Kur'an'da bu şekilde ele alınması insanın soyut zihinsel ve kuramsal mefhumlardan ziyade belli bir yaşanmışlık tecrübesine dair olaylar ve anekdotlardan daha çok etkilenmesiyle yakından ilişkilidir. Çünkü birey, bu tür olaylar ile kendi hayat tecrübesi arasında benzerlikler kurarak kendi durumunu gözden geçirir (Öztürk, 2016, s. 377).

Kuran'da sabra teşvik ve moral destek amacıyla gerek geçmiş peygamberlerin gerekse sıradan insanların yaşadığı hallerden çokça örnekler verilir. Bu peygamberlerden birisi Hz. Yusuf'tur. Kendisinden ve kardeşleri arasında yaşanan hadiseler Hz. Peygamber'in kureyşli müşrik akrabalarıyla yaşadığı mücadele çerçevesinde değerlendirilir. Dolayısıyla birey Yusuf kıssasından sabır, samimi niyet ve gayretin muvaffakiyet ve muzafferiyet gibi hayırlı sonuçlara, buna mukabil haset ve insanlara zarar verme çabasının hayal kırıklığı, mağlubiyet ve yıkıma müncer olacağı gibi ibret dersleri çıkarır. Ayrıca birey, hayatın tek düze bir şekilde devam etmediği, Allah'tan hiçbir zaman ümit kesilmemesi gerektiği bilincine ulaşır (Atalay, 2012; Öztürk, 2013, s. 41; 2016, s. 226).

Sabra teşvik amaçlı bir diğer olay, *zebih* adıyla bilinen İbrahim kıssasıdır. Burada Tanrı, İbrahim'den imanını sınamak üzere ahlaki olmayan bir şey yapmasını, yani gözü gibi koruması gereken oğlunu kurban etmesini ister. O da bu isteği yerine getirmekten çekinmez. Kierkegaard'a (2013) göre iman ve tam teslimiyet temelinde

Tanrı'ya tutkuyla bağlanmak, İbrahim gibi imanın şovalyesi olmak demektir. Bireyin iman ve teslimiyetinin nasıl olması gerektiği ile ilgili kriter için en marjinal örnek olduğu düşüncesiyle bu durumu Kierkegaard (2013), bireyin sınırsız teslimiyet ve sadakat duygusuyla hareket ederek Tanrıya kulluğunu zorunlu bir görevmiş gibi algılamasından ziyade ahlaki ödev eşiğini aşarak yerine getirebileceğini iddia eder.

Sabra teşvik ve moral destek amacı taşıyan bir diğer kıssa, Bilge Kul ve Musa kıssasıdır. Klasik dönemlerde *el-ferec ba'de's-şidde* (zorluk ve sıkıntıdan sonra rahatlık ve ferahlık) ismiyle anılan literatüre de konu olan bu kıssa, özelde Hz. Peygambere, genelde müminlere olup bitenler karşısında fevri ve aceleci olmamaları, bilakis sabırlı ve teennili davranmaları gerektiği mesajını verir (Öztürk, 2016, s. 287-288).

Bilge kişi (kul) - Musa kıssasında, nesneler dünyasındaki gerçeklerin salt akıl ve duyularla algılanandan ibaret olmadığı, beşeri bilginin dış dünyada olup bitenlerin sadece bir boyutunu kavramaya kifayet ettiği, hakikatlerin ancak mutlak gayba muttali olan Allah tarafından bilinebileceği gibi çok önemli hususlara işaret edilmektedir (Öztürk, 2013, s. 216-217). İslam inancına göre Allah gerek Hz. İbrahim'in zebih kıssasında gerekse Hz. Musa'nın Bilge kişi ile yolculuğunu anlatan kıssada, bireye ihtimaller dünyası olarak adlandırılabilen bu yaşam serüveninde karşılaşılabileceği durumlar/olaylar sonunda nasıl bir tavır alması/sergilemesi gerektiği ile ilgili bir bakış açısı sunar. Bu bakış açısı ise, başka bir deyimle veya benzetmeyle, insanoğlunun hayatta karşılaşılabileceği zorluklar için en yüksek çıtayı temsil eder. Kişinin zorluklar karşısında sabretmesi aslında yaşadığı acılarla güçlenerek olgunlaşması, neticede insanlaşması ve kemale ermesi demektir (Atalay, 2012).

Kur'an'da dikkat çeken başka önemli bir özellik kıssalardaki karakterlerin, hadiselerin, duygu ve düşüncelerin birey için evrensellik arz etmesidir. Kıssalarda geçen kahramanların şahıslarında, her devirde yaşayan insanlar için geçerli olan bir insan modelini ve bu modelin her dönemde aynı olan evrensel duygu ve düşüncelerini, eğilim ve isteklerini, korku ve çekincelerini görmek mümkündür (Kutup, 1996; Şengül, 1994). Dolayısıyla Kur'an kıssalarını dikkatli bir gözle okuyan birey, kıssalarda kendisinden bir şeyler bulur. Anlatılan olaylar, yaşanan duygular, gerilimler ve sergilenen tutumlara baktığında, aslında bunların benzerlerinin gerek kendi hayatında gerekse çevresindeki insanların hayatlarında yaşandığına tanıklık eder. Böylece kendisi ya da çevresindeki insanların hayatından örnekler okumuş olur.

Kur'an'daki kıssaları *el-ferec ba'de's-şidde* (zorluklardan sonra kolaylık) kültüründeki ibretlik hikayelere benzetmek ve psikoterapide sıkça kullanılan

bibliyoterapi yöntemiyle özdeşleştirmek mümkündür. Birey için terapötik sonuçlara ulaşmak amacıyla bir rehber eşliğinde kitapların kullanılması olarak ifade edilen bibliyoterapi içgörü kazanma, derinde olan duyguları ve düşünceleri yüzeye çıkarma, doğrulama ve netleştirmede faydalanılan bir yöntem olarak psikolojik destek amaçlı kullanılır. Kitaplardaki hikâyelerin imge zenginliği, bireyin bu imgelerle daha kolay özdeşleşmesine yardımcı olur. Bireyin hikâye ile bağlantı kurarak çatışmaları hakkında konuşabilmesini kolaylaştırır. Bilinçli bir şekilde kullanılan hikâyeler⁴⁵ bireyin depresyona girmemesine veya yas sürecini kolaylıkla atlatabilmesine destek sağlar. Bireye engellenme ve çatışma hallerini fark ettiren hikayelerin alternatif çözümler içerdiğini de söylemek durumundayız. Hikâyeler bireye görüş değişikliği kazandırabildiği gibi bildik durumları yeni bir açıdan görmesi için ona imkân sağlar (Atalay, 2011; Çelimli & Güldal, 2016, s. 116-117).

Kur'an'daki kıssalar zorlanan birey için manevi danışmanlık sürecinde araç olarak kullanılabilir. İnsan bir sıkıntı ve bela ile karşılaştığında veya başka birinin de böyle bir tecrübe yaşadığına şahit olduğunda bu durum kalbindeki sıkıntıyı hafifletir. Bunun içindir ki “Musibet yaygın hale geldiğinde etkisi hafifler”, yani “acılar paylaşıldıkça azalır” denir. Danışmaya ihtiyacı olan birey, kıssaların içeriği ile kendi ruh hali arasında bağlantı kurup sorunlarına çözüm bulur. Böylelikle yalnız olmadığı ve herkesin bir şekilde sıkıntıyla karşılaşabileceği gerçeğini daha kolay kabullenir.

Kur'an'da yaşanan her güçlükle beraber bir kolaylığın da olduğu belirtilir (İnşirah/94, 5). Bunun da insanlara sabır, iyimserlik, metanet ve umut gibi erdemleri aşıladığı ve bu yolla insanlardaki anlam ve amaç duygusunu perçinlediği söylenir. Nitekim özellikle olumlu dinî inançlara ve Tanrı algısına sahip, Tanrı ile yakın bir bağlantısı olduğunu belirten kişilerin psikolojik dayanıklılığın önemli bileşenlerinden olan psikolojik yeterlilik ve uyum düzeylerinin ve ayrıca yaşamın zorlukları ile başa

⁴⁵ Hikaye anlatıcılığının terapi ve her türlü manevi yönlendirme için en muhteşem alet ve kaynak olduğunu iddia eden O'laire, insan evriminin Hikaye Öncesi, Hikaye Zamanı ve Hikaye Sonrası olmak üzere üç safhasının olduğunu iddia eder. Hikaye öncesi dönem; hayatın tamamen kontrol dışında, tahmin edilemez ve izlerin tanınmaz olduğu bir platformdur. Bu safhada hikayeler, takip edilecek emsaller, rehberler, tanınabilecek ritimler yoktur. Muhtelif durumlara anı kurtarma amaçlı olarak içgüdüsel tepkiler verilir ve bilimin, açıklamaların, kozmolojilerin, mitolojilerin, Tanrı'ya ihtiyacın olmadığı bu safhada yine muhtelif durumları derse dönüştürme yolu da yoktur. Hikaye zamanında birey dinlemeye ve kendisi hikaye üretmeye başlar. Manevi rehberler ve klinik psikologların amacı, bir hikayesi olmayan insanları “hikaye zamanı”na getirmek, halihazırda bir hikayesi olanların daha iyi hikayeler anlatmalarını sağlamak; dolayısıyla da insanı çarmıha geren olay hikayelerini, karakteri temsil etmeyen şahsi kimlikleri ve diğer ulusları çarmıha germeye sebebiyet veren kültürel hikayelerden insanı kurtarmaktır. Hikaye Sonrası safhada hikayelerin fonksiyonu, maneviyata doğmakta olan insanlara, bebeklere denge tekerliği yapmak gibidir. Sıfır hikayeden kötü hikayelere, oradan iyi hikayelere ve tekrar hikayesiz ortama geline ve en büyük hikayenin bile terkedildiği an'ı yakalamaktır (O'laire, 2009).

çıkabilme becerilerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Hill & Pargament, 2003, s. 74).

Kur'an'da geçen dualarda ahiret hayatı için güzel temennilerde bulunma, günahlardan arınma, ahiret hayatı için selamet dileme gibi konular yer alır. Kur'an bu dualarla insana yol gösterir. Ayrıca ahiret hayatının varlığına delil olarak sunulan bu dualar bireyin ölüm ve sonrası için kaygılarına adeta merhem olur. İnanan birey ölümün mutlak bir son olmadığını, ruhun ölümsüzlüğünü, ahirette Allah'a ve sevdiklerine kavuşacağını bilinci içindedir. Bu bilinç hayatın zorluklarının getireceği kaygılar açısından, bilhassa da ölüm kaygısı için bireye güçlü bir terapötik iyileşme sağlayabilir (Kayıklık, 2001, s. 149).

Dua eden birey dünyalık meşgalelerden uzaklaşarak yüzünü Yaratıcı'ya çevirmiş, kendi üzerinde derinlemesine düşünme fırsatı bulmuş ve acziyetini kabullenmiş demektir. Dolayısıyla sınırlı gücünü kabullenen birey, yapıp etmelerinde Allah'tan yardım istemekte, güç yetiremediği vakit yine Allah'a sığınmış olmaktadır (Yapıcı, 2005, s. 60; Alş & Aboul-Fotouh, 2015, s. 37-38). Müslümanlar duygudurum zorluklarını yönetmeye yardımcı olması açısından dua etmeye güvenirler ve hatta çoğu kişi bunu tıbbi tedaviden daha yararlı görür. Kayıp ve yasla başa çıkmaya çalışan Müslümanlar açısından Kur'an'ın öğütlediği şekliyle dua etmek veya dua halinde yaşamak onlarda pozitif etkiler yaratır.

2.8.1.3.2. Nebevi Örneklik ve Öğretide Sabır

Dinî inanç sistemlerinin bütünü incelendiğinde, insanlık tarihi boyunca gelmiş geçmiş en sabırlı insanların peygamberler olduğu görülecektir. Dolayısıyla peygamberlerin müptela oldukları bela ve musibetler de sıradan bir insanın karşılaştığından çok daha şiddetli ve travmatik olmuştur. Hayatın acı verici taraflarıyla daha çok karşılaşan peygamberlerin dert ve çileyi kendilerine ayırmalarına İslamî kültürde “ısar ahlakı” denir. Peygamberlerin başka bir niteliği de evvah⁴⁶ olmalarıdır. Böylelikle inanan birey, peygamberlerin şahsında kendisi için feda olan bir ruh; bütün nimetleri başkasına, bütün ıstırapları kendine ayıran bir gönül bulur (Öztürk, 1990, s. 42).

⁴⁶ *İsar*, kendi ihtiyâcına rağmen sâhip olunan nîmetlerden vazgeçerek onları dahî infâk edebilme erdemine ulaşmaktır. *Evvah* ise bazen kendi yaşadıklarından bazen de başkalarının dertleri yüzünden hep kederli ve bağıryanık olan kişi demektir.

İslamiyette pozitif davranışı model olarak gösteren otorite figürlerin önemi sıkça vurgulanır ve Müslümanlara model almaları için Hz. Peygamber önerilir. Hz. Peygamber de kendi örnekliği üzerinden ‘*model alma (sosyal öğrenme)*’, ‘*akıl yürütme*’, ‘*mantıksal tartışma*’, ‘*eğitim*’ ve ‘*konsültasyon (istişare)*’ yöntemleriyle Müslümanlara rehberlik ve refiklik eder (Amer & Jalal, 2015, s. 97). Burada Hz. Muhammed’in kendi hayat hikayesini ve hayatın zorlukları karşısındaki tavır alışlarını dikkate aldığımızda bu yöntemlerle ilgili ilk örneği yine kendisinin oluşturduğunu söyleyebiliriz⁴⁷.

İslam peygamberi Hz. Muhammed her şeyden önce bireyin hayatını sürdürürken beden, ruhen ve ahlaken sağlıklı olmasını esas alır. Bunu yaparken Kur’an’ın insanları tedavide kullandığı iyileştirme ölçülerini kullanır. Bunlar ‘*mağfiret*’, ‘*tövbe*’, ‘*tevekkül*’, ‘*rıza*’ ve ‘*kıstas*’tır. *Mağfiret ölçüsü*, ruhsal rahatsızlık içindeki bireye karamsarlıktan kurtulması için yalnızca Allah’ın merhametine sığınabileceği, kendisini yalnızca O’nun bağışlayabileceği inancını telkin eder. Böylece bireyin bağışlanma ve korunma ümidini taze tutması, rahatlaması ve huzurlu olması için ona psikolojik destek sağlar. *Tövbe ölçüsü*, yaşamın akışı sırasında dinî çizgisini bozup çeşitli günahlarla inancını ve vicdanını yaralayan bireyin yaptıklarından pişmanlık duyup bir daha yapmamak üzere yeniden Allah’a dönmesinin yolunu açar. Hz. Peygamber de bireyin her an tövbeyi canlı tutmasını öğütler. *Tevekkül ölçüsü* bireyin aklını ve yeteneklerini kullanarak her türlü tedbiri alması ve işin sonucunu Allah’a bırakmasıdır. Burada bireyin kendisini ve olayların sonucunu ilahi kudretin takdirine bırakması ön plana çıkar. *Rıza ölçüsü*, bireyin ruhsal dengesini bozmadan hayatını sürdürmesi için gerilimlere kapılmaması, Allah’ın verdikleriyle yetinip hayatını sakin ve huzurlu bir şekilde sürdürmesi öğütlenir. Bu ölçüyü bozan bireye yaşamında böyle bir ölçüyü yeniden prensip edinmesi, böylelikle pek çok sıkıntılı durumdan kendisini koruyabileceği telkin edilir. *Kıstas (itidal) ölçüsü*, bireysel ve toplumsal hayatın her

⁴⁷ İslamî kültürde hüznün yılı olarak adlandırılan tarihte o, kısa arayla hem eşini hem de amcasını kaybetmiştir. Hz. Muhammed için karısı ve amcasının ölümü öylesine şiddetli bir darbedir ki, aşkla sevdiği eşi ve en güvendiği hamisinin ölümü herkes için mahvedicidir fakat babası o doğmadan önce ölmüş ve annesini de ölmeden yalnızca bir sene önce tanıyabilmiş bir insan için bu fazlasıyla ağır olmuştur. Özellikle de bu andan itibaren, artık çok daha incinebilir bir durumda kalmıştır. Bu sebeple Hazleton (2017, s. 184), Hz. Muhammed’in “gece yolculuğunu” kendisi için geleceğin teminatı olarak nitelendirir. Bunu, kendisini kabile ve kavim bağlarından koparması için gerekli olan kararlılığı verip çağrısının köklü sonuçlarına kendini adanması için yeni bir kararlılık ve eylem seviyesinde ileri doğru atılımı simgelediğini düşünür. En yakın bağları ölüm nedeniyle geri döndürülemez şekilde kopmuş ama aynı nedenden ötürü de artık kendisine biçilen role tamamen bürünmek ve şahadet tasavvurunu üstlenmek için serbest kalmıştır. Bu her ne kadar kulağa taş kalpli bir fikir gibi gelse de, belki de en sevdiği kadın ile en güvendiği erkeğin, onu yuvasının bağlarından azletmek için ölmeleri gerekiyordu ve böylece onu daha geniş bir coğrafyadaki yolculuğuna uğurluyorlardı.

alanında geçerli olan, adalet esasına dayanan bir ölçüdür. Hz. Muhammed, adaletin hayatın her alanında uygulanmasıyla bireyin pek çok rahatsızlıktan kurtulabileceğini sık sık vurgular (Yavuz, 2013, s. 366-367).

Bütün inanç sistemleri mensuplarından bazı değerler üzerinde titizlikle durmalarını veya bazı davranışları içtenlikle sergilemelerini ister. İslamî kültürde de Hz. Peygamberin şahsında ve davranışlarında vücut bulan ve örnek alınması istenilen davranış biçimi “terbiye/edep/haya” sahibi olmaktır. İslam peygamberi Hz. Muhammed, “İnsanların peygamberlik müessesesinden ilk anlayabildikleri bir söz de şudur, ‘Utanmıyorsan her şeyi yapabilirsin’ (Buhari, Enbiya, 54/Edeb, 78) der.

Psikososyal bir varlık şeklinde tanımlanan insanın hayatını diğeriyle/diğerleriyle birlikte sürdürme zorunluluğu vardır. İslam peygamberi Hz. Muhammed, insanların içine karışıp onların eziyetlerine sabreden müminin mükâfatının insanların içine karışmayan ve onların eziyetlerine sabretmeyen müminin ecrinden daha büyük olduğunu bildirir (Tirmizi, Kıyamet, 55, IV, 663; İbn Mace, Fiten, 23, II, 1339). Bu da ayrıca, insanların eza ve cefalarına katlanmanın faziletini ortaya koymaktadır. İslamî kültürde buna, “emri bil maruf ve nehyi anil münker” denir ki “iyiliği emretmek ve kötülüğü nehyetmek” manasındadır⁴⁸.

İslamî kültürde insanların peygamberlik müessesesinden aldıkları mesajlardan biri teferruata dalmama ve ayrıntıya takılmama tavsiyesidir. Dinî meselelerde lüzumsuz soru sormama hususunda Hz. Peygamber de ciddi bir hassasiyet gösterir. İnsanların peygamberlik müessesesinden aldıkları mesajlardan bir diğeri merhametli olmaktır. Merhametin zıddı olarak tanımlanabilecek insanî hal veya duygudurum “öfke” halidir. Öfke, bizi faaliyete sürükleyen ruhî amillerden (psikolojik motiflerden) biridir. Psikolojide, “temayüllerimizi giderirken bize engel olmak isteyen kimse, nesne veya ortama reaksiyon gösterme” diye tarif edilen öfke beşerî bir duygudur. Bununla birlikte o tıkanma, ketlenme ve daralma durumlarında değişimin habercisi olarak devreye girebilir. Asıl sorun öfkelenmemek değil, öfkeyi kontrol edebilmektir. İslam peygamberi bir hadisinde “Asıl yiğit, güçte rakibini yenen değil, öfkelenmediği zaman kendine hâkim olabilendir” der (Müslim, 2609). Öfke halindeki insan, şiddetli kasırgalar altında büyük fırtınalara tutulan bir gemiye benzetilir. Öfke halindeki insanda bilişsel (korteks) ve duygusal (orta beyin) yapı devre dışı kalmakta, kişi sadece beyin

⁴⁸ Hz. Muhammed, “Ey müminler, sizden kim bir münkeri (İslam’ın hoş görmediği söz, fiil ve davranışları, bir haramın işlenişini) görürse, onu eliyle değiştirsin. Buna gücü yetmezse diliyle değiştirsin. Buna da gücü yetmezse kalbi ile (kötülüğü tasvip etmesin). Bu son durum, imanının (gerektirdiği amellerin) en zayıf olanıdır” (Müslim, İman, 69) der.

sapı ya da alt beynin komutlarıyla hareket etmektedir. Bu ise insanın aklını ve kalbini kullanamaması anlamına gelmektedir. Geleneksel İslamî literatür içinde öfkenin aynı zamanda kişinin kendisini, ailesini ve ülkesini korumaya destek sağlayacağı ifade edilmektedir. Bununla birlikte hem yeme, içme ve cinsellik gibi şehvi arzular, hem de öfke ve saldırganlık gibi yıkıcı duygular itidal içinde yani adaletli bir şekilde yaşanırsa insanın ve toplumun gelişmesine destek sağlayıcıdır (Çağrı, 1996, s. 436-437). Kur'an-ı Kerim'de ve hadislerde müminlere ifrat ve tefritten uzak ölçülü yani dengeli bir hayat yaşamaları tavsiye edilmektedir. Bu anlamda vasat bir ümmet içinde mutedil ve huzurlu bireylerin yetişmesi hedeflenmektedir. Öfke kontrolünün merkezi önemi haiz olduğu bu vasatta kendisinden öğüt isteyen sahabeye Hz. Muhammed "Öfkelenme!" der. Aynı şahıs başka öğüt isteyince bu sefer de aynı cevabı verir: "Öfkelenmeyeceksin!" (Buhari, Edep, 76).

Öfke, sabır ve şükür başta olmak üzere pek çok erdemin kazanılmasında ve insanın ruhsal gelişiminde Hz. Peygamber'in "biçimlendirme", "eşik" (alıştırma) ve "sistemik duyarsızlaştırma" adı verilen davranışçı teknikler kullanarak müminlerin söz ve eylemlerini şekillendirmeye çalıştığını söylemek mümkündür. Bahsedilen hadisler bu bağlamda değerlendirilebilir. Ayrıca Hz. Peygamber'in müminler için adeta terapi işlevi gören bu süreçte öncelikle duygusal ve davranışsal sorunları tespit ettiğini, daha sonra da çeşitli çözüm önerileri sunduğunu görmekteyiz. Örneğin Hz. Peygamber, "İçinizden biri ayakta iken öfkelenirse oturmalıdır. Öfke onu terk ettiğinde bu iyidir aksi taktirde uzanmalıdır." (Sünen, Ebu Davud, 4764) der. Bu, öfkeli bir insanın sonunda pişman olacağı davranışları sergileme riskini azaltan, öfke yönetimine yönelik basit ama etkili bir stratejidir. Hz. Peygamber'in söylemlerinde bulunan ve öfkeyi azaltmaya yönelik diğer davranışsal örnekler abdest alma, birkaç yudum su içme ve mekân değiştirmedir (Amer & Jalal, 2015, s. 99).

Hz. Peygamber bir hadisinde musibete karşı dua etmenin önemine dikkat çekerek şöyle söyler: "Kim başına gelen musibete Allah'ın buyurduğu gibi "İnnâ lillâhi ve `innâ ileyhi râci`un (Biz Allah'ın kullarıyız ve O'na döneceğiz)" (2/Bakara, 156) dedikten sonra; "Allah'ım, karşılaştığım bu musibet nedeniyle bana sevap ver, bunun ardından bana hayır ver" diye dua ederse Allah da öyle yapar." (Müslim, Cenaiz, 42). Bununla ilgili bir diğer İslamî kavram da daha az talihli olanlarla kıyaslama yapmaktır. Hz. Peygamber, "Sizden daha çok talihli olanlara değil, daha az talihli olanlara bakın ki Allah'ın size gönderdiği nimetleri küçümsemeyesiniz" (bk. Müslim, Zühd, 9; Buhari, Rikak, 30; Tirmizi, Kıyamet, 58, Libas, 38; İbn Mace, Zühd, 9) der.

Hadislerde başın bedene nisbetle öneminden hareket edilerek açıklanmaya çalışılan, yerine göre amellerin en üstünü sayılan sabır, ilk anlam olarak daha çok musibet anında gösterilmesi istenilen bir tavır olarak anlatılmıştır⁴⁹. Bununla birlikte sabır davranışının, Allah'ın kaderinin kaza olarak tecelli ettiği sırada ve ilk sadmede gösterilmesi gerektiği vurgulanır. Her iyilik ve musibetin de bir sebebi olduğu belirtilmektedir. Buna göre bela ve musibetlerin ya kulu olgunlaştırmak ya da günahlarından temizlemek için olduğu düşünüldüğünde, Hz. Peygamber'in "Bir mümin bu dünyada hastalık ve tasa gibi musibetlere maruz kalırsa, bu yaşadığı olumsuz haller onun günahlarından arınmasına vesile olur" (Buharî, Merda, 1 (VII, 2); Müslim, Birr, 52 (VIII, 24); Tirmizî, Cenaiz, 1 (III, 298) ve "Allah bir kulunun iyiliğini dilerse, onu dünyada imtihan eder" (Tirmizî, Zühd, 56 (IV, 601); Ahmed b. Hanbel, IV, 87) şeklinde ifade edebileceğimiz hadisler daha iyi anlaşılır.

Sabrın nur olduğunu bildiren Hz. Peygamber, inanan bir kimsenin durumunun olumlu ya da olumsuz haller karşısında her zaman iyilik üzere olduğunu vurgulamış; "Müminin işi tuhaftır, her işi hayırdır. Bu, yalnız mümine verilmiştir. Sevindirici bir işle karşılaşır şükreder, o iş kendisi hakkında hayırlı olur. Üzücü bir işle karşılaşır sabreder, kendisi için hayırlı olur" (Müslim, Zühd, 64) demiştir. Ayrıca sabır, insanın kaderinin ortaya çıktığı kaza anına rızada da gerekli görülmüştür. Bir hadisinde Hz. Muhammed: "Kişiye verilen hayırlı şeylerin birisi de Allah Teala'nın kendisine taksim ettiği şeylere rıza göstermesidir" (Münzirî, 1986, s. 169) der.

Ahlaki bir erdemin davranışa dökülmesi istendiğinde öncelikle bunu tavsiye eden kişinin bu davranışları kendi örneğinde hayata geçirmesi gerekir. İslam peygamberi Hz. Muhammed gerek kendi yaşadığı travmatik ve acı verici hadiselerden edindiği tecrübelerle gerekse ilahi uyarı ve öğretilerle müslümanlara rehberlik etmektedir. Bu bağlamda onun özellikle sabır olgusunu da kendi örneği üzerinden müslümanlara öğretmeye gayret ettiğini söylemek mümkündür.

⁴⁹ "Allah Teâlâ şöyle buyuruyor: 'Mümin bir kulumun dünyada sevdiği dostunu aldığım zaman, o kimse sabrederse ve Allah'tan ecir beklerse onun karşılığı cennettir'. (B6424 Buhari, Rikak, 6)." "Allah Teâlâ şöyle buyurmuştur: 'Herhangi bir kulumu sevgili gözlerini kaybetmekle sınağımda, eğer sabrederse gözlerine karşılık onu cennete koyarım'. (B5653 Buhari, Merda, 7)". "Allah, müslümanın vücuduna batan bir dikene varıncaya kadar meşakkat, hastalık, endişe, keder, acı ve kaygı gibi musibetleri, onun günahlarına kefarete kılar. (B5641, B5642 Buhari, Merda, 1; M6566 Müslim, Birr, 50)". "Allah hayrını dilediği kimseye günahlarına kefarete olsun diye musibet verir. (B5645 Buhari, Merda, 1)." "Başına gelen bir musibetten dolayı hiç kimse ölümü istemesin. Mutlaka bir şey istemek durumunda ise 'Allah'ım, benim için yaşamak hayırlı ise beni yaşat, ölüm hayırlı ise canımı al' desin (B5671 Buhari, Merda, 19; M6814 Müslim, Zikir, 10)." "Mümin erkek ve kadının Allah'a günahsız olarak, tertemiz kavuşuncaya kadar, canında, çoluk çocuğunda ve malında sıkıntı eksik olmaz. (T2399 Tirmizi, Zühd, 56)."

2.8.1.3.3. Sufi Psikolojide Sabır

Dinin samimi ve derunî bir şekilde yaşanması olan tasavvuf bireyin ruhsal olgunlaşması, duygu, düşünce ve davranışlarında itidal ve kemali yakalayabilmesini hedefler. Tasavvufî literature bakılacak olursa orada varoluşun anlamı ile birlikte bireye iç ve dış dünyasında olan bitenleri anlamlandırma ve olaylara farklı bir perspektiften bakabilme hususunda rehberlik yapıldığını görmekteyiz. Bu durum tasavvuf ve psikolojinin iç içe girdiğinin göstergesidir. Yaşamın bir çile⁵⁰ olduğunu düşünen sufi psikoloji, bireyin dünya hayatında derin bir iç huzuru yakalamasını amaç edinir.

Sufi psikolojiye göre birey ya teosantrik (Allah merkezli) ya da egosantrik (ben-merkezli) özelliktedir. Egosantrik birey için herkes ve her şey sadece birer araçtır. Bu sebeple o herkesi ve her şeyi kendi bencil arzularına göre değerlendirir. Tasavvufta hedeflenen insan modeli teosantriktir. Teosantrik birey, hem diğer insanları hem de doğayı Allah'ın birer tecellisi ve ayeti olarak görür. Egosantrik insan modeline karşı teosantrik insan modelini öngören tasavvufta bireyin hem kendisiyle hem de çevresiyle olan savaşına son vermesi, mutlak yokluğun dehşetine karşı mutlak varlıkla birlikteliğin huzuruna ermesi amaçlanır (Bayzan, 2013, s. 245).

İnsan bilinci çevreden aldığı bilgi ve etkileri yorumlayıp uygularken ruhun yardımına ihtiyaç duyar. İnsanların büyük çoğunluğu zahirde duran gerçeği gözlem ve deneylerle anlamaya çalışırken, batında duran hakikati bazen gözden kaçırabilir. Tasavvufta akılla ve indirgeyici mantıkla hakikate ulaşamayacağı, bunun ancak bütünsel bir bakış açısı ve sezgiyle başarılacağı hatırlatılır. Dolayısıyla bireyin zihni karmaşadan kurtulması için düşünce sisteminde değişiklik yaparak mantığını “ya-veya” yaklaşımından koparıp “hem-hem” yaklaşımına bağlaması önerilir. Bireyin hayata veya olaylara ancak hem-hem mantığı ile yaklaştığında ve külli irade ile birlik içinde bulunmayı tercih ettiğinde hikmet sahibi olabileceği söylenir (Berkmen, 2016, s. 206-207).

Cloninger'e (2004) göre bu tercih akılla beslenen bir iman ve imanla beslenen bir akılla yapılabilir. O, modern psikolojinin de tavsiyesi olan bu öğretinin sufi psikolojiyle tamamen örtüştüğünü ve aradaki tek farkın bunların bilimin tam göbeğinden yani interdisipliner bir alandan söylenmesi olduğunu belirtir.

⁵⁰ Şekur'un (2013, s. 253) aktardığı üzere bedenimize ve kalbimize ilişen her kalp ağrısı ve ıstırap, bizi kulağımızdan çekerek bize vadettiği yere yani ölüme ve sonrasındaki dirilişe götürür. Rabbimiz bizi yönden ve taraftan münezzeh yere gerisin geri çekmek için her yönden dert yollar.

Dinî inanç sistemleri inananlardan ahlak felsefesi yapmak yerine, ahlaki düşünceleri eyleme dönüştürmesini ister. Buradan hareketle sufi psikolojide “tasavvuf kâl (söz) ilmi değil, hâl (eylem) ilmidir” denir. Bu söylem birey için ahlaki bir tavır, bir duruş örneği sunar ve zihnin izdüşümü olan eylemler daha farklı bir anlam kazanır. Bu bakış açısından hareketle sufi psikolojinin yoğunlaştığı konular arasında belki de en öncelikli olanı, bireyin ahlâkî ve manevî yönden gelişmesi, yetişmesi ve tekâmüle ulaşmasıdır. Sufi psikoloji bunu “*hatırlama (zikir)*”, “*başta çıkma (sabır)*” ve “*fark etme (şükür)*” esasına dayandırır (Hökelekli, 2012).

Gasson (1997, s. 19), sabrı bıçak-bileyi taşı metaforuyla anlatır ve birey için hayatın zorluklarını onu olgunlaştıran ya da onu daha sağlam daha işlevsel hale getiren “bileyi taşına” benzetir. Bireyin psikolojik sağlamlığını koruması için sufi psikolojide hikâyeler yoluyla daha derinlere inmesi ve algısal kapasitesini geliştirmesi amaçlanır. Birey bu sayede yaşamın ve olayların derinindeki anlamını kavrama kapasitesine ulaşır. Nitekim Parlak’ın (2016, s. 37) belirttiği üzere sufi psikolojide alışlagelmiş algılama ile yaşamın anlamına erişilemeyeceği, bunun bireyin içgörü geliştirmesiyle mümkün olabileceği inancı vardır.

Hayatın zorluklarıyla başetmeye çalışan bireye rehberlikten ziyade “refik” (yoldaş, arkadaş) olmak gerektiğini düşünen Frager (2014), manevi refikliğın, insanın değişebileceği ve olgunlaşabileceği üzerine kurulu olduğunu söyler ve bu değişimin⁵¹ tasavvuftaki makamlarla ilintili olduğunu belirtir. Ona göre manevî değişim, biyolojideki başkalaşma olayına benzer. Danışanların durumu tırtılın gelişim sürecine benzetilir yani insanlar hayatlarını değiştirmek isterler ve bunun için danışırlar. Manevi rehberliğin amacı hayatın zorluklarıyla karşılaşan insana yoldaşlık etmek ve ona kemale doğru bir dönüşüm haritası sunabilmektir. Hökelekli (2012, s. 180-189), danışan-rehber ilişkisinin (sufi psikolojide şeyh-mürıt ilişkisine benzetilebilir) psikolojik temellerini anlatırken insanları birbirine bağlayan kişilik özellikleri olarak ‘*bağlanma ve duygusal*

⁵¹ Zorluklarla mücadele esnasında bireyin halini bir odadan diğer odaya veya üst katlara geçmeye benzeten psikolog, “koridorda kalma” haline ruhun karanlık gecesi demektedir. Burada yaşanan hal depresyona benzetilse de bir anlamda bireyin eski benliğini üzerinden atması, arınması ve yeni benliğini kazanmasıdır. Her değişim muhakkak ki aynı yolda ilerlemez fakat bu süreç bütün insanlar için ortak bir süreçtir. Hazleton’a (2017, s. 116) göre “ruhun karanlık gecesi”, ilahi güçlerle birleşmeyi arzulayan sufilerin deneyimlediği ıstırap, yalnızlık ve şüphe gibi hisleri tarif etmek, özellikle de inanç için hayati önem taşıyan şüpheyi tanımlamak için kullanılır. Ona göre, şüphe olmazsa din, fanatikleşme sonucunda gayri insani bir hale dönüşür. Başka bir deyişle şüphe, inancın tavlandığı ateştir ve şüphe olmaksızın geriye yalnızca körlük ile hem düşünce hem de insanlıktan kör edici biçimde uzaklaşmış ürkütücü bir katıyet kalır. Şüphenin bulunmadığı yerde inanç da tartışmalı hale gelir. Haklı olduğunuzun katıyeti mutlak bir haklılığa ve dogmacılığa ve daha kötüsü her konuda haklı olduğunu sanan bir gurur meselesine dönüşür.

destek ihtiyacı ve *'varoluşsal gerilimler, yetersizlik ve günahkârlık duygularını'* ön plana çıkarır. Bu iletişim veya etkileşim sürecinde kurulan psikolojik mekanizmaları ise *'özdeşleşme ve taklit'*, *'itaat, uyma ve benimseme'*, *'psikanalize hazırlama'* ve *'telkine hazırlama ve isteklendirme'* şeklinde kategorize eder.

Sabır, nefis terbiyesinin en mühim merhalesi olarak gören İz'e (trz., s. 141) göre insanoglu her gün maddî ve manevî birçok elem, ızdırap, keder ve ruhî sıkıntıya maruz kalabilir. Bu hallerden kurtulmaya güç yetiremediği zaman feveran edip kendisine maddî ve manevî anlamda zarar vermesi ihtimal dahilindedir. Sabrın insanın yaratılışı gereği nefsin yönelme konusunda arzu duyduğu günahlara, edâsı nefsine ağır gelen taatlere ve Allah'ın kullarını sınamak için gönderdiği belalara karşı dik duruşu içeren bir davranış olduğu tekrar hatırlandığında sufi psikolojide sabırdan kastedilen, Allah'tan gelen şeyleri açıktaki ve gizliye güzellikle ve rıza ile karşılamaktır (Bursevî, 1997, s. 169). Nitekim Ebû'd-Derdâ, "İmanın en kemal noktası, ilahi hükme sabır ve kadere rıza göstermektir" (Mekkî, 2004, s. 243) der.

Tasavvufta huzura ermek, Allah ile bütünleşmeye ulaşmak için insanın yedi aşamadan geçmesi gerektiği ifade edilir ve her bir aşama nefsin mertebeleri ile ilişkilendirilir. Tövbe aşamasında nefsi emare, vera aşamasında nefsi levvame, zühd aşamasında nefsi mülhime, fakr aşamasında nefsi mutmaine, sabır aşamasında nefsi raziye, tevekkül aşamasında nefsi marziyye ve rıza aşamasında nefsi safiye eşlik eder. Sabrın değişik açılardan ele alınıp çeşitli alanlarda ayrı ayrı değerlendirildiğinde bunun birbirinden farklı gibi görülen fakat aslında bireyin kendi nefsinde gerçekleşen ahlakî bir vasıf olduğu görülecektir.

Tasavvufta bireyin nefsinin yok etmekten ziyade nefsinin kontrol edebilme, yönlendirebilme ve itidali yakalama becerisi kazanması esastır. İtidalin yok olmasına ve sonuçta bireyin ruhen ve bedenlen daha çok zarar görmesine sebep olan ruhsal rahatsızlıkların ilki olarak "öfke" gösterilir (Belhi, 2018, s. 160). Yunus Emre'nin, öfkenin olduğu yerde imandan bahsedilemeyeceğini iddia ederek öfke ile iman birbirini dışlar şekilde tasvir etmesi dikkat çekicidir. Bu ifade insanın bir şeylere öfkelenildiği anda hak ve hakikat duygusundan uzaklaşacağı anlamına gelmektedir. Nitekim tasavvufi literatürde öfkeli kişinin muhatabından, ortamdaki ve Hak'tan ayrıldığı vurgusu yapılmaktadır. Bir şeyi Hak'tan ayırıp beğenmemek ise orada açığa çıkan Allah'ın irade ve hikmetini görememe veya inkâr anlamına gelmektedir ki bu da tasavvufi anlamdaki iman ile tamamen karşıt bir anlam içermektedir. Dolayısıyla

bireyin zihni öfkeyi dindirmesi, kontrolü ele alması ve itidali sağlaması için sabrı çağırır ve birey hal ve davranışlarına sabır ile yön verir (Dinçer, 2016, s. 205-206).

Tasavvufî kültürde insanın kendi nefsiyle mücadelesini vurgulayan ve kutsal savaş olarak tarif edilen “cihat” kavramı önemli bir yer tutar. Kişinin bencilce istek ve arzularını yani heva ve hevesini kontrol edebilmesi şeklinde açıklanan cihatta (mücadele) asıl mücadele öncelikle Ben’e (self) karşı verilir. Nefsin (benlik) biliş, duyuş ve davranış üzerinde etkili olduğu dikkate alınacak olursa onun taleplerini kontrol edebilmek kolay değildir. Esasen kolay olmayan, hatta ziyadesiyle zor olan bu süreç cihat olarak değerlendirilmektedir. Kişinin aklına ve gönlüne gelen düşünce ve duygularla başa çıkabilmesi, hatta depresyon halindeyken olumsuz bilişlerini tartışarak değiştirmeye çalışması da cihat kapsamındadır (Haque & Kamil, 2015, s. 11). Hz. Muhammed’in müslümanlara en büyük cihadın aslında kişinin kendi nefesine, öfkesine, arzularına ve günah işlemeye karşı verdiği mücadele olduğunu söylemesi buna örnek gösterilebilir. Ayrıca öfke kontrolünde sıkıntı yaşayan insana itidalli olma çağrısında bulunan tasavvufî kültür bunu bir “kişisel cihat” olarak yorumlar ve bireye bu şekilde yardım eder.

Sufi psikolojide bireyin geçmişi ve geleceği bir anksiyete kaynağı değil nimet ve lütuf olarak görmesi tavsiye edilir. Böylelikle bireye “Acaba ben bugün ne iş yapacağım!” umdesiyle değil; “Acaba Yüce Yaratıcı ezeli ve ebedi mukadderatının hükmü ile bugün benimle ne iş görecektir, hangi güzelliğini bana faş edecek ve hangi cilveleriyle benimle meşket edecek” diye düşünmesi ve bu gönül uyanıklığı ile işine gücüne koyulması salık verilir. Bu hal için sufiler, “Derviş, ibnu’l vakittir” derler. Yani, “Hakk yolcusu, zamanın (anın) oğludur”. Bu nedenle bu söz, derin bir tasavvufi şerhe şayan bir söz olarak kabul edilir. Ayrıca sufi ıstılahta bu gönül uyanıklığına ‘salat-ı daim’ denir. Yani, daima namazdaymış gibi huzur-u ilahide durmak, Hakk ile aşketmek⁵², meşketmek, naz ve niyazda bulunmak gerektiği söylenir (Alşan, 2015, s. 177-179).

⁵² Yaratıcı ile aşketmenin bireye vereceği huzur ve lezzeti Muhyiddin Şekur şöyle dile getirir: “İnsanlar kâinatın tilsimini çözmek için, hazinelerin kilidini açacak anahtarı bulmak için, hiç kaygısız ve endişesiz bir hayatın tatlı sükûnetine dokunmak, onu tatmak, yaşamak ve tam anlamıyla tanımak için yüzyıllar boyunca arayıp durdular. Aslında insanların hasret dolu kalplerinin peşine düştüğü şey, her daim, her talibin matlubu olan şey olmuştur: Belirsizlik, umutsuzluk ya da ayrılık tehdidi olmadan yaşanan lezzet hali. Ne var ki insan çoğu kez kaybettiğini yanlış yerde aramış, aklının taşına dünyanın maddi şeylerinin o tilsimi çözeceği fikrini kazımıştır. Aslında Rabbine ait olan sıfatları ve isimleri o helak olucu şeylere vererek ta başında matlubuna erişme fırsatını kaçırmıştır” (Şekur, 2013, s. 326).

Bu konuyla ilgili Gündüz'ün verdiği yağmur metaforu dikkat çekicidir. Ona göre gökten gelen yağmur normalde her metrekaareye aynı miktarda düşer ancak dağların gururlu tepeleri ve kayaların kibirli zirveleri bu sağanaktan nasip alamazlar. Oraların payına düşen damlacıklar da süzülerek mütevazı ve çukur yerlerde birikir. Haliyle gür ormanlar ve bereket buralardan fişkirir. Bu örnekler bağlamında insanın naz ehli değil niyaz ehli⁵³ olmasını ve Hakk'ın huzurunda boynu bükük, gönlü kırık ve gözü yaşlı durmanın yoluna bakmasını tavsiye eder. Bu da yaşamın zorluklarına karşı sabredebilmekle mümkündür.



⁵³ Bazı mutasavvıflar arbede kelimesini, hayatın zorluklarıyla yüz yüze gelmiş bireyin Allah'a naz etmesi, O'nunla çekişmesi anlamında tasavvufi bir terim olarak kullanır. Arbede, acz içerisinde kıvranan insanın isyanı, çaresizlikten bunalan kimselerin mutlak kudret ve tek hikmet sahibi rablerine karşı sitem ve serzenişleridir. İnançsızlığın değil, tam tersine güçlü ve sarsılmaz imanının Allah'ı yanı başında hissettiren kurbiyetin eseridir. (Uludağ, 1991b, s. 347-348).

BÖLÜM III

BULGULARIN DİLİ VE YORUM

3.1. Dinî-Manevî Başa Çıkma Süreci

3.1.1. Katılımcıların Yaşadıkları Zorluklarla Baş Etme Stratejileri

Analiz edilen örnek olaylar göstermiştir ki katılımcılar ilk planda Allah’a inanma, güvenme, dünya hayatının geçiciliği, imtihan, kadere rıza ve teslimiyet nihayet tevekkül ederek sorunlarıyla başa çıkmaya çalışmaktadır. Burada bahsedilen hususlar doğrudan dinî motivasyon kapsamında değerlendirilebilir. Peygamberlerin hayatları başta olmak üzere Kurân-ı Kerim’de ve hadislerde bahsedilen örnek olaylar ve bunların inananlar üzerindeki etkisi katılımcıların yaşadıkları problemlerin üstesinden gelmelerinde işlevseldir. Burada dinî öğretiler ile söz konusu öğretilerin bireyin iç dünyasında harmanlanması söz konusudur. Bu nedenle katılımcıların dini başa çıkma stratejilerinin başında dinî metinlerden beslenen “teselli” anlayışının etkili olduğu söylenebilir.

Herşeyi imtihan duygu ve düşüncesiyle açıklamaya çalışan, Vaka II (Şizofren Genç) ve Vaka VI (Zihinsel Engelli Komşu)’de görüleceği üzere, engelli çocuklara sahip anne ve babaların: “Bizim imtihanımız da böyleymiş!” demeleri bu anlamda dikkat çekicidir. Onlara göre söz konusu imtihansa ve imtihanı yapan Allah’sa buna dayanmak gerekir. Kuşkusuz dayanmak kolay değildir. Özellikle Vaka VI (Zihinsel Engelli Komşu)’da babanın: “Yüzümdeki bu derin çizgiler boşuna oluşmadı!” ifadesi sabretmenin zorluğunu, yaşanan ıstırabın kendilerini sadece ruhsal açıdan değil bedensel bakımdan da etkilediğini ortaya koymaktadır. Söz konusu katılımcının söylemine daha yakından bakılacak olursa orada *imtihan* ve *zorluk* kavramlarının iç içe girdiğini görmekteyiz. Bu da yaşanan sorunun üstesinden gelmeye çalışırken ruhen ve bedenen yıpranmanın yaşandığını, ancak katılımcının “Her şey Allah’tandır ve her şey imtihandır” diyerek kendisini manen güçlendirmeye gayret ettiği şeklinde değerlendirilebilir. Bu noktada inanan insanın yaşadığı her türlü zorlanmaya karşı ebedî kurtuluş düşüncesiyle hareket ettiği söylenebilir. Nitekim Topçu (2015, s. 87) insan için ebedî kurtuluşun dünyevî zevk ve hazlarda olmadığını, zira bunların insanı ruhen körleştirdiğini, insanı huzura ve olgunluğa ulaştıran asıl faktörün ıstırap olduğunu belirtmektedir.

Vaka XV (Yalnız Kadın)'te tema daha farklıdır. Evinde sadece birkaç eşyası olan ve maddî anlamda kıtkanaat geçinen, üstelik evlat acısı çeken dul kadının “Azıcık aşım, ağrısız başım, şükürler olsun Allah’a!” demesi imtihan ile kanaat ve şükür arasında kurulan bağlantıya güzel bir örnek teşkil eder. Burada seçkinci tutumdan uzaklaşma olarak tanımlanabilecek bir durum söz konusudur. Zira seçkinci tutumda kişi kendisini ötekiyle kıyaslayarak “göreceli yoksunluk” yaşarken, *Yalnız Kadın* yaşadığı gerçek yoksulluk ve yoksunluğa inancıyla anlam yüklemektedir. Yeniden imtihan kavramına dönecek olursak bu vakada başa çıkmanın kişiyi ruhen olgunlaşmaya götürdüğü söylenebilir. Tolstoy’un (2011, s. 56) hayat yaşanarak öğrenilen bir serüvendir, tecrübelerimiz yaşadığımız hayatı sorgulamamıza neden olur. Mütevazî bir yaşamı tercih eden sade insanların hayat hakkındaki tutumu göstermektedir ki maddî anlamda az ile yetinenler (olma süreci) zengin ve şöhretli kişilere nispetle ruhen daha dingin olabilmektedir. Bu çalışmada sadece *Yalnız Kadın* vakasında değil diğer vakalarda da katılımcıların bir yandan Allah’ın verdiği şükrederek, diğer yandan mevcuda kanaat göstererek yaşam mücadelesine girdikleri görülmüştür. Anlaşılabileceği üzere onlar hem yoksulluklarına hem de yaşadıkları travmatik hadiselerle inançlarından aldıkları destekle bilişsel atıflar yaparak kendilerini rahatlatmaktadırlar.

Gözlemlenen olaylarda insanların hepsinin hayatın öngörülemez getirilerini, zorluklarını -zoraki de olsa- kabul ettikleri ve yeni yaşamlarına teslimiyetleri görülmüştür. Zira her bir vaka, bir diğerinden trajik addedilecek niteliktedir. Özellikle Vaka IV (Elektrik İşçisinin Ölümü)'te, “Başına gelmeyen hoşuna gelmezmiş. Ciğer acısının tarifi yok! Sabır sabır diyorsun ama bazen sabır taşın da yarıyor. Gidiyorum bağa bahçeye, kızıyorum, ağlıyorum, bağırıp çağırıyorum!” diyen acılı baba, bu teslimiyet sürecinin zorluğundan ve yaşadığı acıyı ancak bu acının aynısını yaşayanların anlayabileceğini söylemek istemektedir. Burada aslında ıstıraptan, acıdan veya hayatın zorluklarından şikâyetçi olduğumuzda aslında genelde bizi doğrudan etkileyen olaylardan şikâyetçi olduğumuz gerçeğiyle karşılaşırız. Nitekim Frager (2014, s. 119), “Sevdiğimiz biri vefat ettiğinde bu bir trajedidir fakat Afrika’da binlerce Âdem çocuğu açlıktan telef olduğunda birçok insan bunu bir trajedi seviyesinde hissetmez” der. İnsanın yaşadığı hüznün ve keder ona ruhundaki bambaşka zenginliklerle buluşma imkanını da verebilir. Burada Sayar’ın (2015, s. 86) ifadesi dikkat çekicidir. “İnsanın yaşantılarından öğreneceği çok şey vardır. Hüznün, bireyi iç dünyasında daha önce keşfetmediği ayrıntılarla buluşturur. Hüznü bir misafir gibi kabul etmek gerekir”.

İslam inancına göre Allah, insanları fiziksel ve psikolojik bozukluklar da dâhil olmak üzere çeşitli yollarla sınar. Bu imtihanın amacı, söz konusu zorluklardan etkilenen insanın sabredip zor zamanlarda Allah’a sığınarak bu deneyimi bir tinsel gelişme ve arınma fırsatı olarak görüp görmeyeceğinin sınanmasıdır (Ahmed&Amer, 2015, s. 16). Vaka XII (Felç Süreci ve Ölüm)’ de görüleceği üzere, felçli annesine bakan ve göğsündeki kalp piliyle yaşama tutunmaya çalışan kişinin, “Alıştım artık kalp piline, kriz geldiği zaman hissediyorum, pil devreye giriyor. Bu pil sebebiyle erken emekli oldum, maddi açıdan da rahatladım. İlk başta kötü bir şeymiş gibi oldu bu durum ama sonradan anladım ki bu durum Rabbimin bir hediyesi. İçkiyi, sigarayı bıraktım mesela!” demesi bu duruma örnek gösterilebilir. Bu durum “uyanma deneyimi” olarak da adlandırılabilir. Yalom’a göre ölümle yüzleşmeyi sağlayan bu tür uyanma deneyimi olayları, başlangıçta bunaltı yaratsa da hayatı zenginleştirecek bir potansiyel taşır. Hayatın faniliği ve anlamına ilişkin bir aydınlanma hissine kapılıp, artık davranışların bu yeni bilinçlilik haline göre ayarlanması en sık görülen davranışlardır (Göka, 2009, s. 45). Nitekim Allah, “Muhakkak ki siz, mallarınız ve canlarınız hususunda imtihan olunacaksınız (Al-i İmran/3, 186)” der. Bu açıdan bakıldığında her sınama, bir amaç ve sonunda ruhsal gelişme ve arınmanın gerçekleştiği bir ders içerir. Çoğu Müslüman, insanların kendilerinin Allah’a olan tam ve kesin bağlılıklarına zarar verecek olan eğilim ve zaaflara sahip olduğuna inanır. Gözlemlenen diğer olaylarda da insanların yaşadığı hadiseleri birer sınanma, zayıflıkların üstesinden gelerek arınma sürecini ilerletme ve Allah ile olan bağı güçlendirme fırsatı olarak algıladıkları görülmüştür.

İslamî kültürde bir insanın hayatındaki zorluklar dinî açıdan değerlendirildiğinde bu zorluklar o insan için günahlarının kefareti ya da sevap kazanma yolu olarak da algılanabilmektedir. Vaka XIV (Metastazlı Kanser Hastası)’te, annesinin meşakkatli ölüm süreci üzerine “Çok acı çekti. Ölüm zor, ciğerim yanar ama kurtuldu inşallah, cennetlik benim annem. Rabbim bizden daha çok seviyormuş demek. Biz annemizin hastalığına, o çaresiz hallerine sabrettikçe acıların daha büyüğünü verdi sanki Rabbim anneme. Rabbim iyi ki ölümü emretmiş. Ölüm bazı çaresizliklerin çaresi, çözüm kapısı” demesi bu duruma örnek gösterilebilir. Zira İslam Hz. Muhammed: “Tükenmişlik, hastalık, üzüntü keder ve acı insanların başına gelen kötü şeyler değildir. Allah bu acılardan dolayı o insanın günahlarını affeder” (Buhari, 7, 75, Kitap) der. Bu bakış açısıyla dünyada çekilen eziyetler insanlar için bir avantaj olarak görülür. İnsanlar çekilen acıların kendini cehennem ateşinden koruyacağına ve cennetteki konumunu

yükselteceğine inanır. Diğer bir deyişle insanların kötü olarak algıladıkları şey, Allah'ın merhametinin bir parçası da olabilmektedir.

İslam'a göre insanın başına gelen ve katlanılması zor olan bir olayın iki sebebi vardır. O olay insanlar için ya bir sınav, ya da bir cezadır. Bir insanın başına iyi bir şey gelirse, bu da onun için ya bir imtihan, ya da bir ödüldür. Ölen insanlar için imtihan bitmiş olur. Sınav süresinin bitmiş olması da herkesin sınavda başarısız olduğu manasına gelmez. Ölen kişinin bu dünyadan göçüşü, geride kalanlar(1) için bir imtihan olmaktadır. Mesela bir çocuğun annesi babası ölür kendisi hayatta kalır ya da anne-babanın çocuğu ölür kendileri hayatta kalır. Anne-baba ibadetini yapan, iyi insanlar olabilir. O anne-baba için bu bir imtihandır. Belki de Allah onları daha da zor bir imtihanla sınamakta, onlara daha yüksek bir mertebeyi vaad etmektedir. Zira daha yüksek bir dereceye ulaşmak için daha zor sınavlardan geçmek gerekmektedir. Örneğin “Yanık Hadisesi ve Ölümle Tanışma” vakasında anlatıldığı üzere çocuğunun kamyon altında ezilerek öldüğünü kendi gözleriyle gören annenin, “Sekiz Saatlik Ömrüyle Bebek” vakasında bebeğinin kulağına ismini söyleyemeden bebeğini toprağa veren babanın, “Genç Kızın Ölümü” vakasında üniversite ikinci sınıf öğrencisi kızı kucağında ölen babanın imtihanı çok ağırdır. Lisans diploması almanın doktora diploması almaktan çok daha kolay olması gibi.

Hayatımızdaki bütün değişiklikler birer imtihandır. Çocuğunu kaybeden anne-babayı Allah, kendisine iman ve itaatte sebat mı edecekler, “Çocuğum öldü ama hiç çocuğu olmayanlar var, şükür ki bir çocuğumuz vardı” mı diyecekler, yoksa isyan edip O’ndan yüz mü çevirecekler şeklinde imtihana tabi tutar. Kayıp da bir imtihandır. Bazı insanlar işsiz kaldıklarında, hasta olunca veya başka zorluklarla uğraşınca Allah'ı unuturlar. “Dertlerimle başa çıkmaya çalışmaktan Allah'ı düşünemeyecek kadar meşgulüm. Dünyada kendimi daha güvende hissettiğim zaman ibadetlerimi yaparım” diye düşünürler. Allah'ı sorgularlar. “Bütün bu musibetler başıma gelirken Allah neredeydi?”. Dünyanın kayıp, acı, hastalık ve ölümle dolu olduğunu bazen unuturlar. Zorluklar gelince imanları sarsılır. Diğer bazı kişiler ise imtihana tabi tutulduklarında imanları kuvvetlenir, zikir ve ibadetlerindeki feyiz artar (Frager, 2014, s. 103). “Elektrik İşçisinin Ölümü” vakasında görüldüğü üzere, oğlunu trajik bir şekilde kaybeden babanın Kur'an'ı öğrenmeye azmedip daraldığı zamanlarda Kur'an okuduğunu, kendini namaza verdiğini söylemesi bu duruma örnek gösterilebilir.

Yalom (2001, s. 26-27), “Eğer kendimize yaşamın gündelik sorunlarını perdeleme ya da ‘parantez içine alma’ hakkını verip dünyadaki yerimiz konusunda

ciddiyetle düşünecek olursak, yolumuz varoluşun derinliklerindeki yapılarına, teolog Tillich'in tanımıyla 'nihai sorunlarına' kaçınılmaz olarak çıkacaktır. Bu nihai sorunlardan dördü ölüm, yalnızlık, hayatın anlamı ve özgürlüktür" diyerek "ölüm"ü nihai sorunların ilki olarak görür.

Gözlemlenen olaylarda en çok dikkati çeken, bireylerin ölümün zamanlaması ve şekliyle başa çıkarken sergiledikleri tutum ve davranışlarıydı. Geleneksel dünyanın insanı için hayat, kısa bir icra alanıdır ve içerisinde her zaman ölümü taşıdığı farkındadır. Geleneksel insan evcil bir ölüm anlayışını benimseyerek herkesin ölümlü olduğu fikrini kolayca içine sindirmiş, hayatla ölümü bir arada ve birbirini tamamlayan süreçler olarak gören, öleceğini sezdiğinde ona karşı bir direnme ve reddetme tutumu içine girmeyip gerekli hazırlıkları yaparak ailesi içinde, sevenlerinin, sevdiklerinin yanında can vermeyi ümit eden insan modelidir. Geleneksel toplumlarda insanın en büyük korkusu, yalnız başına ölmektir. Vakalarda en sık karşılaştığımız durumlar olarak ölüme karşı çıkılmadığı, ona direnilmediği fakat özellikle çocuk ve genç ölümlerinden çok etkilenildiği, bu nedenle feleğe sitem edildiği zamanların da olduğunu söyleyebiliriz. Sekiz Saatlik Ömrüyle Bebek, Genç Kızın Ölümü, Engelli Gencin Trafik Kazası vakalarında bu duruma rastlanmıştır.

Modern zamanlarla birlikte ölüm, doğuştan veya sonradan engellilik, yaralanma vb. travmatik olaylar toplumsal ve doğal bir olay olmaktan çıkmış gibidir. Ölmekte olan birisinin yanında olmak, ölünün yanında durmak, cenazeyi beklemek, hasta ziyaretleri, uzun süren taziyeler, kısacası yardıma muhtaç insanlarla vakit geçirmenin hemen hiç kimsenin istemediği şeyler haline geldiği aşikardır. Vaka V (Ağaçtan düşüş ve kalıcı sakatlık)'te, engelli ve yatalak oğluna bakan yaşlı annenin, "Ölüde diride gözün kapıda olur. Eskiden birbirimize sık gelir gider, mahallede bir cenaze oldu mu cenaze evinden çıkmaz, yemekler hazırlar oraya götürürdük. Şimdi gelen giden yok, böyle oturuyoruz işte!" deyişi, insanlara siteminin bir göstergesidir.

Baş çıkma sürecinde insanın önüne zihinsel veya duygusal anlamda bir engel olarak çıkabilen, çoğu insanın hayatında şu veya bu şekilde karşılaştığı bir mesele olarak çıkan teodiseden (kötülük probleminden) bahsetmek gerekir. Zira inanan veya inanmayan her insanın bu meseleyi bir şekilde tartıştığını ve bilhassa ateist insanların bir numaralı argümanının "Yer yüzünde bunca kötülük neden var? Bunlar neden engellenmiyor?" vb. sorular olduğu bilinmektedir. Vaka I (Yanık Hadisesi ve Ölümle Tanışma)'de, çocuğunun bir kamyonun altında kalarak öldüğünü kendi gözleriyle gören annenin olaydan yıllar sonra "Veren de O! Alan da O!" diyerek metanetini dile

getirmesinden, en trajik vakayı bizzat yaşayan annenin olaya bakışından ve teslimiyetinden yola çıkarak bu meseleye şöyle cevap verebiliriz. Tüm kötülüklerin son bulmasını veya Tanrıdan bir kötülüğü durdurmasını istediğimizde dolaylı olarak diğer her şeyi de durdurmasını istememiz gerekir çünkü özgür irademiz bunu gerektirir. Kötülük dediğimiz şey tamamen yok edildiğinde (bunu yapabilmek ne kadar çekici ve cazip görünürse görünsün), aslında reddetmeyi istediğimiz en büyük şey, Tanrı'yı tüm kalbimiz ve ruhumuzla sevmeyi sağlayan özgür irademizdir. Sevgi en yüksek etik olduğunda ve özgür irade de o sevgiyi seçtiğinde tüm diğer olasılıklar birleşir ve nihai olarak sevginin hükmedebilmesi için neden birini seçmenin ya da reddetmenin imkânsız olduğu açıklanabilmektedir. Kötülüklerin durdurulup durdurulamayacağı veya kötülüğün neden var olduğu sorusu, özgürlüğümüz olduğu için sorduğumuz bir sorudur ve bu özgürlüğe sahibizdir. Çünkü sevme özgürlüğümüz vardır ve etrafımızda gördüğümüz tüm karşıtlıklara rağmen Allah'ı sevdiğimizde Allah'ın tüm bunların içerisinde nihai bir görüntü ortaya çıkaracak kadar üstün bir bilgeliğe sahip olduğuna güvenmiş oluruz. Nitekim çocuğunun kamyon altında kalarak öldüğünü gören anne, kendisiyle olaydan yaklaşık yirmi beş yıl sonra yaptığımız mülakatta şöyle demiştir: “Kayınbabam, ‘Bunda bir hayır var kızım!’ dediğinde sorardım, ‘Baba! Neyi hayır bunun!?’”. Böyle deyince kıssadan hisseler anlattı bana. O kıssaları anlatınca kendime geldim. Böylesi hayırlıymış demeyi bildim. Eski sahabelerden birinin çocuğunun duvar altında kalması, adamın birinin çocuğu öldürmesi gibi. Niye öldürüldü dediklerinde gelecekte şöyle şöyle olacaktı, şunlar şunlar yaşanacaktı demeleri. En çok da bu etkiledi beni. Kazanın üçüncü günü rüya gördüm. Rüyalarda kızım ile ilgili hiçbir hayra yoracak taraf yoktu. Şimdi anlatamam onları ama böyle olacak ise öldüğü daha iyi olmuş kızımın dedim. Önce kayınbabam sonra kendi bilinçli düşüncem, imana yönelik düşüncem beni teselli etti. Keşkelerim hiç olmadı benim, zaten ölümden keşke yok”. Bu söylemde görüleceği üzere, annenin duygudurumu hakkında saygı duymaktan başka yapılabilecek bir şeyin olmadığı kanaatini taşıyoruz.

İman denilen olgu tam olarak burada devreye girmektedir. Teodisenin anlaşılamamasının ya da anlaşılmak istenmemesinin ya da bu zorluğun altında yatan temel etkenin konunun duygularla ilişkili olduğu iddiasıdır. Bu iddiaya göre kimse acı çekmek, kötü olaylar yaşamak, kötülüklerle karşılaşmak istemez. Bazen inançlı kişiler veya kendisini yaratan güce inançla sıkı sıkıya bağlı olduğunu düşünenler, büyük bir kazada tüm ailesini kaybetmek, engellilik, çocuk-geç ölümle karşılaşmak gibi bir sarsıntı yaşadıklarında çektikleri acılar karşısında isyan edebilmektedir. Vaka III

(Evlilik Hikayesi)’te, anne ve babasının, sevdiği kızı istemek üzere çıktıkları yolda kaza geçirip ölmeleri üzerine, “Ne olurdu sanki işimizi zorlaştırmasalardı, bunu hak etmedi ki annem babam!” diyen gencin ve Vaka X (Genç Kızın Ölümü)’da, üniversite öğrencisi kızı kucağında can veren babanın taziye sırasında “Allah’ım! Dualarımda hep kızıma uzun ömürler ver diye dua ettim, niye aldın onu benden Allahım!” diye serzenişte bulunmaları bu duygudurum haline örnek gösterilebilir. Bazen insanlar, Allah’a bu kadar inandıklarını düşündükleri halde neden onun böyle elim bir duruma neden izin verdiğine anlam veremezler. Hatta bazı insanların Allah’a olan kızgınlıkları nedeniyle inançlarını yitirmeleri ya da ona düşman kesilmeleri de ihtimal dâhilindedir.

Acılar karşısında insanın inanç temellerinin sarsılmasının sebepleri arasında; insanın duygusal olarak oldukça zayıf bir varlık olması, inancının sandığı kadar/yeterince güçlü olmayışı, dünyevi belaların veya imtihanın sadece inançsız olanlarca yaşanacağını zannedilmesi, sırf bu dünya için yaratılmış olduğunu ya da yaşamın sadece bu dünyadaki hayattan ibaret olduğunun zannedilmesi, aslında kendisine ait olmayan hayatı ve benliğini gereğinden fazlaca sahiplenmesi gibi faktörler sayılır.

Sonuç olarak, yaşanan zorlanımlı hadiselerden ve bireylerin gözlemlenen davranışları ile söylemlerinden anlaşıldığı kadarıyla incelenen vakalardaki bireyler problemlerini daha çok Allah ile işbirliği yaparak çözmeye çalışmaktadırlar. Bu durum literatürde “işbirlikçi başa çıkma” stratejisine denk gelmektedir. Bununla birlikte araştırmaya katılan kişilerin günlük hayatın zorlukları karşısında daha farklı dinî başa çıkma stratejilerine başvurdıkları da görülmüştür. Bilişsel, duygusal ve davranışsal etkinliklerin birey ile Tanrı arasında samimi bir şekilde paylaşıldığı manevi temelli dinî başa çıkma etkinliği ön plana çıkmıştır. Kimisinin yaşadığı olumsuz olayla uğraşmaktan ziyade daha iyi davranışlar sergilemeye ve dine daha adapte olmuş bir şekilde yaşamaya gayret ederek iyi davranışlarda bulunmaya çalıştığı, kimisinin stres verici olay sırasında din görevlilerinden veya diğer inananlardan dinî destek ve yardım aradığı ve aldığı, kimisinin de stresli durum ya da olayın üstesinden gelebilmek için dua ederek yardım talep ettiği gözlemlenmiştir. Bazılarının da Tanrıya gücenme ve inançları sorgulamanın söz konusu olduğu dinî memnuniyetsizlik halini yaşayabildiği fark edilmiştir.

3.1.2. Tecrübe Edilen Acı ve Travmatik Hadiselerden Sonraki Yas Süreci

Yas, kaybettiğimiz kişiye, nesneye veya yaşantıya bağlı olan her bir anı ve beklentinin tekrar tekrar canlandırıldığı ve her seferinde onların artık yok oldukları

yargısı ile yüzleştığımız bir süreçtir. Bu süreç boyunca kaybettiklerimiz bize eşlik etmek üzere hep yanı başımızdadır fakat aynı zamanda onların orada olmadıkları hakikati gündelik gerçekliğimizin aniden sarsılmasına yol açar. Yasta söz konusu olan, yoksul ve boş hale gelmiş bir dünyadır. Yas içindeyken boş bir uzamdan, bir boşluktan ibaret dünyamız bütün büyüsunü kaybeder. Kayıp kavramı diğer taraftan, ilk bebeklikten başlayarak hayatın herhangi bir evresinden diğerine geçtikçe aşına olduğumuz, bildik ve doyum sağlayıcı bir konumu/nesneyi terk etme anlamına da gelir. Başka bir deyişle yas, büyüyüp gelişmemizin özet öyküsüdür. Örneğin hayatımızın en başında ılık, sarıp sarmalayan, olağanüstü bir simetriye sahip rahmin ortamını geride bırakmamız gerekir ve bu, kayıp hanemizin ilk kalemidir (Özmen, 2017, s. 154-155).

Yas süreci iki dönemden oluşur. İlk dönem, kaybın meydana geldiği ya da kişideki kayıp tehdidini tetiklediği “kriz döneminde keder”dir. Bu dönemde kişide psikosomatik belirtiler ve şok, yadsıma, pazarlık, ağrı, anksiyete ve ağlama, suçluluk duyguları, ego işlevlerinde bölünme, öfke gibi haller görülür. Gözlemlediğimiz hadiselerde travmatik olayları bizzat yaşayanların ve onların yakınlarının bu halleri yaşadığına şahit olduk. Yas sürecine girenin zihni ve bedeni, kayıp karşısında duraklayarak yitirme veya ölüm gerçeğini yavaş yavaş kabul eder ve kriz dönemi sona erer. Yas sürecinde ikinci dönem “yas tutma” dönemidir.

Yas tutma, bir kişinin veya nesnenin zihinsel tasarımı ile olan ilişkidir. Yani fiziksel anlamda kaybedilen birisi, bir de kaybedilenin psikolojik ikizi vardır. Yas sürecinde fiziksel kişiyi toprağa gömeriz fakat psikolojik ikizini gömemeyiz, onunla ilişkimiz devam eder. Zihnimizde kimseyi, özellikle de anlamlı, keyifli ya da bize acı veren ilişkimiz olanları öldüremeyiz. Bizim için önemli birinin ya da bir nesnenin gitmesine izin vermek istemeyiz. Çünkü bilinçdışında zaman kavramı yoktur. Birine ya da bir şeye duygusal yatırım yaptığımızda onun zihinsel ikizini (tasarımını) zihnimizin bir köşesinde saklarız. Bu saklayış kederi başlatır. Keder, kaybettiğimizle aramızda elle tutulur bir bağıdır. Ancak sürüp giden hayatın talepleri yavaş yavaş kendini göstermeye başlayınca kayıptan kendimizi kurtarmak ve yaşama devam etmek isteriz. Yine de bir parçamız hala tutsak kalır. Ruhumuz, kaybedilenle ilişkimizi gözden geçirmeyi tam olarak bitirememiştir ve onu bırakmaya hazır değildir. Sonuçta kederin sona ermesini ve kaybedilen kişiyi hatırlatacak daha az şey olmasını istemek, birey için bilinçdışında kaybedilene ihanet etmiş/ediyormuş gibi görülebilir (Volkan&Zintl, s. 38). Vaka XIV (Metastazlı kanser hastası)’te annesinin ölümünü kabullenemeyen kızın, annesinin eşyalarını başkalarına vermek istememesini bu duruma örnek gösterebiliriz.

Duygusal stresler, bizi bir dizi fiziksel yakınma ve hastalık riski altında bırakır. Örneğin bazı kişiler bir yakınları öldüğünde bir-iki yıl boyunca çok daha fazla sigara içerler ya da alkolden daha fazla medet umarlar. Bu kişiler bir yakınına kaybetmemiş olanlara kıyasla ağrıdan, sızıdan daha çok yakınır (Volkan & Zintl, 2018: 38). Şizofren genç ve genç kızın ölümü vakalarında görüleceği üzere, oğlunun hastalığına üzülen ve depresyona giren babayla, üniversite öğrencisi kızın dayısı, yaşadıkları zorluğun üstesinden gelebilmek için ilk zamanlar alkol aldıklarını söylemişlerdir.

Kayıpların türünün ve yoğunluğunun farklı olmasından bahsedilir. Örneğin boşanmadaki yas işinin, ölümden sonra tutulan yastan biraz farklı bir gidişatı olduğu iddia edilir. Çünkü eski eşle etkileşim halen sürmekte ve yasal işlemler yas işinin asıl kısmı haline gelmektedir. Volkan ve Zintl (2018: 38), ölüm ve boşanma sonrası yaşanan kayıplar arasındaki temel farkın eski eşe dünya gözüyle bakabilme olasılığının hiç tükenmemesi olduğunu söyler. Onlara göre bu durum bireyde hayal kurmayı ve ülküleştirmeyi kısıtlayarak, ayrılığın gerçek nedenlerinin göz önünde kalmasını sağlar. Aynı dinamiklerin göçmenlerin kederinde de yaşandığını iddia ederler. İsteyerek memleketten ayrılmanın, boşanma yüzünden keder duymakla eşdeğer duygulanımlara sebep olduğunu çünkü birey eğer isterse boşandığı eşini ya da ayrıldığı memleketini tekrar görebilme umuduna sahiptir. Bu türden geri dönüşler, hayal kurmayı ve ülküleştirmeyi kontrol altında tutar. Burada gerek Vaka XII (Felç süreci ve ölüm), gerekse Vaka XIV (Metastazlı kanser hastası)'te anlatıldığı üzere, hastalığa ilk yakalanış ve ölüm arasındaki sürede yakınlarının onları geri getirebilme, yani sağlıklarına tekrar kavuşacakları hususunda besledikleri umudun hiç tükenmemesi bu duruma örnek gösterilebilir.

Kayba psikolojik karşı koyuşlarımız, sıklıkla ölen kişiye ait olan ya da onu hatırlatan nesnelere değişik şekillerde yansıtılır. Örneğin kaybedilenle bağın yoğun yaşandığı ve hatıralarla dolu bir evi kapatmak, giysileri dağıtmak geride kalanlar için ölümü kabullenmeyi kolaylaştırır. Genç kızın ölümü vakasında görüleceği üzere kızlarının ölümünün ardından yeni bir eve taşınan ailenin, metastazlı kanser hastası vakasında belirtildiği gibi karısının ölümünden sonra yeniden evlenen ve yeni bir ev satın alıp taşınan adamın bu davranışı ölümü kabullenmeyi kolaylaştırmak amacıyladır. Kaybedilen kişinin psişik eşine yoğun bir biçimde bağlı kalındığı sürece bu türden bir kopuşu gerçekleştirmeye hazır olmayanlarla karşılaşmak da ihtimal dahilindedir. Vaka XIII (Şehidin hikayesi) ve Vaka III (Evlilik hikayesi)'te anlatıldığı üzere baba ocağıdır deyip otobüs kazasında kaybettiği anne-babasının evindeki eşyaları hala muhafaza eden

ve yıllık izinlerini o evde geçiren genç ile, kızlarının çocukluğunun geçtiği ve şehidenin arabasını koydukları eski evlerine sık sık gelen anne-babanın bu davranışı, yas sürecindeki tepkilerin değişiklik arzedebileceğine birer örnektir.

Özdeşimler yası tamamlamamıza yardım eder. Psişik eşin seçilen özellikleriyle özdeşim yaparak, diğer kişinin en çok gereksinim duyduğumuz yanlarını alıp sindiririz. İlişkimizde iyi olan şeyleri içimize alır ve onları kimliğimizin bir parçası yaparız. Özdeşimler, kaybettiğimiz kişiye ya da nesneye yakın kalabilmemiz için bilinçdışı bir arzuya güdülenir ve bir tür içsel hatıra gibi işlev görürler (Volkan & Zintl, 2018, s. 45).

Yas tamamlandıkça yeni işlere, ilişkilere yatırım yapmak için şiddetli bir istek duyarız. Artık harcayacak enerjimiz vardır ve geçmişe tutsak değildiriz. Bu enerjiyle birlikte olgunluk ve empati (eşduyum/duygudaşlık) gelir. Kendimizi daha iyi anlamaya başlarız. Bu durum, ‘acımasız armağanlar’ a benzetilir. Bir erkek hastası Volkan’a (Volkan&Zintl, 2018, s. 43), eşinin ölümünden sonra yaşamın geleneksel dindarlıkla ilgisi olmayan manevi bir boyutunu keşfettiğini söyler. Bunu, tüm yaşamı boyunca radyoda kısa dalga istasyonlarını dinleyip sonra birdenbire uzun dalga istasyonu olduğunu da keşfetmeye benzetmiştir. Tüm bunlar olgunlaşmanın simgeleri olarak görülür. Vaka XIV (Metastazlı kanser hastası) ve Vaka VIII (Anne ve çocuklarının ölümü)’de görüldüğü annelerin ölümünden sonra kocalarının yeniden evlenmelerini buna örnek gösterebiliriz. Şurası da bir gerçektir ki hiçbir şey, kaybedilenin yerini doldurmaya yetmez. Oğlunu kaybeden bir haham, ölüme dair duygularını şöyle dile getirir: “Oğlumun yaşamı ve ölümü sayesinde, hiçbir zaman olamayacağım kadar duyarlı bir insan, daha etkili bir din adamı, daha anlayışlı bir yol gösterici oldum. Ama eğer oğlumu geri getirecek olsaydı bu meziyetlerin hepsini gözümü kırpmadan geri verirdim”. Vaka X (Genç kızın ölümü)’da görüleceği üzere kızlarını kaybeden babanın ve annenin daha içe kapanık hale gelişi ve ibadetlere daha çok vakit ayırmaları fakat kızlarına duydukları özlemin hiç tükenmemesi bu duruma örnektir.

Yas tutma yetisini bozan bazı etkenler vardır. Yas tutma sırasında psikolojimizin yapması gereken temel iş, kayıptan sonra yoksunluk ya da terk edilme yaşantısının oluşturduğu hasarları tamir etmek ve yeni duruma uyum sağlamaktır. Çocukluğu sırasında ebeveyninden birisinin ölümüyle karşılaşmış bir insanın sonradan yeni kayıpları kaldırabilmesi, yani yas sürecini sağlıklı bir biçimde tamamlayabilmesi daha zor olacaktır. Çünkü erken yaşta ebeveyn kaybı yaşayanların duygusal yapılarında, ister istemez belli eksiklikler, sorunlar bulunacaktır. Bu nedenle “bağlanma teorisi” gibi yaklaşımlar, tüm ruhsal rahatsızlıkların kökenini çocukluk sırasındaki bağların

kopmasında ararlar. Yas sürecini tamamlayabilecek duygusal olgunluğa ulaşabilmek için çocukluk yaşantılarını kayıpların hasarı olmadan atlatabilmenin yanı sıra sağlıklı bir ergenlik dönemi yaşamış olmak da gerekir. Ergenlik döneminin temel görevi, anne-babamızdan ruhsal ayrılmayı becererek onlardan ayrı bir kimlik geliştirebilmektir. Yani ancak ergenlik döneminde psikolojimiz bu görevi tamamlamışsa her türlü ayrılığa katlanabilir, ayrı bir birey olarak ayakta kalabiliriz. Sağlıklı bir çocukluk ve ergenlik yaşamış olmak, yas sürecini de sağlıklı bir biçimde yaşayabilmenin adeta sigortası gibidir (Göka, 2013, s. 167).

Yas sürecinin sağlıklı bir şekilde atlatılabileceğine dair, “Annem Hakkında Bir Kitap” adlı kitabında Toby Talbot annesinin ölümünden sonra yaşadığı kederin yavaş yavaş azalışını ve buna eşlik eden iyimserliğini şöyle anlatır: “Dünyaya parça parça yeniden giriyorum. Yeni bir dönem, yeni bir beden, yeni bir ses... Kuşlar uçarak, ağaçlar büyüyerek, köpekler kalktıklarında koltukta sıcak bir yer bırakarak beni avutuyorlar. Bir hastalığın yavaş yavaş iyileşmesi gibi, insanın kendini bu şekilde iyileştirmesi... Bana sevmeyi ve sevgiyi almayı öğreten oydu. Korkmamayı da... Yaşamında ve ölümü karşılayış biçiminde daima huzur içindeydi. Hazırdı. Özgür bir kadındı. ‘Bırak beni, gideyim’ demişti. Peki anne, seni bırakıyorum, git... Ayrılık zamanı geldi. Benim için dünyaya tek başına dönme zamanı... “ (Volkan&Zintl, 2018, s. 42). Vaka XIII (Şehidin hikayesi)’te görüleceği üzere şehidin annesinin, Vaka XIV (Metastazlı kanser hastası) ve Vaka VIII (Anne ve çocuklarının ölümü)’de geride kalan çocukların kadere teslimiyetleri bu duruma örnek gösterilebilir.

Yas tutma yetisini bozan ikinci etmen, kaybedilen ilişkinin özgül doğasıyla bağlantılıdır. Yas sürecini sağlıklı biçimde tamamlayabilmemiz, yasımızı tutabilmemiz için kaybetme fikrine katlanabilmemiz gerekir. Aşırı bağımlı ve bitmemiş meselelerle yüklü bir ilişkinin ardından matem sürecinin daha zorlu geçeceği aşîkârdır. Böyle bir ilişki kişinin kaybına tahammül edebilmek gerçekten kolay değildir ve matem sürecinin evreleri çok daha uzun ve yoğun belirtili olacaktır. Bir ilişki ne kadar mutlu ve olgunsa, onu bırakmak o kadar kolay olur. Kaybettiğimiz kişiye ne kadar bağımlı isek onu bırakmak o kadar zorlaşır.

Bir ilişki yaşandığı sırada mutlu ve olgun isek böyle bir ilişki kişisi vefat ettiğinde onun ölümünü kabullenmeniz daha kolay olur. Kaybettiğimiz kişiye ne kadar bağımlıysak, özgüvenimizi yükseltmek için ona o kadar ihtiyaç duyarız, onu bırakmak, ölümünü kabullenmek o kadar zorlaşır. Ebeveyn-çocuk ilişkisinde görülen bağımlılık, çok doğal bir bağımlılık türüdür ve bağımlılıkla iç içedir. Ebeveyn ve çocuğun birbirine

bağlılığı, birçok güçlü duygusal hatta biyolojik kemendin bir araya gelmesiyle oluşur ve olağan yaşam koşullarında bunun koparılması çok zordur. Ölümün gelip çocuk ve ebeveyn arasındaki bağı koparması halinde, dayanılması çok güç bir durum ortaya çıkar. Bu nedenle çocuğun anne veya babasının ölümünü, ebeveynin çocuğunun ölümünü kabullenmesi, dünyanın her yerinde, her zaman acıklı, trajik sahneler içeren bir süreç olmuştur. Göka'nın (2013, s. 168) söylediği gibi, "Evlat acısı her tarihsel dönemde tartışılmaz biçimde acıların en büyüğü olarak karşımıza çıkmaktadır". Vaka IV, X, VII ve XI'de görüleceği üzere elektrik işçisinin iş kazasıyla, üniversite ikinci sınıf öğrencisi genç kızın babasının kucağında, sekiz saatlik ömrüyle bebeğin anne kucağı görmeden, engelli gencin trafik kazasındaki ölümü, ebeveynler için kifayetsiz acıya sebep olmuştur.

Kaybın ortaya çıktığı koşullar da yas yetisini bozabilmektedir. Bir yakınının kaybı, kimi zaman insanı öylesine hazırlıksız yakalar veya ölüm öylesine acıklı ve acılı bir biçimde gelir ya da bir anda birçok yakınımızı birden kaybetme talihsizliğine uğrarız ki, en dayanıklı insanların bile böyle durumlara katlanması imkânsız olabilir. Evlilik hikayesi adlı vakada anlatıldığı üzere trafik kazasında yanan otobüsün içinde anne-babasının yanmış cesetleriyle karşılaşan gencin bu duruma ilk etapta tahammül etmesi çok zordur. Bazı hallerde sağlıklı yas süreci bizzat ölümün doğası tarafından engellenir. Hiç beklenmedik, ani bir ölümle çok sevdiğimiz birini kaybedişimize eşlik eden şok, yas tutma sürecini daha en başından dondurabilir. Elektrik işçisinin elektrik akımına kapılarak, üniversite öğrencisi genç kızın babasının kucağında kalp krizi geçirerek, Vaka VIII (Anne ve çocuklarının ölümü)'de anlatıldığı üzere gencecik çocukların yine kalp krizi geçirerek, sağ kolu olmayan gencin kendi kullandığı arabayla trafik kazası geçirip ölümleri buna örnek gösterilebilir. Bu tür beklenmedik ölümler, geride kalanlar için dünyanın güvenli bir yer olduğu duygusunu sarsar, varoluşsal güvenlik hissini yıkar. Yaşanılan şokun ve yas sürecinin başlamadan donup kalmasının nedeni budur (Göka, 2013, s. 169).

Bir yakınımızın ani ölümü hepimizi çok derinden etkiler. Bazen sarsıntımız çok büyük olur, yaşanan kederin yükü çok ağırdır. Böyle katlanılması zor, beklenmedik ölümlerde yas sürecinin sağlıklı bir biçimde işlenmesini sağlamak çok ama çok güçtür. Her ölüm için söz konusu olan aile sistemindeki yeni rol dağılımları, ani ölümlerde çok daha acil ve dramatik bir biçimde gerçekleşir. Ölüm, sıklıkla aile sistemini altüst eden, önceden hiç hesap edilmemiş değişimlere neden olabilir. Vaka XIV ve VIII'de görüleceği üzere metastazlı kanser hastasının ve önce iki kardeşleri sonra annelerinin

ikişer yıl arayla ölümlerine katlanmaya çalışan çocukların, babalarının evlenmesine ilk zamanlarda karşı çıkmaları buna örnek gösterilebilir.

Ansızın gerçekleşen kayıplardan daha yıkıcı, daha zor ölüm biçimleri de vardır. Bunlar, hem beklenmedik ölümlerdir hem de şiddet, travma, intihar ve cinayet unsurları içerirler. Vaka IX (Alkol ve Cinayet)’da görüleceği üzere babasının işkenceyle öldürüldüğüne ve yirmi gün süren yaşam mücadelesine şahitlik eden gencin yaşadığı yas süreci normal seyretmemiştir. Yakınlarını bu tür ölümlerde yitirenlerde yas sürecinin yolunda ilerleyip tamamlanması pek mümkün değildir. Bu tür kayıplardan sonra yasın komplike, hastalıklı bir hale dönüşme ihtimali daha büyüktür. Böyle trajik ölüm biçimlerinde yas süreci daha abartılı tepkilerle seyrettiği gibi, potansiyel olarak da komplike yas cevaplarına daha çok neden olur. Babasını bir cinayete kurban veren gencin babasının ölümünden sonra yaklaşık bir ay boyunca hastanede yatması ve dokuz yıl sonra bu süreci anlatması istendiğinde hatırlamadığını söylemesi buna örnek gösterilebilir. Bu tür ölümler, çoğu kimse tarafından genellikle zamansız ve haksız olarak görüldüğü için inkâr, şok ve öfke duygularını yoğunlaştırır. Örneğin üniversiteli genç kızın, trafik kazasında kamyon altında can veren küçük kızın, sekiz saatlik ömrüyle bebeğin, sağ kolu olmayan engelli gencin, geride evlenecek çocukları kalan metastazlı kanser hastasının ölümlerinin geride kalanlar için zamansız ve erken olduğu düşünülmüştür.

Trajik ölüm biçimlerinde kurban için acı ve hayatta kalma mücadelesi ölümle sona ermiştir ama benzeri bir acı yaşantısı ve zorlu bir hayat mücadelesi geride kalanlar için henüz yeni başlamaktadır. Alkol ve cinayet adlı vakada anlatıldığı üzere işkenceyle öldürülen babasının tanınmaz haldeki yüzünü gören gencin, sağ kolu olmayan gencin kendi kullandığı arabayla kaza yapıp öldüğü haberini alan ana-babanın, küçük kızının kamyon altında kalarak can verdiğini gören annenin, bir saat boyunca elektrik akımına kapılarak can veren ve tanınmaz haldeki oğlunun cesedini gören babanın yaşadığı travmanın tarifi imkansızdır. Böylesi bir şekilde can verenlerin yakınlarına, yaşayacakları muhtemel acı ve zorluklar açısından “ikinci kurban” dense yeridir. Yakınlarını berbat bir ölümle yitirmiş olanlar da gerçekten kendilerini bu olayın kurbanı gibi hisseder, kayıp düşüncesine ruhsal ve duygusal olarak hazırlanmak için zamanları olmadığından ani travmatik ölümün ardından gelen duygusal dalgalar tarafından altüst edilirler. Böyle ölüm biçimlerinde ikinci kurban olan kalanların yas sürecini sağlıklı bir biçimde atlatamamaları beklenen bir durumdur.

İnsanların ölümle buluşma şekilleri farklılıklar arz eder. Bireyin ölümü sırasında neler yaşadığı bilimsel anlamda kanıtlanabilir bir deneyim değildir. Kimisinin hayatı uykusunda geçirdiği kalp krizi ile sonlanabilirken, kimileri ise yanma, boğulma, trafik kazası vb. sebeplerden ötürü bütünlüğü korunamamış, aşırı derecede tahrip olmuş bir bedenle toprağa teslim edilmektedir. Kimilerinin ise toprağa teslim edilecek bir cesedine dahi ulaşamamak ihtimal dahilindedir. Dünya hayatını hüsn-i hatime ile sonlandırmak dileğinde olduğu üzere, ölümün de güzeli ile karşılaşmak çoğu inananın Tanrısından talebidir. Ancak kişinin ölüme gidiş şekli, beden ölüm sonrasında aldığı şekil veya tahribat, estetik anlamdaki bozukluk ve benzeri halleri, kişinin ahiret hayatında göreceği muamelenin veya dünya hayatının bir karşılığı olarak kendisine verilecek ceza veya mükâfatın nasıllığına dair bir gösterge değildir. Kimileri bir ölüm hadisesinde ölenin niçin öldüğü, kimileri ise nasıl öldüğüyle daha çok ilgilenir. Bu durum, geride kalanların yas sürecini etkileyen faktörlerdendir. Örneğin Vaka XIV (metastazlı kanser hastasının ölümü)'te, bayanın cenazesi toprağa teslim edilip eve gelindikten sonra orada konuşma yapan ve bir kadın cenazesi gömülürken erkeklerin arkalarını dönmesi, kadının cenazesini görmemeleri gerektiğini söyleyen kişinin bu düşüncesinin İslamî öğretilerdeki bağlam ve amaç ile hiçbir alakası yoktur. Kraldan çok kralcı olurcasına ve literal mananın dışına çıkmadan verilen bu söylem, cenaze yakınlarını üzmüştür. Aynı kişi, Vaka IV (Elektrik işçisinin ölümü)'ten hatırlanacağı üzere, yanarak ölen işçinin cenaze namazında bu tür ölümlerden ibret alınması gerektiğini söyleyip kanaatimizce kaş yapayım derken göz çıkarmış, cenaze yakınlarının yas sürecinde duymak isteyebilecekleri telkinlerin aksine bir söz söylemiştir.

Trajik ve ani ölümler duygusal bakımdan geride kalanlar için en yüklü olanlarıdır. Çünkü geride kalanlar bir de bu ölüm biçiminin toplumsal algılanmasıyla boğuşmak zorunda olacak, sürekli kendilerini herkese karşı hesap verme pozisyonundaymış gibi hissedeceklerdir. Kimi insanlar bu gibi nedenlerle kayıplarını dahi açıklayamazlar. Tüm yas sürecini gizli gizli yaşar, kimseye belli edemezler. Kendilerini güçlü sanan bir çevrede yaşayanlar acılarını belli edemez, gözyaşlarını içlerine akıtırlar. Yakınlarını trajik bir ölümle yitirenler öylesine ağır biçimde yaralanırlar ve yaralarını belli etmemek, içlerinde tutmak zorundadırlar ki yaraları içlerine kanar durur. Vaka IX (Alkol ve Cinayet), IV (Elektrik İşçisinin Ölümü), XI (Engelli Gencin Trafik Kazası), I (Yanık Hadisesi ve Ölümle Tanışma) ve III (Evlilik Hikayesi)'te görüldüğü üzere cenaze yakınlarının sessizliği ve tek başlılığı aramaları, konunun tekrar tekrar açılmasını istememeleri buna örnek gösterilebilir.

Trafik kazaları, iş kazaları, terör ve vahşet kurbanlarında ise çoğu kez yaşamın son anlarına dair, en sağlıklı psikolojilerin bile katlanmakta çok zorlanacağı korkunç kanlı detaylar söz konusudur. Yakınlarını böyle bir ölümle kaybedenler, sadece onlar değil, bu olayı görenler, tanık olanlar, hatta medya aracılığıyla duyanlar bile oturup her şeyi, insanı, insanlığı, hayatı, amaçlarını yeniden düşünmek zorunda kalırlar. Yakınları ise bunun yanı sıra, hem ani kaybın getirdiği toplumsal ve mali yüklerle uğraşmak hem de bu arada yapabilirlerse yas sürecine girmek durumundadır. Vaka I (Yanık hadisesi ve ölümle tanışma)’de anlatıldığı üzere beş yaşındaki çocuğunun kamyon altında ezilerek can vermesine bizzat şahit olan annenin eşyaya veya insanlığa bakışını tahmin etmek zor değildir.

Vahşi bir ölümle yakınlarını kaybedenlerin sağlıklı bir yas sürecinden ziyade komplike bir matem yaşamaları ihtimalinin daha yüksek olma nedeni, henüz daha kederlenmeye vakit bulamadan insanın iç-dünyasının öfke, hiddet ve hınçla doluvermesidir. Böyle durumlarda psikolojimiz bu yoğun duygulardan birisine yer açabilmek için diğerlerini bastırmak, bekletmek zorunda kalır. Ama artık bilinmektedir ki bastırılmış, ertelenmiş, ötelenmiş hiçbir duygu yok olup gitmez; bireyin iç dünyasında birikip birikip apseleşir ya da kan çökeltisi haline gelir, bulabildiği ilk fırsatta da bir yanardağ lavı gibi içten dışa doğru taşar, yayılır (Göka, 2013, s. 171).

Vaka IX (Alkol ve Cinayet)’da görüleceği üzere babasını cinayete kurban veren gencin günlerce babasının katillerini araması, cezayı az verdiğini düşündüğü hakime tekrar karşısına geldiğinde mağdur değil zanlı sıfatıyla geleceğini öfkeyle söylemesi bu duruma örnek gösterilebilir.

Kaybedilen ve kaybeden arasındaki çözülmemiş meseleler, kişinin yas tutma kapasitesini zorlayan dış koşullar, geçmişte çözülmemiş kayıplar, ayrılıklara dayanamayan bir duygusal yapı “komplike yasa” sebep olur. Komplike yasin nedenlerinden bir diğeri kaybettiğimiz kişiden uzakta bulunmamız ve mateme fırsat bırakmayacak yaşantılar içinde olmamızdır. Vaka XII (Felç Süreci ve Ölüm)’de annesinin cenazesine katılamayan kızın, Vaka IV (Elektrik İşçisinin Ölümü)’te yanarak ölen ağabeyinin yüzünü son kez görmek istemesine rağmen buna izin verilmeyen erkek kardeşin ruhsal durumu buna örnektir. Kaybettiğimiz kişiyle aramıza giren mesafe; ölümle yüzleşme imkânı tanıyan cenazeye katılamamamız, onun öldüğü gerçeğini çok daha kolay inkar etmemize neden olur.

Yakınınızın ölü bedenini görememek, cenazesine katılmamak için ille de uzun mesafeler olması gerekmez. Bazı durumlarda, tam olarak yas tutmamız ölümün

doğasından dolayı engellenir. Vahşi bir ölüm şeklinin de eklediği komplikasyonlar vardır. Çoğunlukla kederlenmek için gerekli öfkeyi bastırırız ya da yer değiştiririz. Ölüm sırasında uzaktaysak ya da başka durumlarda yoğunsak yadsıma fırsat bulur. Sevdiğimiz bir kişi bizden uzakta öldüğünde, ölü bedenini hiç görmezsek ya da cenazeye katılmazsak, bu yalıtılma yadsımamıza izin verir. Bu yalıtım sadece coğrafi değildir. Bu ölüm intihar (özkıyım) gibi bir etiket taşıyorsa, hayatta kalanlar toplumsal ağın dışında bırakılabilir ve kederlerini ifade etmekten yoksun kalabilirler. Vaka II (Şizofren Genç)'de görüleceği üzere otopsi raporunda tarım ilacı içtiği için can verdiği anlaşılan şizofren gencin ölümünde intihar mı cinayet mi olduğu gerçeği şizofren genç ile birlikte mezara gittiği için geride kalanların yadsıma psikolojisine girmesi gayet doğaldır.

Metastazlı kanser hastalarını gözlemleyen Ross (1997), hastaların yaşamında artık ağrının var olmadığı, zihinlerin düşsüz bir uykuya daldığı, yiyecek ihtiyacının en aza indiği ve çevrenin yalnızca bir karanlık haline geldiği bir zamanın varlığından bahseder. Ona göre bu süreç hasta yakınlarının koridorları arşınladığı, eve gidip yaşayanlara mı baksınlar yoksa kalıp ölüm anını mı beklesinler diye karar veremedikleri işkence dolu bekleyiş zamanıdır. Vaka XII (Felç Süreci ve Ölüm), Vaka XIV (Metastazlı Kanser Hastası) ve Vaka IX (Alkol ve Cinayet)'da olduğu gibi bu süreçte sözler için artık çok geçir fakat hasta yakınlarının yardım ığı en çok bu zamanda duyulur. Hastaya uygulanacak tıbbi girişimler için de çok geçir ve ancak ölmekte olan kişiden ebediyen ayrılmak için de hasta yakınları için çok erkendir. Onlar için en zor zaman budur zira ya artık bunun bitmesini isterler ya da sonsuza dek kaybetmek üzere oldukları kişiye ümitsizce tutunmaya çalışırlar.

Yakınını kaybeden bazı insanlarda, saydığımız etmenlerin bir ya da birkaçının bir araya gelmesiyle yas tutma yetisi bozulabilir. Belli evrelerden geçerek ilerlemesi ve nihayet tamamlanması gereken yas tutma süreci bir türlü normal yolunda seyredemez. Önceki evrelerden takılıp kalındığından yas sürecinin sonuna gelinemez, kabullenme veya yeniden toparlanma evresine girilemez, sonuçta kayıpla anlamlı bir biçimde baş etme öğrenilemez. Normal yolunda ilerleyemediği için çözümlenip tamamlanamayan yas komplike hale dönüşür. Komplike yas yaşayan kimse, ne olup bittiğini algılayamadan şaşkın bir halde hayatına devam etmeye çalışır, bir türlü kederini, üzüntüsünü olduğu gibi dışarı vuramaz. Bu haldeki insan, her türlü uygunsuz ve kendine zarar verici davranışa açıktır, kolayca onlara yönelebilir. Yas sürecindeki kişiden beklenmeyecek canlılık, hareketlilik, alkol veya ilaç kötüye kullanımı, aşırı

yeme veya fevriyet gibi davranışlar gösterebilir; kendine ve diğer insanlara karşı öfke ve saldırganlık sergileyebilir. Vaka II (Şizofren Genç)'de anlatıldığı üzere çocuğunun bir çare bulunamayan hastalığına üzülen babanın alkol almaya başlaması ve olmadık sebeplerden ötürü eşine, çocuklarına, çevresine agresif tavırlar sergilemesi bu duruma örnek gösterilebilir.

Kaybettiğinin yasını tam manasıyla tutamadığında bireyin yaşam enerjisi düşer ve hayatla bağlantı kurma yeteneği bozulur. Yas tutamadığında eski sorunların, hayallerin ve ilişkilerin kölesi olarak kalır ve sevgi bağlarını da sürdürmekte zorlanır. Diğer bir deyişle kaybedilene ya çok sıkı tutunur ya da onu çok gevşek tutar. Bu durum bireyi hayatın paradokslarından biriyle buluşturur. Ölüm/kayıp bağlı olduğu nesneyi/kişiyi almaya geldiğinde birey onu bırakamıyorsa, kendi yaşamını devam ettirmesi lazım geldiğinde de kendi hayatına o denli sıkıca tutunamaz. Bununla ilgili en bariz örnek, Vaka IV (Elektrik İşçisinin Ölümü) ve Vaka X (Genç Kızın Ölümü)'da aktarıldığı üzere anne ve babaların evlat acısından dolayı göz önünden çekilme, mezarın başında uzun süre bekleme ve yalnızlığa çekilme isteklerinin aşırı olmasıdır.

Kederlenmek için zaman ve alana gereksinim duyarız. Bu nedenle birçok kültürde buna yönelik törenler ve adetler vardır. Yas tutan kişinin, cenazenin planlanmasına katılması, ölen kişinin bedenini görmesi, mezara konulduktan sonra üzerine toprak atması ve ard arda gelen başsağlığı dileklerini kabul etmesi ölümü yadsımayı zorlaştırır. Ayrıca bu törenler, kederle ilgili sorunların su yüzüne çıkması ve sağaltılması için de yararlıdır. Gözlemlediğimiz hadiselerde en sık rastladığımız şey, cenaze yakınlarının mevtayı toprağa teslim ederken daha çok ağlamaları, mezardaki toprağı bir çocuğı sever gibi okşamaları ve mezardan ayrılmak istememeleriydi.

Bitmeyen yastakiler (sürekli yas tutanlar), yitirdikleri ilişkiyi bir biçimde çözümleme çabası içinde, ilişkilerini durmadan gözden geçirirler. Çözüme hiçbir zaman ulaşılmaz. Çünkü kayıp o kadar sıcaktır ki, soğuyamaz. Kişi, yitimiyle barışamaz. Komplike olmamış yasta tipik olarak 1-2 yıl içinde kaybolan işaret ve belirtiler olmasına rağmen bitmeyen yasta bunlar devam eder.

Bitmeyen yastakilerin saplanma dereceleri farklı olabilmektedir. Bazılarında bu saplanma bastırılmıştır. Birçoğı yeniden evlenir, başarılı meslek yaşamları olur. Ancak enerjilerinin bir kısmı başka yerdedir. Bunun belirtisi olarak dil sürçmeleri, ölmüş kişiden söz ederken şimdiki zamanı kullanma, evin bir köşesini adeta türbe gibi ölen kişiye ayırma gibi. “Şehidin Hikayesi” vakasında bahsedildiğı üzere şehit annesinin ve kardeşlerinin, evin salonunu şehit kızın resimleri, ödülleri, eşyaları vb. nesnelerle

doldurması ve o odaya girerken sanki şehidin orada olduğunu düşünmeleri örnek gösterilebilir.

Komplike olmamış yasta genellikle kısa bir süre görülen düşler, bitmeyen yasta yaşam boyu devam eder. Bu kişilerin düşlerinde genellikle üç ortak tema vardır: a-) Hareket edememe duygusunu yansıtır ve birbiri ardına gelen cansız tablolardan oluşur. “Şehidin Hikayesi” vakasında aktarıldığı üzere kızını rüyasında ilk gördüğünde hiç konuşmadan kendisine gülümseyerek baktığını söyleyen babanın rüyası buna örnektir. b- Yitirilenin geri getirilebileceği yanılsamasını doğrudan yansıtır. Vaka VIII (Anne ve Çocuklarının Ölümü)’de görüleceği üzere erken ölümünü bir türlü kabullenemediğimiz gencin mezarına gidip belki kalbi tekrar çalışmıştır umuduyla mezarını açıp bakma isteğimiz kimilerince bir düş, kimilerince de bir paranoya olarak adlandırılabilir. c- Yitirilen kişinin tehlikede olduğu ya da ölüm-kalım savaşı verdiği görülür. Yine Vaka XIII (Şehidin Hikayesi)’de şehit babasının anlattığı üzere şehidin vefatından iki gün sonra gördüğü rüyada kızının açık bir arazide otururken kendisini yanına çağırdığı, kızına doğru yaklaşırken kızının “Kaç baba kaç! Burada bomba var!” diye bağırmasıyla uyandığını söyleyen şehit babasının anlattığı rüya bu duruma örnek gösterilebilir.

Yasa gömülmüş kişiler, çözümlenmemiş yastan kaynaklanan depresyon içindeki kişilerdir. Kişinin, sorununun kaynağının çözümlenmemiş yas olduğu konusunda hiçbir fikri yoktur. Depresyon, ifade edilememiş öfkenin içe döndürülmesidir. Yasa gömülmüş bir kişi, kaybettiği kişiye karşı duyduğu öfkeyi ve bunun sonucu olan suçluluğu içe döndürmüştür. Vaka IX (Alkol ve Cinayet)’da babası cinayete kurban giden gencin, babası hayattayken babasının ona yaptığı eziyetleri hatırlamasıyla ortaya çıkan diyalektik ilişki buna örnek gösterilebilir. Kaybettiğimiz kişiyle gerçek dünyada onu kaybetmeden önce devamlı kavga ediyorsak, bu kişiyi hem seviyor hem nefret ediyorsak, bu kişi öldüğünde onun tasarımını içimize alırız. Sonuçta içimizde bir savaş başlar ve depresyonla karşılaşırız. Depresyon ortaya çıktığı zaman kendimizi öldürürüz çünkü tasarımı öldürdüğümüzü düşünürüz fakat o kişiyle özdeşim yaptığımız için kendimizi öldürmüş oluruz. Buna ölen kişinin tasarımıyla yıkıcı özdeşim kurduğumuz için “özkıyım” denir ve Freud’un melankoli kavramıyla benzerlik gösterir. Bu duruma “bağımlılık ve ambivalans (hem sevmek hem nefret etme)” denir.

Vamık Volkan, “bağlantı nesneleri” adını verdiği, komplike matem yaşayanların olağandışı bir önemle yatırım yaptıkları gündelik eşyalardan bahseder. Yas sürecinde olan bir insan kaybettiği kişiye ait ya da kaybettiği kişiyle bağlantılı olduğuna inandığı bir eşyayla fazla düzeyde ilgiliyse, bu durum onun mateminin komplike olduğuna dair

bir işarettir. Ne kadar insani, kaçınılmaz ve normal bir süreç olarak değerlendirilse de kendisinden türeyecek bambaşka yeni sorunlara, komplikasyonlara gebe oluşu nedeniyle her yas süreci aslında açık bir yaranın iyileşme döneminde hak ettiği özeni gerektirir (Göka, 2013, s. 174).

Volkan, “yüceltilmiş yas” adını verdiği sürece kendisinden örnek verir. Görevinin ilk yıllarında bitmeyen yastakilerle çalışırken önce bütün danışanlarının patolojik olduğunu düşünmüştür. Yıllar sonra fark eder ki kendisi de bitmeyen bir yastadır. Ailesi, ölen dayısının ismini ona vermiş ve adeta ‘sen bağlantı objesi ol’ demişlerdir. Tipik bir hatıra nesnesinin, kayıptan sonraki zaman ve kayıptan önceki zaman arasındaki devamlılığı sağladığını söyler. Kaybedilen kişi ya da nesne önceki bir nesle aitse nesillerin devamlılığını sağlar. Bağlantı nesnesi, karmaşık yas süreciyle başa çıkmak için ya da kayıptan yıllar sonra normal yas sürecini canlandırmak için psikolojik bir araçtır. Ölen kişinin fotoğrafı, bir eşyası yas tutan kişi için bir hatıradır. Yas tutan kişi, kayıptan yıllar sonra ölmüş kişinin fotoğrafıyla, eşyasıyla aşırı uğraş içindeyse, hergün onlara törensel olarak dokunuyor, her gördüğünde gözyaşlarına boğuluyorsa, ya da bu resmi/eşyayı çekmeceye kilitliyor ve kilitlemediğinde kaygı yaşıyorsa, ya da valizine bu eşyayı yerleştirmeden seyahate çıkamıyorsa bu eşyayı komplike yası yönetmek için kullanılan sihirli bir araç olarak görmek mümkündür.

Bir de ‘son dakika nesneleri’ vardır. Çocuğu kazada ölmüş bir bayanın olay yerindeki bir taşı sihirli hale getirmesi gibi. Bağlantı fenomeni, mesela cenazeye giderken duyduğu/dinlediği bir şarkı bireyi kaybettiği kişiye bağlar. Bağlantı fenomeni bir şarkı, koku, jest, eylem, duyum gibi bir bağlantı nesnesi olarak işlev görür. Vaka XII (Felç Süreci ve Ölüm)’de anlatıldığı üzere felç geçirip yatalak hasta olan teyzemin yıllar evvel ölen kocasının cesedi yıkanırken aldığı mis kokusu, o mis kokusunu her aldığımda ölümün aklıma gelmesi gibi. Vaka XIII (Şehidin hikayesi)’de görüleceği üzere, şehidin cenazesi musalla taşında namaz vaktini beklerken, şehidin annesinin elindeki yazma veya türban, anne ile kızı arasındaki güçlü bağın bir göstergesi olarak kabul edilebilir.

Volkan ve Zıntl (2018), yas sürecinde yaşanan ‘bilinçdışı fantazi’ adı verdikleri bir durumdan bahsederler. Bu durumla ilgili şöyle bir vaka anlatırlar. Dört yaşında bir kız çocuğu kızamık olur ve hastalık iki yaşındaki kardeşine de bulaşır. Ailesi çocuğa, “Sen kızamık oldun ama iyileştin, kızkardeşine verdin” der. Bir hafta sonra küçük kardeş ölür. Cenazeyi görmesin diye çocuğu karanlık bir odaya kapatırlar. Çocuk orada “Ben katilim!” gibi bir fantezi geliştirir. Yetişkinlik döneminde suçluluk hissetmemek

için büyük kızkardeşinin oğlunu sanki kendi oğluymuş gibi yetiştirir. Oğlan artık usanır ve teyzesine artık kendisinden para istemediğini söyler. Kadın bu yüzden depresyona girer. Gözlemlediğimiz hadiselerde de buna benzer durumlarla karşılaştığımızı söyleyebiliriz. Vaka VI (Zihinsel Engelli Komşu)'da bahsedildiği üzere çocuğunun zihinsel engelli olmasına müsebbip olarak traktörden düşmesi ile erkek kardeşinin, zihinsel engelli komşumuza çocuk yaşlardayken ürkütücü bir hayvan gösterdiğine inanmak istemeyen annenin hayatı boyunca yaşadığı depresyon ya da mekankoli hali bu duruma örnek gösterilebilir. Vaka III (Evlilik Hikayesi)'te de görüleceği üzere, sevdiği kızı istemeleri amacıyla uzak memlekete üçüncü kez davet ettiği anne-babasını trajik bir ölümle kaybeden gencin, yine kendisinin söylediği üzere ömrü boyunca yaşadığı suçluluk duygusu ve sonucundaki melankoli hali, her tatil döneminde memleketine gelip eşyaların düzenini bozmadığı baba ocağında eşi ve çocuklarıyla kalması bu durumun açık bir delilidir.

Volkan ve Zıntl (2018), bozucu hale gelen yasa şöyle örnek verir. Danışanlardan birisi, kardeşinin hergün kendisiyle işe giderken konuştuğunu, davranışlarına çok müdahale ettiğini ve bu durumdan bıkip usandığını söyler. İşin ilginç yanı bu hasta, kardeşinin bir kazada öldüğünü psikoloğa altıncı seansta bildirir. Hastanın işe giderken arabada konuştuğu kardeşi, ölen kardeşinin özümsememiş zihinsel ikizidir. Hasta bazen hasta kardeşinin zihinsel ikizini göğsünde hapsolmuş olarak hissetmektedir. Bu duygu onun için çok rahatsız edicidir. Kardeşinin bir kukla gibi omzunda oturduğunu düşündüğünde ise kendisini daha iyi hissetmektedir. Bu, omuzlarında taşıdığı bir yükün sembolüdür. Hastanın, kardeşinin zihinsel ikiziyle arasındaki iletişim dışında, gerçeklikle bağlantısında kopukluk yoktur. Hasta, zihinsel ikizi içine almıştır fakat onunla özdeşim yapmamıştır. Diğer bir ifadeyle ikizi, hastanın içinde yabancı bir cisim olarak kalmıştır. Hasta bundan nasıl kurtulacaktır? Volkan, bu durumdan konuşarak kurtulacağı kanaatine varır. Bunun için Kızılderililerin ölen kişinin kuklasını bir iki ay çadırın içinde gördükleri ve onunla konuştukları kültürel ritüeli örnek gösterir. Buna da 'dışsallaştırılmış introject' adını verir. Gözlemlediğimiz hadiselerde dışsallaştırılmış introject olarak adlandırılan hale çok rastladık. Her ölüm vakasının ardından geride kalanların kaybettiği yakınının mezarına ilk dönemlerde sık sık gitmesi, bu gidişlerin kaybedilenin ölüm yaşıyla ters orantılı olduğunu gördük. Diğer bir deyişle ölen kişinin yaşı ne kadar küçük ise, mezarını ziyaret sayısının veya mezarın başında bekleme süresinin o derece fazla olduğuna şahit olduk. Vaka X (Genç Kızın Ölümü)'da

görülebileceği üzere, kızının mezarının başına en geç iki güne bir giden ve orada saatler boyunca kalan annenin ruhsal hali buna örnek gösterilebilir.

İslamî perspektifte tüm olayların Allah'ın iradesiyle oluştuğuna inanılır. Bu nedenle sadece psiko-sosyal stres kaynakları değil bu stresörlerin yarattığı acı da bu bağlamda ele alınır. İnanç kabullenmeyi pekiştirir ki bu yas sürecinin önemli bir parçasıdır. İnanç, Müslümanların mevcut koşullarını kabullenmelerinde ve her şeyi kontrol edemeyeceklerini kabul etmelerinde yardımcı olur (Alş & Fotouh, 2015, s. 37). Frager'in (2013, s. 92) dediği gibi hepimiz hayat serüveninde öngöremediğimiz zorluklar yaşarız veya bunları yaşamaya namzetiz. Sabırlı olmalı, elimizden geleni yapmalı ve Allah'ın nefsimizin kaldıramayacağından daha ağır yük vermeyeceği vaadine imanımız tam olmalı. Bazen yas tutuyor ya da maddi veya manevi birtakım şeylerin geçip gitmesine izin vermemiz gereken bir süreçten geçiyor olabiliriz. Yeni şeylerin gelebilmesi için kendimizi boşaltmamız gerekir ve bu bazen acı verici bir tecrübe olabilir.

Yas çoğunlukla profesyonel yardım gerektirmez. Zaten çoğu kişi de profesyonel yardım aramaz. Yas sürecinde yadsıma, bölme, pazarlık, suçluluk ve öfkenin olağan olduğunu, yas işinin hem sıkıntılı hem de dengeleri bozan bir dönem olduğunu ve olağan yasin bazen garip bir şekle bürünebileceğini öğrendiği zaman kişi genellikle rahatlar. Toplum olarak, ölümü konuşma konusundaki tabuları kaldırarak yas tutanlara yardımcı olabiliriz. Yas tutan kişiyi, akrabaları ve arkadaşları ile bu yaşadıklarını ve eşlik eden duygularını açıkça konuşması için yüreklendirebiliriz. Ebeveynlerini ergenlik çağında kaybetmiş olan kişilerle yapılan çalışmalar, yas tutan ergenlerin “korunmaması” gerektiğini göstermiştir. Kederlerini ifade etmeleri ve cenaze törenlerine katılmaları yüreklendirilmelidir. Ergenliğini tamamlayan kişiler, bir yetişkin gibi yas tutabilir. Küçük bir çocuğun bile, yasin bir başlangıcı bir de sonu olduğunu bilmeye gereksinimi vardır. Çocuğun, yetişkinlerin yas tuttuğunu, sonra da yası aşabildiğini görmesi önemlidir. Gözlemlediğimiz hadiselerde, kadınların cenaze merasimine hiç katılmadığına, mezarlığa gelmediklerine şahit olduk. Bir tek “Şehidin Hikayesi” vakasında gördüğümüz üzere kadın-erkek farketmeksizin insanların hem cenaze namazına katıldıklarına, hem de mezarlıktaki törende yer aldıklarını gördük. Ayrıca günümüz psikiyatrisinde yas sürecindeki insane ilaç yazmak moda olduğu için ilaçlar kalıcı sağaltımın yerini almaya başlamaktadır. Komplike bir yas nedeniyle acı çeken bir kişiye ilaç vermek, yanlış bir yaklaşımdır. İlaçlar duyguları köreltir ve yasin gidişini bozar. Yine Vaka XIII (Şehidin Hikayesi)'te bahsedildiği üzere şehidin annesine

sakinleştirici ilaç verilmesi, kanaatimizce sadece duyguların üstünü örtmek için yapılan tıbbi bir müdahaledir.

Modern psikiyatri depresyonu genelde, bireyin kayba veya ayrılığa verdiği karmaşık ve çok belirleyenli normal bir tepki olarak görmek yerine, ona sıradan bir biyokimyasal ajanın (serotonin) eksikliği olarak bakmaktadır. Bu bakış açısıyla depresyonu antidepresan ilaçla tedaviye çalışmanın tek amacının, depresif öznenin önceki toplumsal uyum ve yararlık/işlerlik düzeyini restore etmeye çalışmaktan ibaret olduğu aşikârdır. Bu bakış depresyonun tıpkı bir iltihap gibi anlaşılması ve mutlaka tedavi edilmesi gereken somatik bir hastalık olduğu inancından kaynaklanmaktadır. Diğer bir deyişle kayıp ve ayrılık deneyimleri karşısında verilen ruhsal/zihinsel tepkilerin öznelliği ve özelliğine saygının yerine, bireyi basit bir biyokimyasal mekanizma gibi görerek ona laboratuvar testleriyle ve/veya sığ bir psikolojiyle yaklaşmak, ruhi sancıyı gidermekten ziyade üstünü örtmek, ertelemek veya onu nadasa bırakmakla eşdeğerdir (Özmen, 2017, s. 242). Çağdaş toplumlarda ölüm ve matem konularını görmezden gelen bir vurdumduymazlık olabildiği gibi, kederin dışa vurulmasına da pek hoş bakılmaz, bilerek veya bilmeyerek kedere karşı kısıtlamalar getirilir. Günümüzde matemlerin komplike bir hal almasında geleneksel aile yapılarının ve dinî değer sistemlerinin gerilemesinin büyük payı vardır.

Vamık Volkan tarafından geliştirilen “yeniden yaslandırma sağaltımı”, yas tutan kişileri, yitimin tetiklediği bir çatışmaya karşı yeniden koşullamak olarak adlandırılır. Bu terapi, yasın hangi noktada saplandığını belirlemek, bu saplanmayı gevşetmek ve yas tutan kişinin o noktadan başlayarak yitimi için “yeniden yas tutmasını” sağlamak yöntemi olarak geliştirilmiştir. Bu sürecin ortaya çıkardığı anksiyeteye dayanabilmek için, adayda yeterli psikolojik gücün olması gerekir. Bu tedaviye en uygun hastalar, bitmeyen yastaki kişilerdir. Bu gruptakiler, kaybettikleri kişiyi tekrar görme umudunu taşırlar, yine de yeniden birleşmelerden korkarlar. Çünkü yeniden birleşmeler yasın hiçbir zaman çözümlenemeyeceğine işaret eder. Yeniden yaslandırma yalnızca bir kez denenmelidir. Eğer ilk sağaltım başarılı olmaz ise başka bir psikoterapi gereklidir.

3.1.3. Kederli Bireylere Yönelik Sosyal Desteğin Mahiyeti ve İşlevi

Bireyin sosyal çevresi, bilhassa da sosyal ağı ne kadar geniş olursa acı çekme olasılığı da o yönde artar çünkü büyük bir toplulukta daha çok üzüntü vardır. Kutlanacak sevinçli zamanlar elbette vardır fakat acılar bizimle daha uzun süre kalır. Hepimizin başa çıkması gereken binbir türlü sorunlarımız vardır. İmtihan zamanında

birbirimize karşı merhametli olmamız, birbirimizin sevinç ve kederlerinde her zaman yanbaşında olacağımızı hissettirmemiz son derece önemlidir. Frager (2013, s. 92), “Çevremizdeki insanlar zor bir dönemden geçerken onlara nazıkçe yanlarında olduğumuzu ve ihtiyaçları varsa onları dinleyeceğimizi söylemeliyiz. Onlara onarmamız gereken bir proje gözüyle bakmamamız gerektiğinin bilincinde olmalıyız” der. Dolayısıyla gözlemlediğimiz hadiselerde kederli bireylere bilhassa duygusal destek anlamında sosyal çevrenin tecrübeli bir psikolog gibi davrandığını söyleyebiliriz.

Merter (2012, s. 241), “Psikoterapi çok latif bir sanattır” der. Ona göre bu sanatın gayesi, acı çeken bireye sadece alt katların sakini olmadığını hatırlatmak, Kur’an’da “ahsen-i takvim” olarak tanımlanan yüceliğini, bir ayna gibi ona aksettirmektir. Psikoterapinin her şeyden önce bireyin karşısında bir duruş, asil bir varoluş tarzı olduğunu ve sadece bu duruşun bile bir şeyleri değiştirebileceğini düşünür ve şöyle der: “Eğer biz, alt katlara özgü rollerle bireyin karşısına çıkarsak, karşımızdaki kişi de bizim alt katta oynadığımız role takılıp bizi yüzeysel olarak değerlendirir. Bu tür bir ilişki, körlerle sağırklar diyaloguna benzer”.

Metastazlı kanser hastalarını gözlemleyen Ross, zorlanan insana rehberlik ve/veya refiklik etmesinin kendisine bu engin insanlık denizinde her bireyin eşsiz olduğunu öğrettiğini ve faniliğini, yaşamın sınırlı olduğunu fark ettirdiğini söyler. “Ömür” der Ross (1997, s. 318), “bu kısa süre içerisinde çoğumuz kendimize özgü bir öykü yaratır ve bu öyküyü yaşarız. Böylece kendimizi insanlık tarihinin kumaşına dokuruz”. Gözlemlediğimiz hadiselerde hayatın zorluklarıyla karşılaşan insanların bir zaman sonra, başlarına gelen olayın diğer insanların da başına geldiği/gelebileceği bilinciyle hareket ettiğini gördük. Örneğin “Ağaçtan Düşüş ve Kalıcı Sakatlık” vakasında geçtiği üzere sakat kalan kişinin, “Diğer insanlara sesleniyorum! Bir zamanlar ben de sizin gibiydim, sonra siz de benim gibi olabilirsiniz.” demesi bu durumu ifade etmektedir. Zaten İngilizcedeki “religious” sözcüğünün kök anlamlarından biri, bağlamak ya da birleştirmek anlamına gelen “re-ligare” terimidir. Bu kelime “birbirine bağlamak ya da bir arada tutmak” anlamına da gelir ve psikoterapi ile dinin birbirine benzeyen vazifelerine son derece güçlü bir açıklama getirir. Örneğin kanser hastalarını bir araya getirdiği terapi gruplarının üyeleri, aynı durumda olan başkalarıyla birlikte olmanın, ölümle baş etme konusunda kendilerine çok büyük bir huzur verdiğinden sık sık söz ederler. Bu hastalardan bir tanesi, birleştiricilik kavramını şöyle tanımlar: “Hepimizin karanlıkta, tek başına yol alan gemiler olduğumuzu

biliyorum; ama her şeye rağmen, yakındaki gemilerin kılavuz ışıklarını görmek insana tarif edilmez bir huzur veriyor.” (Yalom, 2001, s. 39-40).

Sosyal destek, nitelikli sosyal ağın kederli bireye verdiği maddi, duygusal ve bilişsel yardımın tümüne verilen isimdir. Maddi destek, hayatın zorluklarıyla karşılaşan insan için çevrenin yaptığı her türlü ekonomik yardımdır. “Şizofren gencin ölümü”, “Zihinsel engelli komşu” vakalarında anlatıldığı üzere ilçe esnafının, komşuların ekonomik anlamda ebeveynlere müsamahakar davranmaları; ölüm hadiselerinden sonra komşuların cenaze sahiplerinin evine yemek yapıp götürmeleri maddi desteğe örnek gösterilebilir. Ancak bazı ölüm vakalarında gözlemlerimizden anladığımız üzere yas sürecindeki insanların maddi destek ihtiyacının tam aksine bir işlev gören ve son yıllarda adet haline gelen bir uygulamadan bahsetmek gerekmektedir. Bazı taziye yerlerinde, insana “Acısına mı yansın, taziye gelenlerle mi uğraşsın!?” dedirtecek nitelikte, mevta toprağa teslim edildikten sonra cenaze sahiplerinin taziyeye gelenler için yemek verme telaşına şahit olunmuştur. Örneğin “Metastazlı Kanser Hastası” vakasında görüleceği üzere cenaze sahipleri toplu halde yemek vermek için uğraşırken, “Şehidin Hikayesi” vakasından hatırlanacağı üzere taziyeye gelenler için yemek masrafı kaymakamlık bütçesinden karşılanmıştır.

Duygusal destek nasıl devreye girer? Yas sürecinde verilen tepkiler, gündeme gelen ritüeller, bireyin kültürel yapısına, dinî inançlarına, kişiliğine ve kaybın büyüklüğüne göre değişmektedir. Zaten kültürlerin ölüm ve matem için ritüeller, törenler, adetler geliştirmesi de bu ihtiyaçtan kaynaklanır. Bireyin bu ritüellere, törenlere katılması, adetlerin gereğini yerine getirmesi sırasında aslında bir bakıma yakınıni kaybettiğini kabul edip yas sürecini başlatmaktadır. Yakınıni kaybeden bireyin cenazenin planlanmasına katılması, ölen kişinin bedenini görmesi, mezara konulduktan sonra üzerine toprak atması, başsağlığı dileklerini kabul etmesi, ölümle ilgili adetlerin ve dinî uygulamaların bizzat içinde bulunması kaybın inkârını imkânsız hale getirdiği gibi, yas sürecinde ona doğal ve güçlü bir toplumsal destek sağlar (Göka, 2013, s. 172). Gözlemlediğimiz insanların kültüründe şöyle bir ifade vardır. “İnsanın gözü ölüde diride kapıda olur.” Sevinçli zamanlarında insan her nasıl ki bu mutlu günümde kim yanımdaydı diye düşünür, hüznünlü günlerinde de kimlerin yanında olduğunu merak eder. Bir hasta ziyareti, kucakla(ş)ma, bir koluna girme, hal hatır sorma, omuza bir dokunuş, yanında oturma, ölmüş yakınının mezarına toprak atarken ya da el açıp dua ederken görünme vb. davranışlar, acı çeken insanın yükünü hafifletmek veya onun acı

gerçeğe daha çabuk alışması veya gerçeği kabullenmesi adına duygusal desteğe örnek gösterilebilir.

Gözlemlediğimiz hadiselerde ve insanların birbirleriyle iletişimde en sık karşılaştığımız sosyal destek türü bilişsel ve duygusal olan idi. Bilineceği üzere insan, bir ötekine asla benzemeyecek kadar öznel bir varlıktır. Her bir hareketi, eylemi yani düşüncesi, duygusu, davranışı ve fizyolojik tepkileriyle bir daha asla tekrarlanamayacak bir öznelliğe sahiptir. Böyle bir yapının anlaşılabilmesi için dar kalıplarla, determinel bir yapı içerisinde izah edilmeye çalışılması elbette mümkün değildir. İşte burada birbirinden farklı olan hatta birbiriyle savaş halinde olduğu söylenebilecek psikoterapötik kuramları bütünleştirmeye, aralarındaki ilişkiyi anlamaya, daha sistematik bir şekilde incelemeye dayalı bir çalışma sürecinin ürünü olan “bütüncül psikoterapiler”den bahsetmek gerekmektedir. Bütüncül psikoterapi, bundan otuz yıl kadar önce bir grup bilim adamının bir araya gelerek “Psikoterapide etkin olan şey nedir? İnsanı daha net nasıl anlarız ve ona nasıl yardım edebiliriz?” şeklindeki karşılıklı soruları ve devamındaki bilimsel etkinlikleriyle ortaya çıkan bir dalga olarak görülmüştür. Bu dalganın içerisinde bütüncül psikoterapistlerce, kendi içerisinde farklı ekollerin ve tekniklerin bütünleştirilebileceğine dair birtakım iddialar ortaya atılmıştır. Hâsılı günümüz psikoloji alan yazınında, gerek teorik gerek pratik tarzda dört yüzün üzerinde psikoterapi tekniği ve yaklaşım tarzının bilimsel olarak tanımlandığı bir çeşitliliğe ulaşılmıştır. Sonuç itibarıyla yakalanan her bir parçanın ayrı bir tedavi ve teknik olarak ortaya çıkmış olması bu çeşitlilikten kaynaklanmaktadır (Özakkaş, 2018, s. 12-13).

Katılımlı gözlemlerimiz ve yarı yapılandırılmış mülakatlarımızdaki verilerle o vakalardaki insanları birer danışan olarak görüp fenomenolojik analizi bu bilinçle yaptığımızı belirtmek istiyoruz. Buradan hareketle zorlanan insana sunulacak veya zorlanan insanın gerektiğinde müktesebatına başvurabileceği, yardım alabileceği çeşitli psikoterapik yaklaşımlardan bahsetmemiz gerekir.

Bu yaklaşımlardan birisi “bilişsel-davranışçı model”in ürünüdür. “Danışanın rahatsızlığının nedenini bildiğim halde yıllarca bekleyip onun kendi başına aynı nedeni bulmasını beklemek bana çok anlamsız geliyordu” diyerek (Doğan, 1995, s. 30) kendisini önceki akılcı yaklaşımların temsilcilerinden farklı bulan Ellis, yaklaşımını

“akılcı duygusal terapi” olarak adlandırır⁵⁴. Ellis’in gözlemlerine göre bireyde huzursuzluğun oluşumuna mantıksız düşünceler, duygular ve davranışlar sebep olur. Mantıksız düşünceler de daha çok temel varsayımlara ve inançlara dayanır. Ellis’e göre danışanlarında akılcı olmayan nevrotik davranışların var olmasının nedeni, danışanların öğrenilmiş olan bu davranışlar tablosunu tekrarlayarak geliştirmeleri ve dolayısıyla değişime karşı direnci artırmalarıdır⁵⁵. Ona göre bu durumda yapılacak olan şey yalnızca danışanlara davranışlarının nedenini gösteren içgörüyü kazandırmak değil, aynı zamanda sorunlarını algılamada yeni ve akılcı bir düşünce yöntemi öğretmektir.

Bilişsel-duygusal terapiye göre bireyin psikolojik sağlığını bozan başlıca neden, akılcı olmayan düşüncelerdir. Bireyin zorluklarla başa çıkamamasındaki etken, kendi hakkında geliştirdiği varsayımlardır⁵⁶. Bu varsayımlardan hareketle geliştirilen A-B-C kuramı, bilişsel-duygusal terapinin temelini oluşturur. Bu kuram olaydan çok, bireyin olayı algılama biçimine dayalıdır. A, bireyin dışındaki bir olgunun veya bir olayın varlığıdır. C, bu varlığa ilişkin bireyde oluşan duygusal sonuç veya bireyin tepkisidir. A (harekete geçiren olay), C’ye (duygusal sonuç) neden olmaz. Bireyin A hakkındaki inançları olan B, C’ye (duygusal tepki) neden olur. Ellis’e göre çöküntüye (C) neden A değil, bireyin inançları yani (B)’dir. A-B-C’den sonra istişare (D) gelir. D, danışanlara kendi akılcı olmayan düşüncelerinin üstesinden gelmeleri için yardım sağlayacak terapotik tekniklerin uygulanmasıdır. Ellis’e göre bireyin duygusal tepkisini değiştirmek için en etkili yöntem, A noktasındaki olay hakkında bireyin kendi kendine ya da kendi inanç sisteminde, yani B’de neler söylediğini görmesini sağlamak ve kendi akılcı olmayan inançları ile etkin bir biçimde baş etme yollarını öğretmektir (Corey, 1991). Bu

⁵⁴ Bilişsel duygusal yaklaşıma göre bireyin verimliliği, mutluluğu ve başarısı bilişsel düşünce ve davranışlarına bağlıdır. Duygu, düşüncenin önyargılı, kişisel ve akılcı olmayan yönüdür ve duygusal ve algısal bozukluk halinde bireyde akılcı olmayan düşüncelerin ortaya çıkmasına sebeptir. Bu nedenle birey, çevresindeki olaylardan kaynaklanan akılcı olmayan düşüncelerini değiştirmede sürece huzursuz olur. (Doğan, 1995, s. 30).

⁵⁵ Akılcı-duygusal terapiye göre bütün nevrotik ve psikotik eğilimler doğuştan değil öğrenilmiştir. Rahatsız edici inançlar geliştirmek rahatsız edici inançlardan dolayı rahatsız olmak ve bu rahatsızlığını sürdürmek yalnızca insana mahsustur. İnsan kendi bilişsel, duygusal ve davranış biçimlerini değiştirme yeteneğine sahiptir. Alışılmıştan farklı olarak tepki göstermeyi seçebilir, huzurunun kaçmasını önleyebilir ve yaşamının geri kalan kısmında daha huzurlu olmak için kendini eğitebilir. Terapinin amacı, aynı anda düşünen, davranan ve duygulanan insanın bilişsel boyutunu değiştirmektir.

⁵⁶ Bu varsayımlardan bazıları şunlardır: Olaylar bireyin istediği şekilde gelişmezse bu bir felakettir. Dış faktörlerden kaynaklanan mutsuzluk üzerine bireyin hiçbir denetimi yoktur. Kaygı ve korkuya sebebiyet verecek her şeyin meydana gelme olasılığı sürekli olarak engellenmelidir. Güçlüklerle uğraşmak ve sorumluluk almak yerine onlardan kaçmak daha kolaydır. Birey, başkalarına bağımlı olmalı, güvenebileceği ve danışabileceği kendisinden güçlü birisi her zaman olmalıdır. Geçmişin yaşantıları bugünün davranışını belirler. Her problemin her zaman doğru ve tam bir çözümü vardır.

terapi yöntemiyle, Kehf Suresi'nde geçen Bilge Kişi-Hz. Musa kıssasıyla verilmek istenen mesajın benzerliği üzerine dikkatleri çekmek gerekmektedir.

Aaron Beck tarafından formüle edilen bilişsel terapi, psikolojik stres ve etkisiz davranışlara yol açan uyumsuz ve çarpık inançların tespit edilmesine odaklanır. Bu mantık dışı bilişler ve otomatik düşünceler terapi sürecinde modifiye edilerek, psikolojik iyi oluş ile uyumlu davranışlar üreten mantıklı bilişler ile yer değiştirilir. Benzer şekilde İslamî söylem de pozitif ruh sağlığını korumada akıl, yansıtma ve bilgiyi aramanın önemini vurgular. Mantıksal analiz özellikle öne çıkarılır. Kur'an'da insanın mantıksal boyutlarını vurgulayan birçok ayet vardır. "Biz sana feyizli ve bereketli bir kitap indirdik ki insanlar onun ayetlerini iyice düşünsünler ve akli yerinde olanlar ders ve ibret alsınlar (Sad/38, 29)". Mantıksallığa yapılan bu vurgu ışığında bilişsel terapiler İslamî inanç ile uyumlu olabilir. Örnek vermek gerekirse birçok Müslüman hayatlarında her duruma uygulayacakları bir doğru yol olduğuna inanır ve Hz. Peygamberi model alarak mükemmele ulaşmaya çabalar. Müslümanlar, diğer insanların problemleri hakkında üzgün hissetmeleri yönünde teşvik edilir (Amer & Baland, 2015, s. 98).

Dindar danışanlarla çalışırken bilişsel müdahalelerin başarısını artırmanın bir yolu, dinsel inançları terapötik sürece entegre etmektir. İslamî literatürden, dünya hayatının geçici olduğu inancına benzer şekilde bilişsel davranışçı terapiye entegre edilebilecek birtakım bilişler türetilmiştir. Bu inanç, tüm gelgitleriyle birlikte bu hayatın sonsuz değil Ahirete giden geçici bir yolculuk olduğunu vurgulamaktadır. Örneğin Kur'an, "Size verilen şeyler dünya hayatına ilişkin geçici doyumlardan ve yine dünyada kalan süs ve eğlenceden ibarettir; oysa Allah katında kazanılanlar daha hayırlı, daha kalıcıdır. (Kasas/28, 60)". Müslüman danışanlar bu hayatın geçiciliğini idrak ettiklerinde umutsuzluk ve dağılma duyguları doğuran mantık dışı bilişleri ile başa çıkabilmektedirler (Amer & Baland, 2015, s. 100).

Zorlanan insanı anlamak ve ona çözüm yolları sunmak için başvurulacak yollardan biri de "psikanalitik/psikodinamik teori"dır. Bu teoriye göre içten (intrapsişik)⁵⁷ ya da

⁵⁷ Yalom'a (1980) göre bireyin savunma mekanizması geliştirmesinin iki sebebi vardır. Bunların ilki, bireyin özel olması (personel specialness), diğeri ise her zaman bir kurtarıcının geleceğine (ultimate rescuer) inanmasıdır. Özel olma, bireyin kişisel dokunulmazlığı (inviolable) ve incitilemez (invulnerable) olduğu inancıdır. Ancak hayatın her hangi bir yerinde ciddi bir hastalık, bir boşanma vb. gibi yaşam olayıyla karşılaştığında kendisinin ne denli alalede, sıradan olduğu gerçeğiyle karşılaşır. Kişisel dokunulmazlık inancı bireye kendi içinde görece bir güvenlik duygusu sağlar. Önünde sonunda bir kurtarıcı gelecek inancı ise dışarıdan bir güç tarafından gözetildiği, korunduğu izlenimini verir. Yalom, bu iki inanç sisteminin bireyin varoluş durumuna ters düşen bir dialektik oluşturduğunu ileri sürer. Ona göre birey ya kahramanca bir atılım, ya da üstün bir güç içinde erime yoluyla güvenlik arar (Okyavuz, 1995, s. 168).

dıştan gelen zorlarla strese düşen bireyin egosu sıkıntıdan kurtulmak, ruhsal dengesini muhafaza etmek için bazı savunma mekanizmaları geliştirir. Bu mekanizmalar bilinç dışı süreçlerdir ve bireyin temel kalıtsal ve biyolojik yapısı ve olgunlaşma düzeyi, engele dayanma gücü ya da güçsüzlüğü ile yakından ilgilidir.

Psikanalitik teori ve İslamî düşünceleri entegre etmeye dair çabalar mevcuttur. Örneğin Freud'un üçlü psişe yapılanması (id, ego, süperego), Kur'an'da bahsedilen üç ruh ya da benlik türü ile paraleldir: Nefs-i emmare (emreden nefis), id ile bağlantılandırılmaktadır. Bu şeytani benliktir ve temel bedensel haz ve isteklerin peşinden koşar. Örneğin Kur'an (Yusuf/12, 53) şöyle der: "Çünkü Rabbimim merhamet edip korudukları hariç, nefis (insan ruhu, benliği) daima fenalığı ister, kötülüğe sevk eder." Freudyen teori ile karşılaştırıldığında sufî İslamî literatür, bu tutkulu benliğin tamamen yok edilmesi değil kemale erdirilmesi gerektiğini ileri sürer. Çağdaş İslam bilginleri içsel tutku ve istekler ile sosyal baskı ve beklentiler arasındaki içsel çatışmayı vurgulama eğilimindedirler. Üçlü ego yapılanması dışında, Freud'un haz-acı ilkesi (hazzı aramak, acıdan kaçınmak) sufi literatüründe yaygın olarak kullanılır (Amer & Baland, 2015, s. 92-93)

Zorlanan insanı anlamak ve ona yardım etmek için müktesebatına başvurulmuş yöntemlerden bir diğeri de "humanist-yaşantısal" modeldir. Maslow, kendini gerçekleştirmenin en üst formunun, benliği aşan bir fedakarlık türüne benzediğini ileri sürer. Hümanist psikolojinin bu yönü birçok bakımdan İslamî inanç sistemiyle uyudur. Örneğin psişik çatışmaların çocukluk yaşantılarına bağlandığı psikodinamik teorik çerçevenin aksine hem hümanist psikoloji hem de İslamî inanç, geçmiş yaşantıların esiri olmadan insanın kendini dönüştürme şansını ve insan potansiyelini vurgular. Örneğin Kur'an (Furkan/25, 70) şöyle der; "Ancak tövbe ve iman edip iyi davranışta bulunanlar başkadır; Allah onların kötülüklerini iyiliklere çevirir. Allah çok bağışlayıcıdır, engin merhamet sahibidir". İslamiyet'in bu yönü, hümanist psikolojide olduğu gibi geçmişte kalmayı değil kendini gerçekleştirmeyi vurgular. (Amer & Baland, 2015, s. 104).

Hümanist psikolojinin bir diğer öncüsü Rogers bebeklerin kendini gerçekleştirmeye yönelik içsel bir eğilimle doğduğunu söyler. İnsan doğasına ilişkin bu görüş, İslamî inanç tarafından da paylaşılır. İslam inancı, insanın iyiye doğru bir eğilimle (fitrat) dünyaya geldiğini kabul eder⁵⁸. Kendi fitratını takip eden insanlar

⁵⁸ Gestaltçı Psikoterapi, her bireyi biricikliği, aşkınlığı, bağlamı, bütünlüğü, özgürlüğü, metafiziksel derinliği ve varoluşsal eyleyenliği ile ele almaktadır. Gestaltçı psikoterapiler; danışanlarını geçmişin psiko-enkazlarına götürüp damgalamak yerine, ya da geleceğin varoluşsal kaygılarına angaje edip

otomatik olarak kendini gerçekleştirme yoluna girmiş olur. Öte yandan bu doğal eğilimden uzaklaşmak da psikolojik bozukluklar yaratabilir. Hümanist psikolojiye benzer şekilde İslamî inanç da, insanların, anne-baba baskısından şeytanın fısıltılarına kadar uzanan bir ranjda yer alan dışsal faktörlerin etkisiyle fitratlarından uzaklaşma tuzağına düşebildiklerini söyler. Bu durumda kendini gerçekleştirme süreci tıkanır. Bu temelde İslamî literatürde fitratını takip edenler peygamberlerdir ve Allah'ın da yardımı ile onları kendini gerçekleştirme sürecinden uzaklaştırma riski taşıyan sosyal baskılara karşı gelebilmişlerdir. (Amer & Baland, 2015, s. 105).

Hümanist psikolojiler bazı çevresel faktörlerin özgür iradeyi sınırlayabileceği şeklinde daha ılıman bir yaklaşım sergilese de Allah'ın rolü genelde görmezden gelir. Diğer bir ifadeyle her insan kendi anlamsız varoluşuna kendisi anlam katar. İslamî düşünceye göre ise hayatın, kişinin fenomenolojik ve öznel deneyimlerini aşan şüphe götürmez ve objektif bir anlamı vardır. Örneğin Kur'an der ki: "Ben, cinleri ve insanları ancak bana ibadet etsinler diye yarattım (51/Zariyat, 56)." ve "O ki, hanginizin daha güzel davranacağını sınamak için ölümü ve hayatı yaratmıştır. O, mutlak galiptir, çok bağışlayıcıdır (67/Mülk, 2)". Bu nedenle Kur'an hayatın objektif anlamını da belirlemiş olmaktadır: Allah'a kulluk etmek ve her zaman O'nun hoşuna gidecek davranışlar sergilemeye çalışmaktır. Yaşantısal teorinin Müslümanlarca kabul edilebilecek boyutlarından biri insanın hayattaki karar ve davranışlarının sorumluluğunu almasına yapılan vurgudur (Amer & Baland, 2015, s. 106-107).

İnsan, davranışçı ekolün ısrarla üzerinde durduğu şekliyle tamamen koşullara göre hareket eden ve tepki veren bir canlı değildir. Temelde karar verme ve içsel ve dışsal koşullar karşısında duruş takınma yetilerine sahip, fiziksel ve metafiziksel niteliklerle donanımlı bir varlıktır (Weeks & L'Abate, 2013). Jung, Freud ve Adler, bireyin bedensel ve zihinsel boyutlarını derinlemesine analiz ederken (Jr & McCarthy, 2007) Frankl ise bireyin daha çok ruhsal tarafı üzerine incelemeler yaparak insanın psikolojik boyutunu ele almıştır. Ona göre vicdan, aşk ve estetik bilinç gibi unsurlar bireyin ruhsal boyutunun ürünleridir.

Frankl'a göre insan, yaşadığı ve bilinci yerinde olduğu müddetçe 'anlam'ı hiçbir zaman yitirmez fakat bu anlamın her zaman değişime uğrama ihtimali vardır. Buradan hareketle o, "Birey hayatın anlamını üç farklı yoldan elde edebilir." der (Nietzel, Bernstein, Kramer & Milich, 2003). Bu yollar; *ardında bir eser bırakmak ya da insanlık*

örselemek yerine; onları 'şimdi ve burada'nın gerçekliğinde/bilişselliğinde ele almakta, dinlemekte, spontan ve teatral bir dil ile iletişime veya sohbete davet etmektedir (Alşan, 2015, s. 185).

için faydalı bir iş yapmak, bir insanla etkileşime girmek ya da onunla bir şeyler yaşamak, kendi yaşantısından da anlaşılacağı üzere kaçınılmaz acıya, kedere karşı bir duruş, tavır geliştirmektir (Frankl, 1985).

Birey bazen kendi hayatındaki anlam isteminin farkına varamaz ve bu sebeple derin bir anlamsızlık hissine kapılarak kendini bir boşlukta hissedebilir. Hayatındaki bu tamamlanmamışlık ve doyum eksikliği, eleştiri oklarını kendine yöneltmesine ve bireyin kendini suçlu hissetmesine kadar gidebilir. Bu anlamsızlık ve boşluk hissi (varoluşsal boşluk) bireyde agresyona, bağımlılığa, depresyona ve hatta intihara sebep olabileceği gibi psikosomatik sorunlara ve nevrotik bozukluklara da yol açabilir (Haim, 1986).

Geride acı ve üzüntü bırakmış herhangi bir tecrübe, bireyde bu durumun tekrar ortaya çıkabileceği konusunda bir beklenti yaratır. Yani bir semptom fobiye uyandırır, karşılık olarak fobi semptomu kamçılar ve semptomun yeniden ortaya çıkması fobiye pekiştirir. Burada bir kısır döngü meydana gelir. Danışan fobik belirtiler sergiliyor ise korktuğu şeyi yapmaya, obsesif-kompulsif belirtiler sergiliyor ise korktuğu şeyin olmasını arzulamaya yönlendirilir. Böylece danışanın korkularından kaçmasına ya da korkularıyla mücadele etmesine son verilmiş olur. Böylelikle hastalık yaratan (patojenik) korkunun yerini, paradoksik (çelişkili) bir niyet ya da arzu alır, sonuç olarak da beklenti kaygısının kısır döngüsü kırılmış olur (Frankl, 2007).

Frankl'a (1967) göre hayatımızdaki korkular bir kısır döngü gibi giderek artar. Kişinin bu fobilerden kaçtığını ve kaçarken anksiyetesinin arttığını ve bu anksiyetenin kişinin fobisini daha çok güçlendirdiğini, bunun bir kısır döngü olduğunu dile getirir. Bu konuda o, üçlü bir psikoterapi yöntemi önerir. Logoterapide kullanılan psikoterapi teknikleri “paradoksik niyet”, “düşünce odağını değiştirme” ve “tutumların değiştirilmesi”dir.

a) Paradoksik Niyet: Korkunun, korkulan şeyi yaratabileceği ve aşırı isteğin bazen arzulanan şeyi imkânsızlaştırabileceği gerçeğine dayanır. İnsanın korkuya yönelik temel tepkisi korkudan kaçmaktır. Diğer bir deyişle insan, kaygısını körükleyen durumlardan uzaklaşmaya çalışır, yani korkusundan kaçır (Ascher, 1989). Burada amaç yaşanan kısır döngüyü kırmaktır (Ascher & Efran, 1978). Bu teknikte danışandan olmasından en çok korktuğu şeyin olmasını arzulaması istenir. Burada kişi yaşadığı deneyimin anlamını değiştirir, o deneyime başka bir anlam kazandırarak korkularından ve semptomlarından uzaklaşır (Ascher, 1989; Budak, 2005). Bazı psikologlar, paradoksik niyet tekniği uygulanırken insana özgü mizah yeteneğini harekete

geçirmenin öneminden bahseder (DiTomasso&Greenberg, 1989; Frankl, 1967). Determinist bir yöntemle hareket edip sadece psikanalizdeki savunma mekanizmalarına atfetmediğimiz müddetçe insanın bazen kendisiyle eğlenebilen, kendine gülebilen ve kendi korkularıyla dalga geçebilen bir varlık olduğunu unutmamamız gerekir. Kişi, saplantılarıyla boğuşmaktan vazgeçtiği ve bunun yerine saplantılarını alaycı bir tavırla ele alıp, espri konusu yaptığı anda kısır döngü kesilir (Budak, 2005). Bu sayede birey kendi nevrotik korkularıyla alay etmekle kalmayacak, zamanla korkularını görmezlikten gelmeye başlayacaktır (DiTomasso&Greenberg, 1989).

b) Düşünce Odağını Değiştirme: Bu teknik daha çok “aşırı düşünme” sebebiyle sıkıntı çeken danışanlar için kullanılır. Aşırı düşünme, bir şeyin olmasından aşırı korkmanın, korkulan şeyin olmasına yol açması olgusunu anlatmak için kullanılan terimdir (Ascher, 1989). Haz ne kadar amaçlanırsa o derece elden geçirileceği, logoterapinin temel ilkelerinden birisidir (Frankl, 2007). Düşünce odağını değiştirme; kişinin, kafasını sürekli meşgul eden sorunlardan, semptomlardan uzaklaşarak düşüncelerini başka insanlara, uğraşlara yöneltmesidir (Ascher&Schotte, 1999). Davranışsal terapinin tekniklerine benzerliğiyle dikkat çeken logoterapi varoluşsal olarak yaşanan deneyimlerin anlamlarının değiştirilmesi ve o deneyimlere yeni anlamlar kazandırmak olarak yorumlanabilir (Frankl, 1985). Böylece kişi hayatta amacını ve anlamını bulma konusunda sorumluluk üstlenmiş olur.

c) Tutumların Değiştirilmesi: Psikolojik bir objeye yönelik atfedilen her şey tutum olarak değerlendirilir (Kağıtçıbaşı, 2008). Kişinin kendisini çaresiz hissettiği, zor koşullar yaşadığı dönemler olabilir. Logoterapinin amacı danışanın durumla ilgili düşünce biçimini değiştirmektir (Ascher&Schotte, 1999). Bu teknikle danışana tecrübeleriyle, içinde bulunduğu durumla ilgili yeni bir bakış açısı kazandırmak amaçlanır. Kişi geçmişte olumsuz deneyimler yaşamıştır ancak geçmiş hakkındaki düşünce şeklini geçmişe olan yaklaşımı değiştirebilir (Budak, 2005).

İslamî inanç sistemine göre insanlar özgür irade ile donatılmışlardır ve bilgi ve gerçeği takip ederek yeryüzündeki ilahi amaçlara daha yakın hale gelebilirler. Özgür irade ve bilme yetileri sayesinde insanlar davranışlarından sorumlu olacaklardır ve hesap vereceklerdir. Ancak mutlak özgür iradeyi savunan bazı hümanist psikolojilerin aksine İslamiyet, bir orta yol önerir. Şöyle ki her ne kadar iyi ile kötü arasında tercih yapma şansları varsa da Allah önlerine çıkan şeyleri önceden bilmektedir ve karara bağlamıştır. Özgür irade ve kader kavramlarının paradoksalılığı da çok fazla tartışılmıştır. (Amer & Baland, 2015, s. 106).

Zorlanan insana sunulabilecek bir diğer yaklaşım Gestalt psikoterapidir. Gestaltçı psikoterapi bireyi biricikliği, aşkınlığı, bağlamı, bütünlüğü, özgürlüğü, metafiziksel derinliği ve varoluşsal eyleyenliği ile ele alır. Gestaltçı psikoterapiler; danışanlarını geçmişin psiko-enkazlarına götürüp damgalamak yerine, ya da geleceğin varoluşsal kaygılarına angaje edip örselemek yerine; onları ‘şimdi ve burada’nın gerçekliğinde/bilişselliğinde ele alır, dinler, spontan ve teatral bir dil ile iletişime veya sohbete davet eder (Alşan, 2015, s. 185). Örneğin Morita Terapi anlayışına göre insan doğal olarak aktif bir varlıktır. Buna göre bireyin semptomları düzelmeden sağlıklı bir hayat süremeyeceği düşüncesi kabul edilmektedir. Eğer semptomlarına rağmen çalışması sağlanırsa birey, semptomlarına rağmen çalışabildiğini anlar ve semptomlarının gün geçtikçe azaldığının farkına varır. Morita terapi uzmanlarına göre iyileşme, semptomların kaybolması değildir. Onlara göre birey, iyileşme semptomlarına rağmen normal ve üretken bir şekilde yaşamaya devam edebilmektedir. Bu yaklaşıma göre birey semptomlarına isyan etmemeli, onlarla mücadele etmemeli ve onlardan kaçınmamalıdır (Çelimli & Güldal, 2016, s. 105).

İslam inancına göre Allah’a tevekkül etmek, ne bir işi başarmak için gerekli olan araçlardan ne de Allah’ın merhametinden umut beklemekten vazgeçmek anlamına gelir. Maksimum yarar elde edebilmek için hem kişisel çaba hem de Allah’ın yardımına olan inanç birbiriyle kombine edilir. Allah tarafından sunulan tekniklerin de başarıya ulaşmak için kullanılması gerekebilmektedir. Hayatın zorlukları karşısında ruhsal bozukluk söz konusu olduğunda atılacak adımlar ilaç kullanma, psikolojik danışma ve psikoterapi olabilir ve bunlar aracılığı ile semptomlar azalabilir. Aynı zamanda Müslümanlar, Allah’ın izni olmadan bir gelişme olmayacağına da inanırlar ve dolayısıyla O’na bağlı kalırlar. İslami kültürde ilaç, terapi ve doktorlar zorlukların üstesinden gelebilmek için birer araçtır, çareyi veren Allah’tır. Örneğin Abraham Maslow’un ortaya koyduğu terapinin bir kolu kişi ötesi (ben-ötesi) terapidir (transpersonal terapi). Terapistin, Müslümanların tinsel gelişimlerinin merkezine Allah ile olan ilişkilerini koyduklarını ve terapötik süreç üzerinde bile O’nun etkisi olduğunu kabul ettiklerini unutmaması gerekir. Bu nedenle Müslümanlar için tinsellik sadece bir enerji ya da yaşam gücü değildir daha ziyade resmi dinin ilahi inancı ile karışmıştır (Amer & Baland, 2015, s. 107).

3.2. Başa Çıkma ve Sabır Bağlamında Zorlanan İnsan Tipleri

Gözlemler ve mülakatlar sonucunda, hayatın öngörülemeyen zorluklarıyla karşılaşan insanlar gerek yas sürecinde yaşadıkları gerekse toplum içinde bir fert olarak davranışlarıyla analiz edildi ve bir senteze ulaşıldı. Şunun da farkındayız ki sosyal bilimlerde araştırmacının karşısına çıkan engellerden birisi, belki de ilki, bireydeki *sosyal istenirlik (social desirability)*'tir. Mülakatlarda ve anketlerde insanların kendilerine yöneltilen soruları, toplum içinde bir fert olarak görünmeyi arzuladıkları şekilde yanıtladıkları ya da kendilerini olduğu gibi tanıtmak yerine toplumsal açıdan istendik, beklendik yönde cevap verme eğilimlerinin olduğu bir gerçektir. Bu durumun ilk etapta bir araştırmanın güvenilirliğini zedeleyebileceği akla gelebilir ancak araştırmamızın uzun bir sürece yayılması ve örneğin katılımcıların mülakatlarda isimlerinin verilmesinde bir sakınca görmemelerini, onların içtenlikle hareket ettiklerinin bir göstergesi olduğunu düşünüyoruz.

Eğer insana ömründe yalnızca bir kereliğine gündelik hayatın akışını veya zamanı durdurup yaşantılarını gözden geçirme, sonra geçmişe gidip yaşanmasını arzu etmediği şeyleri veya 'keşke'lerini yok etme hakkı verilseydi, muhakkak ki çoğu kişi neredeyse bütün hafızasını, bilinçaltı çöplüğünü tamamıyla temizlemeyi veya onları yok etmeyi arzu ederdi. Bu çocuksu düşünce veya ütopya, aklın ermeye başlamasıyla sükût-u hayale uğrar. Geçmişe dönüş imkânsızdır ve Tanrıya inanan bir insan bütün yolların yine Tanrı'ya çıktığının bilincine ulaşır. Tanrı, hangimizin daha güzel işler yapacağını görmek için dünyayı yarattığını ve bizi buraya gönderdiğini, bu dünya hayatının bir oyun ve eğlenceden ibaret olduğunu, bizi çeşitli şekillerde sınayacağını söyler. Zamanı geriye sarmanın imkânsızlığı gibi, iman eden bir insanın yaratıcının imtihanından muaf olması da mümkün değildir. Yokluk sahnesinden var oluşsal âleme yükseltilen insanın iradesi Yaratıcı tarafından nasıl sınırlandırıldıysa, zaman denilen acımasız değirmen de insanın geriye bakmasına dahi izin vermeden onu öğütmektedir. Bu öğütme işi, insanın kalıtsal özellikleri ve çevrenin etkisi de hesaba katıldığında, değişik tipolojiler üretmekle sonuçlanır.

İnsanı kapalı bir kutu veya çok bilinmeyenli bir denklem gibi tasavvur ve tahayyül edersek, onu tipolojilerle anlatmak bir nevi sınırlandırmak veya onu tam anlamıyla tanıdığımızı söylemek gibi büyük bir iddia ortaya atmış oluruz. Ancak insanın hayat yolculuğunda başına gelen olaylara verdiği/verebileceği tepkileri gözlemleyerek bu konuda bir tipoloji oluşturmanın mümkün olabileceği kanaatindeyiz.

Hayatın zorluklarıyla başa çıkmaya çalışan insanın halini bir metaforla anlatmak gerekirse bireyin dünyadaki yaşamı uzun, ince ve sınırlı görme mesafesiyle kat edilen bir yola benzetilebilir. Hayat, insan için bazen güneşli ve ılık bir havada etraftaki ağaçlardan gelen kuş cıvıltılarıyla gayet zevkli bir şekilde kat edilen, bazen de insanı savururcasına kopan bir fırtınada öndeki engellerin aşılmaya çalışıldığı, derin çukurlarla bezeli kaygan bir yol gibidir. Bazen bu yolda ayağı kayıp düşer insan, bazen düştüğü çukurdan kendisini çıkaracak bir yardım arar. Kimisi şikâyet etmeden engelleri aşmaya çalışır, kimisi de engeli oraya koyanı, o çukuru oraya kazanı suçlar. Kimisi diğer insanların yürüdüğü yolu kontrol edip hemen yakınındakilerin rahatlığına imrenerek onları kıskanırken, kimisi sadece kendi önüne bakarak yolun sonuna kavuşmak için çabalar. Bütün bu haller bireyde şu ya da bu şekilde strese sebebiyet verir, zira bireyin ruhsal yapısından kaynaklanan (intra psişik) ya da çevresinden gelen zorluklarla (stres) bazen bunalıma düştüğü bilinen bir gerçektir. Bunaltıya düşen bireyin benliği (egosu) bu stresten kurtulmak ister. Ruhsal dengesini korumak için de birey bazen bir dizi savunma düzenekleri geliştirir. Bu düzenekler bazen bilinçle geliştirilirken bazen de bilinç dışı yapılanmanın bir ürünü olup kişinin temel kalıtsal ve bireysel yapısı, ruhsal-cinsel-toplumsal gelişme ve olgunlaşma düzeyi, zorluklara dayanma gücü, ruhunun istiap haddi ya da tahammül eşiğinin seviyesi ile yakından ilgilidir. Bu benzetmelerden hareketle, başa çıkma ve sabır bağlamında “şaşkınlık, kaygı, öfke, suskunluk ve teslimiyetçilik” adı verilen bazı “zorlanan insan tipleri” oluşturuldu.

3.2.1. Şaşkınlık

Engelli bir çocuğa sahip olmak veya sonradan engelli hale gelmek, ölümcül hastalık tanısının konması, trafik veya iş kazaları sonucu beklenmedik ölümler ya da genç ölümleri, tehlikeli bir olaya tanık olmak gibi zorlayıcı ve bireyin tahammül eşiğini aşan olaylar psikolojik açıdan travmatik deneyimlerdir. Ancak her yaşanan zorlayıcı hadise ruhsal travma olarak görülemez. Vakanın niteliği kadar vaka karşısında verilen tepki de önemlidir. Yaşanılan bir olayın "ruhsal travma" olarak adlandırılabilmesi için bireyin gerçek bir ölüm ya da ölüm tehdidi ile karşı karşıya kalması, böyle bir olaya tanık olması ya da bir yaşadığı hadiseyi tehdit edici olarak algılanması gerekir. Bu tür durumlar bireyde çaresizlik, korku hatta dehşete düşme gibi tepkiler oluşturabilir.

Hayat, durmak bilmeyen kayıp deneyimi ve tehdidi karşısında bir sabır ve tahammül imtihanıdır. Hayat bazen insana öngörülemez taraflarıyla yaklaşır. Travmatik

tehditlerle yüzleşmek bireyin kaçınılmaz kaderidir. Günlük hayatın normal akışı sırasında her an için olası fakat bilinçaltına itilmiş gerçeklerle insan bazen ansızın karşılaşır. Ansızın gelen ölüm, bilhassa genç ölümleri, bir kazadan sonra sakat kalınması veya bir çocuğun ölü veya engelli şekilde dünyaya gelmesi, çok yakın hissedilen insanlardan görülen vefasızlık, ihanet vb. istenmedik ve beklenmedik olaylar, hem bu insanlara hem yakınlarına adeta bir şok yaşatır. Bu şok, o insanlarda veya geride kalanlarda tarif edilemez bir şaşkınlığa sebebiyet verir.

Gerçek, er ya da geç bireyin şuuruna bir tokat indirir. Acı ve ıstırap çoğu zaman gerçeğin tokadını yediğimizde hissedilen bir hâldir. Birinin ölümü, hastalık, ihanet ya da başka talihsizlikler hiç beklenmedik bir anda gelip bireyi temelden sarsar. Gerçeğin tokadının yani ölümün, ayrılığın, terk edilmenin acısı derinlere işledikçe hayat bir nevi öncesi ve sonrası olmak üzere ikiye bölünür. Bu durumda bir soru hep ön plana çıkar: “Bundan sonra ne yapacağım ben?!”.

Tokat kimi zaman da geçmişin bir parçası olarak kendini gösterir. Bu tokat gelip geçici, kısa ve çok keyifsiz bir uyanma hâli gibidir. Sonuçta yalın gerçeğin tokadı nereden, ne şekilde ve hangi şiddette gelirse gelsin, acı verici ve yürek yakıcıdır. Tokat suratımızda patlar patlamaz, bizi uykumuzdan uyandırır ve işte o zaman “beklenti açığı” denen bir başka acı veren durumla karşı karşıya kalınır. Çünkü artık bir tarafta yaşadığımız gerçeklik vardır, diğer tarafta onca zamandır arzu duyup beklentiler oluşturduğumuz gerçeklik vardır. Şaşkın insanlar, bu iki gerçeklik arasındaki mesafesi oldukça fazla, ortaya çıkan hissiyatı da o derece acılı insanlardır. Tokadın verdiği acı genellikle kısa sürede aşılır ve yas süreci sağlıklı bir şekilde atlatılır ancak beklenti açığının kapanması yıllar alır. Gerek gözlemlerimiz, gerekse mülakatlarımız sırasında hem bu araştırmanın sahibi, hem de katılımcıların hepsi için, başa gelen istenmedik ve beklenmedik olayların tokadı sonrası beklenti açıklarımızın önümüze serildiğini gördük. Her bir vakada bir diğeri ile asla kıyaslanamayacak nitelikte bir şok etkisi, sonucunda da kesinlikle bir diğeri ile karşılaştırılamayacak bir kişilik yapısıyla karşılaştık. Örneğin elektrik işçisinin ölümü vakasında görüleceği üzere, akıllara durgunluk veren bir kazayla ölen işçinin annesiyle olaydan tam on üç yıl sonra yaptığımız mülakatta dediği gibi: “Yattığı yer nur olsun da zormuş! Yalan değil atamadım, atamadım! On üç sene oldu ama bugün olmuş gibi.”

Vaka VII’de (Sekiz Saatlik Ömrüyle Bebek) Baba şöyle der: “Doktorlar bir sürü sıkıntı sıraladılar. Hiçbirini beynim almıyor ve anlamlandıramıyordum. Sadece şu sorunun cevabını bekliyordum, ‘Kızım ne olacak?!’. Yoğun bakıma gidip kızımı ilk

gördüğüm andaki hislerimi anlatamam. Uzun bir süre sadece kızıma baktım. Etraftaki hemşireler sanki benimle konuşmak istemiyorlar, benden bir şey saklıyorlar gibiydi. Bu his beni çok ürküttü. Sadece ihtiyaçları sıraladılar ve benden bunları bir an önce tedarik etmemi istediler. Bu, kızım için ilk harcamalarımıydı. Bu çok garip bir duyguydu, markete girince istediği yiyecekler alınan çocuğun ve babanın mutluluğu gibi!”

Vaka IX’da (Alkol ve cinayet) ölenin oğlu anlatıyor: “Gecenin bir vakti geliyor, ben yorgun argın sudan gelmişim, abi bir adam tedirgin uyurmu ya yorgunken! Ben bir hafta boyunca mahsul sularım, çiftçi memleketinde büyüdün abi, su tutmanın ne demek olduğunu bilirsin. Bir hafta eve gelmeksizin, banyo yok su yok! ben orda kuru peynir kuru ekmek su tuttum, bu adam burada alkol aldı, sonra geldi o kadar işimin arasında bana zulm etti! Gecenin ikisinde üçünde gelir, uyandırır, niye? Kalkın, yatmayacaksınız derdi. Bir gün ne kadar sinirlendiysem, arabayı tam gaz ana asfalta sürdüm! Yola inerken tek ettiğim dua! Allah’ım dedim, bugün bizi kurtar, bir tır nasip et bize dedim, çarpsın! Tam gaz ana asfalttan karşıya geçtim, bir tane tır denk gelmez mi ya!! Böyle şeyler yaptım ama insan yine de babam diyor yani! Şimdi yanımızda olsaydı dediğin zamanlar oluyor ama ölüye sevinilmez de, kurtulduğumuza sevindik biz. Haa! Ölümü çok zor olduğu için ona çok üzüldük. Hala da üzülürüm, aklıma geldikçe kaldıramıyorum ölümünü. Bu üzüntüden bir hafta da hastanede yattım, babamı o halde gördüğüm için!”

“Abi, sabır gerçekten, sınırdığımız zamanlar çok oldu ama tahammül edemediğim zamanlar da oldu. İlk defa belki sana diyeceğim de, Allah’ım her zaman affetsin, her zaman tövbe ediyorum, her akşam ben on bir ihlas bir Fatıha okuyup yatan adamım. Gücüm yetiyor ve vaktim varsa otuz üç, kırk beş, çıkarım yani tek sayılı olmak şartıyla! İnsan bazen sabır, sabır diyor da daraldığı yerde patlayası geliyor! kurban olduğum Allah affetsin, ben babama vurdum abi!!! Vurmak zorunda kaldım abi! (gözleri doluyor). Çünkü dayanamadım abi, bitti! Artık diyorum ki, tek düşündüğüm şey, ben diyorum bu adamı öldüreyim, o mezara ben içeriye, bari diyorum annemle kardeşlerim rahat etsin! Bunu düşündüm! Bunu sadece sana diyorum, vurdum abi! Vurdum ve yere düşürdüm! Bitirdi, artık diyorum ya, sabır mabır yok!”

“Gömdük babamı, yan tarafıma felç inmiş gibiydi. Gömdükten sonra hatim yemeği oldu abi, şöyle baktım dedem güleç davranıyor, herhalde dedem bize sahip çıkacak dedim. Eğer ben dedemin karşısında kötü bir laf konuştuydum, saygısızlık yapıtıysam Allah bunun hesabını benden sorsun abi! Ben hiçbir şey yapmamama rağmen dedem bize bayramda elini vermeyen bir adamdı. Biz dede sevgisi de görmedik baba

sevgisi görmediğimiz gibi. Hele bir bayram günü hiç unutmam, küçük kardeşim dedemin evinin önünde tek başına boynunu bükmüş oturuyor, sordum niye buradasın, arkadaşların nerde? Dedem diğer torunlarını bakkala götürmüş, bunu yalnız bırakmış. Elli kuruşluk bir malzemeye çocuğun gönlünü almadı. Şimdi ben dedeme sövüyorum, çağırıyorlar beni, diyorlar ki dedenin canı çıkmıyor, gerçekten de öyle, çıkmıyor! Yeğenleri falan geldi, biz hakkımızı helal edersek eğer, tamam dersek canını vereceğini söylüyorlar, aslı var yok bilmiyorum, şu an ölemediğini söylüyorlar. Bizim gitmemiz gerektiğini söylüyorlar, varmayacağım da! Ben hakkımı da haram etmiyorum, haram ettiğim zaman öbür tarafta onunla uğraşamam ben! O adam bana dedi ki, bizden çıktın çıkıştın, ne sen ne de annen, bu eve gelmeyeceksiniz, ne b..nuz varsa yiyin kelimesini kullandı! O şokla ben kapıyı bulamadım, ama ilk kez o zaman çok ağır küfür ettim ona! Babamın borcu var, yüz bin lira, yaşıım on dokuz! Bari tarlaları ekeyim dedim, onu da vermiyorum dedi. Tarlayı parasıyla bana icara vermediler!”.

Vaka XII (Felç süreci ve ölüm): Birlikte yaşadığı oğlu: “Annem felçli halini hiç kabullenemedi. Annem adına zanda bulunarak konuşuyorum, ben şundan şundan dolayı böyle yapıyorum demedi ama, her gün “Allah’ım al canımı da kurtulayım!” derdi. Bir insan bunu neden söyler. Sağlıklıyken, elin ayağın tutarken o iş hiç başına gelmeyecekmiş gibi çok rahat ettiğinden dolayı, birden bire de Cenab-ı Allah bunu verince, birilerine muhtaçsın artık. Daha önce böyle duyguların yoktu ya, birden bire de güçsüz kalınca bu durum insanı çökertiyor, ölmek istiyorsun. Ama ölmek senin elinde değil, annem için çok kötü bir süreçti. İkibuçuk yıl boyunca biz annemi ne kadar rahat hissettirmeye çalışsak da, hareketlerimizle söylemlerimizle kendine karşı rahat olmasını sağlasak da istesek de hiç rahat değildi. İç dünyasında hiç rahat değildi. Niye? Sağlığı yerindeyken çevresine hiç muhtaç duruma düşmeyecekmiş gibiydi, aşırı özgüven vardı. Paran varken fakirliğe tedbir almazsan, paran bitince tedbir alsan ne olur? Tedbiri nasıl alacaksın? İnsanlarla iyi geçineceksin. Annem kızlarını çok severdi ama eşim çok çekti annemden. Kızları hiç ilgilenmeyince, eşim de anneme bakınca bunu kaldıramadı annem. Sağlık varken kimse tedbir almıyor, sağlık gidince de, kendi başına gelmeyecekmiş gibi düşününce de çöküş başlıyor. Sağlık gidince, muhtaç olunca da ölmek istedi. Ölmek en kolay yol”.

Vaka XI (engelli gencin trafik kazası) Ölen gencin kazadan sağ kurtulan arkadaşı anlatıyor: “Kazadan sonra içimden atmak istediğim tek şey suçluluk duygusuydu abi! Onu atamasaydım ben de bitmiştim, ölsem daha iyi olurdu. 2013 Kasım, on beşini on altıya bağlayan gece... O sene Adıyaman’ a en çok ziyaretimi

yaptığım seneydi. Her gittiğimde, içinde bulunduğum durumdan kurtulmak için dua istiyordum. Kendim beceremiyorum ama kurtulmak istiyorum gibisinden talepte bunuyordum. Son gittiğim de kazadan bir ay öncesiydi işte. Orada çok ağlamıştım. Ondan bir ay sonra oldu zaten olay. Benim için iyi bir dönüm noktasıydı. Âdem’le çok samimiydik. Ailesiyle hiçbir görüşmemiz olmadı. Yapım gereği abi, şu an bile Âdem’in ailesinden biriyle konuşamam (gözleri doluyor). Ben konuşursam toparlayamam kendimi! Kazadan sonra hiçbirisiyle görüşemedim, başın sağ olsun bile diyemedim. Ben yapamam, diyemem abi. Şimdi bile, tamam travmasını atlatmış olabilirim, kendime gelmiş olabilirim de, konuşamam!”

3.2.2. Kaygılılar

Hayat yelkenlisini her ne kadar kader rüzgârları sürüklese de insan bu yelkenlinin dümenindedir. Bu söylem, sonuca ulaşamamış ‘insanın özgürlüğü ve sorumluluğu’ ikileminin savunulan tarafıdır ve insandaki suçluluk kaygısı bu tartışmaya bakış açısından kaynaklanır. “Elimden gelen bu muydu, başka türlü olur muydu?” sorusu insandaki suçluluk duygusunu alevlendiren kıvılcımdır ve bu durum insanın kaygılanmasına, huzursuz hale gelen bilincin çeşitli korkular üretmesine sebep olur. Dolayısıyla temeldeki suçluluk duygusunun rahatsız ettiği insanı yaprak hışırtısı dahi dehşete düşürür.

Bazen sebebini anlamadığımız bir hüznün sarıverir her yanımızı. Şuur kapanır, duyguların akışı duruverir, kara bulutlar kapanır insanın üzerine. Sanki boğazımızda giderek büyüyen bir düğüm oluşur ve zihnimiz lavabo tıkanıklığına benzer bir hal yaşar. Günlük hayatın akışı sırasında önemsiz gördüğümüz bazı rutin olaylar önümüze dev bir engel olarak çıkar. Kierkegaard’ın (2014, s. 31) dediği gibi, nasıl tam manasıyla sağlıklı bir insan yoksa yakından incelendiğinde içinde bir tedirginliğin, uyumsuzluğun, bozukluğun, nereden kaynaklandığı bilinmeyen ve hatta bazen bilmeye dahi cesaret edilemeyen bir kaygının bulunmadığı ve umutsuzluktan başışık tek bir insan dahi yoktur.

Psikologlar ve sosyal bilimciler kaygının, başka bir ifadeyle uyarılmışlık düzeyinin ne aşırı ne de hiç yok denecek kadar az olması gerektiğini, bu seviyenin itidali yakalamasının insanın bilişsel sağlığı için elzem olduğunu savunurlar. Hayatın her safhasındaki bu uyarılmış hali kaygı veya anksiyete terimleriyle anlatılır. Bazı insanlarda bu kaygı hali kronikleşir ve kişiliğinin değişmez bir parçası haline gelir.

Kaygılı kişilik yapısını bir hastalık veya bir rahatsızlık olarak görmediğimi belirtmek istiyorum. Örneğin kronik anksiyete rahatsızlığı olan kişiler güne başlarına kötü bir şey gelmemesini temenni ederek başlarlar. Her sabah uyandıklarında “bugün güzel bir gün olacak” diyerek kendilerini motive etmeye çalışırlar. Ancak kronik anksiyete rahatsızlığı, kişilerin sürekli bir korku içinde olmasına neden olur. Bu korku bireyi yakalamayı bekler ve yakaladığı anda kişi kendini zihinsel olarak kaybeder. Bireyin adeta nefesi kesilir, ürperir ve zihni felaket fikirleriyle dolar.

Vaka II (Şizofren Genç) Gencin babası şöyle söylüyor: “Bir bayan doktor, çocuğun ergenlik çağına olduğunu, telaş edilecek, korkacak birşeyinin olmadığını söyledi. Beş-on gün sabrettik bunun üzerine ama çocuğum acayip hareketler yapmaya başladı. Çocuğu aldım Kayseri’ye götürdüm. Özel muayenehaneler ararken orada bir eczacının dikkatini çekmişim. Telaşlı halimi görünce sordu, ben de çocuğun psikolojik sorunları olduğunu, bir psikiyatr aradığımı söyledim. Kim olursa olsun olur, paramızla muayene ettireceğiz dedim. Birini aradı, gittik konuştuk, on ay boyunca çocuğu bana getireceksiniz, Allah’ın izniyle tedavi edeceğiz dedi. Götürdüm. Gerek baba olarak rızık için çarşıya çıktığımızda, gerekse bir ihmallik olarak say, ne sayarsan say, bu sırada çocuk haplarını aksatmış. Haplar acı olduğu için aksatmış veya annesi vermemiş. On ay sonunda doktora şu çocuğun teşhisini bana bir söyle dedim. Çocuğun durumunda bir düzelme olmuyor dedim. Psikoz falan filan dedi ama ben çocuğumu başka doktorlara da götürdüm, tıp fakültesine mesela. Başka doktorlar da şizofreni dediler. Son gittiğimde doktor, Mehmet Bey, iş artık kadir Allah’a kaldı, Osman tedaviden faydalanamadı, dedi. Son üç ayın parasını istedi. Ben iki ay vermedim dedim. Ancak siz de vergi usul kanununun şu maddesi gereğince serbest meslek makbuzu vermeniz gerekiyordu, vermediniz, aksi taktirde sizi defterdarlığa şikayet edeceğim dedim. Bana çocuğu başka doktorlara götürme, doktor değiştirme dedi ama tedavi edemedi. Ben böyle söyleyince kalan parayı da istemedi.”

Vaka IV (elektrik işçisinin ölümü)’te vefat eden işçinin annesi şöyle diyor: “Allah razı olsun gelinimden, işi gücü rast gelsin, tuttuğu kolay gelsin, gelir gider. Ne yapsın çocuk, yirmi beş yaşında dul kaldı. Ona da kolay değil, iki çocuğuyla dul kaldı, kız torunum babasını hiç bilmiyor, hatırlamıyor. Konu açıldığı zaman hemen kapatın diyor, konuşmak istemiyor. Sabır etmeye ediyorum da bazen insan doluyor, taşıyor. Anasın! Bazen hocalar da diyor ama anne farklı, herkes anne gibi yanar mı? Çocukları kaldı diyorum, hanımı kaldı diyorum, hala kafamda kurcalıyorum. Konuşmayayım diyorum ama bazen öfkeleniyorum. Namaz kılıyorum, tesbih çekiyorum, bir bizim

başımızda değil diyorum, öbür oğlum var yollara gidip geliyor, Allah onu esirgesin diyorum ama! Bir an geliyor ki patlıyor insan. Kocama sataşıyorum bazı, çevreme zarar veriyorum, kırıp döküyorum. Aşağı yukarı beş yaşımdan beri kafam ağrır, rahatsızım bilirsin, okuyorum tespih çekiyorum ama atamadım! Gel gelelim kör şeytan işte! Şu bayramların gelmesini hiç istemem, bilhassa ramazan bayramını! Torunum oğlan geliyor, babaanne babamı anlat diyor, şurama bir şey tıkanıyor, anlatamıyorum ki. Gözümden akıyor, yürek yanmasa göz akar mı? Yapacak bir şey yok, Allah geride kalanlarımızı esirgesin, bol bol sabır versin”.

Vaka IV (elektrik işçisinin ölümü)’te vefat eden işçinin babası şöyle der: “Her tarafta oğlumun hatırası var, her tarafta ama! Ben daireye çıkamam, iş arabasını gördüğüm zaman tansiyonum yükseliyor, sepetli iş arabasını. Daireye elektrik faturasını yatırmaya gidemem, başkalarına yatırtırım. İster istemez iş arkadaşlarıyla karşılaşıyorum. Sabırdan başka yapacak bir şey yok, onu söyleyeyim sana. Torunlarımı gelinimi görüyorum bir üzülüyorum. Aradan zaman geçip görmediğim zaman özölüyorum, görmek istiyorum, görüyorum, bu sefer oğlum aklıma geliyor bir üzölüyorum. Oğlan torunum aynı babası, bu kadar mı benzer? Yani neticede çok zor, Allah kimsenin başına vermesin!.

Emekli olunca veya çalışırken birkaç yerden davet etmişlerdi, gitseymişim diyorum bazen Kayseri merkeze, bu sıkıntıları çekmezmişim. Ama diyorum ki sonra, dengesiz adam her tarafta vardır. Bak, ablan burada! Soruyorlar, “Kız yirmi bir senedir evde, kızı niye evermiyorsun, niye kocaya vermiyorsun?! “ Başkası geliyor, “Boş ver, kızı evermeyin, yemeğinizi yapar, size bakar!?” . Siz benim kadar, anası kadar mı yanacaksınız? Sizinle mi biliyorum ben kız evermeyi? Ben hiç düşünmüyorum bunları da sen söyleyince mi gelecek benim aklıma? “Bilemedim baharımı yazımı, felek kırdı benim kanadımı kolumu!” diyor ya. Sen ne biliyorsun da bana konuşuyorsun. Demeyin bir şey, tutun ağzınızı. Şu kız da istemez, biz de istemeyiz böyle olmasını.”

“Başına gelmeyenin hoşuna gelmez derler oğlum. Köylerde çalışıyoruz yıllar evvel, iki dağın arasındayız, “Addiın! Addiın!” diye bir ses yankılanıyor. Sorduk kim bu, ne demek bu “addin”. Köylülerden biri söyledi, bağırın emmisiymiş. Oğlu trafik kazasında ölmüş, oğlanın adı da “Selahaddin”. Selahaddin diye bağırırmış, bize “addin” duyuluyor. O vakit dedim ki nasıl da bağırıyor adam, sonra çektik gittik. Haa, şimdi benim başıma geldi. Ciğer acısının tarifi yok! Bir arkadaşım önce oğlunu, sonra hanımını kaybetti. Bir gün yanıma geldi, “İki dert birden vurdu beni, eve gidiyorum kimse yok, oğlum diğer çocuklarımdan daha sevimliydi bana, ben de giderim de nasıl

giderim bilmem! Sabredeceğiz ama nereye kadar, sabır da taşıyor ama!” dedi. Bu sefer ben ona serinlik vermeye kalktım amma, hakikaten bazen sabır taşın yarıyor, patlıyor adam. Dikmeliğe gidiyorum, ağlıyorum, sızlıyorum, bağırıp çağırıyorum kendi kendime. Duyan yok eden yok. İki kadın bir araya gelse ağlıyorlar ama sizin yanınızda ben ağlayamıyorum. Niye, ağladığım zaman bana çok görüyorlar, bir tek sende mi var, diyorlar.”

Vaka V (ağaçtan düşüş ve kalıcı sakatlık): Engelli oğluna bakan anne şöyle diyor: “Buralarda eskiden çokça yaptığımız bazı davranışlar günümüzde yadırganıyor. Mesela mahallede birisi öldüğünde cenaze yakınlarına saygı için evde televizyon, radyo açılmazdı. Akrabalardan birisi vefat ettiği zaman düğünler ertelenir veya yakınlarda bir cenaze olduğu vakit düğün çalgısız olur, gürültü yapılmazdı. Cenaze evine komşular üç gün boyunca tepsi tepsi yemek götürürdü. Ama şimdi cenaze sahipleri yemek derdiyle uğraşıyor! Büyüklerin yanında çocuk sevemezdik biz. Kaynana, kaynata, gelin, damat birarada yaşanırdı ya hani? Belki gelinlerden biri çocuğunu yitirmiştir, yanında seversen acısını tazellersin, sana imrenir de üzülür diye korkarlardı. Rahmetlik kocamınan bir yere gittiğimizde o önden, ben de birkaç adım arkasından yürürdüm. Niye? Belki bizi camdan pencereden bir dul yan yana görürse iç çeker, imrenir diye korkardık. Böyle öğretiler bize. Saygı vardı önceden saygı! Hal hatır sorma vardı, hediyeleşme vardı, oturup konuşma vardı. Şimdi şu televizyon denen şey çıktı, insanlar birbirlerine gidip gelmez oldu. Oturup konuşacak insan yok.”

Vaka XII (Felç süreci ve ölüm): Birlikte yaşadığı oğlu: “Çok sıkıntı çektik bu süreçte. Bazen isyan derecesine geldiği günler oldu. Anneme belli etmemeye çalıştık bunu ama içimizden, şahsen ben “Yeter artık!” düşüncelerine kapıldım. Hastaya bakmak gerçekten çok zor, hele hele felçli bir hastaya bakmak. Gece-gündüz her yirmi dakikada bir tualete götürürdük. Uyku diye bir şey kalmamıştı hayatımızda, bu da insanı yıpratıyor yani. İsyen etmiyorsun ama o noktaya geliyorsun. Dile dökemezsin bu durumu, dile getireceksen olsan zaten hastaya yansıtırsın, “Bu ne ya! Bıktım artık, ben sana bakmak zorunda mıyım!?” dedirtmeye çalışırdı şeytanım. Bunu hep içimize attık, bunu kendi içimizde yaşadık yani. Hem Allah rızası vardı, hem de evlatsın. O sana nasıl baktıysa sen de ona bakacaksın ama benim erkek evlat olmam, eşimin bakıp bakmayacağı konusunda tereddütte kalmam beni yıprattı. Bu vaziyette iki buçuk yıl yaşadık”.

Vaka IX (Alkol ve cinayet): Cinayete kurban giden adamın oğlu der ki: “Sabır demeyip fevri davransaydım şu an içerdeydim. Şu an babamın katilleri dışarıda,

geziyorlar. Hâkim yedi yıl birine verdi, on altı sene babalarına verdi, onların da üçte ikisini yatıyorlarmış zaten. Yedinci senesi, oğlan geziyor, bugün yine karşılaştık! Yanımdan geçiyorlar! Benim gerçekten kaybedecek hiçbir şeyim yok. Ben bugün kardeşimi evlendirmişim, bir de büyük ablam var, iki tane aslan gibi eniştem var. Bugün bana bir şey olsa eniştemin arkadaşları devreye girer, bunları çekip alırlar, enişterim dokunmaz bile. Nasıl tahammül ediyorum bu duruma? Düşünüyorum, işim gücüm yoktu, kardeşim çok küçük, ben Kayseri'ye gidemiyorum abi, evden çıkamıyorum! Acaba bir şey mi yaparlar diye çok korkuyorum. Evi bekliyordum. Karşına çıkıyor abi, şeytan dürtüyor! Bazen öyle kinayetine şeyler yapıyorlar ki, gözüme bir bakıyor, “Babanı öldürdüm akıllı ol seni de öldürürüm” dercesine yani! Sivil polis ağabeylerim var, dedim ki onlara, abi bunlar dışarıya çıktılar ve benim üstüme üstüme oynuyorlar. Adaletimiz öyle bir adalet ki ben hiç memnun değilim, işkenceyle adam öldürmeden tut bilmem nereye varana kadar yedi ayrı dosya açıldı bunlara, hakim altı sene veriyor! Hâkime dedim ki, altı sene sonra karşına ben geleceğim hâkim bey, bu adamlar çıkar çıkmaz ben de onları öldüreceğim, bakalım bana kaç sene vereceksin? Bizim avukat, o altı sene aldıysa sen otuz altı sene alırsın. Kan davası gütmekten sana daha fazla verir dedi. Ne yapacağız dedim, hiçbir şey yapmayacaksın dedi. Anana bacına sahip çıkacaksın, yoluna bakacaksın dedi. Aldığım ceza falan önemli değil de Allah'ın verdiği canı ben alamam! Beni en başta durduran o!”.

3.2.3. Öfkeliiler

İnfial, celal, haraza, asabilik, sinirlilik vb. kavramlarla eşanlamlı olan öfke halinde insan bedensel, bilişsel ve davranışsal olarak üç reaksiyon sergiler. Öfke halindeki bireyin fizyolojik tepkileri diyebileceğimiz kalp atışı ve solunumun hızlanması, kasların gerilmesi ve kan basıncının, adrenalin, noradrenalin ve kortizol seviyesinin yükselmesi en belirgin deneyimlerdir. Bunların ardından bilişsel tepki oluşmaya başlar. İç ve dış bilgileri işleme yeteneği azalır ve bireyde sözlü veya fiziksel saldırganlık baş gösterir. Bireyin bedensel ve bilişsel reaksiyonlarını dışarıdan gözlemllemek veya kestirebilmek her zaman mümkün olmasa da davranışsal reaksiyonlar bize bir izlenim verebilir. Bilim insanları üç farklı öfkeden bahsederler. Saldırıya uğramış veya köşeye sıkışmış insanın hızlı veya ani öfkesi, içe atma ile aynı anlamda kullanabileceğimiz ve süreç halinde yaşanan sabit öfke ve bireyin dışa yansıyan davranışları ile gözlemlenen, kişiliğin bir parçası haline gelen ve sık sık tekrar eden öfkedir.

Trajik hadiseyi deneyimlemek ile o hadiseye bizzat şahit olmak bireyde farklı tepkilere sebebiyet verebilir. Trajik hadiselerden sonra karşılaşılan en önemli psikolojik sorunlar üç başlık altında incelenebilir. Birincisi, zorlayıcı bir hadiseyle karşılaşan bireyin deyim yerindeyse bilinçaltı kapağının açılması ve stresi tekrar yaşaması söz konusudur. Bu duruma, zorlayıcı olayı *yeniden yaşama* diyebiliriz. Bu durumda birey travmatik hadiseyi istemsiz olarak yeniden anımsar, kâbuslar görmeye başlar ya da dejavu denilen hali yaşar. İkincisi, bireydeki *kaçınma-küntleşme* belirtileridir. Bu grupta yer alan belirtiler, trajik hadiseyi anımsatan davranışlardan ve kişilerden kaçınma, duygularda donukluk, daha önce hoşlanılan etkinliklere ilginin azalması ve hayatın gerçekleriyle yüzleşmekten kaçınmadır. Üçüncüsü ise bireyin kendisini sürekli tetikte hissederek öfke patlamaları yaşadığı *aşırı uyarılmışlık* halidir. Bütün bu belirtilere değersizlik ve suçluluk duyguları, umutsuzluk, utanç, kendine zarar verme, duygu iniş çıkışları, somatik yakınmalar, kişilerarası ilişkilerde bozulma ve toplumdan uzaklaşma gibi belirtiler de eşlik edebilir.

Bazı insanların tahammül eşiği diğerlerine oranla daha düşük seviyededir ve ortalama bir insandan daha çabuk ve daha kolay sinirlenirler. Bazıları da öfkelerini dışarıya yansıtmaları da kronik olarak hırçın ve asabidirler. Çabuk öfkelenen insanlar her zaman kadere lanet okumayıp bazen içe kapanır, somurtur veya hasta olurlar. Çok çabuk sinirlenen insanların; genel olarak psikologların “strese karşı düşük tolerans” dedikleri bir kişilik yapısı vardır. En basit anlamıyla, rahatsızlık, sıkıntı ve strese maruz kalmamaları gerektiğini hissederler. Olayları uzun vadede değerlendiremezler ve özellikle küçük bir hata yüzünden azarlanmak gibi onlara adaletsiz gelen olaylar karşısında küplere binerler.

Öfkeye neden olan diğer bir sebep sosyokültürel yapı veya sosyal ağın niteliği de olabilir. Öfke hali toplumda çoğunlukla yadırganır ve hoş görülmez. Bireye genelde kaygı, depresyon ve diğer duyguları ifade etmenin gayet doğal olduğu, öfkelenmenin ise doğru olmadığı öğretilir. Bu yüzden birey bazen öfkeyle nasıl başa çıkabileceği ya da onu ne şekilde yapıcı yollara kanalize edebileceği hususunda sıkıntı yaşar.

Vaka IX (Alkol ve cinayet) Ölenin oğlu şunları söylüyor: “Ölümüne ağlatmadılar! Sadece babam öldüğünde hastanede ağladım, babamın çırasını yaktırmadılar akrabalarım. Bugün küfür etmek istemiyorum ama akrabalarımın babamdan çektiğimin aynısını çektim! Bir insan babasının ölüsüne ağlamaz mı, ben babamın ölüsüne ağlayamadım abi! Niye? Cenazeyi alıp geleceğim, Kayseri’den Yeşilhisar’a geleceğim, orada şerefsiz bir dedem var, zaten babamın o duruma

düşmesinin sebebi, ben o eve gitmem diyor! Oğlunun evinin çirasını söndürmeyim dedim ben, lambası yanık dursun! Mantıklı düşünelim, cenaze var diye benim evime gelecek yüz kişiyi ben niye bir kişinin ayağına götüreyim!?! Bir tane büyük halam var, dedeme gelip gidip fitne verdi, dedemle babamı küstürdü. Hala da aynı fitneyi şimdi bana yapıyor. Babam altı aydır annesiyle görüşemiyordu, babam uzaktan el sallıyordu annesine! Bugün babaannemin yanına git, Mehmet'i anlat de, "Vay guzuum, bana giderken el sallamıştı" diye anlatır, sadece bunu söyler, çünkü kadına göstertmediler. Dedem babamı evden kovdu, eve almıyor, anasını evladının yanına göndermiyor! Anayla oğul birbirine hasret gitti! O tarlaları ekmeme izin verseydi dedem olacak adam, ben elin işlerinde sürmezdim. Benim o yedi senemi versin, gideyim yanına, hakkımı helal edeyim. Gençliğimi harcadı bu adam benim!".

3.2.4. Suskunlar

İman etmek; kabul edilemez olanı kabul etmek, zihnimizdeki kötülük problemlerine makul bir çözüm bulmak amacıyla çırpınmak ve aslında cevabını almak için gözlerimiz önündeki perdeyi kaldırdığında, yaşadığımız şeylerin arka planında yatan gerçeği bizzat kendisine soracağımız Tanrı'nın bizim için takdir ettiği hayat senaryosunda bir figüran olarak görevimizi yerine getirmektir. Hasbi, samimi inanç, yani iman, yalnızca hayatın lezzetlerini tadarken dile gelen bir söylem değil; hayatın zorlukları inancın altını oyacak, anlam arayışımızın dibine dinamit koyacak türden insana dokunduğunda dahi varlığını gizliden gizliye devam ettirir. İşlerimiz yolunda giderken Tanrı'nın bizim yanımızda olduğuna inanmak kolay bir iştir ancak acılar, travmalar üst üste gelirken Tanrı'nın bizim yanı başımızda olduğuna inanmak cesaret gerektirir. Nefretin karşısında sevgiye, kötünün karşısında iyiye inanmak veya gecenin sonunda gündüzün geleceğini umut etmek basit bir eylem gibi düşünülebilir ancak bunlar güvene dayalı bir cesaretin tezahürleridir.

Hayatın öngörülemeyen getirileri bazen insanı bir cendereye sıkışmış gibi hissettirir, bazen de onu bir zımpara törpüler. Bu insanlar, İslami kültürde şeytanın en çok uğraştığı, hedef tahtası haline getirdiği insan tipleridir. Şeytan bu insanlara hep, "Neden ben?" sorusunu sordurmaya çalışır. Zira Allah'a güvenip tevekkül eden bir mü'min için böyle bir söylemin çok tehlikeli olduğu, çünkü cevabı olmayan bu sorunun ardından şikâyetlerin, sitemlerin, serzenişlerin gelmesinin işten bile olmadığı aşikârdır. Nitekim iman eden birey, hayatta yaşanan her şeyin insan için ve neden ben sorusunun insanın kendisini merkeze almasının ve/veya fazlaca önemsemesinin ardından

geleceğinin farkındadır. Zira bizim dışımızda akıp giden hayatta çoğu insanın kendi üstüne getiremediği, aklına getirmekten bile çekindiği nice dramlar ve trajediler mevcuttur.

Hayatın zor yanları insana gerçekten büyük hüznü verir. Hüzün, aslında kaybolup giden şeylerin ruha çöktürdüğü derin gam olarak tasavvur edilebilir. Hüzün kimi zaman insanı içerletir, kimi zaman gücendirir ancak tarif edilemeyen özelliğine rağmen insanı olgunlaştıran bir histir. Çünkü hüznü hakkıyla yaşamak dille söylendiği kadar basit ve kolay bir şey değildir. Hüzün kimi zaman insanın kendi içine dönüp varlık ve varoluşa, hayatın amacına dair büyük soruların cevabını arayıp sorgularken bütün benliğini içinde bulduğu ruh hâlidir. Üstelik hüznü gelip geçici değil, daimîdir. Hüznün mekân tutup yuva yaptığı yer ise gözler ve yüzdeki derin çizgilerdir. Acı kanayan yaradır, hüznü ise kanamayan yara olup hayattaki son nefesi verinceye değin insanı terk etmeyecek tarafıdır. Hüzün kimilerince asil, vakur, olgun bir yaşantı, kimilerince de bireyin yüreğinin derinliklerine, oradan da ruhuna sirayet etmiş burukluk ve suskunluk halidir. Hüzün, sükûnetli bir histir ve insanı yoğurarak pişiren bir özelliğe sahiptir. Bu yüzden hüznü, çığ acı ve ham kederden çok farklı bir şeydir. Hüznün refiki ise yalnızlık hissidir. Kalabalıklar içinde kendini yapayalnız hisseden insana yoldaş, belki de en yakın arkadaşdır. Hüzün öyle bir duygudur ki gözlerin içi gülerken bile o gülen bakışta dahi, “Ben hâlâ buradayım!” demeyi başarır.

Todd B. Kashdan, “Biz ne yapmaya çalışırsak çalışalım acı ve ıstırap kaçınılmaz bir şekilde hayatımızın içine sızmayı başarır ve bu acıyla başa çıkma kapasitesi, tatmin (itmi’nan) elde etmek için elzem bir unsurdur” der. Biz bütün gayretimizle acı ve ıstırapın hayatımıza sızmaması için didinsek de o mutlaka bir yolunu bulup hayatımızın belki de “yumuşak karnı” denebilecek bir yerinden sızmayı başarır. İslami kültürde acı ve ıstıraptan sürekli müşteki olup sızlanmak yerine, çekilen acıları olgunlaşma imkânına dönüştürmek ve bu tecrübeden hem insani hem ahlâkî bir değer üretmek lazım geldiği sık sık vurgulanır. İmtihanın ne olduğunu sormaktan ziyade bir sınanmaya tabi tutulduğunun bilincine varan birey; acının dağladığı yerin, ego denilen yüzeyden çok uzaktaki derinliğin içinde kendimizi bulacağımız bir yer olduğu sezgisini geliştirmeye başlar. Böylelikle bireyde hep “Ben!” diye konuşan ve kendi düşüncelerinin mutlak efendisi olduğuna inanan sahte kendiliğin teşhisi ve bunun aşılması imkânı doğar. “Onca psikoterapi/psikanaliz seansının zahmetine katlandıktan sonra” der Özmen (2017, s. 39), “varacağımız nihai durağı gösterir acı insana, bir mucize gibi: ‘Ben buymuşum meğer!’. Acı ruhumuzu kat etmişken, bitap düşmüşken, yetersizlikle belimiz

bükülmüşken bu olur işte. Dağılmış, parçalanmış olmanın çilesi öznenin kendini bulmasının eşsiz imkânına dönüşüverir birden”.

Vaka XI (Engelli gencin trafik kazası): Kaza yaptığı arkadaşı: “Sakatlanmışım, ayağım kırılmıştı. Âdem’in vefat ettiğini duyunca yıkıldım. İçime kapandım. Sakatlıktan dolayı bir buçuk iki ay zaten dışarıya çıkamadım da, normalde de çıkamayacak bir psikolojideydim. Kafandan bin bir türlü soru geçiyor! Suçluluk duygusu!”.

Şöyle söyleyeyim abi, hiç kimseye beni Âdem çağırdı demedim. Çünkü bunu söylemek, üzerinden suçu atmak gibi bir şey! Benim için yanılttı bu, söylemedim. Hatta, bir yıl kadar oluyor, Âdem’in eşi bana mesaj attı, Âdem’in o gece içip içmediğini sordu. Ben de vicdanı rahat etsin diye alkollü değildi dedim ona. Yani ortada zaten bir suç var, iyice üstleneyim dedim yani. Vicdanı rahat etsin yeter ki! Sonuçta bir oğlu var, Âdem’in hatırasıyla yaşayacak, alkollü gitti gibi bir algı oluşacak, o içkili değildi, ben içkiliydim dedim abi! Alkollüydük ama ikimizde, orada başka bir arkadaşımızda vardı zaten beraber içtiğimiz. Benim için bir dönüm noktası oldu, Âdem’in kendisi için de bir kurtuluş oldu. Ailesi çok üzüldü tabi, Âdem’in kurtuluşu ailesi için imtihan oldu abi! Bu durumdan fayda görmeye çalışırsan fazlasıyla görürsün abi. Tamam, çok zor ama mükâfatı da olacak inşallah. Allah bunu bırakır mı? Seni anneli babalı büyütüp de onu öyle bırakır mı? Kolay değildi öyle yaşamak, sağ kol yok, çocuğunu kucağına alıp sevmeydi! Biz arkadaşı olarak anlıyorduk, çocuğu olduktan sonra duygusallığı, içine kapanıklığı ikiye katlanmıştı zaten. Sevdigine, arkadaşına elinden gelenin çok çok fazlasını yapmaya çalışan bir karaktere sahipti. Bazı insanlar alışır engelli haline, kabullenir bunu ama Âdem için çok zordu tek kollu olmak. İlerleyen zamanlarda bu zorluk hep karşısına çıkacaktı belki, daha kötü olacaktı. Yapmak istedikleriyle acı gerçekler sürekli çelişecekti. Başka birisi olsun, demem böyle abi. Allah tek kollu yaratsa yaşayacaksın öyle mecbur, değil mi? Ama Âdem için kurtuluş oldu bence. Bana acıdıkları için mi benimle ilgileniyorlar duygusu seni de rahatsız eder karşıdakini de! Allah da biliyor ki işte, alıyor! (ağlıyor). Şer gördüğünüzde hayır, hayır gördüğünüzde şer olabilir diyor ya abi, o ayeti bizzat yaşadık”.

3.2.5. Teslimiyetçiler

İslami kültürde bireyin maneviyattaki derecesinin teslimiyeti ölçüsünde yükselebileceği vurgulanır. İslâm’ı hakkıyla yaşayabilmenin ve samimi kulluğun ancak teslimiyetle mümkün olacağı söylenir. Kulluğun bir diğer manasının Allah’ın takdirine

teslimiyet olduğu ve kalplerin ancak Allah'ı anmak ve hatırlamakla, diğer bir deyişle O'na teslimiyetle huzura kavuşabileceği yine yaratıcı tarafından bildirilir. Teslimiyet; kadere boyun eğmek ve başa gelen olayları arka planındaki sebebi sorgulamadan kabul etmek anlamına gelir. Buradan da anlaşılmaktadır ki teslimiyet aklın bazen devre dışı kaldığı bir iman ve sevgi işidir. Teslimiyet aklı iptal etmek değil, akli aşan konuları herkesten daha iyi bilen rehberliğine güvenerek kullanmak demektir. Kulluk söz konusu olduğunda ise pek çok sebeple teslimiyet olmazsa olmaz bir şart olarak karşımıza çıkar. Eğer teslim olunamamışsa, en ufak bir zorluk, musibet anında akıl hemen nefisten yana çıkarak itaatsizliğe gerekçeler üretir. Ancak Allah'tan gelen emirler konusunda koşulsuz itaate ulaşmış kararlı bireyler şaşırıp bocalamadan kulluklarını her durumda sürdürebilirler. Bu öyle bir makamdır ki peygamberler bile dualarında bu hale ulaşmayı dilemişlerdir (2/Bakara, 128).

Teslimiyete ulaşmak kolay iş değildir. İnsanın önüne hayat yolculuğunda çoğu zaman çeşitli engeller çıkar. Hazzın davranışlara özgürlük isteği, aklın nefsi haklı göstermeye çalışarak oluşturduğu savunma mekanizmaları, sadece kendi kurallarına uyulmasını isteyen sosyal çevre; sadece beş duyumla hissettiğime inanırım diyen bilim paradigmasının narsist verileri insanın teslimiyet yolunda önüne çıkan engellerden bazılarıdır. Bunlar el birliğiyle Allah'tan gelen ve görünen/görünmeyen, sezilebilen/sezilemeyen her ne varsa hepsine dair olan ilahi bilgiye teslim olmamamız için uğraşırlar.

Hayatın zorluklarına katlanmakla birey, manevi gelişimi için şart olan psikolojik sağlamlığı büyük ölçüde elde etmiş, beşeri tabiatına hâkim olmuş ve kriz anlarında doğru olanı içgüdüsel bir şekilde seçebilecek teslimiyet düzeyine ulaşmış olur. Böylelikle gönüldeki keder ve sıkıntı ortadan kalkar. Gerçek teslimiyetin kaderi rıza ile karşılamaktan, başa geleni kabullenerek gönül hoşnutluğu içinde kadere boyun eğmekten geçtiği unutulmamalıdır.

"Ne olursa olsun olaylara takılmadan asıl sorumluluğunu yerine getirme konusunda sakın dalgınlığa düşme! Her gün bir şeyler olacak, ama sen her günün yeni yeni olaylarının sarsıntısı etkisiyle dahi yönünü, yolunu şaşırmayacaksın, esen rüzgâr seni önüne katamayacak." (2/Bakara, 138) Peygamberimizin mü'mini tarif eden bir hadisinde buyurduğu gibi 'rüzgâr ne yöne eğerse eğsin kökü üzerinde tekrar dimdik doğrulan (ve bire yedi yüz veren) ekin gibi olacaksın ve bu göze çarpmayan gücünün kaynağı sadece teslimiyetin olacak.'

Vaka I (Yanık hadisesi ve ölümle tanışma) Kazada ölen çocuğun annesi: “Ciğer acısının tarifi olmaz, mümkünatı yok. Ama bir kıyaslama yaparsan, bu kız evlenseydi, çocuğu olsaydı ve çocuk ortada kalsaydı, o zaman ne olacaktı, hiç dayanamazdım? Bunlar da bana teselli veriyor. Böylesi daha iyi olmuş, böyle derim.”

Vaka II (Şizofren genç) Babası: “Benim ömrüm de böyle geçti işte. İmtihan dünyası diyorum, Allah mükafatını verecek inşallah çocuğuma da bize de. Kim ister evladının böyle olmasını? Sabretmek kolay bir iş değil, insan yaşayarak öğreniyor. Dünyalık baksan bir mecnun işte, Allah o merhameti veriyor kalbine, yaşamaya, yaşatmaya çalışıyorsun. Yoksa her gün sana eziyetten başka bir şey değil ki! Deliye her gün, ölüye bir gün ağlarsın derler ya, ben ve eşim her gün ağladık işte. Haa! Çoluğu çocuğu olanlara söylüyorum, çocuğun sağlıklı mı, o yeter işte. Öldü gitti işte oğlum, Allah bizden sual sormasın, emanetine sahip çıkmaya çalıştık”.

Vaka XI (engelli gencin trafik kazası) Kaza yaptığı arkadaşı: “İnanç abi! Bilerek yapmadığın bir şey olduğu için, inanç yerindeyse teselli oluyorsun, avantaja da çeviriyorsun. Tam tersi olursa, hem suçlu olup hem de vurdumduymaz olursan insan için imtihan değil ceza olur, isyana kadar gider yani. Hiç yapmayacağımız bir şeyi benden istemesi, dedim ki bunu yapması için bir sebep var. Karşımdaki adamı biliyorum, sorsam söylemez, böyle bir yapısı var! Sorgu sual yok yani, sorgusuz tamam diyorsun.

Vaka XII (Felç süreci ve ölüm): Birlikte yaşadığı oğlu: “Ben biraz maneviyata düşkünüm. Bir insanın normal hayatındaki davranışları, komşusuna, eşine, dostuna vesaire, gelecekteki hayatını etkiler bence. Eğer sen, benim kimseye ihtiyacım yok, param var pulum var, elim tutuyor ayağım tutuyor diyorsan, sen ileriye düşünmüyorsundur. Bu söylem seni ilerde bununla yüz yüze getirir. Ben buna inanırım, büyük konuşmayacaksın. Ama öyle değil de başka türlü düşünsen, mesela ilerde ne olacağı belli değil. Beraber olduğum eşim, komşum, oğlum, gelinim her neyse bunlarla iyi geçineyim, güzel davranayım belki ihtiyacım olacak onlara diye düşünürsen hayal kırıklığına uğramazsın. O hastalığı belki en güzel şekilde atlatırsın. Annem bu durumu en kötü şekilde atlattı ve öldü yani. Ne yaparsan karşılığını görürsün, bazıları bu dünyada bazıları öbür dünyada görür ama bunu biz bu ilahi takdiri bilemeyiz veya kavrayamayız. Neticede annem bu dünyada yaptıklarının karşılığını bu dünyada gördü diye düşünüyorum”.

Vaka XIII (Şehidin Hikayesi) Annesi: “Bizi üzmemek için söylemezmiş ama ablasına hep işinin çok zor olduğundan bahsedermiş. Ara sıra il dışına, doğuya göreve

gidermiş, fotoğraflardan öğrendik oralara gittiğini. Bazı laflar da geldi kulağımıza. İşte niye polis olmasına izin verdiniz, çocuk asıl mesleğini, mimarlığını yapsaymış gibi. Bunlar insanı üzüyor tabi ama isteyerek polis oldu benim kuzum. Acısı zor, yüreğimi söktüler sanki. Dilerim Mevla’mdan, kızıma kıyanların, bize bu acıyı yaşatanların aynı şekilde ciğeri yansın. Öldü benim kınalı kuzum, şehit oldu gitti. Yaptığım hiçbir şeyden, hiçbir işten zevk almıyorum ama şehit annesiyim ben, yavrum şehit oldu diye gurur duyuyorum. Peygamber komşusu oldu benim kızım. Her gün giderim mezarına, kızımın doğduğu günkü kokusu gibi kokuyor mezarı.”

Vaka IV (Elektrik işçisinin ölümü) Annesi: “İlk sana söylüyorum bak! Ömer Şafak vardı ya rahmetli, oğlumun hocasıydı. Çok severlerdi birbirlerini. Hoca bir gün rüya görmüş, “Bizimkız! Necatiyi gördüm rüyamda, çok huzurluyum, sevinçliyim ama gel gelelim annem babamdan çok üzülüyor, çok ağlıyor. Ben muradıma erdim hocam diyor” dedi. İşte adamcağız öldü gerçeğine gitti, sabret demesi kolay da bizimkız ne mutlu sana, dedi. Bambaşka bir evladın vardı, dedi.”

Vaka IV (Elektrik işçisinin ölümü) Babası: “Eşini, kızını kaybetmiş bir arkadaşım var, öğretmen emeklisi. Ben çareyi namazda buldum dedi bana. Oğlumun öldüğü günün akşamı oturuyor yanımda, “Kalk! Camiye gidelim, teravihi camide kılalım. Nasibini alacaksın şimdi alacaksın sabırdan, yoksa bir daha alamazsın!” dedi. Gittik, sonra bana teşekkür etti. “Ben nicesini gördüm, git başımdan, namaz da neymiş diyen!” dedi. Bunaldığım zaman açar Kuran okurum. Boğularak, yanarak ölen müslümanlar şehit olurlarmış, benim oğlum da şehit. Allah gördüğümüz günden geri koymasın. Hepimiz öleceğiz ama evlat acısı bambaşka. Şimdi Cenab-ı Allah ne diyor, sabreden muradına erer. Sabır ama sabretmek de çok zor. Ben Kuran okumayı bilmiyordum bak! Şöyle bilmiyordum, üç kere şeddeye geldim, bıraktım. Başımıza bu iş geldi, ben bu Kur’an-ı Kerim’i öğreneceğim, belleyeceğim dedim. Altmış yaşımdan sonra Kur’an’ı öğrendim. Şimdi ben kendimi Kuran’a verdim, sıkıştığım zaman Kur’an okuyorum, bir de namaz. Ben bu ikisinde buldum teselli, “Namaz ve Kur’an-ı Kerim”.

Çok düşünürsen, Allah muhafaza kafa gidiyor Süleyman! O an gözümün önüne geldiği zaman dünyayla bağlantım kesiliyor sanki. ‘La havle... diyorum. Bak şimdi söylüyorum bunu da! Şu halıda resmi görünür mü? Şu desenle var ya, oğlumun resmini görürdüm orada ilk zamanlar. Ama Cenab-ı Allah bir taraftan da serinletiyor beni, onu da söyleyeyim. İlk günkü gibi kalsa yaşayamaz insan.

Vaka V (Ağaçtan düşüş ve kalıcı sakatlık) Mustafa Amca: “İnancın var, Müslümansın sonuçta. İmanın şartlarından biri ne? Kaza ve kadere inanmak. Hayır ve şerrin Allah’tan geldiğine inanmak. Şimdi ne sen bana bir şey yapabilirsin ne ben sana bir şey yapabilirim. İnsan insana bir şey yapamaz ki, Allah tarafından her şey. Hani diyorlar üfürükçüye gidelim, başına bir kaza gelir, şöyle bir hoca varmış ona gidelim, okudu şöyle oldu, böyle oldu. Ben onlara hiç inanmam. Hoca da senin gibi benim gibi bir adam sonuçta. Dünyanın bütün doktorlarını toplasan da bana diyeceği yürüyüş yap, egzersiz yap. Zaten gücüm kuvvetim olsa ben gezer dolaşırım. Otuz yıl öğretmenlik yapmışım, sekiz on saat ayakta dururduk. Allah bir dayanma gücü veriyor, otuyorsun da kalkıyorsun da, vakit geçiyor. Eskiye baka iyiyim yani, doksan yüz kilo geliyorum ve iki tane hasta bakıcı hareket ettirirdi beni, sağa dönderirler, sola dönderirler... Şimdi kendim yatıyorum kendim kalkıyorum. Çok şükür, otomatik arabamı kullanabiliyorum, gezip geliyorum, olağanüstü bir şey bu, çok şükür. Şükretmeyi bileceksin, her şey Allah’ın takdiri.”

Vaka X (Genç kızın ölümü) Dayısı: “Ben böyle olayları yaşadıkça bir şey öğrendim. Başıma bir iş geldiği zaman, gerek kendi yaşadıklarım olsun veya gerek kardeşlerimde gerekse akrabalarımda bir sürü insan vefat etti. Hep olayın iyi yanını düşünürüm. Mesela bu yeğenimin ölümünde, anasına babasına da dedim, madem sömestr tatiline gelmiş yanınıza, Allah bunu böyle yapacakmış, onbeş tatilde değil de, okul zamanı olsaydı başlayacaktık şimdi sormaya. Acaba biriyle kavga mı etti, bir yerden mi düştü, zehirlendi mi, öldürüldü mü, biri bir şey mi yaptı? Hiç olmazsa yanında, gözünün önünde olmuş olay, neler yaşandığı belli. Mesela çocuğu kaybolan analar babalar var, bulunmuyor veya bulunamıyor. O anaya babaya her gün zehir olur, ölse daha iyi. O ana-baba demiyor mudur, keşke ölse de mezarını bilsek! İyi yönünü düşüneceksin, o zaman rahatlarsın, ferahlarsın. Pozitif enerji yayacaksın etrafına, negatif enerji yayıp da çevreni kendinden bıkırtırmayacaksın. Biz ne yapalım o halde, çocuğun öldüğüne mi yanalım, senin bu hale geldiğine mi yanalım, ne yapalım yani, bilemiyoruz ki. Ama olayların iyi tarafını görmeye çalışırsan zorlukların üstesinden geliyorsun, travmayı çabuk atlatıyorsun. Yoksa düşün, düşün, düşün... İnsan kafayı bozar. Bu pozitif düşüncen psikolojine, işine, gücüne, her şeyine yansıyor, iyi oluyorsun, kendinden soğutmuyorsun yani kimseyi.”

Vaka XI (Engelli gencin trafik kazası) Kaza yaptığı arkadaşı: “Birinin beni teselli etmesi de bir anlam ifade etmiyordu, karşıma çıkıp suçlaması da! Tamamen kendimle muhasebe ettim! Beni en çok rahatlatan şey, ben orada hayatta kaldıysam,

bunun bana bir getirisi olması gerektiği inancı teselli etti beni. Kazaya kadar çok vurdumduymaz hareket eden biriydim. Kazadan önce de birkaç rüya görmüştüm. Kıyamet günüyle alakalı rüyalar idi abi! Beklemiyordum da, öyle bir şey olacağı belliydi, artık dur demem gerekiyordu kendime. Biraz deli dolu, kopuk yaşıyordum yani o sıralar. Yirmi üç yaşındaydım kaza olduğunda, kendi paramı da kazanıyordum, karışım edenim yoktu, aileme de faydam oluyordu başkasının işyerinde çalışırken bile, o yüzden rahattım yani. Bir iki yıl özgür hareket etmeye başlamıştım. Gezme tozma derken, ya ben kendime dur diyecektim ya da bu şekilde bir şey olacaktı!”

“Bir anlık bir mesele insanı çok olgunlaştırıyor. Aynı hataları devam ettiriyorum belki ama yine de onun vermiş olduğu bir olgunluk var. Aynı hatayı bir daha yapmamak değil yani amacım, hayata bakışın değişiyor. Olayda daha birçok güzellikler var abi, olayın kendisi güzel bence, Âdem için, benim için... Zorlandık ama güzel bir şey, güzel olmasa Allah verir mi? Verecekse cezamızı zaten ahirette verecek, Allah’ın dünyadayken insanın başına ceza kesmesi iyi bir şey!”

Vaka XII (Felç süreci ve ölüm) Birlikte yaşadığı oğlu: “Yirmi günlük kısmı hiç hatırlamıyorum. Kalp pili ile yaşamak nasıl bir duygu? İş yine maneviyata geliyor. Eğer biraz maneviyat güçlüyse, ben buna inanıyorum ki mesela on iki yıl oldu kalbime pil takılalı, yedi yıl sonra ikincisi takıldı, on iki yıl oldu yani ikisine, hayatımın bir parçası oldu! Ben zihinsel olarak bunu kabul ettiğim için vücudum da kabul etti. Vücudumun bir parçası artık, bir kalp gibi, bir mide gibi. Bu olmazsa ben yaşayamam, psikolojik olarak böyle. Allah’ı buyurduğu gibi, şer sandıklarınızda hayır, hayır sandıklarınızda şer var ya! Mesela ben çok zor şartlar altında çalışıyordum. Altı ay çalışıyor, altı ay işten çıkıyordum. Kalp pili takılınca malulen emekli oldum mesela. Bu sefer ayaklarım yer tutmaya başladı maddi açıdan. Yani maneviyat maddiyata döndü, her iki açıdan rahatladım. Hiç etkilemiyor beni, yani bende pil varmış yokmuş aklıma bile gelmiyor. Tıbben benim kendime gelmem, hafızamın yerine gelmesi üç-beş sene sürermiş, beş dakika boyunca kan gitmemiş beynime, ama ben on altı günde kendime geldim. O yirmi günlük süreçte hafızam hiç kayıt yapmamış mesela, sen geliyorsun, hoş geldin Süleyman diyorum, konuşuyorum anlatıyorum sana bir şeyler, bir iki dakika geçiyor tekrardan sana hoş geldin diyormuşum. Hafıza kayıt yapmıyor ya, hatırlamıyorum bir iki dakika öncesini. Bir ay sonra her şeyi hatırlamaya başladım, hiçbir şey silinmedi hafızadan. Mucize demeyelim de onun gibi bir şey yani!”

Vaka XII (Felç süreci ve ölüm) Birlikte yaşadığı oğlu: “İnsanlara nasıl açıklayacaksın bunu, anlatsam ne anlayacak ki adam! Rabbime şükürler olsun! Hocanın

hesabı, damdan düşeni getirin bana demiş, ancak böyle başına bir şey gelen olursa o anlar beni. Evet, anlamış gibi yapacak ama anlamayacak ya da ben biraz abartılı konuşmuş gibi olacağım ona göre. Şükür duygusu işte, rabbime şükürler olsun.”

Vaka XIII (Şehidin hikayesi) Annesi: Başka bir rüyamda üç kızımın birlikte namaz hakkında konuşuyoruz. Namaz hakkında siz biraz gevşek davranıyorsunuz diyorum. Kübra'm saçını arkaya bağlamış yine, yüzü ay gibi parlıyor, anlatamam o parlaklığı, nur gibi. Şehit olduğunu bilmiyorum o an. Kızım diyorum, namazınızı dört dörtlük kılsanız diyorum, nasihatler veriyorum. Cenneti kazanmak kolay mı diyorum. Kübra, “Anne, cennete ben sizi alacağım ya!” diyor. Öyle uyandım hemen. Kalktım Kübra'yı arıyorum, sonra kendime gelince hem ağlıyorum hem şükrediyorum rabbime. Vallahi ben çok seviniyorum, gün geçtikçe de bu duygular daha çok sarıyor insanı. Allah herkese böyle evlat nasip etsin diyorum. Her zorluğun ardında bir kolaylık varmış, zaten kaldıramayacağımız bir yükü vermezmiş Rabbim. Sanki kapıyı açıp güleryüzüyle içeri girecekmiş gibi geliyor akşamları. Rüyamda görüyorum işte bazen; yüzü karlar gibi, bembeyaz elbiseler içinde gülümsüyor”.

3.3. Bir Model Önerisi Olarak Sabra Yolculuğun Beş Hali

Hayat, bireyin doğumu ve ölümü arasındaki yaşam tecrübelerinin tümü şeklinde tanımlandığı üzere bir mefhumun dar kalıplarına sığdırılamayacak kadar geniş ölçekte incelenmesi gereken bir olgudur. Lakin bu olgunun anlatmaktan ziyade anlaşılabilir ve yaşanabilir bir tarafı vardır. Zira her insanın hayatı, bir diğeri ile tam manasıyla benzeşmeyecek nitelikte tektir. Ayrıca insanın hayat hikâyesini kendi iç dinamikleriyle incelediğimizde karşımıza bazen durgun ve berrak bir su birikintisine benzer bir sadelik çıkarken, bazen de hırçın akışı ve bulanık görüntüsüyle irkildiğimiz nehir misali bir hayat serüveniyle karşılaşırız.

Biyopsikososyal varlığımızı veya var olma çabamızı tehdit eden her türlü olay travma olarak adlandırılabilir. Burada bireysel veya toplumsal varoluşumuza, inanç boyutumuza, vicdanımıza yönelik bir tehdit söz konusudur. Travma, hiç beklenmedik bir anda bütünlük ve devamlılık gibi varlığımızı temellendirdiğimiz yaşam kaynaklarımıza bir saldırdır. Bir nevi insanı bireysel gerçekliğinden, geçmişinden ve geleceğinden sınırlı bir süreliğine koparan boşluk halidir. Trafik veya iş kazaları sonucunda sakat kalmalar veya ansızın ölümler; ani, kronik veya metastazlı hastalık teşhisi konmak; ölüm veya boşanma sonrası ailedeki rol değişimleri gibi trajik hadiseler bireysel travma listesine girer. Birey travma sonrası şok, kaygı, korku, çaresizlik,

karamsarlık, suçluluk, öfke, umutsuzluk neticesinde geçmiş travma ve kayıpları sonucu oluşan hüznün alevlenmesi gibi duygusal tepkiler verebilir. Gürültüye karşı hassaslık, baş ağrısı, göğüs darlığı, kalp sıkışması, sürekli yorgunluk hali gibi aslında bedenin travma karşısında bir çeşit kendini ifade etmesiyle ortaya çıkan fiziksel tepkilerle de karşılaşmak mümkündür. Davranışsal anlamda da içe kapanma, yeme ve uyku ve bozukluğu, alkol ve madde kullanımı, sosyal çevreden uzaklaşma, soyutlanma, sessizliğe bürünme, dikkat dağınıklığı, sürekli aynı şeyle uğraşma gibi tepkilerle de karşılaşılabilir.

Her travmatik olay tüm bireylerde aynı etki ve/veya tahribe sebep olmaz. Travmanın şiddetiyle birlikte kişinin genetik özelliği ve aile öyküsü, psikolojik sağlamlık derecesi ve zorluklarla başa çıkma kabiliyeti önemli bir etkidir. Ayrıca, sosyal desteğin mahiyeti ve işleviyle birlikte travmanın kişi için ifade ettiği anlam ve daha önce yaşanan benzer trajik deneyimler gibi faktörler travmayla karşılaşan kişide psikiyatrik bir belirti veya hastalık meydana gelme ihtimalini belirler.

Analizlerden senteze ulaşmak ya da tümevarım amacıyla gerçekleştirdiğimiz gözlem ve mülakatlarımızdan hâsıl olan şudur ki, hayatın zorluklarıyla karşılaşan insanlar ve yakınları “Sabra Yolculuğun Beş Hali (Şok-Şikâyet-Şüphe-Şükran-Şükür)” olarak adlandırdığımız duygu-durum veya halleri yaşarlar. Bunları şöyle açıklayabiliriz:

3.3.1. Şok Hali

İnsan, hayatın zorluklarıyla daha çok ansızın karşılaşır. Bir metaforla anlatmak gerekirse bu duruma gerçeğin/feleğin tokadı diyebiliriz. Acı gerçeğin tokadı nereden, nasıl ve ne şiddetle gelirse gelsin bu durum insanın yüreğini yakan/sızlatan bir özelliğe sahiptir. Bu evredeki tepkiler kestirilemeyecek niteliktedir. Kimilerinin nutku tutulup takınacağı maskeler karışabilirken kimileri için dış dünyanın gerçekliği rafa kalkar. Bilinç sendeler ve zihnin işlevleri itidali yitirir. Anormal addedilecek davranışlar sergilenebilir. Bu evre, dinî duygu ve düşüncelerin ya dip ya da pik yaptığı bir evredir. Bu sebeple bireye “anlayıcı” bir üslupla yaklaşılması gerekir. Hali ve davranışlarından ötürü bireyi yargılayıcı bir tavır takınmak problemi içinden çıkılmaz bir hale getirebilir.

Vaka I (Annem: “O gün hayatımın en zor şeylerinden birini yaşadım. Bir ay önce annemler trafik kazasında vefat etmişti. Çok üzüldüm, her gün ağlardım.”. Ne yapacağımı şaşırdım, pencereyi açıp komşuları çağırdım hemen.” “Kapı çaldı, fırladım kapıya. Beyimle göz göze geldik. Çocuğumu kucağına basmış, yüzü kapalı, gözlerim

belerdi, öldü mü yoksa diye düşünüyorum, o sırada oğlum “Baba, leblebim!” deyince derin bir nefes aldım.”

Vaka I (trafik kazasında ölen çocuğun annesi): O anda neler yaşadım? Merdivenleri beşer beşer indim. Beni tutmaya çalıştılar. Bir şey yok! Bir şey yok! diyorlar. Rüya mı bu, nasıl bir şey yok!? dedim. Ben hepsini gördüm, parçalandı kızım!!! diye bağırdım. Allah’ım rüya olsun bu! dedim. Cam siliyordum, bayram hazırlığı yapıyorduk. Bir ara eltim büyük oğluyla tartışıyordu. Eltim oğluna sinirlenip “Kamyonlar altında kal!” deyince dayanamadım, “Kız o nasıl laf öyle? Sen ne biçim konuşuyorsun?!” diye tepki verdim. Kafamı pencereye çevirir çevirmez kızımın yola çıktığını gördüm. “Kızım çıkma yola, kamyon...” dememe kalmadı kızım kamyonun altında kaldı. Eltimin söylediğine dayanamazken ben o tabloyu yaşadım orada, o söz gerçek oldu.

Vaka III (evlilik hikayesi) Murat Abi: “Kaza haberini aldığımda dünyam karardı hocam. O şok haliyle kazanın olduğu yere nasıl gittik hatırlamıyorum bile, iki arkadaşım alıp getirmişler beni”.

Vaka V(Ağaçtan düşüş ve kalıcı sakatlık) Mustafa Amca: “Eylül 2008, ramazan bayramı arife günüydü düştüğümde. Ben Arabayla geldim Ankara’dan. Arabada bir şey olmuyor bak, kaza falan. Sahurdan sonra çıktım yola ama bazı şeyleri hatırlıyorum, bazı şeyleri hatırlayamıyorum. Bozuk kaset olur ya, kaset bir çalar bir çalmaz, onun gibi kesik kesik hatırlıyorum”.

Vaka VII (sekiz saatlik ömrüyle bebek) Babası: “Kızım anne karnındayken, yedinci aydı yanlış hatırlamıyorsam, ciddi bir sıkıntı yaşamıştı, hastaneye götürmüştüm eşimi. Çok şükür ki rahatlatıcı bir haberle dönmüştük, gayet sağlıklı demişti doktor. Sanırım orda yaşanan ve tam olarak fark edilmeyen bir problem kızım ve bizim için kırılma noktası oldu sanki. İlerleyen zamanlarda bu rahatsızlık zaman zaman baş gösterdi ama gittiğimiz her doktor, hastane bizi bir sıkıntı olmayacağı vaadiyle geri gönderdi. Hamileliğin sekizinci ayında gittiğimiz hastane işin içinden çıkamayınca daha kapsamlı bir inceleme için tıp fakültesine yönlendirdi. Onlar da bir sorun olmadığını söylediler ama içimize bir kurt düştü. Tedbir bizden takdir Allah’tan dedik, profesör unvanlı bir doktora müracaat ettik. Muayene sonrasında eşimi acilen hastaneye yatırmam gerektiğini, bu şekilde beklersek eşimi dahi kaybedebileceğimizi söyledi. Doktorun söylediklerinin şoku, stresi ile soluğu tekrar tıp fakültesinde aldık. Tehlikenin boyutlarını da orada fark etmeye başladık”.

Vaka VII (sekiz saatlik ömrüyle bebek) Annesi: “Bebeğimi kucağıma hiç alamadım ki! Öldüğünü söylediklerinde sanki hastanenin duvarları üzerime yıkıldı. Ne yapacağımı, ne diyeceğimi bilemedim!”.

Vaka IX (Alkol ve cinayet): Oğlu: “Genç yaşta beni pavyona götürürdü, alkol almıyorum diye dayak yiyen adamdım ben, sigara içmiyorum diye dayak yiyen adamdım ben! Zorla, içeceksin! Siyah bir poşet abi, içi para dolu, buğday sattık, bir para etti buğday! Sabahleyin geldi şu parayı say dedi. Sarhoş, hiç yatmamış, sabah şafak söküyor. Yataktan kalkarsın, soğuk olur da titlersin ya, elim titriyor, parayı sayamıyorum diye sabah uykudan kalkar kalkmaz beni dövdü abi! Para sayamadığım için dayak yiyen adamım ben! İnandıramadım kimseyi. Bu adam mı bunu yapıyor derlerdi. Şimdi bana derler, biz inanmadık hata ettik de siz haklıymışsınız derler. Babamla bir yere gideceğim diye insan korkar mı ya! Her yerde kesin bir belamız vardı. Alır suya götürürdüm, eline kürek almaz, yemek pişirir çay demlerdi bana, ben tarlanın aşağısındayken bakardım akşam, araba yürüyor! Hemen bir iki bira alır gelirdi kendine. Bu sefer sabahlar olmazdı! Gidip yatamazdım, aşağıda beklerdim, biliyorum bir şey bulup çatacak bana! Söver sayardı yukardan, korkar dinlerdim!”.

Öldürüldüğü gün! Gecenin üçünde dördünde her zaman beni uykudan kaldıran adam yok! Sabah altıda suya gideceğiz, baktım yok. Yedi oldu yok, telefona bakan yok, sekiz oldu yok! Baktım kapıya polis geldi. Dediler Mehmet Aktaş’ın evi burası mı, burası. Ne oldu abi, hayırdır? Dediler baban ufak bir kaza geçirmiş, hastanede şimdi, seni götüreceğiz. Gidelim abi dedim, geldik. Burada jandarma karakoluna teslim etti polisler bizi. Karakol komutanı da çok iyi bir adam. Yiğidim dedi, baban iyi. Kayseri’ye götürdüler fakülteye, ama teşhis için oraya gitmemiz lazım, bu yüzden seni bırakamam dedi. Yalnız dedi, bir iki yerde daha olay varmış, önce oralara uğrayalım, sizin mevzu biraz uzun dedi. Nasıl uzun abi, bu ne şekil bir trafik kazası dedim. Kaza değil, başka farklı şeyler dedi. Anlatmıyor da adam üzülecek diye herhalde iyiliğinden ama benim içime kurt düştü. Gittik, bahçelerin arasına girdikçe giriyoruz, bu adamın buralarda ne işi var diyorum, işinin olmasına imkân yok ya, oturup kalktığı yerler var ama hemen asfaltın dibinde oralar! İki bin onun yedinci ayıydı, temmuz. Bir gittim ki etrafı şeritle çevirmişler, babamın ayakkabısının biri direk gözümün önüne geldi! Karşıda yerlerde kan! Kulak kesilmiş, kulağının ucundan çok küçük parçacıklar duruyor orda! Ben o parçacıkların boğazından falan geldiğini düşünüyordum, hastanede gördüğüm zaman, burnunda jilet izlerini, kulağının kesildiğini, yüzünün gerçekten tanınmaz halde

olduğunu orada gördüm. Tabi ben o anda kendimden geçtim, kim yaptı, nasıl oldu diye!”.

Vaka X (Genç kızın ölümü): Babası: “Allah kimseye evlat acısı yaşatmasın. O gece yaşadığımı bir ben bilirim bir de Allah bilir. Kızımın yokluğuna alışmak çok zor oldu. İnanamıyor insan, inanmak istemiyorsun, sanki çıkıp gelecekmiş gibi. Hastaneye götürdük, doktor öldüğünü söyledi. Gelip bir daha bakarlar diye ben kızımın yüzünü açıyorum, bir hemşire gelip yüzünü kapatıyor. Eve nasıl geldik, nasıl geçti o gece bilmiyorum ama tek istediğim uyuyup bir daha uyanmamaktı. Sabah kalktım, kızım yok; evimiz, sokağımız bomboş, her şey, herkes öyle anlamsız geldi ki. Çocuktı o hocam, çok küçüktü. Çiçeklerle süsledim mezarını, etrafını taşlarla ördüm, çiçekler hiç solmasın diye iki güne bir sularım.

Vaka XI (Engelli gencin trafik kazası): Kaza yaptığı arkadaşı: “Kaza benim için bir dönüm noktası oldu Süleyman Abi. Ondan önce, biraz daha düşünmeden hareket ederdim. Ama şimdi, bir şey yapacağım zaman, saliselik bir şey de olsa pat diye bir şey yapamıyorum. Aklımda olayla ilgili hiçbir şey kalmadı çok şükür. Zaten o travma devam etse rahat hareket edemem, işimi de yapamam yani. Kaldıramayacağım bir imtihandı benim için. Olayın yaşanma anı işin açığı benim gözümün önünde yok! Süresini bilmiyorum ama kazadan bir süre sonra uyanmışım.”

Vaka XIII (şehidin hikayesi) Annesi: “Şehit olduğu gece aradı beni. Olayları televizyondan izliyorduk o gece ama hiç aklımıza böyle bir şey gelmiyordu. Kübram kendisini korur diyordum içimden. Aradı beni, anne merak etmeyin ben evdeyim demişti. Telefonu kapattıktan sonra çalıştığı yere saldırı olmuş. Arkadaşları gitmemesini söylemişler ama “Ben arkadaşlarımın yanına gidiyorum, ben vatan haini değilim” demiş. Gittikten sonra da ikinci bombayı atmışlar, o sırada canını vermiş guzum. Hiç üstüne getirmedi ki, ertesi gün de haberini aldık zaten”.

3.3.2. Şikâyet Hali

Bilinç yerine geldiği ve gerçeği gördüğü andan itibaren halden memnuniyetsizlik devreye girer. Tecrübe edilen yaşantı, hayallerle gerçekler arasında kurulması arzulanan köprüyü yerle bir etmiştir. Burada “beklenti açığı” denilen durum ortaya çıkar. Zira bir tarafta yaşanan acı gerçek, diğer tarafta ise arzular, hayaller, beklentiler vardır. Bu iki gerçeklik arasındaki mesafe ne kadar uzun olur ise, hissedilen acının derecesi de birbiriyle doğru orantılı şekilde o derece fazla olur. Zihin, içine düştüğü hali ‘kaos’ olarak değerlendirir ve eski düzenine dönmek için yardım çığlıkları atar. Bu evredeki

yaşantılar daha çok davranışlara yansır. Dolayısıyla savunma mekanizmaları en çok bu evrede devreye girer. Etki-tepki yasasına benzer şekilde, yaşanan zorlu hadisenin veya durumun neden başa geldiği veya bu durumun neden yaşandığı sorusu üstü örtük bir biçimde de olsa sıkça sorulur. Birey, günlük hayatın normal akışı içerisinde kendisinden umulmayacak, alışlagelmemiş davranışlar sergileyebilir veya tutumlar takınabilir. Misalen bireyde tasavvufi kültürde ‘naz ve arbeye’ şeklinde telakki edilen hallere bu evrede rastlanır. Zira sevdiğimiz ya da değer verdiğimiz bir şeyi kaybetmemiz, reddedilme ve güçsüzlük hissi, kadere gücenme vb. haller bu duygularımızı harekete geçirir. Kaybedilenin gerçekliği içimize işledikçe sıkıntı yaşarız. Sıkıntı, psikik dengemizin bozulduğuna işaret eden duygusal ateşlenmedir. Ölüm halinde veya bir zorlanmadan sonra toplumsal kurallar öfkelenmemize bazen izin vermez. Bu nedenle öfkemizi bazen başka nesnelere yönlendiririz. Bu duruma, tedaviyi yanlış/eksik yaptığı düşünülen doktora öfkelenmeyi, cenaze merasimi ve sonrasında yaşanan bazı hadiselerden yakınmayı örnek verebiliriz.

Vaka I (Yanık Hadisesi ve Ölümle Tanışma) Annem: “Herkes üzülür ağlar tabii ki ölüme ama trafik kazasıyla öldüler annemler, en küçük kardeşimiz bekâr, gurbette okuyor, ben pek yandım işte. Çocuğumun bunu yaşaması o acıyı unutturdu belki biraz. Benim yüzümden mi oldu, fazla ağladım herhalde o yüzden Rabbim beni uyardı diye düşünürüm, çok üzülüyor çok ağlıyorsun dedi sanki. Çocuğumun vücudunda yanık izleri kaldı.. Annemler öldüğünde ağlardım her gün, bu çocuğum da kucağıma oturur yazmamla gözlerimi silerdi. Aklına geldiğinde gel de ağlama! Canı pektir onun, bir yeri ağrıya sızlasa herkes gibi şikâyet etmez, yanmasına bağlarım bunu”.

Vaka I (Yanık Hadisesi ve Ölümle Tanışma) Kazada ölen çocuğun annesi: “Bana derlerdi ki “Kalk namazını kıl!” Ben de derdim “Ne namazı, ben ayakta bile duramıyorum!”. “İsyen gibi bir şey hiç olmadı. Kaynanam da beni hep takdir etti. Olaydan sonra benim kafayı bozacağını zannetmiş. Ama hiç isyen etmedim. Buna benzer olaylar acını hep canlandırıyor. Çocuğum o gün dayak yemişti benden. Bayram temizliği yapıyorduk. Akıp giden suya giriyor, batıp çıkıyor, üstünü değiştiriyorum tekrar tekrar, kirletip geliyor çünkü. Sinirlendim, naylon terliği nasıl vurduysam koluna terliğin numara izini gördüm vücudunda. Beni en çok mahveden orası, ciğerim yanar, keşke vurmasaydım. Çocuğum ölmeseydi dahi içimde bir yara işte. Acılarla hiç yaşanmıyor. İçimdeki o yangın, o mühür bu tür kazalarda hep tazelenir. Beyin! Televizyonda falan görsem hep kazayı hatırlatır. Gördüğüm o tablo! Çok sevdiğim o kelle, o günden sonra hiç yemedim”.

Vaka I (Yanık Hadisesi ve Ölümle Tanışma) Kazada ölen çocuğun babası: “Kazaya sebebiyet veren kamyon şoförü bir hafta emniyette nezarette kaldı. Babam derdi, “Oğlum bu adam bilerek çarpmadı ki, sakın ona öfkelenmeyin!”. Ben de zaten adama bir şey demedim, suçlamadım onu. Adam on gün sonra çıktı geldi eve. Yengeyle bir görüşeyim dedi, hanım kabul etmedi. Görürsem dayanamam dedi hanım. Adam ısrar etti, uzaktan bir göreyim yengeyi yeter dedi.”

Vaka II (Şizofren Genç) Gencin kardeşi: “Hastanede üç-dört gün kalırdı abim, sonra annemler dayanamazdı, alır gelirlerdi eve. Babamdan da korkardı ama annem çok çekti abimden. Öfke nöbetlerinde anneme vurduğunu hatırlarım. Düşün hocam, annem o sıralar yatalak olan yaşlı dedeme de bakıyor, annem cennetlik bence. Abimle dalga geçerlerdi bazen, deli derlerdi. Gücümün yetmeyeceğini bildiğim halde ben de onlara diklenirdim. Sigara isterdi ondan bundan, sağ olsunlar kırmaz verirlerdi. İnanç hocam, inanç ayakta tutuyor insanı, o şekilde tahammül ediyorsun bazı şeylere, başka bi açıklaması yok bunun.”

Vaka III (Evlilik Hikayesi): Murat Abi: “Her şeyden geçtim, annemi babamı sağ görmek istedim bi umutla ama ölmüşler. Kime gideyim, nereye gideyim, intihar etmeyi bile düşündüm. Hep benim yüzümden oldu dedim. Ablalarımın, akrabalarımın yüzüne bakamadım.”

Vaka IV (Elektrik İşçisinin Ölümü) Annesi: “Ayağından ameliyat olmuştu oğlum. Kırk gün izini vardı ama duramadı. İzninin bitmesine dokuz gün kala ben sıkıldım, bari gideyim çalışayım dedi. Gitme oğlum, otur şurda, iyice iyileş dedim ama dinlemedi. Hiç olmazsa telefonlara bakarım, masa başında otururum dedi. Ne hanımının ne de benim gönlümüz oldu gitmesine. Olacağa baksana! Cenab-ı Allah öyle emretti, biliyorum, dayanma gücü versin Rabbim. Torunum oğlanın hareketliliği, canlılığı, vicdanı aynı babası. Sırtına alır beni bazen, babası gibi gezdirir (Tebessüm ediyor). Üniversitede gömlek giyme töreni mi ne varmış, torunum bana dedi ki (ağlıyor), “Arkadaşlarımın babaları geldi, aldılar aldılar gittiler çocuklarını, annem yanımdaydı ama işte o zaman babamın yanımda olmasını çok istedim!”. Bu çok üzdü beni. Dedesinin gelmesini istemedi, dedemi görürsem orada daha çok üzülürüm demişti.”

“Bir komşumuz vardı, o da iki evladını kaybetti. Benim tek. Birbirimizi gördüğümüzde oturur ağlardık. Dayanamıyorum, kaldıramıyorum derdi. Sonra o da öldü, evlatları gitti, kendisi gitti. Ne oldu sonra? Kocasını yeni bir hanım aldı. Elin kızı geldi işte onun yerine ama evlat geri gelmiyor. Çıkmıyor içinden çıkmıyor, kendimi

bağa bahçeye işe güce veriyorum ama çıkmıyor. Tek başıma kalıp oturdum mu bir şeytan geliveriyor yanıma, çıldırarak gibi oluyorum”.

“Aşağıda kurulmuş evi var gelinimin. Bir tek eşyasını götürmedi. Rahmetliğim nasıl döşediyse öyle duruyor. Anamın babamın duasını alacağım yaptı çattı, kurdu evini çocuğum. Üç gün sürmedi, sefasını süremedi yavrum. Çok dikkatli konuşmak lazım, ağzını tutmak lazım. Camiye gittim bir gün, zikir çekiyorlar. Benim gibi evladını kaybeden iki arkadaş gördüm, yanlarına oturdum, üçümüz öyle bir ağlıyoruz ki! Ağlamayın, herkesin başında, sabredin diyorlar ama yara bizde, hiçbir şey demeden birbirimize bakıp ağlıyoruz. Ben sizin demenizle mi biliyorum sabretmeyi? Ben senin kadar Müslüman değil miyim? İnsanlar bazen çok dengesiz konuşuyor, biliyorum sadece benim başımda değil ama ateş düştüğü yeri yakıyor. Bazen insanların susması konuşmasından daha tesirli oluyor. Burası dar bir yer, herkes birbirini tanıyor. Bayram gelir, komşular çıkar hemen piyasaya, “Gelinin geldi mi? Gelmeyecek mi yoksa?!?” diye sorarlar. Bunlar üzüyor insanı. Sana ne ya! Biraz yürüyeyim açılalım derim, biri gelir, “İyi kilo almışsın, unuttun mu oğlanı?”, “İyisin değil mi, unuttun mu?”... Neyi unutayım ya, unutulur mu? Parmağından bir gümüş yüzük düşse yana yana ararsın, bu lafı etmeyin ya, sormayın, beni yakmayın. On üç senedir evden dışarı çıkmayız, bir tarafa gitmeyiz. Gezmeyi severdik ama mahal münasipti, misafirlikti bıraktık. Canın istemiyor ki, şu acıyla nereye gideceksin? Her şey gönül hoşluğuyla...”.

Vaka IV (Elektrik İşçisinin Ölümü) Babası: “Vefat ettiği gün dairede bir cüz Kur'an okumuş. Sonra çıkmış bir köye arıza tamirine. İlçeye dönmüş. Hastanenin başhekimini arkadaşıydı. Hastanenin önündeki çam ağaçları elektrik tellerine dokunuyor diye dalları kesmesini istemiş. Sabitlemiş sepetli iş aracını, merdiveni ayarlamış, yanında kimse yok. Kestiği dallardan biri tellerde asılı kalınca, demir testere ile iteyim demiş ama demir kapmış elektriği! Orada can verdi zaten. Şurası beni çok üzdü! Çocuğum o sepetin içinde bir saate yakın mahsur kaldı. Tamam, biliyorum, elektriğin çarptığı anda beş on saniyede can çıktı, vücudu bir yerden patlattı zaten elektrik ama umut işte!. Bir saate yakın sepetin içinde yandı çocuğum!. Merkeze haber verecekler de, ekip gelecek de! Şurada Develi var, Yahyalı var, İncesu var! Çağırsana oralardan, daha yakın. Yağ basıncı kilitlemiş makineyi, orada bir civatayı gevşeteceksin kendi kendine inecek merdiven, biliyorum ben bırakın indireyim diyorum, yirmi beş yılını verdim ben bu işe, polis yaklaştırmıyor beni! Şöyle söyleyeyim, resmi dairelerin hepsi vurdumduymaz. Cenab-ı Allah oğlumu orada alacakmış yanına, ecel geldiğinde Azrail

aleyhisselam işini yapacak ama oğlumun bu şekilde ölmesi beni üzüyor. Başın sağ olsun diyorlar ya, keşke ben ölseydim de oğluma deselerdi başın sağ olsun diye!”.

“Allah dört duvarı sır için yaratmış. Gerçekten susmak daha iyidir oğlum. Sağ gözüm sıkıntılı benim, doğru dürüst göremiyorum. Sol gözümü kapatayım, seni bir karartı olarak görüyorum mesela. Lens var gözümde, gözüm güneşten rahatsız oluyor, güneş gözlüğüm aldım. Şimdi gidiyorum yolda, kendi yolumu çizip gidiyorum. Yanımdan birisi geçiyor, tanıyamıyorum. “Bak selam vermedi, bak kimseyle ilgilenmiyor, niye görmüyor, niye konuşmuyor?” diyorlarmış, kulağıma geliyor. Yav arkadaş göremiyorum! “Güneş gözlüğü takıyor, artist geliyor!” diyorlarmış. Çoğuna da diyorum, “Oğlum beni acıtmayın, beni kendi halime bırakın!”. Anlayışlı adam geliyor yanıma, “Abi!” diyor, hal hatır soruyor ama başkası anlamıyor. Yarı şaka yarı ciddi laf söylüyor ama kırıyor beni haberi yok.

Vaka V (Ağaçtan düşüş ve kalıcı sakatlık: Annesi: “Çok zor oğlum çok zor. Ben de hastayım zaten, yaşlıyım. İnemiyorum, çıkamıyorum, gücüm yetmiyor ama Allah sabrını veriyor işte. Kolay mı evladının bu halde oluşuna dayanmak. Böyle yatıp durur işte. O gün bağı gidecektik. Bağ yolundan döndü harıma gitti. Çıkma dedim ağaca. Ağacın hepsini indirme yok zaten, bir iki tane ceviz vardı, elinde değnek yok sepet yok. Çıkmasıyla düşmesi bir oldu. Ne diyeyim oğlum? Ben konuşma bilmem fazla, Allah sabrını veriyor. Amma şunu diyeyim eskidenmiş düğünü diriyi bilmek, hastayı komşuyu ziyaret etmek”.

Vaka VII (sekiz saatlik ömrüyle bebek): Babası: “Doğumdan sekiz saat geçmişti. Kızım sekiz saattir dünyadaydı. Ben de kendimi sekiz saattir bir baba gibi hissediyordum. İhtiyaçlarını aldım, asansörü sabırsızlıkla bekliyorum. Geldim yoğun bakım ünitesine, nöbetçi hemşirenin gözleri sürekli benim üstümde. Kötü giden bir şeylerin olduğunu sezdim. Hala kulaklarımda çınlar, hemşire ‘Başınız sağ olsun!’ dedi! Sanki yüksek bir tepeden düşer gibi oldum. Kızımı tekrar görme isteğim o kadar fazlaydı ki, ama müsaade etmediler, morga gönderdik dediler. Bütün bu duygu karmaşası ve çöküntü içerisinde bir kadının yeni doğmuş bebeğiyle taburcu edildiğini gördüm. Ruhsal çöküntüm bir kat daha derinleşti! O gecenin nasıl geçtiğini hatırlamıyorum. Ertesi gün morg koridoruna girdiğimde kendimi bir kuyunun içinde kalmış ve ömür boyu oradan çıkamayacakmış gibi hissettim. Kucağıma küçücük, bembeyaz bir şey tutuşturdular. Kızımın bedeni kucağımda!”

Vaka VII (sekiz saatlik ömrüyle bebek): Annesi: “Eşime çok üzüldüm. Hem beni teselli etmeye çalışıyor hem ağlıyordu. Annem, babam herkes çok üzgündü. Kimisi

sakin, sabırlı olmamı söylüyor kimisi de bana sarılıyor, gözyaşımı siliyordu. Hiçbir şey duymak istemiyor, öfkeyle bakınıyordum etrafa. Arayan soran herkes sabretmem gerektiğini, imtihanımın ağır olduğunu söylüyordu. Neden ben, neden benim çocuğum öldü diye sordum hep. Ama günler geçtikçe alıştım bu duruma sanki. Gebeyken bebeğim için ördüğüm hırkaları, kazakları saklıyorum sandığımda. Hele hemşirenin bebeğimi sardığı örtüyü hala koklarım ara sıra. Kendimden bir parçayı doyasıya öpüp koklayamadan, anne demesini ve bana doğru koşmasını göremeden, bağıma basamadan toprağa vermek çok zoruma gitti.”

Vaka IX (Alkol ve cinayet) Oğlu: “Babam altmış dörtlüydü, ben doksan bir doğumluyum. Küçükken fazla aklım ermezdi ama kendimi bildim bileli bir aile hayatımız olmadı. Nasıl anlatayım ben sana, alkol! Her şeyi oydu. Zengindik ama fakir yaşadık. Her çiftçinin kazanamayacağı paralar kazanırdık ama biz hiç görmedik. Ben aklım ermeye başladığında arazi işlerine bakmaya başladım. Bana eziyetleri bambaşkaydı. Traktörün üstüne binerdim, kullanacağım ekipmanı göstermezdi, binerdim, kullanamıyorum diye öyle bir azar işitirdim. Önce bir babanın bir evlada göstermesi gerekirdi şefkati, merhameti! Hiç sevmedi beni, oğlum dediğini duymadım ben! Hep iş güç, içerdi, kazandığı paraları bir kuruş borcuna vermezdi, yerdı parayı. Yedikten sonra parasızlığın zulmünü yine biz çekerdik. Ailesine gerçekten çok büyük bir eziyeti vardı bu adamın. Ölümünden iki üç sene öncesine kadar bıçakla falan tehdit ederdi bizi, artık annemi ezdirmemeye başladım. Gücümüz yettiği için dur diyebiliyorduk artık. Dur dediğimiz için de bizi gözüne göz etti! Bıçakla falan iki üç defa tehdit etti ama çok şükür kazasız belasız atlattık. Ölmeseydi ya o beni, ya da ben önu öldürebilirdik abi, evlat katili olabilirdi ya da ben baba katili olabilirdim, öyle şeyler yaşadık. Kimseye derdimizi anlatamadık, anlattığımız insanlar da bu adam o adam değil derdi. Ayık olduğu zaman ben babama hayran bir adamdım, ama biz sarhoş halini de gördüğümüz için o ayık haline hayranlığımız kalmadı bizim.”

Vaka X (Genç kızın ölümü) Dayısı: “Hastanede yeğenimin kalbini tekrar çalıştırırlar diye umdum ama geri döndüremediler. Kendi acımı unuttum, bacıma mı yanayım, anama mı yanayım. Cenazeyi memlekete götürmeye hazırlanırken otopsi yapılması gerektiğini söylediler. Yalvardım, gerek olmadığını söyledim ama genç ölümü olduğu için savcının emri dediler. O kanlı masadan çocuğun cenazesini almak çok zoruma gitti. Ölüm böyle yakın işte. Sen besle, büyüt, tenine zarar gelmesin diye çabala, hiç tanımadığın insanlar ölüm sebebini anlamak için otopsi yapsın!”

Vaka XI (engelli gencin trafik kazası) Babası: “Oğlumun arkadaş çevresini severdim ama bi kötü huyları vardı, içki içerlerdi. Kazanın olduğu gün içkililermiş heralde, arabayı oğlum kullanmış. Sağ kolu yok, tek kolla araba kullanılır mı? Ama olacağı engel olunmuyor, olunamıyor. Malum kaza oluyor işte, olay yerinde vermiş canını. Oğlumun gidişine mi yanayım, niye bu halde araba kullanırsın ona mı kızayım? Ölümün nasıl olduğunu soranlara dert anlatmak ayrı bir dert.”

Vaka XI (engelli gencin trafik kazası) Kaza yaptığı arkadaş: Suçluluk duygusunu kendim attım içimden, bu süreçte çevrenin de faydası oldu. Yakınlarım hep arkamdalardı yani. Kazaydı, Allah’ın takdiri, sen olmasaydın başkası olacaktı gibilerinden teselli ettiler beni. Çevremden bazı insanların da beni üzen sözlerini duydum. Benim olaydan sonra birkaç kez alkol aldığım oldu, bunu duymuşlar. Adam çekti beni bir kenara, sen Âdem’i götürdün, daha bunları nasıl yapıyorsun dedi! O adam benim için bitti o an! Konuşmuyorum onunla, akrabamız değil ama büyüklerimizden bu kişi. Olgun birisi, benim iyiliğimi düşünen biri böyle konuşmaz abi! Çünkü ben o suçluluk duygusunu Allah’ın yardımıyla atlattım. Sen beni gelip bu şekilde suçlarsan beni yerle bir edersin! Bu yanlış yani!”.

Vaka XII (Felç süreci ve ölüm): Birlikte yaşadığı oğlu: “Annem çok çalışkan bir kadındı. Kimseyi kırmazdı, herkesin işine koşardı. Ben maddi sıkıntılar yaşadım, kiramı verecek param yoktu, üç çocuğum ve eşimle annemin yanına sığındım. Ara sıra problemler yaşasak da annem işte, bir şaka yapar gönlünü alırdım. Felç geçirdi, sol tarafı tutmaz oldu. Hastanede refakat etmek bi zor, evde bakmak bambaşka zordu. Elin kızı sonuçta, bir söylersin iki söylersin, sonra yüzün olmaz. İlk zamanlar hemen iyileşir umuduyla hevesle baktık anneme, ama uzadıkça benim de kendimi kaybettiğim zamanlar oldu. Altı kardeşiz ama sadece ben ilgileniyorum, diğerleri neden oralı olmuyor diye serzenişte bulunduğum zamanlar da oldu. Anne hakkı ödenmez dedim, sabrettim, gönlünü almaya çalıştım hep, Allah rızası için elimden geleni yaptım. Ben ölümden döndüm mesela. Kalp krizi geçirdim ve göğsümde pil takılı, kalbim teklediği zaman pil devreye giriyor.”

Vaka XIII (Şehidin Hikayesi) Babası: “İçimi sızlatan başka bir durum. Büyük kızıma, şehidimin ablasına devletimiz iş verdi, şehit yakınlarına iş verildi ya hani, bir devlet dairesinde çalışıyor kızım. Kızım bir gün geldi, hem ağlıyor hem anlatıyor. Boşu boşuna öldüler o insanlar o polisler demişler iş arkadaşları. Acımıza tuz basmayın yav, kanatmayın! Vatani için öldü o ana kuzuları. Benim kınalı kuzum toprağın altına girecek, sen boşu boşuna öldüler diyeceksin. Allah’tan korkun!”

Vaka XIII (Şehidin Hikayesi) Annesi: “Çevremizin desteğinin yanında dengesiz konuşan insanlarla da karşılaştık. Mesela ölüsünü gördünüz mü diye soruyorlar. Cenaze sırasında mesela, bunun kızı tamamen yanmış bir şekilde gelmiş, tabut boşmuş diyenler olmuş. Gittik gördük diyorum ölüsünü, sadece alnında bir yanık izi vardı diyorum, inanmıyor adam. Dedim nasıl inanmak istiyorsanız öyle inanın. Çok canımı yakıyorlar. Olsa ne olacak? Hadi oldu diyelim, o anda bitiyorsun zaten. Ama Allah öyle kuvvet veriyor ki, öyle hissettirmiyor rabbim. Kim ne derse desin kale almadım zaten. O insanlar zaten şehitliğin ne olduğunu bilmiyorlar. İleri geri konuşan, çok dengesiz konuşup canımızı yakan oldu. Ama hepsini de hoş karşıladım. Hepsine de inanın hiçbir cevap vermedim. Şimdi anlatacağım şeyi şimdiye kadar eşime dahi demedim. Birisi de geldi, “Sevdiği var mıydı yaa!”, “Sevdiği varmış, mezara kapanmış, kalkamamış!” gibi şeyler söylüyor. Ya sabır, Allah’ım dedim, olsa ne olacak dedim, olsa ne yapacaksınız dedim ya, normal. Genç kız, yani, artık işini aldı gücünü aldı, eşini de seçme hakkı var. Şaşıyorum, beynim duruyor o anda zaten. Söyleyecek söz bulamıyorsun, yutuyorsun. Ama yine onların bana yaptığını yapmadım, ben onları üzmedim. Dedim ki ben rabbime havale ediyorum. Zaten kendini bilse onu sormaz. Diyorum ki bazen, burayı terk edeceğim diyorum. İnsanları görmek istemiyorsun, dışarı çıkmak istemiyorsun. Ama ben inadına çıktım. Niye çıkmayacağım dedim, benim başım dik. Çok şükür rabbime dedim, bizi utandıracak bir iş yapmadı guzum. Biz dedim, gurur duyuyoruz guzumla dedim. Şöyle baktım, o insanlara da gülüp geçtim. Türkiye’nin dört bir tarafından çocuklar mektup gönderiyorlar bize. Bilhassa da kızımın adının verildiği okullarda okuyan çocukların yazdıkları mektuplar, inanın ki çocuklar büyük insanlardan daha duygusal, daha hassaslar bu konuda. Diyorum şunların düşüncelerinin güzelliğine bak. Neler yazmışlar, daha küçücük çocuk bunlar.”

3.3.3. Şüphe Hali

Burada bireyin kendisine doğru zihinsel yolculuğu başlar. Bu yolculuk bazen bilinçte başlayıp bilinçte biten veya ömür boyu devam edecek bir yolculuktur. Bu evrede inanılan dinin öğretileriyle bir iç hesaplaşma başlar. Birey önce kendisini sorgular. Varsa eğer kusurlu bir durum nerede/nasıl/ne zaman yanlış yaptığını düşünür veya başına gelen olayın/yaşadığı durumun müsebbibini araştırır. Kader, adalet, merhamet vb. mefhumlar üzerinde biteviye münazaralar edilir. Yaşananların muhakkak bir sorumlusu olsa gerektir. Kötülük probleminin getirdiği sorular en çok bu evrede cevaplanmaya çalışılır. Edilen duaların kabul olmadığı düşünülür.

İslamî inanç sisteminde Allah'ın insanlara musibetleri musallat ettiği sıkça hatırlatılır. Bazen bebeklere, çocuklara, hiç günahı olmayanlara çok büyük musibetler isabet ettiğine şahit oluruz. Bunun sonucunda “Bu bir zulüm değil midir?, Başımıza bu kadar musibet, hastalık, bela, sıkıntı geliyor. Bu kadar güzel yaratılmış insanın başına bu dünyada bu kadar zulüm niye geliyor? Bir anne evladının başına en ufak bir belanın gelmesine müsaade etmez ve bunu istemezken, anneleri ve annelerin şefkatlerini yaratan Allah buna nasıl müsaade ediyor? Bu kadar değer verdiği insanın acı çekmesine, bebeklerin paramparça olmasına nasıl izin veriyor?” soruları akla gelir. Bu sorular her zaman dile dökülmese de çoğu insanı zihnen meşgul eder. İnsanların bu sorulara kendilerince makul bir cevap bulamadıkları müddetçe ciddi anlamda şüpheyne, isyana ve inkâra düşebilmeleri ihtimal dâhilindedir. Bazen insan, “Neden Allah'ım, neden ben? Başıma gelenlerin hikmetini anlayamıyorum, bu problemi çözemiyorum!” der. Buna cevap olarak Allah: “Biz sizi mutlaka biraz korku ile biraz açlık ile yahut mala, cana veya ürünlere gelecek noksanlıklarla deneriz, imtihan ederiz. Sen sabredenleri müjdele, onlar öyle kimselerdir ki başlarına bir musibet geldiğinde, “Biz Allah'a aidiz ve vakti geldiğinde elbette O'na döneceğiz” derler. İşte, Rableri tarafından bol mağfiret ve rahmete mazhar olanlar onlardır. Hidayete erenler de ancak onlardır (Bakara/2, 155-156)” der.

Görüldüğü üzere Allah, açık bir şekilde insanoğlunun sıkıntılarla baş başa kalacağını bildirir. Fakat her ne olursa olsun bazen insanoğlunun nefsi devreye girer ve bu sosyal gerçeği kabullenmek ona zor gelir. Bilinçli bir varlık olarak insanın nefsi hem Allah'a iman ediyorum demeyi hem de hiçbir dert veya tasayla karşılaşmamayı, tozpembe bir hayat yaşamayı, öldükten sonra da direk cennete gitmeyi, güzel yaşantısına oradan devam etmeyi arzular. İman etmenin, teslimiyetin ne anlama geldiğini Allah şöyle anlatır. “Ey müminler!” der, “Yoksa siz, sizden önce gelip geçenlerin başına gelenlerin benzeri, sizin de başınıza gelmeden cennete gireceğinizi mi sandınız! Onlara yoksulluk ve sıkıntı öylesine dokunmuş ve öylesine sarsılmışlardı ki nihayet peygamber ve beraberindeki müminler, “Allah'ın yardımı ne zaman gelecek” demişlerdi. Bilin ki Allah'ın yardımı yakındır. (Bakara, 214)”. Başka bir ayette “İnsanlar yalnız iman ettik demekle hiç imtihan edilmeden bırakılacaklarını mı sandılar? Yemin olsun ki biz, onlardan öncekileri de imtihan ettik. Elbette Allah imtihan ederek doğruyu söyleyenleri de bilir, yalancıları da! (Ankebut, 2-3)” diyerek hiçbir inananın imtihandan müstesna olmadığını hatırlatır. Buradan anlaşılacağı üzere Allah insanın bu

dünyada niçin bulunduğunu, amacını ve başa gelen hadiselerin arka planını sadece kendisinin bildiği gerçeğini inananlara hatırlatır.

İnsanın hayatın zorlukları karşısında yaşadığı şaşkınlık, şikâyet, şüphe gibi haller gayet doğal karşılanabilir ancak imtihanın varlığını inkâra götüren haller imanın zayıflığı ile ilişkilendirilir. “Siz şükredip iman ettikten sonra Allah sizi ne diye cezalandırsın. Allah, şükredenlerin mükâfatlarını bol bol verir ve her şeyi hakkıyla bilir (Nisa/4, 147)” diyen Allah, insanın başına bazı sıkıntılar, musibetler göndereceğini açık ve net bir şekilde söyler. Şayet ölümden sonraki hayatı ve ebedi cenneti unutmayıp, başa gelen musibetlere sabredilir ve şükredilirse ve “Allah’ım bu senden geldi ve biz senden geldik, sana döneceğiz” denirse cennetin sabreden insanları beklediği ve buna iman edilmesi gerektiği hatırlatılır. İman ile sabır arasındaki ilişkinin karakteristiğine dair bir örnek vermek gerekirse, ormanlık arazinin yağmur bulutlarını üzerine çektiği gibi sabır ve sebat gibi erdemlerin de Allah’ın yardımını bireyin üzerine çekeceği söylenir. İmanın derinliklerindeki gizil anlam da bu metafor ile anlatılmaya çalışılır.

Vaka II (Şizofren Genç) Kardeşi: “Hasılı deliye her gün, ölüye bir gün derler ya hocam! Annem, babam, bizler her gün kaygıyla eve döner, kaygıyla hareket ederdik, diken üstündeydik yani. Bugün birine zarar mı verdi, öfke nöbetine girip biriyle kavga mı etti diye korkardık. Mesela manifaturaya gider, istediği şeyleri babamın hesabına yazdırırdı. Dışarı çıkınca da aldığı elbiseyi yırtar veya direk çöpe atardı. Babam da gider parasını öderdi esnafa. Dedim ya hocam, abim işte, atsan atılmaz, satsan satılmaz”.

Vaka II (Şizofren Genç) Babası: “Babam hasta bir yandan, eşim hem babama bakıyor hem de bizim kahrımızı çekiyor. Oğlum benden korkardı ama eşime çok çekti. Sinir, stres... Hergün ayrı bir korku yaşırdık, acaba bugün birine mi kızdı, birinin canını mı yaktı, bi esnafa zarar mı verdi? Oğlumun halini bilmeyen biri, olur ya, birbirine zarar mı verirler? Zormuş oğlum! Millet çocuğunu okutur, evlendirir, torun sahibi olur; ben çocuğumun bu haliyle uğraştım. Evine misafir gelemez, sen rahat rahat birine gidemezsin. Hergün sigarasını alırım, ayrı bir külfet. Neden biz, neden bizim çocuğumuz böyle? diye çok sordum kendi kendime. Eşine, çocuklarına, çevrene sinirlenir, olur olmadık şeylere kızarsın. Allah affetsin unutayım diye, uyuyabileyim diye geceleri alkol aldığım oldu. Yemek yiyemezsin, uyuyamazsın, yaptığın işten zevk almazsın! Kendimi dağıtmıyordum ama alkol alıyordum ilk zamanlar. Öğretmenlerinden falan çocuk zekiydi laflarını duyunca buna çok üzüldük tabiki.”

Vaka III (Evlilik Hikayesi): Murat Abi: “Kime gideyim, nereye gideyim, intihar etmeyi bile düşündüm. Hep benim yüzümden oldu dedim. Ablalarımın, akrabalarımın

yüzüne bakamadım. Ama bana hep destek oldular, Allah'ın takdiri böyleymiş, kendini suçlama dediler. Eşime, ailesine de çok kızdım, bu kadar inatlaşmaya ne gerek vardı?”.

Vaka V (Ağaçtan düşüş ve kalıcı sakatlık): Mustafa Amca: “Hastanede çok kaldık, iyi insanlar da var, kötüler de ama iyi insanlar çoktu. Astım hastalığı da var bende, bazen ihtiyaç olduğunda yatağın yan tarafına vurarak hemşireleri çağırırdım, sese gelirlerdi. Allah kimseyi düşürmesin, ama eksik de etmesin tabii ki. Allah sabrını veriyor, bizim hastalık sabırla ilgili bir şey! Sabırlı olmazsan, sabretmesen bazıları ne yapar, bazen duyuyorum işte, bazı hastanelerde kendini kaldırıyor atıyor intihar ediyor adam. İyileşme imkânı olmuyor ya, mesela bizim de bir akraba vardı, Kayseri’de, sinir hastalığıydı galiba, intihar etti. Sabır işi bu, Allah’u Teâlâ da bana sabır veriyor. Sabır olmazsa başka ne türlü geçecek zaman?! Dayanıyorsun, Allah-u Teâlâ bir dayanma gücü veriyor. İlk zamanlar hep sordum, “Niye başıma geldi bu? Bir hatam mı oldu, neyin cezası bu?!”. İnancın var, Müslümansın sonuçta. İmanın şartlarından biri ne? Kaza ve kadere inanmak. Hayır ve şerrin Allah’tan geldiğine inanmak. Şimdi ne sen bana bir şey yapabilirsin ne ben sana bir şey yapabilirim. İnsan insana bir şey yapamaz ki, Allah tarafından her şey.”

Vaka VI (Zihinsel engelli komşu): Babası: “İlk zamanlar oğlumun sağlığının düzeleceği umudu hiç tükenmemişti, her gün dua ederdim. Babasının elinden tutmuş bi çocuk görsem, kravatını takmış işine giden bi delikanlı görsem bakakalırdım arkalarından. Benim çocuğum neden böyle dediğim, kızdığım zamanlar da olurdu ama sonra alıştık işte. Elli yaşında bir bebektir oğlum, Allah’ın emanetiydi, yüzümdeki bu derin çizgiler boşuna oluşmadı.”

Vaka VII (sekiz saatlik ömrüyle bebek) Babası: “Bir bebeğim olacak diye çok seviniyordum. Allah’a hep dua ettim, sağlıklı olsun da kız olsun erkek olsun fark etmez diye. Sorguladım kendimce, acaba doğum esnasında doktor kaynaklı bir hata mı oldu, bizim bir şeyler yapmamız gerekti de biz mi yapmadık diye. Küçücük çocuk, suçu neydi dedim. Bizim için bir ceza mı yoksa mükâfat mıydı bu? Allah’ım bir günah mı işledim, yoksa bir melek mi gönderdim, bir meleğin babası olmamı mı istedin Allah’ım? Toprağa koyarken canım çok yandı. Ahirette şefaatiğimiz olur inşallah diyerek babam teselli etti bizi”.

Vaka IX (Alkol ve cinayet) Oğlu: “Kardeşim okumak isteyen bir kızdı. Dershane, kurs hiçbir şey yok, tek seferde kazanacaksan kazanacaksın, kazanmazsan yok dedi. Yahyalı’ya dershaneye götürdük, babam gitti iptal ettirdi, parasını yatırmadı, kız kardeşim yorganın altında gecenin ikisine üçüne kadar el lambasıyla ders çalışan bir

kardeşti benim kardeşim. Ve öylelikle de fen bilgisi öğretmenliğini kazandı. Yorganın altında ağlaya ağlaya, sıcaktan pişe pişe ders çalıştı, lambayı görecektir kızacak babam diye korkarak!”

“Sevdiğim kızını alamadım, kardeşlerime dört dörtlük bir gençlik yaşatamadım, kendim yaşamadım zaten! Anam desen zaten hayatı dertle kederle geçmiş, mahallenizin kızını bilirsin abi. Şimdi sor abi neyin var diye! Allah’a her zaman dua ediyorum ya beni kimsenin diline düşürme diye! Borcum yok, bacımın düğününü tuttum her şeyi peşin parayla, bugün anamın vardığı yerde işi bitiyor, borç yok çünkü. Bugün küçük kardeşim bana dese ki “Abi şunu al bana”, hemen, hiç ikilemem. Haa, eksikimiz ne, baba yok! Babanın da yokluğunu nerde anlıyorsun biliyor musun? Düğünde! Bir baş tutarımız olsaydı, emanet diye ne kadar çabalasak da bacım için, insan arıyor babasını, bacım çok üzüldü”.

Vaka X (Genç kızın ölümü) Babası: “Vefat ettiği gün dışarı çıkalım, gezelim dedi. Önümde düşüverince ayağı kaydı zannettim, meğer kalp krizi geçiriyormuş. Çırpındım, çabaladım ama olmadı. Elimden bir şey gelebilirdi de yapamadım mı, dışarı hiç çıkmasaydık olmaz mıydı diye sorup durdum kendime. Neden Allah’ım neden, kızımın ne suçu vardı, o daha çok küçüktü dedim.”

Vaka XI (Engelli gencin trafik kazası): Babası: “Sağ kolunu makineye kaptırmıştı oğlum, kolunu kurtaramadık. Kendimi suçladığım olurdu, çocuğum o gün orada olmasaydı başımıza o kaza gelmeyebilirdi veya ben yapsaydım onun yaptığı işi dediğim çok oldu. O halde gördükçe onu içim parçalanırdı. Bir dediğini iki etmemeye, gönlünü hoş tutmaya çalıştık hep. Olaydan sonra iyice asabileşmişti”.

Vaka XIII (Şehidin Hikayesi) Babası: Aklımın almadığı başka bir şey daha var. O gece ilk bomba atıldıktan sonra özel harekate, kızım arkadaşlarının yardımına koşmuş. Mühimmatı, teçhizatı kuşanıp çıkmışlar yola, Ankara emniyetine yardım için. Yoldayken telsizden haber gelmiş, geri gelin, mühimmatınızda eksiklik var diye. Daireye tekrar geldiklerinde ikinci bomba atılmış zaten, orada can vermişler.

3.3.4. Şükran Hali

Toplumsal bir varlık olan insanın yine toplumun desteği ile ayakta durduğu duygu durumudur. Zira bireyin tecrübe ettiği hal kendisi veya yakınları için imtihandır lakin çevrenin bu imtihan sürecinde onlara nasıl davrandığı da çevresinin imtihanıdır. Ölümcül hastalık şeklinde betimlenen umutsuzluğa panzehir olarak çevrenin umut aşısına ihtiyaç duyulur. Kaçınılmaz gerçek yine toplumun desteği ile artık

kabullenmeye hazır hale gelir ve hayatın akışı normal seyrine dönme eğilimindedir. Birey, başkalarının da benzer dertlerden mustarip olduğu gerçeğini içselleştirmeye başlar.

Vaka I (Yanık hadisesi ve ölümle tanışma) Annem: “Komşumuzun çocuğunun trafik kazasında öldüğü gün mahallece büyük bir acı yaşadık. Ağlamaktan başka yapabileceğimiz birşey yoktu. Ne diyeceksin, acısına nasıl ortak olacaksın annesinin? Çok üzüldük çok ağladık ama ateş düştüğü yeri yakıyor. Sonra kendine dönüp bakıyorsun, o acılı annenin gözü önünde kendi çocukların yanına gelirken, yarasını kanatmamak için kendi çocuklarını hemen yanından uzaklaştırıyorsun. Olur ya, ölen çocuğu aklına geliverir, üzülsün, ağlar, ne bileyim işte! Ben çocuğumun yaralandığına üzüldüyorum, o ise çocuğu öldüğü için...”

Vaka I (Yanık hadisesi ve ölümle tanışma) Kazada ölen çocuğun babası: “Eşin dostun desteği sayesinde tahammül ediyorsun Süleyman. Zaman geçtikçe alışıyorsun ama televizyonda bir kaza olayı, buna benzer bir şey görünce bakamıyorum. Zaten kendi haline kalmış olsan çıldırırsın. Eşin dostun söyledikleri insanı rahatlatıyor. Annem, babam, komşularımız, arkadaşlarımız hadi şu işi yapalım, haydi şuraya gidelim diyerek bizi bir şeylerle uğraştırmaya çalışırlardı. Bizi ferahlatmak isterlerdi. Yakın zamanda aynı yolda bir çocuk daha kazada öldü. Top yola kaçınca çocuk da ardından fırlamış yola, otobüs çarptı. O çocuğun anne-babasını bizden daha iyi kimse anlayamaz. Ateş düştüğü yeri yakıyor. Gittik o aileye taziye için. Hiçbir şey demedim, diyemedim, sadece sıkı sıkı sarıldım çocuğun babasına, sizi bizden başka kimse anlayamaz der gibi.”

Vaka II (Şizofren genç) Kardeşi: “Hele bi hatıram var ki hiç unutmam. Mahallenin çocuklarıyla sokakta futbol oynuyoruz, bazı ablalarımız da yakan top oynuyorlar. Abim sokağın başında göründü. Çok sinirliydi abim. Top aşağıya doğru kaçınca bu ablam da koştu topun arkasından. Top abime doğru gitti. Topu almaya çalışırken abimin bir anda kızı dövmeye başladığını gördük. Tüm mahalle şoktayız, hemen koştuk ve kızı aldık abimin ellerinden. Abim kıza, “Bir daha böyle giyinmeyeceksin!” dedi. Kız ondört-onbeş yaşında ve altına daracak bir pantolon giymiş. Kızın annesi bunu gördü, abimin halini bildikleri için ses çıkarmadılar, anlayışla karşıladılar. Zaten cezai müeyyidesi yokmuş abimin, raporu varmış.”

Vaka II (Şizofren genç) Babası: “Babam hasta bir yandan, eşim hem babama bakıyor hem de bizim kahrımızı çekiyor. Oğlum benden korkardı ama eşime çok çekti. Sinir,stres... Hergün ayrı bir korku yaşırdık, acaba bugün birine mi kızdı,

birinin canını mı yaktı, bi esnafa zarar mı verdi? Oğlumun halini bilmeyen biri, olur ya, birbirine zarar mı verirler? Ben de bi esnafım, arkadaşlarım çok yardımcı oldular sağolsunlar. O dükkandan bu esnaftan bir şeyler alır, ben de sorar soruşturur parasını verirdim, çoğu zaman da almazlardı parasını, Allah razı olsun onlardan.”

Vaka III (evlilik hikayesi) Murat Abi: “Ablalarımın, akrabalarımın yüzüne bakamadım. Ama bana hep destek oldular, Allah’ın takdiri böyleymiş, kendini suçlama dediler. Eşime, ailesine de çok kızdım, bu kadar inatlaşmaya ne gerek vardı? Çalıştığım ilçede de herkes tanır oldu beni, hep destek oldular onlar da.”

Vaka IV (Elektrik işçisinin ölümü) Annesi: “Gelinimden Allah razı olsun, memlekete geldiği zaman önce anasının evine gitmez, bana gelir. On üç sene oldu, yanımda bir gün ağlamış değil. Torunum oğlan tıbbi kazandı, okuyorlar. Bir gün rüya gördüm, oğlum geldi eve. Elinde bir çanta var, içinde de Kuran-ı Kerim. “Annem! Benim bir muradım inşallah gerçekleşecek, yeter artık annem, ağlama!” dedi. “Biraz da bacımı düşün!” dedi. Kızım evlenmişti, ayrıldı. Kızım uyuyor o sırada, gitti kızımın başını okşadı, ağzına biraz bal sürdü, çıktı gitti. Allah’a çok şükür, torunum tıbbi kazandı işte, muradı oymuş herhalde. Rüyamı bir hocaya da yordurmuştum. Abla yanlış anlama dedi, bin kişiyi götürdük ama bir kişiyi bile mezardan geri getiremedik dedi. Oğlun fakire fukaraya yardım edermiş, çok iyiliğini anlattılar, sen sabredeceksin, Allah’ın takdiri böyleymiş, dedi. Kolay değil, tamam dışarıdan söylemesi kolay ama sabredeceksin, dedi. Herkesin çok sevdiği, ardından Fatıha okuduğu bir oğlun varmış ama vadesi bu kadarmış, dedi. Yalnız kalma, git bağ bahçeyle uğraş, bir şeyler yap, geride kalanları düşün, dedi.”.

Vaka IV (Elektrik işçisinin ölümü) Babası: “Biricik oğlunu kaybetmiş bir dostumun yeğeni var. Birgün geldi bize, yalnız kalmayın dedi. Ben teyzemleri hiç yalnız bırakmadım, bir gün biz gittik yanlarına, bir gün başka bir akrabamız gitti dedi. Bizim kimsemiz yok ki! İşte ağabeyim, 13 senedir daha birgün evime gelmiş çay içmiş değil. Cenazenin üçüncü günü çıktı evden bak! Siz komşusunuz, ahababım çıktı evden, o da çıktı, çıkış o çıkış! Kim götürecekt beni, kim benim derdimi paylaşacak! Ben abimi bekliyorum, دچار olmak istiyorum ben yav! Biraz konuşsam, anlatsam rahatlıyorum ben. Ramazanda kabristana gittim, düşünüyorum şimdi eve nasıl gireceğim! Geldim evin önüne. İçeriye girdim ki bizim çocuklar, yeğenler burdalar, sevindim, sağolsunlar. Bir iyi oldum ama! Abimi bekliyorum yanımda olmasını, ama yok. Başına gelen, “Allah sabır versin, kolay değil” diyor, yakınların ise bir tek senin mi başına geldi diyor. Dostum, arkadaşım “Gel bir çay içelim diyor, şuraya gidelim bunu yapalım diyor, ama

gel kör ki öz kardeşin bunu demiyor. Ben ağlıyorum şurda, hemen yanımda şu balkonda teyp çalınır mı yav! Bize ne dedi biliyor musun? “Oğlunuzun tayinini buraya çıkarttırdınız, oğlunuz o yüzden öldü dedi!!! Benim tahminim ama, niyet okumayım, bunlar ne dediler kendi kendilerine, “Gelinleri evlenir gider, bunlar bir daha yıkılır” dediler. Rabbime kurban olayım, gelimin anası atası nur içinde yatsın, dul kaldı ama çocuklarının başında durdu. Çocuklarını okutuyor. Kocam öldü, banana deyip bir kocaya gidebilir değil mi? Ama Allah razı olsun gelir gider, oturur yer içeriz, babacım lafı ağzından düşmez. Bunu çekemiyorlar bunu! Dahası var! Bu kadın böyle dul kalacak değil ya, evlenir gider dediler benim yanımda, kulağım duydu bunu. Gelinimizin babası da duymuş bu lafları, şakacı bir adamdır. Beni çağırdı birgün yanına, gel bi sigara içelim dedi, sonra dediki, “Benim anam herif almadı ki kızım alsın, alacak adamın alnını karışlarım!” dedi! Nasıl moral oldu bize. Gelinim ehliyetini aldı, çocuklarımızı okula getirir götürür. İki tane yetimim var, elhamdülillah okuyorlar işte”.

Vaka IX (Alkol ve cinayet): Oğlu: “Pislik her zaman kendi pisliğinde boğulur. Bunların yedi sülalesini benim çevrem yer bitirir. Sabahtan akşama kadar çalıştım, akşamdan sabaha kadar gezdim günlerce. Bugün alo dediğim zaman bunların sülalesini ortadan kaldıracak adamlar var! Sabır diyorum abi, çünkü ben bir düzen kurmuşum, hayallerim var benim. En yakın akrabalarım mesela, halam bir gün dedi ki bana, bu kadar borcu nasıl kapattın sen, siz fakir geldiniz fakir gideceksiniz dedi. Düğünümüze baktılar, çevremize baktılar ne yapacaklarını şaşırdılar! Çekemiyor ki bunu, yakın akrabaların ya! Sabır, sabır, sabır, bu duruma geldim abi. İnşallah daha güzel yerlere varacağım, hedefim bu. Akşam yattığım zaman kelime-i şahadet getirmeden yatmam. Ve dua! Allah’ım düşmanlarımdan uzak tut, kimsenin eline diline düşürme! Bu benim babam öldü öleli duamdır abi. Çok şükür her zaman da dualarım kabul oldu. Benim sabrımın karşılığında kurban olduğum diyecek ki bana, sen sabrediyorsun! Babamın katilleri de bir pislige bulaşıp gözümün önünden gidecekler, ben buna inanıyorum. İnşallah bu yoldan çıkmam.

Vaka X (Genç kızın ölümü) Dayısı: “Neticede unutuluyor, o da unutuldu, hayat devam ediyor. Yani onun üstüne düğün tuttuk, yeniden çocuklarımız oldu, torunlarımız oldu. Ha o çocuk evlenmiş olsaydı, çoluğu çocuğu olsaydı görevimizi yapar onları yetiştirdik amma bekârdı çocuk, o vaziyette öldü, kalbimizde, gönlümüzde yaşıyor. Benim eleştirdiğim başka bir şey, annesi yıllardır her gün gidiyor mezarına. Bana çok ters geliyor bu! Niye? Demek ki o zaman dilde kalmamış bazı şeyler. Özlem giderme diyemeyiz bence buna, insanın üç tane daha çocuğu varsa, hayattakiyle özlem

gidermeli. Sağ olanla özlem giderirsin, ölü olanla özlem gideremezsin. Umut yok ki, gelme umudu yok. Nasıl bir özlem gidereceksin? Sana cevap veremez, konuşsan duymaz! Ancak orda sen şeytanınla baş başa kalırsın. Ben şuna inanıyorum ki bir insan çocuğu öldüğünde sık sık mezara gidiyorsa eğer, orda şeytanla baş başa kalır. Allah ile baş başa kalmak isteyen insan oturur evinde, okuyacaksa evinden okur. Bazı zor hayat şartları kişilerle, eşinle, dostunla atlatılır. Eşinle dostunla bir arada olursan Allah gözetler orayı. Birlikte olduğunuzda bu konu açılrsa dahi sana destek olur moral verirler. Sürekli Allah'tan bahsederler, sabırdan bahsederler. Dünyaya sonra gelen çocuklarından bahsederler, hayatın devam ettiğinden bahsederler. Allah ne diyor, takılmayın geriye diyor, yaşadıklarınızdan ders alın diyor”.

“O çocuk gitti, geri gelmez. Eğer o çocuğu buraya getirmek istersen hep yanlış yaparsın. Mesela ben çocuğumu sevdiğim zaman senin zoruna gider. Sevmeyecek miyim yani ben çocuğumu şimdi!? Sen varsın diye biz artık bazı şeyleri bırakacak mıyız? Ama sen bize yardımcı olursan biz de sana destek oluruz, beraber bu iş atlatılır. Ölüp giden benim yeğenim, canım ciğerim amma ben çocuğumu da seveceğim senin yanında torunumu da seveceğim. Geçmiş günümüze getirmeye çalışırsan bu senin zoruna gider o zaman. Bu durum insanda ister istemez kıskançlığa da sebep olur. Yaşadığımız için anlatıyorum bunları ben. Kim olursa olsun, eğer ki insanlar böylesi bir olay yaşadıktan sonra yalnız kalmak istiyorsa bil ki onun arkadaşı şeytandır. Senin hayatın da maddiyat üzerine kurulu bir hayat olur, maneviyat yoktur”.

Vaka XI (engelli gencin trafik kazası) Babası: Kaza yaptığı arkadaşı uzaktan akrabamız olur, çarşıya pazara çıkamadı, bir iki yıl dışarılara gitti. Hep suçlamış kendini. Giden gitti dedik, çocuğa karşı bir husumetimiz olmadığını söyledik. Şimdi bir iş kurdu kendisine, ekmeğini kazanmaya çalışıyor. O da bi ana kuzusu, Allah selamet versin.

Vaka XI (engelli gencin trafik kazası) Kaza yaptığı arkadaşı: “Ailesinden Allah razı olsun, başka bir aile olsa belki daha kötü olurdu. Kazadan geriye kalan tek kötü şey benim için, ailesiyle konuşamıyor olmam! O da benden kaynaklanıyor abi. Olaydan çok zaman sonra, Âdem'in erkek kardeşi geldi, merhaba nasılsın falan dedi, hal hatır sordu, konuştuk ama benim yapımla alakalı yani, ben konuşamıyorum. Babasıyla sürekli karşılaşıyoruz mesela, çay ocağında oluyor görüyorum, gözümü kaçırıyorum! Yapmacık hareket edemem abi. Belki o adam arada kötülük olmasın diye gelir, konuşur ama! Şimdi, bir şey aktaramayacağız birbirimize, hareketlerimiz yapmacık olacak, her

gördüğümde de ömür boyu ben ezileyim büzüleyim mi yani (gözleri doluyor). Böylesi daha iyi gibime geliyor.”

Vaka XII (Felç süreci ve ölüm) Birlikte yaşadığı oğlu: Rabbim bana ikinci bir ömür verdi sanki, bu ömrün bedeli de anneme bakmakmış demek ki. Kardeşim boşandı, ona da babalık etmeye çalışıyorum. Ben ölseydim ve annem hastalığını bensiz yaşasaydı ne yapardı diye düşünürüm. Kız kardeşlerime de zor, ben dururken elin oğlu mu bakacak anneme? Eşimin, çocuklarımin desteği olmasa ben de yapamazdım tabi tek başıma, Allah onlardan razı olsun. Bazı ziyaretçilerin tavırları, soruları canımı sıkardı bazen. Neden oldu, nasıl oldu, ilaçlarını veriyor musunuz, iyi bakıyor musunuz gibi gereksiz sorular işte. Yaşasaydı da o somyada otursaydı, ben de hizmetine koşsaydım. Üzülüyorum çok sıkıntı çekti diye, ama bana, eşime, çocuklarıma çok dua etti. Bu dualar bizi ayakta tutacak, buna yürekten inanıyorum. Çektiklerinin mükâfatını da Rabbim verecek inşallah.

Tabi annem kabullenmedi. Bizler ne kadar kabullensek de bu işin sonrasını düşünüyorum artık çünkü felç! Bakılacak buna, altından alınacak. Ya evdeki hanım bakmazsa? Ben erkeğim mesela, sabah işe gidiyorum, bu duygular var.

Annem açısından hiç iyi olmadı bu durum çünkü sağlığında elim tutuyor ayağım tutuyor, kimseye ihtiyacım yok derdi. Yarısı gidince vücudun, fonksiyonlarını yitirince, el ayak tutmayınca başkalarına ihtiyaç duydu bu sefer. Annemin yanında da biz kaldığımız için onu o haliyle kabullendik. Sağ olsun eşim de iyi baktı anneme, destek çıktı, beni rahatlattı. Bakmasa ne yapabilirdim ki. Ben evde olsam bakarım ama benim işe gitme gerekir. Annem vefat edene kadar bu duygularla, korkularla yaşadık.”

Vaka XIII (Şehidin hikayesi) Babası: “Bilmiyorum hocam, nasıl kıydılar yavruma? Başka şekilde bir ölüm olsaydı nasıl dayanırdım bilmiyorum. Şehit oldu benim meleğim, Rabbimin vaadi, milletin desteği ayakta tutuyor beni.”

3.3.5. Şükür Hali

Bu hal en üst zihni yapılanma olarak kabul edilebilir. Dünyadan el etek çekme, hayatın bütün çekiciliği ve arzularından feragat etme halidir. Çevresindeki insanların aynı yolun yolcusu olduğunu anladığı andan itibaren bireyde dinginlik hâkim olur. Zamanın ruhuna aykırılık arz etse ya da sosyal çevrenin desteğinden yoksun kalınsa bile bireyde huzurun sessizliği vardır. Her ne kadar kişinin iradesi dahilinde olan olumsuzluklara sabredebileceği düşünülse de, iradesi dışında olan özellikle de kaza,

ölüm gibi hallere sabretmesi, bunları kabullenmesi en zor olaylardandır. Bunlara sabır, kişinin gayreti ve ancak Allah'ın yardımı ile mümkün olabilmektedir.

Sabreden insanın hallerini “Şükran” ve “Şükür” şeklinde kategorize etmemizin sebebi, psiko-sosyal bir varlık şeklinde tanımlanan insanı, ‘bireye karşı toplum’ ve ‘topluma karşı birey’ ikiliği ile değerlendirmemizdir. Zira değer ve yargılarıyla içindeki insanı şekillendiren ve bir kalıba sokan toplumun, hayatın zorluklarıyla karşılaşan bireyin başa çıkma sürecinde göz ardı edilemeyecek olumlu/olumsuz etkisi vardır. Olumlu etkisi şöyle ki; çevremizdeki bir insandan gerek maddi gerek manevi bir yardım aldığımızda ona teşekkür eder/şükranlarımızı sunarız. İman ettiğimiz Tanrıya ise teşekkürlerimizi sunar, “Sana şükürler olsun!” deriz lakin bizim gibi bir insana böyle söylemeyiz. Olumsuz etkisine gelince; toplum bazen insana kalabalıklar içerisinde yalnızlığı tattırabilir. Herkesin gittiği yol, birey için doğru olmayabilir. Dünyadan el etek çekmiş, küçük şeylerle mutlu olmayı, huzura kavuşmayı uman birey, toplum tarafından ‘farklı’ etiketiyle yaftalanmış olsa da kendi halinden memnuniyet duyup iman ettiği Tanrısı’yla barışık ve şükür halinde bir yaşamı tercih edebilir.

Vaka I (Yanık hadisesi ve ölümle tanışma) Annem: “Allah’tan su üzerine döküldüğünde elini yüzüne kapatmış. Doktor, kaynar su dirseğine dökülmüş olsaydı damarlarını büzer, kolunu hiç bükemeyebilirdi demişti. Çok şükür derim, acı acıyı bastırıyor işte.”

Vaka I (Yanık hadisesi ve ölümle tanışma) Kazada ölen çocuğun annesi: “Allah’ım! Dağlara seyyah olup çıkanlar boşuna çıkmıyor, bu acılarla çıkıyor herhalde! Yarabbim bana sabır ver yoksa ben kafayı bozacağım derdim. Eğer o acılarla kalmış olsa insanlar, feryadı figan arşa çıkar. Annelerin o acıları kalmış olsa yaşayamaz ama zaman ilaç. Allah’ıma o kadar şükrederim ki o andaki acıyla baş başa bırakmıyor seni. Aklım başımda, Rabbime sığındım. Allah’ım isyan etmeyim dedim. Kayınbabam bana arkadaş oldu, yattığı yer nur olsun. Acıyarak mı bakıyordu, acının zor olduğunu bildiği için mi? Bana hem teselli verdi, hem yardımcı hem arkadaş oldu. “Bunda bir hayır var kızım!” dediğinde sorardım, “Baba! Neyi hayır bunun!?” Böyle deyince kıssadan hisseler anlattı bana. O kıssaları anlatınca kendime geldim. Böylesi hayırlıymış demeyi bildim. Eski sahabelerden birinin çocuğunun duvar altında kalması, adamın birinin çocuğu öldürmesi gibi. Niye öldürüldü dediklerinde gelecekte şöyle şöyle olacaktı, şunlar şunlar yaşanacaktı demeleri. En çok da bu etkiledi beni. Kazanın üçüncü günü rüya gördüm. Rüyalarda kızım ile ilgili hiçbir hayra yoracak taraf yoktu. Şimdi anlatamam onları ama böyle olacak ise öldüğü daha iyi olmuş kızımın dedim. Önce

kayınbabam sonra kendi bilinçli düşüncem, imana yönelik düşüncem beni teselli etti. Keşkelerim hiç olmadı benim, zaten ölümdе keşke yok”.

Vaka II (Şizofren genç) Babası: “Birgün Gülhaneye götürdüğümde muayene için beklerken, çocuğum baba, canım simit kola istiyor dedi. Orada bir vatandaştan yardım istedim, ben gelmeden oğlumu çağırırlarsa yardımcı olun dedim, adam doktormuş. Muayeneden sonra adam yanıma geldi, biraz konuşmak istediğini söyledi. Adamın ayağı sakattı. “Biz senin oğlanın hastalığını bilemiyoruz hemşerim dedi, az mı harçlık verdik, az mı sevdik, az mı dövdük, çok mu sevdik, bunu biz tıbben bilemiyoruz, bunların hepsi hikaye kardeşim. Olacak buymuş, kader bu dedi. Onun haricinde bir bayan yüzbaşı, psikiyatrist Gülhane’de, “Mehmet Amca dedi, hocalık da var fakat oğlunuzun ki hocalık değil dedi. Doktorluk iş ama tedavi olamamış dedi. Isyana götüren bir hal yaşamadım. Benim evimde çok kitap var, din ağırlıklı kitaplar. Kimin ne şekilde imtihan edileceği belli değil, bunun farkındayım. Bir adam ruh ve sinirden mi ölecek, kalp rizinden mi ölecek, böbrek dalak çalışmayacak ondan mı ölecek bunu bilemeyiz. Vatandaş kendi gücünce tedbir alacak. Bir rahatsızlığı olursa doktora gidecek ama doktora gidince illa ki tedavi olacak diye bir kural da yok. Ömrü yüce Mevla verecek, o senin alnına yazılmış. O ömür çizgisini biz bilemiyoruz. Ayakta mı, yatakta mı, selde mi, felakette mi... Onu biz bilemiyoruz”.

Vaka III (Evlilik hikayesi) Murat Abi: “Sonra evlendik işte, iki yavrum var. Bazen geceleri ağlarım, anam babam sağ olsaydı da evlatlarımı ellerini öpmeye götürebilseydim, yanımda olsalardı da onlarla birlikte kahvaltı yapıp işime gidebilseydim derim. Nasip değilmiş, kaderimiz böyleymiş, Allah mekânlarını cennet eylesin”.

Vaka IV (Elektrik işçisinin ölümü) Babası: “Oğluma da hep tembih ederdim dikkatli ol diye. Olacak ya işte, şartelin birini kapatmayı unutmuş. Ecel çağırdı işte onu oraya, ağzının orucuyla şehit oldu. Ateş şehidi benim oğlum.”

“Rahmetlik Müftü Hacıahmet efendi derdi ki bana, “Mesainden çalma, akşam eve vardığında sofrada çocuklar kaşığı eline almış, bir düşün bakalım, sor kendine, ben bugün yevmiyeyi hakettim mi, Allah rızası için ne yaptım? Maaşını aldığın zaman beş kuruş da olsa bir fakire ver, hele yetime, öğrenciye verirsen daha iyi, daha sevap. Maaşının zekatı o. Maaşın artar, eksilmez. Onu da izah edeyim. Birşeyler alıp veriyorsun ama maaş bitmiyor, maaşının bereketi o işte. Çoğu insan az birşey aldım ama param bitti, maaşım gitti diyor çünkü maaşının zekatını vermiyor.” derdi. Cenab-ı Allah’a övünüyor gibi olmasın Süleymanım, rahmetliğim gibi çoğu insanın elektrik

parasını yatırdım ben. Çok adamdan para topladım garibanın elektrik parasını yatırmak için. Ben de oğluma derdim, bak oğlum, çalışıyorsun, dürüst çalış, kaytarma, fakiri gözet derdim. Elektrik kesmeye gideceksin mesela, bir var, bir daha var, hemen kesme derdim. Ben çok yaptım bunu, iş son raddeye mi geldi, daire sıkıştırıyor mu artık kes diye, üç lira senden beş lira ondan toplarım garibanın parasını yatırırdım. Rahmetlime derdim, oğlum bunu yap, Allah kazadan beladan korur. Ondan bana, benden ona en güzel hatıra bu kaldı. Çarşıda pazarda çok duydum oğlumun iyiliklerini. Naapalım, ömrü kısaymış. Ummadığın adam söylüyor mesela senin oğlun şöyle iyiydi böyle yardım ederdi diye, gurur duyuyor insan. Ölümünden korkma, amelinden kork diyor değil mi? Şunun altına birgün gireceğiz! Bir hoca dedi ki, oğlunuzun bir yeri ağrımadı, bir yeri sızlamadı, yarın cennetin kapısında o sizi karşılayacak, “Bunlar benim annem babam, onları da alın içeri” diyecek dedi.”

Vaka V (Ağaçtan düşüş ve kalıcı sakatlık) Mustafa Amca: “İnsan başına gelince anlıyor neyin ne olduğunu, başına gelmeden hiçbir şey bilmiyorsun. Şu anda insanlar geziyor dolaşıyor amma başına bir kaza gelince anlıyor. Yoksa önden önce ne omurilik aklına gelirdi, ne sinir aklına gelirdi. Böyle bir durumda insana yetmiş iki saat içinde yaşama şansı veriyorlar, yani yetmiş iki saat içinde ölmezse yaşama şansı oluyormuş. Üç gün kritik yani. Allah yardım etti, atlattık ama çok tedavi gördük. Ankara’da Hacettepe’de, özel bir hastane var İncek’te, GATA’da doğudan gelen askerlerle, gazilerle birlikte fizik tedavi gördük. Sekiz ay kımıldamadan böyle yattık. İnsanı yediren, içiren, uyutan, kaldıran hep beyin. Boyunla beyin arasında bazı bölgeler varmış, halka şeklinde, benim C3, C4 kırık, C5 C6 çatlak. Doktorlar yaşama şansı çok az demişler. Mesela düşersin kolun kırılır, elin kırılır, mide ameliyatı olursun iyileşme şansın var, ama benim yaşama şansım çok azmış. Omurilik zedelenmesinde sinirle bir yılda bir milim iyileşirmiş, ona da iyileşme garantisi vermiyor yani doktorlar, ihtimal yani. Ben buna şükrediyorum, düştüğümde hiç kalkamazdım.”

Vaka VI (Zihinsel engelli komşu) Babası: “Elli yaşında bir bebektir oğlum, Allah’ın emanetiydi, yüzümdeki bu derin çizgiler boşuna oluşmadı.”

Vaka VII (Sekiz saatlik ömrüyle bebek) Babası: “Ama kızımın ölüsünü kucağıma aldım ya, o çöküntü içindeyken az da olsa bir su serpti yüreğime. Mezarlığa kadar kucağımdan hiç bırakmadım. Cenaze aracına konulup yüzünü gösterdiklerinde artık dayanamadım, kendimi bıraktığımı hatırlıyorum. Mezarına koyarken hiç takatim kalmadı. Bir iki kürek toprak atmak nasip oldu, ebediyette onunla görüşünceye dek!

Onu her ziyaret ettiğimde biliyorum ki o bizi cennet kapısında bekliyor ve birlikte cennete gideceğiz inşallah!”.

Vaka IX (Alkol ve cinayet) Oğlu: “Delirmemek elde değildi ama çok şükür delirmedim abi. Bunda en büyük etken kardeşlerim ve annem! Vazgeçtiğim her şeyi de kazandığım her şeyi de onlar için yaptım. Kurban olduğum Allah bir sabır verdi!”.

“Babam varken işlerin nasıl yürüdüğü pek umurumda olmazdı, babam öldü, işçiler kapıda bekliyor. Bir Allah’ın kulu da gelip demiyor bana, oğlum sen ne yapıyorsun, nasıl evirip çevireceksin bu işleri diye. Allah’ a dua ettim, kurban olduğum dedim, beni ne bunların eline ne de diline düşür, şu borçtan bir kurtulayım dedim. Abi ben on dokuz yaşında bir sene ağladım ya! Gerçekten rabbim kimseye muhtaç etmiyor! Babamın dört dörtlük yaptığı bir işi vardı, kimden ne aldıysa, en ince ayrıntısına kadar yazardı. Borcumuzu ödedim, kimse de gelip babanın şu kadar borcu vardı demedi çok şükür. Babamın kırk senede bitiremediği borcu ben bir senede bitirdim. Kurban olduğum Allah yollarımı öyle bir açtı ki. Bankaya vardım, baban öldü borç da silindi dediler. Su borcunu ödemeye gittim, borçları yapılandıracağız dediler, parayı harcama bir ay sonra gel dediler, borcumuz yarı yarıya indi öyle ödedim”.

“Annem çok rahat şimdi, gün yüzü görüyor abi. Sana bir şey diyeyim mi! Çamaşır makinesini değiştirdik geçen, ne zaman aldın ana bunu, evlendiğimde alınan makine. Televizyon ne zaman alındı, evlendikten üç sene sonra! Makinelerin hiçbirisi bozuk değil, yokluğu biliyor kadın. Benim anam gerçekten çok büyük kadın, inşallah mekânı cennet olur yani (ağlıyor). Ben ne yaptıysam benim anam on katını yaptı, sırf bizler için! Kardeşleri sahip çıksaydı boşanacaktı, kardeşlerinden sahip çıkan olmayınca üç çocuğu ben nereye sığdırayım dedi, kimin yanına varayım dedi, ana yok baba yok, vardı vardı mecbur o dayanın altına girdi. Sabır Allah’ım dedi, dayak yedi sabır dedi. Şimdi kurban olduğum bak, kurtardı! Şimdi de işte elimden geleni yapıyorum onun için, yüzü gülüyor artık. Hepimizin yüzü gülüyor abi elhamdülillah”.

“İnşallah bundan sonra görmediğim her şeyi ben kardeşlerime, anama yapmaya çalışıyorum. Sabır, sabır, sabır, sabır... Belki öbür tarafta belki bu tarafta bu sabrımızın mükâfatını alacağız! Yirmi yedi yaşındayım ama çok yoruludum. Birine mesaj yazacağım diye veya biriyle konuşacağım diye erinir mi adam, eriniyorum. Çarşıya pazara çıkmaya eriniyorum. Her şeye yorulmuşum, konuşurken bile eriniyorum yani. Ahir daha güzel, daha mutlu olsun inşallah abi! Gelip geçici dünyada şeytana uymamak lazım işte, onun için de mücadele veriyoruz”.

Vaka X (Genç kızın ölümü) Dayısı: “O kanlı masadan çocuğun cenazesini almak çok zoruma gitti. Ölüm böyle yakın işte. Sen besle, büyüt, tenine zarar gelmesin diye çabala, hiç tanımadığın insanlar ölüm sebebini anlamak için otopsi yapsın! Toprağa teslim ederken bunu da düşündüm, hamdolsun dedim sonra, tek vücut halinde veriyoruz toprağa dedim. Gömecek ceset bulamayan ya da parça parça bedenleri toprağa veren insanlar gelince aklına şükrediyorsun. Zor bir durum hocam, herkese zor. Çocuğun vefatından sekiz ay sonra bacımın bir çocuğu daha oldu, o da kız. Ya Rabbim dedim, alan da sensin veren de. Hayal oldu gitti çocuk ama Allah bir evlat daha verdi bize. Yeğenim öğretmen çıkacaktı ama olmadı, vadesi bu kadarmış.”

Vaka X (Genç kızın ölümü) Babası: “Ama alışıyor işte insan, Allah’ın takdiri böyleymiş. Sonra öğrendik ki kızımın vefat ettiği zaman eşim hamileymiş, bir kızımız oldu. Önce, vefat eden kızımın adını koymayı düşündük ama vazgeçtik. Oturduğumuz ev hatıralarla doluydu, kızım sağ iken yaşadıklarımız, mutlu anlarımız geldikçe aklımıza ev sıkıyordu bizi. Evi satıp başka bir mahalleye taşındık. Üç evladım, eşim, yaşlı anam babam var, sorumlu olduğum insanlar yani. Bu da bizim imtihanımızmış, diğer çocuklarımı esirge Ya Rabbi diyorum. Hayat öyle bir ders veriyor ki insana kimseyi üzmeye kızmaya gerek yok; dünyaları versem de geri getiremem ki kızımı. Bazen televizyonda genç ölümleri görüyorum, anne babaların feryadını görünce içim yanıyor, anlayabiliyorum onları. Çok büyük, çok çetin bir imtihan, Allah kimseye evlat acısı vermesin hocam!”

Vaka XI (Engelli gencin trafik kazası) Kaza yaptığı arkadaşı: “Çok şükür olaydan sonra askere gittim. Askerlik olayı da tesadüf oldu. Kazayla ilgili resmi işlemler sürerken benim asker kaçağı olduğum ortaya çıktı. Tecil süresinde bir hafta boşluk oluşmuş, bir hafta geç bildirmiş okul, bakaya kalmışım, ayağa kalkınca direk askere gittim ben. O benim için çok büyük bir avantaj oldu. Öyle bir askerlik yaptım ki, bir vakit namazı kaçırmadım. Bir senelik askerliğim boyunca travmayı atlatabildim çok şükür. Askerliğim mescide geçti diyeyim ben sana abi. İşim öyle rast gitti ki, hep dua ediyordum, bu suçluluk duygusunu içimden at Allah’ım dedim. Yoksa ben ne memlekete gelebilirdim, ne esnaflık yapabilirdim, ne de sanatımı yapabilirdim yani, her şey bitmişti benim için.”

“Sakat adama araba kullanılır mı? Bunu yüzüme söyleyen olmadı ama kulağıma geldi. O gece ne yaşandığını bildiğim için hiçbir suçum yok ki! Âdem’in de suçu yok bence. Başka arkadaşlarımla oturuyordum, Âdem geldi haydi gidelim dedi. Arabamın olmadığını biliyordu zaten, babamın araba var ama işimize yaramaz dedim,

olsun gideriz onunla dedi. O gün onun bir sıkıntısı vardı. Âdem'i ne derse desin kıramazdım. Eğer ben kendim götürmüş olsaydım onu, işin içinden çıkamazdım, en büyük teselli de bu oldu benim için. Ömrümü ibadetle de geçirsem, Allah ile baş başa da kalsam o suçluluğu içimden atamazdım.”

“İnanç abi! Bilerek yapmadığın bir şey olduğu için, inanç yerindeyse teselli oluyorsun, avantaja da çeviriyorsun. Tam tersi olursa, hem suçlu olup hem de vurdumduymaz olursan insan için imtihan değil ceza olur, isyana kadar gider yani. Hiç yapmayacağımız bir şeyi benden istemesi, dedim ki bunu yapması için bir sebep var. Karşımdaki adamı biliyorum, sorsam söylemez, böyle bir yapısı var! Sorgu sual yok yani, sorgusuz tamam diyorsun. Şöyle söyleyeyim abi, hiç kimseye beni Âdem çağırdı demedim. Çünkü bunu söylemek, üzerinden suçu atmak gibi bir şey! Benim için yanlıştı bu, söylemedim. Hatta, bir yıl kadar oluyor, Âdem'in eşi bana mesaj attı, Âdem'in o gece içip içmediğini sordu. Ben de vicdanı rahat etsin diye alkollü değildi dedim ona. Yani ortada zaten bir suç var, iyice üstleneyim dedim yani. Vicdanı rahat etsin yeter ki! Sonuçta bir oğlu var, Âdem'in hatırasıyla yaşayacak, alkollü gitti gibi bir algı oluşacak, o içkili değildi, ben içkiliydim dedim abi! Alkollüydük ama ikimizde, orada başka bir arkadaşımızda vardı zaten beraber içtiğimiz. Benim için bir dönüm noktası oldu, Âdem'in kendisi için de bir kurtuluş oldu. Ailesi çok üzüldü tabi, Âdem'in kurtuluşu ailesi için imtihan oldu abi! Bu durumdan fayda görmeye çalışırsan fazlasıyla görürsün abi. Tamam, çok zor ama mükâfatı da olacak inşallah. Allah bunu bırakır mı? Seni anneli babalı büyütüp de onu öyle bırakır mı? Kolay değildi öyle yaşamak, sağ kol yok, çocuğunu kucağına alıp sevmeyizdi! Biz arkadaşı olarak anlıyorduk, çocuğu olduktan sonra duygusallığı, içine kapanıklığı ikiye katlanmıştı zaten. Sevdigine, arkadaşına elinden gelenin çok çok fazlasını yapmaya çalışan bir karaktere sahipti. Bazı insanlar alışır engelli haline, kabullenir bunu ama Âdem için çok zordu tek kollu olmak. İlerleyen zamanlarda bu zorluk hep karşısına çıkacaktı belki, daha kötü olacaktı. Yapmak istedikleriyle acı gerçekler sürekli çelişecekti. Başka birisi olsun, demem böyle abi. Allah tek kollu yaratsa yaşayacaksın öyle mecbur, değil mi? Ama Âdem için kurtuluş oldu bence. Bana acıdıkları için mi benimle ilgileniyorlar duygusu seni de rahatsız eder karşıdakini de! Allah da biliyor ki işte, alıyor! (ağlıyor). Şer gördüğünüzde hayır, hayır gördüğünüzde şer olabilir diyor ya abi, o ayeti bizzat yaşadık.”

Vaka XII (Felç süreci ve ölüm) Birlikte yaşadığı oğlu: “Yatalak bir hastaya bakmak zor. Çok sabır gerektiren bir şey. Eğer Allah ile beraber değilsen, Allah'lı bir hayatın yoksa bakamazsın, çok zor yani. Kendinden taviz veriyorsun, işinden,

emeğinden, uykundan taviz veriyorsun. En önemlisi de uykusuzluk. Hep kendinden taviz veriyorsun. Tıpkı bir ananın evladına yaptığı gibi yapman gerekiyor çünkü o ana evladına baktı, korudu, kolladı. Belki o evlat hastalandı, o ana günlerce uyumadı. Eğer insanda Allah korkusu varsa en azından Allah’a saygısından dolayı katlanır buna. Allah’a çok şükür bu da bizde varmış demek ki, Allah da sabır verdi, bu işi başardık. İnşallah, Rabbim mükâfatını verir.”

Vaka XIII (Şehidin hikayesi) Babası: “Ölümünden üç beş gün sonra bir rüya gördüm. Açık bir arazideyiz, diğer kızlarımla birlikte. Benim cep telefonum bir taşın üstünde, çalıyor telefon. Kübra’m koşarak telefonu alıyor. Sonra “Kaçın, kaçın, bomba geliyor!” diyor. Sonra uyandım (ağlıyor). Başka bir rüyamda da kötürüm kalmış bir genç gördüm. Bir gaziydi sanki. Baktım, bir şey yiyip içemiyor, konuşamıyor, sadece böyle gelip geçen insanlara bakıyor korkmuş gözlerle. Uyanınca dedim benim kızım iyi ki de şehit olmuş. Böyle olsaydı her gün ağlardık ya (daha içli ağlıyor).”

Vaka XIII (Şehidin hikayesi) Annesi: “Çocukluğundan beri polis olmak isterdi yavrum. Şehit oldu diye söylemiyorum; kimseyi kırmaz, kimseyle kavga etmez, birinin gönlü kırılacak diye ödü sıdardı. Arada bir ‘Ben şehit olacağım anne, şehit olursam üzülme tamam mı? Gurur duy.’ derdi. Dileğini tam tutmuş yavrum, demekki Rabbim bizden daha çok sevmiş ki yanına aldı.”

Beni çok etkileyen birçok rüya gördüm. Mesela Kabe’deyiz. Dedim Rabbim senin misafirinim, misafirin duası kabul olur rabbim. O gece rüyamda Kübra’mı Kabe’nin kapısında gördüm. Her gün Kâbe’ye gittiğimde Kübra’yı kapılarda aradım Süleyman abisi. Başka bir rüyada Kübra’m bizi çok yüksek bir dağa yemeğe götürüyor. Orada boy boy dizilmiş askerler ve hepsinin üstünde Çanakkale şehitlerimizin kıyafetleri var ya, hepsi onlardan giymişler. Boy sırasına göre, ellerinde eski tüfeklerimiz. Aralarından Kübra önde biz arkada gidiyoruz. Eğitim veriyorlarmış orda, arada bir silah sesleri geliyor. Aralarından geçiyoruz, bize hiç kurşun değmiyor. Kübra’m bizi yemyeşil bir çadırın içine oturttu. Ne yemek istersin anne diyor, hepimize soruyor. Ne istediğimi bilmiyorum ama bana bir ekmek geliyor. Güzel, kıpkırmızı bir kete sanki yiyorum onu. Sonra onun anlamına baktım, sabır demekmiş. Kübra’m bana sabır yedirmiş. Ondan sonra kızım bu askerler kim diyorum. Anne, onlar eğitim görüyor, onları eğitiyoruz biz diyor. Bir de aynı yerde şehit düşen arkadaşı Cennet’le ikisini bir arada gördüm rüyamda. Kamuflajlarını giymişler, elleri başların arkasında keyifle yatıyorlar. Bir güzel yatıyorlar ki gülüyorlar böyle. Kübra’mı hiç konuşuyor görmüyorum rüyalarımda, öylece gülüyor. Cennet diyorum, kızım siz burada mıydınız?

Evet, Hikmet Teyze, buradayız diyor. Ben çocuğu hiç görmedim, yüz yüze görüşmüşlüğümüz yok, Kübra'mın da liseden arkadaşımı. Hikmet teyze diyor, biz buradayız, biz buradayız, biz şehit olduk, siz bizi görmüyorsunuz ama biz yanınızdayız diyor, biz hep buradayız diyor. Öldüklerini biliyorum ama küçük kızımı çağırıyorum hemen, seslerini kaydet de Cennet'in annesi Huriye teyzeme dinleteyim ben bunu diyorum. Ama yanımızdalar imiş gerek yok ki diyorum sonra. Rabbimin güzellikleri çok Süleyman, her rüya beni neşelendiriyor. Baktım umudum kesilecekmiş gibi oluyor, bir rüya daha gönderiyor Rabbim. Çok şükür! (tebessüm ediyor)".

İslamî kültürde bireye, Allah tarafından yaratılıp hem kendi öz varlığında hem de dış dünyadaki sayısız nimetle donatılmış olmakla yaratana karşı tazim, tesbih, hamd ve şükürle sorumlu olduğu sık sık hatırlatılır. Ancak şükür derken, basit bir sorumluluktan söz edilmez. Gazali'nin ifade ettiği gibi gerçek manada şükür "ilim, hal ve amel" olarak üç boyutludur. Şükürde en temel unsur ilim olup hali, hal de amelî doğurur. İlimden maksat, insanın mazhar olduğu nimetin, bütün nimetlerin ve rızıkların asıl sahibi Allah tarafından bahşedildiğini bilmesidir. Bu ilim aynı zamanda tevhiddir. "Lailahe illallah" ifadesi tevhide, "elhamdülillah" ifadesi ise nimetin tek ve yegâne ilah olan Allah'tan geldiğine işaret eder. Şükürün ikinci boyutu olan hal'den maksat, Allah'ın lütuf ve ihsanından hâsıl olan mutluluk ve memnuniyettir. Amel'den maksat ise kalp, dil ve uzuvlarla nimet sahibi Allah'ın iradesine uygun biçimde edip eylemek, başka bir ifadeyle O'nun insandan istediklerini yerine getirmek ve aynı zamanda "Ben yoktum var ettin, varlığından haberdar ettin" diyerek hamdetmektir (Öztürk, 2017, s. 249). Gözlemlenen olaylardan ve yapılan mülakatlardan anlaşıldığı kadarıyla zorlanan birey, varoluş noktasından hareket ederek kendi hayatına yöneldiği ve kendi tecrübelerini analiz ettiği vakit bu şükür hali daha rahat hissedilmektedir. İmtihan sırrı diyerek o en üst yapılanmaya ulaşmak ise yine iman eden bireyin kendine has otantikliği ve biricikliği ile ilgilidir.

BÖLÜM IV

SONUÇ VE ÖNERİLER

İslamî kültürde iman eden her insana hayatın öngörülemeyen zorluklarıyla muhakkak karşılaşacağı ve bu zorlanımlı tecrübeler sonrası sabırlı olması gerektiği sık sık hatırlatılır. Bir başkasına sabrı tavsiye etmek, ona tahammülü hatırlatmak kolay bir iştir. Ancak öngörülemeyen zorlanımlı hadiseleri bizzat yaşayan, başına bir musibet gelen insanın bu zor ve acı verici süreçte sabredebilmesi veya onun bilişsel ve duygusal yönden neler yaşadığını kestirebilmek çok zordur. Bu önkabulden hareketle çalışmada, a) bireyin yaşadığı zorluklarla nasıl baş etmeye çalıştığı, b) tecrübe edilen acı ve travmatik hadiselerden sonra nasıl bir yas süreci yaşandığı ve c) kültürel yapıda kederli bireylere yönelik sosyal desteğin nasıl devreye girdiği ve nasıl bir işlev üstlendiği sorularına cevap aranmıştır.

Yaşanan zorlanımlı hadiselerden ve bireylerin gözlemlenen davranışları ile söylemlerinden anlaşıldığı kadarıyla, insanlar problemlerini daha çok Allah ile işbirliği yaparak çözme eğilimindedirler. Bu durum literatürde “işbirlikçi başa çıkma” stratejisine denk gelmektedir. Bununla birlikte araştırmaya katılan kişilerin hayatın zorlukları karşısında dînî açıdan daha farklı başa çıkma stratejilerine başvurdıkları da görülmüştür. Bilişsel, duygusal ve davranışsal etkinliklerin birey ile Tanrı arasında samimi bir şekilde paylaşıldığı manevi temelli dînî başa çıkma etkinliği ön plana çıkmıştır. Kimisinin yaşadığı olumsuz olayla uğraşmaktan ziyade daha iyi davranışlar sergilemeye ve dine daha adapte olmuş bir şekilde yaşamaya gayret ederek iyi davranışlarda bulunmaya çalıştığı, kimisinin stres verici olay sırasında din görevlilerinden veya diğer inananlardan dînî destek ve yardım aradığı ve aldığı, kimisinin de stresli durum ya da olayın üstesinden gelebilmek için dua ederek yardım talep ettiği gözlenmiştir. Bazılarının da Tanrıya güvenmenin ve inançları sorgulamanın söz konusu olduğu dînî memnuniyetsizlik halinde olduğu fark edilmiştir.

Yas sürecinde verilen tepkiler, gündeme gelen ritüeller bireyin kültürel yapısına, dînî inançlarına, kişiliğine ve kaybın büyüklüğüne göre farklı olabilmektedir. Her insanın biricikliği gibi, acı verici olaylardan sonra yaşanan yas süreci ve bilişsel veya duygusal haller de kişiden kişiye değişmektedir. Yas sürecinde insanlar genellikle profesyonel yardım aramazlar. Yas sürecinde yadsıma, bölme, pazarlık, suçluluk ve öfkenin olağan olduğu, yas işinin hem sıkıntılı hem de dengeleri bozan bir dönem

olduğu ve olağan yasın bazen garip bir şekle bürünebildiği farkedilmiştir. Örneğin toplum olarak, ölümü konuşma konusundaki tabuları kaldırıp yas tutanlara yardımcı olabilmek gerekir. Yaşadıklarını ve eşlik eden duygularını akrabaları ve arkadaşlarıyla açıkça konuşması için yas tutan kişiyi yüreklendirebilmek elzemdir.

Sosyal destek, nitelikli sosyal ağın kederli bireye verdiği maddi, duygusal ve bilişsel yardımın tümüne verilen isimdir. Maddi destek, hayatın zorluklarıyla karşılaşan insan için çevrenin yaptığı her türlü ekonomik yardımdır. Gözlemlenen olaylarda zorlanan insanların maddi destekten ziyade, bilişsel ve duygusal yardıma ihtiyaç duydukları kanaatine ulaşılmıştır. Zira insan, bir ötekine asla benzemeyecek kadar öznel bir varlıktır. İnsanın her bir düşüncesi, duygusu, davranışı ve fizyolojik tepkisi, bir daha aynen tekrarlanamayacak niteliktedir. Böyle bir yapının anlaşılabilmesi için dar kalıplarla, determinel bir yapı içerisinde izah edilmeye çalışılması elbette mümkün değildir. İşte burada birbirinden farklı olan, hatta birbiriyle savaş halinde olduğu söylenebilecek psikoterapötik kuramları bütünleştirmeye, aralarındaki ilişkiyi anlamaya, daha sistematik bir şekilde incelemeye dayalı bir çalışma sürecinin ürünü olan “bütüncül psikoterapiler”den faydalanmak gerekmektedir.

Günümüz psikoloji literatüründe, gerek teorik gerek pratik tarzda dört yüzün üzerinde psikoterapi tekniği ve yaklaşım tarzı bilimsel olarak tanımlanmaktadır. Bu çeşitlilikteki her bir yöntemin ayrı bir telkin ve tedavi aracı olarak kullanılması gerekir. Bu literatür, kendi içerisinde farklı ekollerin ve tekniklerin bütünleştirilebileceği inancıyla oluşturulmuştur. “Psikoterapide etkin olan şey nedir? Zorlanan insanı daha net nasıl anlarız ve ona nasıl yardım edebiliriz?” şeklindeki soruları ve devamındaki bilimsel etkinlikleriyle ortaya çıkan literatürü takip etmek ve zorlanan insana bilişsel ve duygusal anlamda yardımcı olmaya çalışmak, nitelikli sosyal çevrenin ve sosyal ağın görevidir.

Gözlemlerimiz ve mülakatlarımızdan anlaşıldığı kadarıyla, zorlayıcı olaylardan sonra beş farklı tip ile karşılaşmış ve insanların beş farklı hale bürünebildiği görülmüştür.

Amaçlı örneklem grubundaki insanların sabır sürecinde “şaşkın”, “kaygılı”, “öfkeli”, “suskun” veya “teslimiyetçi” bir kimliğe bürünebildiği tespit edilmiştir.

Şaşkınlık, hayatın durmak bilmeyen kayıp deneyimi ve tehdidi karşısında bir sabır ve tahammül imtihanının ilk aşamasındakilerdir. Hayat bazen insana öngörülemez taraflarıyla yaklaşır. Travmatik tehditlerle yüzleşmek bireyin kaçınılmaz kaderi olabilir. Günlük hayatın normal akışı içinde bilinçaltına itilmiş gerçeklerle insanın karşılaşması

her zaman muhtemeldir. Ansızın gelen ölüm, bilhassa genç ölümleri, bir kazadan sonra sakat kalınması veya bir çocuğun ölü veya engelli şekilde dünyaya gelmesi, çok yakın hissedilen insanlardan görülen vefasızlık, ihanet vb. istenmedik ve beklenmedik olaylar, hem bu insanlara hem yakınlarına adeta bir şok yaşatır. Bu şok, o insanlarda veya geride kalanlarda tarif edilemez bir şaşkınlığa sebebiyet verir.

Hayatın gerçekleri bireyin şuuruna adeta bir tokat indirmiştir. Birinin ölümü, hastalık, ihanet ya da başka talihsizlikler hiç beklenmedik bir anda gelip bireyi temelden sarsar. Ölümün, ayrılığın, terk edilmenin acısı derinlere işledikçe hayat birey için bir nevi öncesi ve sonrası olmak üzere ikiye bölünür. Bu durumda, “Bundan sonra ne yapacağım ben?!” sorusu hep ön plana çıkar:

Ölüm vb. acılar kimi zaman da geçmişin bir parçası olarak kendini gösterir. Bu acılar gelip geçici, kısa ve çok keyifsiz bir uyanma hâli gibidir. Sonuçta yalın gerçeğin kendisi nereden, ne şekilde ve hangi şiddette gelirse gelsin, acı verici ve yürek yakıcıdır. Bu sefer “beklenti açığı” denen bir başka acıyla karşı karşıya kalınır. Çünkü artık bir tarafta yaşanan gerçeklik vardır, diğer tarafta onca zamandır arzu duyup beklenti oluşturulan gerçeklik vardır. Şaşkın birey, bu iki gerçeklik arasındaki mesafesi oldukça fazla, ortaya çıkan hissiyatı da o derece acılı insandır.

Kaygılılar, hayat yelkenlisini her ne kadar kader rüzgârları sürüklese de bu yelkenlinin dümenindeki kişilerdir. Bu söylem, sonuca ulaşamamış ‘insanın özgürlüğü ve sorumluluğu’ ikileminin savunulan tarafıdır ve insandaki suçluluk kaygısı bu tartışmaya bakış açısından kaynaklanır. “Elimden gelen bu muydu, başka türlü olur muydu?” sorusu insandaki suçluluk duygusunu alevlendiren kıvılcımdır ve bu durum insanın kaygılanmasına, huzursuz hale gelen bilincin çeşitli korkular üretmesine sebep olur. Dolayısıyla temeldeki suçluluk duygusunun rahatsız ettiği insanı yaprak hışırtısı gibi sıradan şeyler dahi dehşete düşürür.

İnsanı bazen sebebi anlaşılmayan bir hüznün sarıverir. Şuur kapanır, duyguların akışı durur, kara bulutlar insanın üzerine kapanır. Sanki boğazda giderek büyüyen bir düğüm oluşur ve zihin, lavabo tıkanıklığına benzer bir hal yaşar. Günlük hayatın akışı sırasında önemsiz görülen bazı rutin olaylar insanın önüne dev bir engel olarak çıkar. Tam manasıyla sağlıklı bir insandan bahsedilemeyeceği gibi yakından incelendiğinde, içinde bir tedirginliğin, uyumsuzluğun, bozukluğun, nereden kaynaklandığı bilinmeyen ve hatta bazen bilmeye dahi cesaret edilemeyen bir kaygının bulunmadığı ve umutsuzluktan bağışık tek bir insan dahi yoktur.

Öfkeli insan bedensel, bilişsel ve davranışsal olarak üç reaksiyon sergiler. Öfke halindeki bireyin kalp atışı ve solunumunun hızlanması, kasların gerilmesi ve kan basıncının, adrenalin, noradrenalin ve kortizol seviyesinin yükselmesi en belirgin deneyimlerdir. Bunların ardından bilişsel tepki oluşmaya başlar. İç ve dış bilgileri işleme yeteneği azalır ve bireyde sözlü veya fiziksel saldırganlık baş gösterir. Bireyin bedensel ve bilişsel reaksiyonlarını dışarıdan gözlemlemek veya kestirebilmek her zaman mümkün olmasa da davranışsal reaksiyonlar bir izlenim verebilir. Bilim insanları üç farklı öfkeden bahsederler. Saldırıya uğramış veya köşeye sıkışmış insanın hızlı veya ani öfkesi, içe atma ile aynı anlamda kullanılabileceğimiz ve süreç halinde yaşanan sabit öfke ve bireyin dışa yansıyan davranışları ile gözlemlenen, kişiliğin bir parçası haline gelen ve sık sık tekrar eden öfkedir.

Trajik hadiseyi deneyimlemek ile o hadiseye bizzat şahit olmak bireyde farklı tepkilere sebebiyet verebilir. Trajik hadiselerden sonra karşılaşılan en önemli psikolojik sorunlar üç başlık altında incelenebilir. Birincisi, zorlayıcı bir hadiseyle karşılaşan bireyin deyim yerindeyse bilinçaltı kapağının açılması ve stresi tekrar yaşaması söz konusudur. Bu duruma, zorlayıcı olayı *yeniden yaşama* denir. Bu durumda birey travmatik hadiseyi istemsiz olarak yeniden anımsar, kâbuslar görmeye başlar ya da dejavu denilen hali yaşar. İkincisi, bireydeki *kaçınma-küntleşme* belirtileridir. Bu grupta yer alan belirtiler, trajik hadiseyi anımsatan davranışlardan ve kişilerden kaçınma, duygularda donukluk, daha önce hoşlanılan etkinliklere ilginin azalması ve hayatın gerçekleriyle yüzleşmekten kaçınmadır. Üçüncüsü ise bireyin kendisini sürekli tetikte hissederek öfke patlamaları yaşadığı *aşırı uyarılmışlık* halidir. Bütün bu belirtilere değersizlik ve suçluluk duyguları, umutsuzluk, utanç, kendine zarar verme, duygu iniş çıkışları, somatik yakınmalar, kişilerarası ilişkilerde bozulma ve toplumdan uzaklaşma gibi belirtiler de eşlik edebilir.

Suskun insan, inancının altını oyacak ve anlam arayışının dibine dinamit koyacak türden hayatın zorluklarıyla karşılaşsa dahi sessizliğini devam ettirir. İşler yolunda giderken Tanrı'nın yanında olduğuna inanmak kolay bir iştir. Ancak acılar, travmalar üst üste gelirken Tanrı'nın yanı başında olduğuna inanmak cesaret gerektirir. Nefretin karşısında sevgiye, kötünün karşısında iyiye inanmak veya gecenin sonunda gündüzün geleceğini umut etmek basit bir eylem gibi düşünülebilir. Fakat bunlar suskun insanların güvene dayalı cesaretlerinin tezahürleridir. Hayatın zor yanları insana büyük hüznü verebilir. Hüznü, aslında kaybolup giden şeylerin ruha çöktürdüğü derin gam olarak tasavvur edilir. Hüznü kimi zaman insanı içereletmek ve gücendirmekle birlikte,

tarif edilemeyen özelliğine rağmen insanı olgunlaştıran bir histir. Çünkü hüznü hakkıyla yaşamak dille söylendiği kadar basit ve kolay bir şey değildir. Hüzün kimi zaman insanın kendi içine dönüp varlık ve varoluşa, hayatın amacına dair büyük soruların cevabını arayıp sorgularken bütün benliğini içinde bulduğu ruh hâlidir. Üstelik hüzün gelip geçici değil, daimîdir. Hüznün mekân tutup yuva yaptığı yer ise gözler ve yüzdeki derin çizgilerdir. Acı kanayan yaradır, hüzün ise kanamayan yara olup hayattaki son nefesi verinceye değin insanı terk etmeyecek tarafıdır. Hüzün kimilerince asil, vakur, olgun bir yaşantı, kimilerince de bireyin yüreğinin derinliklerine, oradan da ruhuna sirayet etmiş burukluk ve suskunluk halidir. Hüzün, sükûnetli bir histir ve insanı yoğurarak pişiren bir özelliğe sahiptir. Bu yüzden hüzün, çığ acı ve ham kederden çok farklı bir şeydir. Hüznün refiki ise yalnızlık hissidir. Kalabalıklar içinde kendini yapayalnız hisseden insana yoldaş, belki de en yakın arkadaşır. Hüzün öyle bir duygudur ki gözlerin içi gülerken bile o gülen bakışta dahi, “Ben hâlâ buradayım!” demeyi başarır.

Teslimiyetçiler, kadere boyun eğen ve başa gelen olayları arka planındaki sebebi sorgulamadan kabul eden kişilerdir. Buradan da anlaşılmaktadır ki teslimiyet aklın bazen devre dışı kaldığı bir iman ve sevgi işidir. Teslimiyet akli iptal etmek değil, akli aşan konuları herkesten daha iyi bilen rehberliğine güvenerek kullanmak demektir. Kulluk söz konusu olduğunda ise pek çok sebeple teslimiyet olmazsa olmaz bir şart olarak insanın karşısına çıkar. Eğer teslim olunamamışsa, en ufak bir zorluk, musibet anında akıl hemen nefisten yana çıkarak itaatsizliğe gerekçeler üretir. Ancak Allah'tan gelen emirler konusunda koşulsuz itaate ulaşmış kararlı bireyler şaşırıp bocalamadan kulluklarını her durumda sürdürebilir.

Amaçlı örneklem grubundaki insanların sabra yolculuğu sırasında “şok”, “şüphe”, “şikayet”, “şükran” ve “şükür” hallerini yaşadıkları tespit edilmiştir.

Şok Hali: İnsan, hayatın zorluklarıyla daha çok ansızın karşılaşır. Bir metaforla anlatmak gerekirse, bu duruma gerçeğin tokadı denebilir. Acı gerçeğin tokadı nereden, nasıl ve ne şiddetle gelirse gelsin, insanın yüreğini sızlatan bir özelliğe sahiptir. Bu evredeki tepkiler kestirilemeyecek niteliktedir. Kimilerinin nutku tutulup takınacağı maskeler karışabilirken, kimileri için dış dünyanın gerçekliği rafa kalkar. Bilinç sendeler ve zihnin işlevleri itidali yitirir. Anormal addedilecek davranışlar sergilenebilir. Bu evre, dinî duygu ve düşüncelerin ya dip ya da zirve yaptığı bir evredir. Bu sebeple bireye “anlayıcı” bir üslupla yaklaşılması gerekir. Hali ve davranışlarından ötürü bireyi yargılayıcı bir tavır takınmak problemi içinden çıkılmaz bir hale getirebilir.

Şikayet Hali: Bilinç yerine geldiği ve gerçeği gördüğü andan itibaren halden memnuniyetsizlik devreye girer. Tecrübe edilen yaşantı, hayallerle gerçekler arasında kurulması arzulanan köprüyü yerle bir etmiştir. Burada “beklenti açığı” denilen durum ortaya çıkar. Zira bir tarafta yaşanan acı gerçek, diğer tarafta ise arzular, hayaller, beklentiler vardır. Bu iki gerçeklik arasındaki mesafe ne kadar uzun olur ise, hissedilen acının derecesi de birbiriyle doğru orantılı şekilde o derece fazla olur. Zihin, içine düştüğü hali ‘kaos’ olarak değerlendirir ve eski düzenine dönmek için yardım çılgınlıkları atar. Bu evredeki yaşantılar daha çok davranışlara yansır. Dolayısıyla savunma mekanizmaları en çok bu evrede devreye girer. Etki-tepki yasasına benzer şekilde, yaşanan zorlu hadisenin veya durumun neden başa geldiği veya bu durumun neden yaşandığı sorusu üstü örtük bir biçimde de olsa sıklıkla gündeme gelir. Birey, günlük hayatın normal akışı içerisinde kendisinden umulmayacak, alışlagelmemiş davranışlar sergileyebilir veya tutumlar takınabilir. Örneğin, tasavvufi kültürde ‘naz ve arbeye’ şeklinde telakki edilen hallere bu evrede rastlanır. Zira sevdiğimiz ya da değer verdiğimiz bir şeyi kaybetmemiz, reddedilme ve güçsüzlük hissi, kadere gücenme vb. haller bu duygularımızı harekete geçirir. Kaybedilenin gerçekliği içe işledikçe sıkıntı yaşanır. Sıkıntı, psişik dengenin bozulduğuna işaret eden duygusal ateşlenmedir. Ölüm halinde veya bir zorlanmadan sonra toplumsal kurallar öfkelenmeye bazen izin vermez. Bu nedenle öfke bazen başka nesnelere yönlendirilir. Bu duruma, tedaviyi yanlış veya eksik yaptığı düşünülen doktora öfkelenme, cenaze merasimi ve sonrasında yaşanan bazı hadiselerden yakınma gibi davranışlar örnek gösterilebilir.

Şüphe Hali: Burada bireyin kendisine doğru zihinsel yolculuğu başlar. Bu yolculuk bazen bilinçte başlayıp bilinçte biten veya ömür boyu devam edecek bir yolculuktur. Bu evrede inanılan dinin öğretileriyle bir iç hesaplaşma başlar. Birey önce kendisini sorgular. Varsa eğer kusurlu bir durum nerede/nasıl/ne zaman yanlış yaptığını düşünür veya başına gelen olayın/yaşadığı durumun müsebbibini araştırır. Kader, adalet, merhamet gibi mefhumlar üzerinde biteviye münazaralar yapılır. Çünkü yaşananların muhakkak bir sorumlusunun olduğu düşünülür. Kötülük probleminin getirdiği sorular en çok bu evrede cevaplanmaya çalışılır.

Şükran Hali: Toplumsal bir varlık olan insanın yine toplumun desteği ile ayakta durduğu duygu durumudur. Zira bireyin tecrübe ettiği hal kendisi veya yakınları için imtihandır. Fakat bu imtihan sürecinde kendisine nasıl davranıldığı da çevresinin imtihanıdır. Ölümcül hastalık şeklinde betimlenen umutsuzluğa panzehir olarak çevrenin umut aşısına ihtiyaç duyulur. Kaçınılmaz gerçek yine toplumun desteği ile

artık kabullenmeye hazır hale gelir ve hayatın akışı normal seyrine dönme eğilimindedir. Birey, başkalarının da benzer dertlerden muzdarib olduğu gerçeğini içselleştirmeye başlar.

Şükür Hali: Bu hal en üst zihni yapılanma olarak kabul edilebilir. Dünyadan el etek çekme, hayatın bütün çekiciliği ve arzularından feragat etme halidir. Çevresindeki insanların aynı yolun yolcusu olduğunu anladığı andan itibaren bireyde dinginlik hâkim olur. Zamanın ruhuna aykırılık arz etse ya da sosyal çevrenin desteğinden yoksun kalınsa bile bireyde huzurun sessizliği vardır. Her ne kadar kişinin iradesi dahilinde olan olumsuzluklara sabredebileceği düşünülse de, iradesi dışında olan kaza, ölüm gibi hallere sabretmesi, bunları kabullenmesi en zor olaylardandır. Bunlara sabır, kişinin gayreti ve ancak Allah'ın yardımı ile mümkün olabilmektedir.

Sabreden insanın hallerinin “Şükran Hali” ve “Şükür Hali” şeklinde kategorize edilmesinin sebebi, psiko-sosyal bir varlık şeklinde tanımlanan insanın, ‘bireye karşı toplum’ ve ‘topluma karşı birey’ ikiliği ile değerlendirilmesindendir. Zira değer ve yargılarıyla içindeki insanı şekillendiren ve bir kalıba sokan toplumun, hayatın zorluklarıyla karşılaşan bireyin başa çıkma sürecinde göz ardı edilemeyecek olumlu veya olumsuz etkisi vardır. Sosyal çevreden gerek maddi gerekse manevi bir yardım alındığında ona teşekkür edilir veya şükran sunulur, iman edilen Tanrıya ise şükredilir. Toplum bazen insana kalabalıklar içerisinde yalnızlığı tattırabilir. Herkesin gittiği yol, birey için doğru olmayabilir. Dünyadan el etek çekmiş, küçük şeylerle mutlu olmayı, huzura kavuşmayı uman birey, toplum tarafından ‘farklı’ etiketiyle yaftalanmış olsa da kendi halinden memnuniyet duyup iman ettiği Tanrısı’yla barışık ve şükür halinde bir yaşamı tercih edebilir.

Araştırma sonunda farkedilmiştir ki, insanlar bu halleri tedricen veya üstüne koyarak yaşamaz. Hayatın öngörülemeyen getirileriyle karşılaşıldığı zaman, insanlar bu hallerden herhangi birine bürünebilir ya da bir diğerine belli bir sıra veya silsile gözetmeksizin geçebilir. Bu tipler veya hallerin hepsinin de bireyin yine kendisine has bilinci, algısı ve duygusal yapısıyla ilgili olduğu düşünülmektedir. Bu kategorilendirmenin bireyin dinî inancının, diğer bir deyişle imanının göstergeleriyle veya hayatına izdüşümleriyle oluşturulduğunu söylemek mümkündür.

Bu haller birbirini silsile yoluyla takip etmez. Yatay bir değişkenlik arz eder ve psikolojik anlamda biri ön plana çıkarken diğerleri arka planda kalıp silikleşebilir. Örneğin hayatın öngörülemeyen işleyişi hesaba katıldığında ‘şükür’ halindeymiş gibi hissedilirken bireyin kendisini aniden ‘şüphe’ evresinin sınırları içinde görme ihtimali

vardır. Sabır halindeki insan psişesini bir metaforla anlatmak gerekirse bu evreler, birisi daha çok parladığı zaman diğerlerinin voltajı düşerek sönükleşen farklı renklerdeki ışıklara benzetilebilir.

Hayatın kaçınılmaz gerçekleriyle henüz yüzleşmemiş, öngörülemeyen yaşantıları tecrübe etmemiş ve zorluklarla karşılaşmamış bir insanın ‘sabır’ hakkında konuşurken, hayatın zorluklarını bizzat yaşayan bireyin hassas noktaları ve kırmızı çizgileri hususunda duyarlı olması gerekir. Başka bir deyişle sabreden, tahammül eden, psikolojik sağlamlığını muhafaza etmeye çalışan bireyin iç dünyasının çalkantılı bir halde olduğu akıldan çıkarılmamalıdır. İnanan birey, yaratıcı tarafından kendisine takdir edilen, hükmü verilen yaşantıyı tecrübe etmiştir. Hayatın zorluklarıyla karşılaşan bireyin çeşitli şekillerde serzenişleri, şikâyetleri ihtimal dâhilindedir. Bu hallerinden ötürü, sorgulayıcı veya eleştirel bir tavır takınmak bireye zarar vermekle eşdeğerdir. Zira İslamî kültürde bu dünya hayatının bir imtihan yeri olduğu ve inanan bireyin biricikliği, sorumluluğunun da benzersizliği ile bu imtihana tabi tutulduğu vurgulanır. Dolayısıyla bireyin bu halleri onun ‘iman çerçevesi’ içinde anlaşılmalı ve değerlendirilmelidir.

Din psikolojisi literatüründe iman, öznelliği ve ölçülemezliği, denetlenemezliği ve “Anlatılmaz, yaşanır!” vurgusuyla, her insanın iman tecrübesinin farklı olabileceği temasıyla açıklanır. Dolayısıyla bu çalışmada *inanç* ve *iman* terimlerinin birbirinden farklı anlamlar veya atıflar/yüklemeler ihtiva ettiği, imanın kök anlamının *güven* olduğu gerçeğiyle tekrar karşılaşılmıştır. Güven; bilgi, ispat, kanıt demek değil, duygusal bir refleks ve deruni bir keşiftir. İman, duygusal zeminden arındırılarak salt rasyonel bir temele dayandırılmaz. Dolayısıyla iman, onayını sadece akıldan alan bilişsel ilkeler zeminine oturtulamaz. İman, artıp eksilebilen, insan ruhunda bazen flu ve mat, bazen de capcanlı ve parlak bir tonda hissedilebilen, bazen sıkı bazen de yoğun bir karakter arz edebilen bir yapıdadır. Örneğin inanan bir insan sağlık açısından ve ekonomik bakımdan bir problem yaşamazken itikadi tecrübe konusunda zaafiyet gösterebilir. Aynı birey, hayatın öngörülemeyen trajedilerinden biriyle karşılaştığı, mezara en yakınıni defnetmek veya kefenin bağlarını çözmek gibi, durumlarda yoğun bir itikadi tecrübeye sahip olabilir.

Son söz olarak, sabır olgusu İslamî kültürde dînî başa çıkma stratejilerinin hepsini içinde barındırır. Sabır aslında bireyin kendisine doğru bir yolculuğudur ve bu esnada bireyin değişik hallere uğraması ve bazı tiplere bürünmesi gayet doğaldır. Bireyin bu tecrübelerinin hepsi de onun iman çerçevesi içinde değerlendirilebilir. Zira

iman, ölçülemezliği ve denetlenemezliği ile kendi anlamını oluşturur. Böylece özellikle dramatik deneyimler ve varoluşsal sorunlarla karşılaşılan güçlükleri aşmada birey için bir dayanak noktası teşkil etmektedir.



KAYNAKÇA

- Acaboğa, A. (2007). *Din-Mutluluk İlişkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstisüsü, Kahramanmaraş.
- Adler, A. (1998). *İnsanı Tanıma Sanatı* (Çev. Kamuran Şipal). İstanbul: Say Yayınları.
- Ahmed, S. & Amer M. M. (2015). *Müslümanlar İçin Psikolojik Danışma* (Çev. Vahap Yorgun). Ankara: Nobel Yayın.
- Akgül, M. (2004). Yaşlılık ve Dindarlık, Dindarlık, Hayattan Zevk Alma ve Mutluluk İlişkisi: Konya Huzurevi Örneği. *Dinî Araştırmalar* 7 (19), 19-56.
- Allen, R. S. & P. P. Haley & G. M. Harris & S. N. Fowler & R. Pruthi (2011). Resilience: Definitions, Ambiguities and Applications. In: B. L. Resnick, P. Guyther & K. A. Roberto (Ed.) *Resilience in Aging: Concepts, Research, and Outcomes* (pp. 1-15). New York: Springer.
- Allport, G. W. (1969). *The Individual and His Religion*. London: The Macmillan Company.
- Almond, I. (2016). *İbni Arabi ve Derida, Tasavvuf ve Yapısöküm* (Çev. Kadir Filiz). İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Alş, O. M. & Aboul-Fotouh, F. (2015). Geleneksel Ruh Sağlığı, Başa Çıkma Stratejileri ve Yardım Arama Davranışı. (Ed. Sameera Ahmed and Mona M. Amer) *Müslümanlar İçin Psikolojik Danışma* içinde (ss. 33-47). Ankara: Nobel Yayınları.
- Alşan, M. H. (2015). *Ruhun Kaosu*. Ankara: Tutku Yayınevi.
- Amer, M. M. & Baland, J. (2015). Bireysel Psikoterapi/Psikolojik Danışma, *Müslümanlar İçin Psikolojik Danışma* içinde (ss. 87-118). Ankara: Nobel Yayınları.
- Apaydın, H. (2016). *Din Psikolojisi Terimler Sözlüğü*. İstanbul: Bilimkent Yayın.
- Argyle, M. (1978) Dinin Yedi Psikolojik Temeli (Çev. M. Dağ). *Eğitim Hareketleri* 23 (272-273), 7-13.
- Aristoteles, (1997). *Nikomakhos'a Etik* (Çev. Saffet Babür). Ankara: Ayraç Yayınevi.
- Arkonaç, S. A. (2001). *Sosyal Psikoloji*. İstanbul: Alfa Yayın.
- Armaner, N. (1973). *Psikopatolojide Dinî Belirtiler*. Ankara: Demirbaş Yayınları.
- Armaner, N. (1980). *Din Psikolojisine Giriş*. Ankara: Ayyıldız Matbaası.

- Arslantürk, Z. (2004). *Sosyal Bilimler İçin Araştırma Metod ve Teknikler*, İstanbul: Çamlıca Yayınları.
- Ascher, L. M., & Efran, J. (1978). Use of paradoxical intention in a behavioral program for sleep onset insomnia. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* (46), 547–550.
- Ascher, L. M. (1989). Paradoxical intention and recursive anxiety. In L. M. Ascher (Ed.), *Therapeutic paradox* (pp. 93–137). New York: Guilford Press.
- Ascher, L. M., & Schotte, D. E. (1999). Paradoxical intention and recursive anxiety. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry* (30), 71–79.
- Atalay, M. (2011) Dinsel Metin Okuyarak Psikolojik Zorluklarla Başa Çıkmak: Bibliyoterapinin Kapsamını Genişletmek. (ss. 23-52), *Ekev Akademi Dergisi*.
- Atalay, M. (2012). *Kur'an'a Psikoloji İle Bakmak (Hz. Yusuf ve Hz. Musa Kıssaları Örneği)*. İstanbul: İz Yayıncılık.
- Ateş, N. E. (2018). *Şehit Aileleri, Gaziler ve Gazi Ailelerinde Dini Başa Çıkma-Adana Örneği-*, Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Ayten, A. (2006). *Psikoloji ve Din*, İstanbul: İz Yayıncılık.
- Ayten, A. (2009). *Prososyal Davranışlarda Dindarlık ve Empatinin Rolü*. Yayımlanmamış Doktora Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ayten, A. (2012). *Tanrıya Sığınmak: Dinî Başa Çıkma Üzerine Psiko-Sosyal Bir Araştırma*. İstanbul: İz Yayıncılık.
- Ayten, A. & G. Göçen & S. Kenan & E. E. Öztürk. (2012). Dinî Başa Çıkma, Şükür ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi. (ss. 45-79), *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*.12.2.
- Ayten, A. (2014). *Erdeme Dönüş: Psikoloji ve Mutluluk Yolu*, İstanbul: İz Yayıncılık.
- Ayten, A. & Düzgüner, S. (2017). *Tasavvuf Psikolojisine Giriş, -Bireysel Arınma ve Güzel Ahlak-*, İstanbul: Sufi Kitap.
- Bahadır, A. (2002). *İnsanın Anlam Arayışı ve Din: Logoterapik Bir Araştırma*, İstanbul: İnsan Yayınları.
- Balcı, A. (2005). *Sosyal Bilimlerde Araştırma: Yöntem, Teknik ve İlkeler*, Ankara: PegemA Yayıncılık.
- Baltaş, A.& Baltaş, Z. (2004). *Stres ve Başa Çıkma Yolları*, 22. B., İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Bardakoğlu, A. (2001). İlahiyatçıların Din Söylemi, *İslamiyat* IV, S. 4.

- Batson, D. C.&Ventis, L.W. (1982) *The Religious Experience*, New York.
- Batur, S. & Demir, H. K. (2009). *Depresyonun Tedavisi: Bilişsel Davranışçı Yaklaşım*, (ed. Işık Savaşır, Gonca Soygüt, Elif Barışkın, IV basım, Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive Theraphy and The Emotional Disorders*, New York: İnternational University Press.
- Becker, E. (2013). *Ölümü İnkâr* (Çev. Arzu Tüfekçi), İstanbul: İz yayıncılık.
- Belen, F. Z. (2014). *Manevi Danışmanlıkta Bibliyoterapi Tekniği ve Uygulanması*, Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Belhi, Ebu Zeyd Ahmed. (2018). *Beden ve Ruh Sağlığı* (Çev. Muhammet Uysal), İstanbul: Endülüs Kitap.
- Berger, P.L. (1993). *Dinin Sosyal Gerçekliği* (Çev. A. Coşkun), İstanbul: İnsan Yayınları.
- Berger, P. L. (2005). *Kutsal Şemsiye* (Çev. Ali Coşkun), İstanbul: Rağbet Yayınları.
- Berkmen, H. (2015). *Kuantum Bilgeliği ve Tasavvuf*, 4. Basım, İstanbul: Aura Kitaplığı.
- Beyhakî, Ahmet b. Hüseyin, Şuabu'l-İman, Beyrut, 1990, II.
- Bilgin, V. (1993). *Sosyal Çözülme ve Din*, Ankara: Etüt Yayınları.
- Bishop, S. R. & Lau, M. & Shapiro, S. & Carlson, L.& Anderson, N. D.& Carmody, J. & Devins, G. (2004). Mindfulness: A proposed operational definition. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 11, 230–241.
- Blount, S. & Janicik, G. A. (1999). *Comparing social accounts of patience and impatience*. Unpublished manuscript, University of Chicago.
- Blount, S. & Janicik, G. A. (2000). *What makes us patient? The role of emotion in sociotemporal evaluation*. Unpublished manuscript: University of Chicago.
- Bozkurt, N. (2003). Depresyonda Bilişsel Davranışçı Yaklaşımlar, *Ege Eğitim Dergisi*, (3) 2, 59-64.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment Loss*, Vol. 1 Attachment, 2 Separation, 3 Loss. London: Hogarth New York: Basic Books.
- Brown, L.B. (1966) The structure of religious belief. *Journal for the Scientific Study of Religion*. 5, 259-272.
- Budak, S. (2005). *Psikoloji Terimler Sözlüğü*, Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Buhari, Ebu Abdillâh Muhammed b. İsmail el-Cu'fi. (1990). *Sahihu'l –Buhari*, I-VII, Beyrut.
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik*, İstanbul: Kaktüs Yayınları.

- Bursevî, İ. H. (1997). *Rûhu'l-Beyan Tefsiri*, II, İstanbul: Damla Yayınları.
- Burton, R. (201). *Melankolinin Anatomisi* (Çev. Merve Tokmakçıoğlu), İstanbul: Aylak Adam Yayınları.
- Carrel, A. (2005). *İnsan Denen Meçhul* (Çev. Ömer Durmaz), İstanbul: Hayat Yayınları.
- Cevizci, A. (2000). *Paradigma Felsefe Sözlüğü*, İstanbul: Paradigma Yayınları.
- Cevziyye, İbn K. (2016). *Sabredenler ve Şükredenler* (Çev. Zeynelabidin Tatlılıoğlu), İstanbul: İnsan Yayınları.
- Charmaz, K. (1997). *Good Days and Bad Days-The Self in Chronic Illness and Time*-New Brunswick: Rutgers Universty Press.
- Cloninger C.R. (1987). A Systematic method for clinical description and classification of personality variants. *Arch Gen Psychiatry*, 50, 573-588.
- Cloninger, C.R. (2004). *Feeling Good-The Science of Well-Being*, New York: Oxford University Press.
- Corey, G. (1991). *Theory and practice of counseling and psychoterapy*, Second Edition, California: Brooks Cole Publishing Company.
- Corey, G. (2008). *Psikolojik Danışma, Psikoterapi Kuram ve Uygulamaları* (Çev. Tuncay Ergene), Ankara: Metis Yayınları.
- Creswell, J. W. (2016). *Nitel Araştırma Yöntemleri-Beş Yaklaşım Göre Nitel Araştırma ve Araştırma Deseni-* (Çev. Mesut Bütün-Selçuk Beşir Timur), Ankara: Siyasal Kitabevi
- Csikszentmihalyi, M. (2017.) *Akış: Mutluluk Bilimi* (Çev. Barış Satılmış), Ankara: Buzdağı Yayınevi.
- Cüceloğlu, D. (1991). *İnsan ve Davranışı*, 12. Baskı, İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Cüceloğlu, D. (2009). *Yeniden İnsan İnsana*, 34. Baskı, İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Cürçani, S. Ş. (2003). *Kitabü't-Ta'rifat*, (Çev. Muhammed Abdurrahman, Beyrut.
- Çağrııcı, M. (1995). Kindi'nin Def'u'-Ahzan Adlı Risalesi, Kaynakları ve Tesirleri, İstanbul: Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi.
- Çağrııcı, M. (1996). *Gazap maddesi*, TDV İslam Ansiklopedisi, İstanbul. C: 13, ss: 436-437.
- Çağrııcı, M. (2000). *İsar maddesi*, TDV İslam Ansiklopedisi., C: 22, ss: 490-491.
- Çelik, C. (2007) Teodisenin Sosyolojisi: Toplumsal Süreçlerle İlişkisi İçinde Teodise Konusuna Sosyolojik Bir Yaklaşım, (ss. 37-66), *Bilimname* XIII, 2.
- Çelimli, Ç. & Güldal, Ş. T. (2016) Manevi Yönelimli Danışmanlık ile Psikoterapi Yöntem ve Teknikleri: Doğu ve Batı'dan Örnekler, *Manevi Yönelimli*

- Psikoterapi ve Psikolojik Danışma* içinde, (ss. 99-122), İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Çubukçu, İ. A. (1994). *Ahlak Tarihinde Görüşler*, Ankara: Ankara İlahiyat Fakültesi Yayınları.
- ÇuŖta, M. (2014). *Kanser Hastalığı ile Başa Çıkma da Dini İnanç ve Tutumların Rolü*, Doktora Tezi, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- Delongis, A. & Coyne, J.C. & Dakof, G. & Folkman, S. & Lazarus, R.S. (1982). Relationship of daily hassles, uplifts, and major life events to health status. *Health Psychology*, 1, 119–136.
- Demirci, M. (2002). Kuran-ı Kerim Işığında Sabır Kavramı, *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* içinde, (ss. 263-285), sayı: 12.
- Deveson, A. (2003). *Resilience*. South Australia: Griffin Press.
- DİB İslam Ansiklopedisi (2008). “Sabır”, yıl:., cilt: 35, sayfa: 337-339.
- Dilthey, W. (1986). The Hermeneutics of the Human Sciences, In *The Hermeneutics Reader: Texts of the German Tradition from the Enlightenment to the Present*. (Ed) Kurt Mueller-Vollmer (ss. 148-164). New York: B. Blackwell.
- Dinçer, M. (2016). İnsanlığın Ortak Mirası: Bilgelik Yönünden Yunus Emre, *Manevi Yönelimli Psikoterapi ve Psikolojik Danışma* içinde, s. 205-206, İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- DiTomasso, R. A., & Greenberg, R. L. (1989). Paradoxical intention: The case of the case study. In L. M. Ascher (Ed.), *Therapeutic paradox*. New York: Guilford Press.
- Doğan, M. (2014). *Dindarlık Sabır ve Psikolojik İyi Olma Arasındaki İlişkiler*. Doktora Tezi. Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Doğan, M. (2016). *Sabır Psikolojisi-Pozitif Psikoloji Bağlamında Bir Araştırma*, İstanbul: Çamlıca Yayınları.
- Doğan, S. (1995). Akılcı-Duygusal Terapi: Kuramsal Bir İnceleme, *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi* içinde, ss. 29-36, cilt: 2, sayı: 6.
- Dökmen, Ü. (2006). *İletişim Çatışmaları ve Empati*, İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Dudley, K. C. (2005). Empirical development of a scale of patience. *Dissertation Abstracts International*, 54 (8), 4332.
- Düzgün, Ş.A. (2013). *Din Birey ve Toplum*, Ankara: Akçağ Yayınları.
- Egemen, B. Z. (1952). *Din Psikolojisi: Saha, Kaynak ve Metod Üzerine Bir Deneme*, Ankara: İlahiyat Fakültesi Yayınları.

- Ekşi, H. & Kaya, Ç. (2016). Manevi Yönelimli Psikoterapi ve Psikolojik Danışma, İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Ekşi, H. (2001). *Başa Çıkma, Dinî Başa Çıkma ve Ruh Sağlığı Üzerindeki İlişki Üzerine Bir Araştırma*, Doktora Tezi, Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- Exline, J. J. & Rose, E. (2013) Dinî ve Manevi Uğraşlar, *Din ve Maneviyat Psikolojisi* içinde, (çev: Merve Altınlı Macic), ss. 67-96, Ankara: Phoneix Yayınevi.
- Eliade, M. (1990). *Dinin Anlam ve Fonksiyonu* (Çev. Mehmet Aydın), Ankara: Kültür Bakanlığı Yayınları.
- Erdem, H. (2010). *İlkçağ Felsefe Tarihi*, Konya: Hüner Kitabevi.
- Eroğlu, Ç. Y. (2015). Travmatik Yaşam Olayları ve Psikodrama (Model Önerisi), *Psikodramada Seçme Konular-Teoriden Pratiğe Psikodrama* içinde, (ss. 111-165), İstanbul: Epsilon Yayınevi.
- Ersoy, M. A. (1968). *Kur'an-ı Kerim'den Ayetler*, Ankara: Sevinç Matbaası.
- Eryücel, S. (2013). *Yaşam Olayları ve Dini Başa Çıkma*, Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Erzurumlu İbrahim Hakkı, (1984). *Marifetname*, (sad: M. Fuad Başar), İstanbul.
- Fırat, E. (1977). *Üniversite Öğrencilerinde Allah İnancı ve Din Duygusu: Din Psikolojisi Açısından Bir Değerlendirme*, Yayımlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi.
- Folkman, S. (1997). Positive Psychological States and Coping With Severe Stress. *Social Science and Medicine*. 45.3, 1207–1221.
- Frager, R. (2014). *Kalp, Nefs ve Ruh-Tekâmül, Denge ve Uyumun Sufice Psikolojisi* (Çev: İbrahim Kapaklıkaya), İstanbul: Gelenek Yayıncılık.
- Frager, R. (2012). *Aşktır Asıl Şarap* (Çev. Ömer Çolakoğlu), İstanbul: Gelenek Yayıncılık.
- Frankl, V. (1967). *Psychotherapy and existentialism: Selected papers on logotherapy*. New York: Simon & Schuster.
- Frankl, V. E. (1985). Logos, paradox, and search for meaning. In M.J. Mahoney & A. Freeman (Eds) *Cognition and psychotherapy*. New York: Plenum Press.
- Frankl, V. E. (1999). *Duyulmayan Anlam Çılgılığı* (Çev. S. Budak), Ankara: Edesos Yayınları.
- Frankl, V. E. (2010). *İnsanın Anlam Arayışı* (Çev. Selçuk Budak), İstanbul: Okyanus Yayıncılık.

- Frankl, V. E. (2011). *Man's Search For Ultimate Meaning*. London: Rider.
- Freud, S. (2014). *Yas ve Melankoli* (Çev. Aslı Emirsoy), İstanbul: Telos Yayıncılık.
- Fromm, E. (1995). *Umut Devrimi* (Çev. Şemsa Yeğin), İstanbul: Payel Yayınevi.
- Fromm, E. (2003). *Sahip Olmak ya da Olmak* (Çev. Aydın Arıtan), İstanbul: Arıtan Yayınevi.
- Fromm, E. (2016). *Özgürlükten Kaçış -Faşizm Demokrasi ve Özgürlük Üzerine-* (Çev. Şemsa Yeğin), İstanbul: Say Yayınları.
- Gasson, H. N. (1997). *Hayat Yolunda Zorluklarla Mücadele-Başarılı Olmanın Sırları* (Çev. Recep Şükrü Apuhan), 10. B., İstanbul: Timaş Yayınları.
- Gazali, Ebu Hamid Muhammed, (2007). *İhya'u Ulumi'd-Din* (Çev. Mehmed A. Müftüoğlu), İstanbul: Vefa Yayınları.
- Geçtan, E. (1993). *Psikodinamik Psikiyatri ve Normaldışı Davranışlar*, İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Germer C. K. & Neff K. D. (2013). Self-compassion in Clinical Practice. *Journal Of Clinical Psychology: In Session*, 69 (8), 856–867 .
- Gilbert, P. (2000). Social mentalities: Internal "social" conflicts and the role of inner warmth and compassion in cognitive therapy. In P. Gilbert, ve K. G. Bailey (Eds.), *Genes on the couch: Explorations in evolutionary psychotherapy*. Hove: Brunner Routledge.
- Goleman, D. (2005). *Yıkıcı Duygular ile Nasıl Başa Çıkabiliriz?* (Çev. Seda Hauser), İstanbul: İnkılâp Kitabevi.
- Goleman, D. (2012). *Duygusal Zeka-Neden IQ'dan Daha Önemlidir?* (Çev. Banu Seçkin Yüksel), İstanbul: Varlık Yayınları.
- Goss, K. & Gilbert, P. (2002). Eating disorders, shame and pride: A cognitive behavioural functional analysis. In P. Gilbert, & J. Miles (Eds.), *Body shame: Conceptualisation, research and treatment*. Hove, UK: Brunner- Routledge.
- Göcen, G. (2012). *Şükür ve Psikolojik İyi Olma Arasındaki İlişki Üzerine Bir Alan Araştırması*, Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Göcen, G. (2013). Pozitif Psikoloji Düzleminde Psikolojik İyi Olma ve Dinî Yönelim İlişkisi: Yetişkinler Üzerine Bir Araştırma. *Toplum Bilimleri Dergisi*. 7.13, 97-130.
- Göcen, G. (2014). *Şükür: Pozitif Psikolojiden Din Psikolojisine Köprü*, İstanbul: Dem Yayınları.

- Göka, E. (2009). *Ölme –Ölümün ve Geride Kalanların Psikolojisi-*, İstanbul: Timaş Yayınları.
- Göka, E. (2013). *Hoşça kal, Kayıp, Matem ve Hayatın Zorlukları*, İstanbul: Timaş Yayınları.
- Güleç, C. (2009). *Pozitif Ruh Sağlığı*, Ankara: Arkadaş Yayınevi.
- Güler, İ. (2002). *Allah'ın Ahlakiliği Sorunu*, Ankara: Ankara Okulu Yayınları.
- Güler, Ö. (2010). Dinî İnanç ve Psikolojik Sağlık İlişkisine Dair Bir Değerlendirme. *Toplum Bilimleri Dergisi*. (ss. 95-100), 4.8.
- Günay, Ü. (2003). *Din Sosyolojisi*, İstanbul: İnsan Yayınları.
- Güngör, Ö. (2013). Sosyolojik Bir Teori Olarak Sembolik Etkileşimciliğin Ontolojik Temeli ve Din Olgusu, *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, c. 13, s. 1, (ss. 57-91).
- Haim, O. (1986). Integrating paradoxical interventions in the normal course of therapy: a non-specific approach. *Journal of Psychotherapy*, 40, 572-581.
- Hanbel, A. (1982). *Müsned*, İstanbul: Çağrı yayınları.
- Haq, A. & Kamil, N. (2015) İslam, Müslümanlar ve Ruh Sağlığı, *Müslümanlar İçin Psikolojik Danışma* içinde, (ss. 3-14), Ankara: Nobel Yayın.
- Hayta, A. (2006). Anneden Allah'a: Bağlanma Teorisi ve İslam'da Allah Tasavvuru, 4(12), (ss. 29-63), *Değerler Eğitimi Merkezi*.
- Hazleton, L. (2017). *İlk Müslüman*, İstanbul: Sespa Yayıncılık.
- Herevî, Ebû İsmâil Abdullah b. Muhammed El-Ensârî, 1908 “Menâzili's-Sâirîn”, I, Matbaatü's-Saade, Mısır.
- Hill, P. C.& Pargament. K. I., (2003) Advances in The Conceptualization and Measurement of Religion and Spirituality: Implications for Physical and Mental Health Research. (ss. 64–74), *American Psychologist*. 58.1.
- Horozcı, Ü. (2010) Tecrübî Araştırmalar Işığında Dindarlık ve Maneviyat ile Ruhsal ve Bedensel Sağlık Arasındaki İlişki. *Milel ve Nihal (İnanç, Kültür ve Mitoloji Araştırmaları Dergisi)*. 7.1, (ss. 209-240).
- Hökelekli, H. (2012). *İslam Psikolojisi Yazıları*, İstanbul: Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları
- Hökelekli, H. (2013). *Din Psikolojisi*, Ankara: Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları.
- Hume, D. (1979). *Din Üstüne* (Çev. Mete Tunçay), Ankara: Kültür Bakanlığı Yayınları.
- İbn Mâce, Muhammed b. Yezîd, Sünen-i İbn Mâce, tah.Muhammed Fuat Abdulbâkî, Dâru'l-Fikr, Beyrut, trs.,

- İsbahânî, Ebû Nuaym b. Ahmet b. Abdillâh el-, 1933, *Hilyetü'l-Evliyâ ve Tabakâtü'l-Esfiyâ*, Mısır, , II,
- İsfahani, Hüseyin b. Muhammed b. Rağib, 2002, *el-Müfredat fî garibi'l-Kur'an*, Beyrut.
- İzzetbegoviç, A. (2011). *Doğu Batı Arasında İslam* (Çev. Salih Şaban), İstanbul: Yarın Yayınları.
- İzutsu, T. *Kur'an'da Dinî ve Ahlakî Kavramlar*, (Çev. Süleyman Ateş), İstanbul, ts.
- Jr., J.A. & McCarthy. J.C. (2007). *Theories of Counseling and Psychotherapy*. New Jersey: Pearson.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2008). *Günümüzde İnsan ve İnsanlar*. İstanbul: Evrim Yayınevi.
- Karaca, F. (2000). *Ölüm Psikolojisi*, İstanbul: Beyan Yayınları.
- Karaca, F. (2007). *Dinî Gelişim Teorileri*, İstanbul: Dem Yayınları.
- Kararımak, Ö. & Çetinkaya, R. S. (2011) Benlik Saygısının ve Denetim Odağının Psikolojik Sağlamlık Üzerine Etkisi: Duyguların Aracı Rolü. (ss. 30-43), *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (35).
- Karşlı, N. (2012). Dindarlık ve Öfke Kontrolü Üzerine Tecrübî Bir Araştırma. *EKEV Akademi Dergisi*. (ss. 57-69), 16.50.
- Kartopu, S. (2012). *Kaygının Kader Algıları ile İlişkisi-Kahramanmaraş Örneği*-, Doktora Tezi, Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kayseri.
- Kavas, E. (2013). *Dinî Tutum-Stresle Başa Çıkma İlişkisi*. Doktora Tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Isparta.
- Kavas, E. (2013) Dinî Tutum-Stresle Başa Çıkma İlişkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. (ss. 143-168), 37.
- Kayıklık, H. (2001) Kur'an'daki Dualar Üzerine Psikolojik Bir Değerlendirme, *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, C.I, S. 1.
- Kayıklık, H. (2005) Psikolojik Açından İnanç İman ve Şüphe, *AUİFD XLVI* sayı, ss. 133 – 155.
- Kayıklık, H. (2009). *Tasavvuf Psikolojisi*, Ankara: Akçağ Yayıncılık.
- Kayıklık, H. (2011). *Din Psikolojisi-Bireysel Dindarlık Üzerine*, Adana: Karahan Kitabevi.
- Kındı, Y. İ. (2016). *Üzüntüden Kurtulma Yolları* (Çev. Mustafa Çağrırcı), Ankara: Benli Yayınları.
- Kierkegaard, S. A. (2013). *Korku ve Titreme* (Çev. İbrahim Kapaklıkaya), İstanbul: Araf Yayınları.

- Kierkegaard, S. A. (2014). *Ölümcül Hastalık Umutsuzluk* (Çev. Mehmet Mukadder Yakupoğlu), Ankara: Doğu-Batı Yayınları.
- Kirman, M. A. (2004). *Din Sosyolojisi Terimleri Sözlüğü*, İstanbul: Rağbet Yayınları.
- Klein, M. (2014). *Haset ve Şükran* (Çev. Orhan Koçak-Yavuz Erten), İstanbul: Metis Yayınları.
- Koç, T. (2005). *Ölümsüzlük Düşüncesi*, İstanbul: İz Yayıncılık.
- Koç-Yıldırım, P. (2014). *Ergenlerde Psikolojik Dayanıklılık ile Benlik Kurgusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi SBE.
- Koenig, H. G. & M. E. McCullough & D. B. Larson. (2001). *Handbook of Religion and Health: A Century of Research Reviewed*. New York: Oxford University Press.
- Köylü, M. (2007). Ruh Sağlığı ve Din: Batı Toplumu Açısından Bir Değerlendirme. *On Dokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*. 23, 65-92.
- Köknel, Ö. (1985). *Kaygıdan Mutluluğa Kişilik*, İstanbul: Altın Kitaplar.
- Köknel, Ö. (1996). *Bireysel ve Toplumsal Şiddet*, İstanbul: Altın Kitaplar.
- Köknel, Ö. (1998). *Zorlanan İnsan*, İstanbul: Altın Kitaplar.
- Köse, A. & Ayten, A. (2012). *Din Psikolojisi*, İstanbul: Timaş Yayınları.
- Kula, N. (2002). Deprem ve Dinî Başa Çıkma. *Çorum İlahiyat Fakültesi Dergisi*, I, 234-255.
- Kula, N. (2005). *Bedensel Engellilik ve Dinî Başa Çıkma*. İstanbul: DEM Yayınları.
- Kula, N. (2006). İstenmedik ve Beklenmedik Olaylarla Karşılaşan Bireylere Yönelik Moral ve Manevî Desteğin Önemi (Deprem ve Bedensel Engellilik Örneği). *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*. 6.2, 73-94.
- Kula, N. (2006). Bedensel Engellilere Yönelik Tutumlarla Dinî Tutumlar Arasındaki İlişki, *İslamî Araştırmalar Dergisi*, c. 19, sayı: 3.
- Kutup, S. (1996), *Fi Zilali'l Kur'an*, I, Daru's-Şuruk, Kahire.
- Kuşeyri, Ebu'I-Kasım Abdülkerim b. Havazin b. Abdülmelik, (2003) *Kuşeyri Risalesi*, (Çev. Süleyman Uludağ), İstanbul.
- Küçükcan, T. & Köse, A. (2000). *Doğal Afetler ve Din*, İstanbul: İSAM Yayınları.
- Maslow, A. (1996). *Dinler, Değerler, Doruk Deneyimler* (Çev. H. Koray Sönmez), İstanbul: Kuraldışı Yayıncılık.
- May, R. (1997). *Kendini Arayan İnsan* (Çev. Ayşen Karpaz), İstanbul: Kuraldışı Yayıncılık.

- Meadow, M. J. & Kahoe, R. D. (1984). *Psychology of Religion*, Harper&Raw Publishers, New York.
- Mehmedoğlu, A. U. (2004). *Kişilik ve Din*, İstanbul: Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları.
- Mehmedoğlu, A. U. (2013). *İnanç Psikolojisine Giriş*, İstanbul: Çamlıca Yayınları.
- Mehrabian, A. (1999). *Manual for the Revised Achieving Tendency (MACH) and Disciplined Goal Orientation (CGO) Scales*. Monterey, California: Alta Mesa.
- Mekkî, Ebû Talib, Kûtu'l-Kulûb (Kalplerin Azığı), trc. Yakup Çiçek-Dilaver Selvi, Semerkand Basım-Yayın, 2. baskı, 2004, II
- Merter, M. (2012). *Dokuz Yüz Katlı İnsan*, İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Minois, G. (2008). *İntiharın Tarihi-İstemli Ölüm Karşısında Batı Toplumu-* (Çev. Nermin Acar), Ankara: Dost Kitabevi Yayınları.
- Muncebi, A. (2011). *Bela ve Sıkıntılara Karşı Sabır ve Rıza* (Çev. İbrahim Doğu), İstanbul: İlk Harf Yayınevi.
- Münzirî, A. (1986). *et-Terğîb ve't-Terhîb*, Beyrut, IV/169.
- Müslim, Ebu'l-Huseyn Müslim b. el-Haccac el-Kuşeyri en Nisaburi, Sahihu Müslim, I-V, Beyrut ts.
- Neff, K. D. (2003). Development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity*, 2, 223–250.
- Neff, K. D. (2011). *Self-compassion*. New York, NY: William Morrow.
- Nietzel, M.T., Bernstein, A.D., Kramer, G.P., & Milich, R. (2003). *Introduction to Clinical Psychology*. New Jersey: Pearson.
- Oktan, V. (2012). Psikolojik sağlamlığın gelişiminde bir moderator olarak umut. *International Journal of Human Sciences*. (9) 2, 1691-1701
- Okyavuz, Ü. (1995). Ölüm ve Ölümçül Hastalık, *Kriz Dergisi*, 3 (1), ss. 167-171.
- Önal, R. (2008). Kur'an'da İmani ve Ahlaki Bir Tavır Olarak Sabır, *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* içinde, (ss. 439-466), XII/2.
- O'laorie, S. (2009). Manevi Rehberlikte Hikâye Anlatma Geleneği, *Manevi Rehberlik ve Benötesi Psikoloji Üzerine Paylaşımlar* içinde, ed. Robert Frager, (çev. Ömer Çolakoğlu), (ss. 113-124), İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Öner, N. (1989). *Stres ve Dinî İnanç*, Ankara: TDV Yayınları.
- Özakkaş, T. (2004). *Bütüncül Psikoretapı*, İstanbul: Çınar Yayıncılık.
- Özakkaş, T. (2018). Psikoterapi Tarihi ve Bütüncül Psikoterapi, *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, Cilt:1, Sayı:1, Ocak, ss: 1-24.

- Özcan, H. (2015). *Epistemolojik Açından İman*, İstanbul: M.Ü.İ.F.V Yayınları.
- Özcan, M. T. (1985). *Ruhi Bunalımlar ve İslam Ruhiyatı*, Ankara.
- Özdemir, M. (2001). *İslam Düşüncesinde Kötülük Problemi*, İstanbul: Furkan Yayınları.
- Özdemir, M. (2016) Nitel Veri Analizi: Sosyal Bilimlerde Yöntembilim Sorunsalı Üzerine Bir Çalışma, *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* içinde, (ss. 323-343), 11(1).
- Özmen, E. (2017). *Vaçgeçemediklerinin Toplamıdır İnsan -Yas, Melankoli, Depresyon-*, İstanbul: İletişim Yayınları.
- Özodaşık, M. (2001). *Modern İnsanın Yalnızlığı*, Konya: Çizgi Kitabevi.
- Öztürk, M. (2011). *Kur'an-ı Kerim Meali-Anlam ve Yorum Merkezli Çeviri*, Ankara: Ankara Okulu Yayınları.
- Öztürk, M. (2013). *Kıssaların Dili*, Ankara: Ankara Okulu Yayınları.
- Öztürk, M. (2013). İblis'in Trajik Hikâyesi-Allah, Şeytan İnsan ve Kötülüğe Dair-, *Kıssaların Dili* içinde, (ss. 103-127), Ankara: Ankara Okulu Yayınları
- Öztürk, M. (2015). Kur'an ve Yeni Anlama Yöntemleri, *Kur'an'ı Kendi Tarihinde Okumak* içinde, (ss. 27-41), Ankara: Ankara Okulu Yayınları.
- Öztürk, M. (2016). *Kur'an Kıssalarının Mahiyeti*, İstanbul: Kur'an Araştırmaları Merkezi.
- Öztürk, M. (2017), *Kur'an ve Yaratılış*, İstanbul: Kuran Araştırmaları Merkezi.
- Parlak, S. (2016). Manevi Danışmanlığın Gelişimi, *Manevi Yönelimli Psikoterapi ve Psikolojik Danışma* içinde, (ss.29-44), İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Pazarlı, O. (1987). *Din Psikolojisi*, İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Pargament, K. I. & J. Kennell & W. Hathaway & N. Grevengoed & J. Newman & W. Jones. (1988). Religion and The Problem-Solving Process: Three Styles of Coping. *Journal for the Scientific Study of Religion*. 27, 90-104.
- Pargament, K. I. (1997). *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice*. New York: Guilford Press.
- Pargament, K. I., H. G. Koenig & L. M. Perez. (2000). The Many Methods of Religious Coping: Development and Initial Validation of The RCOPE. *Journal of Clinical Psychology*. 56, 519-543.
- Pargament; K. I. (2003). Tanrım Bana Yardım Et: Din Psikolojisi Açısından Başa Çıkmanın Teorik Çatısına Doğru (Çev: A. Albayrak). *Tabula Rasa: Felsefe-Teoloji* 3 (9), 207-238.

- Pargament, K. I. & H. A. Raiya. (2007). A Decade of Research on The Psychology of Religion and Coping: Things We Assumed and Lessons We Learned. *Psyke & Logos*. 28, 742-766.
- Pargament, K. & M. Feuille & D. Burdzy. (2011). The Brief RCOPE: Current Psychometric Status of A Short Measure of Religious Coping. *Religions*. 2.1, 51-76.
- Parkes, C. M. (2009). *Love and Loss: The Roots of Grief and Its Complications*. New York: Routledge.
- Peck , M. S. (2009). *Az Seçilen Yol: Sevginin, Geleneksel Değerlerin ve Ruhsal Tekamülün Psikolojisine Yeni Bir Bakış* (Çev: R. Özer), İstanbul: Akaşa Yayınları.
- Peker, H. (2003). *Din Psikolojisi*, İstanbul: Çamlıca Yayınları.
- Pinker, S. (2003). *The Blank Slate*. New York: Penguin Books.
- Punch, K. F. (2014). *Sosyal Araştırmalara Giriş-Nitel ve Nitel Yaklaşımlar*, (Çev. Zeynep Akyüz-Dursun Bayrak-H. Bader Arslan), Ankara: Siyasal Kitabevi.
- Razi, Fahreddin, Tefsiru'l Kebir, XXVI.
- Ross, E. K. (1997). *Ölüm ve Ölmek Üzerine-Ölmekte Olan Kişilerin Doktorlara, Hemşirelere, Din Adamlarına ve Kendi Ailelerine Öğrettikleri* (Çev. Banu Büyükkal), İstanbul: Boyner Holding Yayınları.
- Savrun, B. M. (1999). Depresyon Tanımı ve Epidemiyolojisi, *Depresyon, Somatizasyon ve Psikiyatrik Aciller Sempozyumu*, 2-3 Aralık, İstanbul, (ss. 11-17).
- Sayar, K. (2003). *Ruhun Labirentleri*, İstanbul: Ufuk Kitapları.
- Sayar, K. (2006). *Özgürlüğün Baş Dönmesi*, İstanbul: Karakalem Yayın.
- Sayar, K. (2015). *Hüzün Hastalığı*, İstanbul: Timaş Yayınları.
- Sayar K. (2013). *Hayat Teselli Bulmaktır*, İstanbul: Timaş Yayınları.
- Sayar, K. (2016). *Olmak Cesareti*, İstanbul: Kapı Yayınları.
- Schmid, W. (2014). *Mutsuz Olmak* (Çev. Tanıl Bora), İstanbul: İletişim Yayınları.
- Schnitker, S. A. & Emmons, R. A. (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, *The Journal of Positive Psychology: Dedicated to furthering research and promoting good practice*, 7:4, 263-280

- Schultz D. P. & Schultz, S. E., (2002). *Modern Psikoloji Tarihi* (Çev: Yasemin Aslay), İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Seligman, M. E. P. (1998). "Building Human Strength: Psychology's Forgotten Mission", APA Monitor, 29.
- Seyidoğlu, B. & Yavuz, O. (2012). *Ferec Ba'deş-Şidde Hikayeleri-Güçlükten Kolaylığa Kederden Sevince*, İstanbul: Büyüyenay Yayınları.
- Sharma, R. (2006). *Ermış, Sörfçü ve Patron*, İstanbul: GOA Yayınları.
- Smith, J.& Eatough, A. (2007). Interpretative Phenomenological Analysis. In E. Lyons and A. Coyle (Eds). *Analysing Qualitative Data in Pscychology*. (p. 35-50) Los Angeles: SAGE Publications.
- Spilka, B. & Shaver, P. & Kirkpatrick, L. A. (1985). A general attribution theory for the psychology of religion. *Journal for the Scientific Studyof Religion*, 24, 4, 1-20.
- Spilka, B. & Ralph W. Hood & Bruce Hunsberger & Richard Gorsuch. (2003). *The Psychology of Religion An Empirical Approach*, The Guilford Press, New York).
- Stack, S. (1983) The Effect of Religious Commitment on Suicide: A Cross-National Analysis. *Journal of Health and Social Behavior*. 24, 362–374.
- Stack, S. (2001). Dindarlık, Depresyon ve İntihar (Çev. Talip Küçükcan), İstanbul: İslam Araştırmaları Merkezi.
- Strauss, A. & Corbin, J. (1990). *Basics of Qualitative Research: Grounded Theory Procedures and Techniques*, New Delhi: SAGE Publications.
- Subaşı, H. (2012). Üniversite Öğrencilerinin Tanrı ile İlişkilerinin Bağlanma Kuramı Açısından Değerlendirilmesi, *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, Cilt 12, Sayı 3, (ss. 175-198).
- Şekur, M. (2013). *Su Üstüne Yazı Yazmak* (Çev. Sevin Okyay-Senai Demirci), İstanbul: Sufi Kitap.
- Şengül, İ. (1994). *Kur'an Kıssaları Üzerine*, İzmir: Işık Yayınları.
- Şeriati, A. (2015). *İnsan*, Ankara: Fecr Yayınları.
- Şerif, M. (1985). *Toplumsal Kuralların Psikolojisi* (Çev. İsmail Sandıkçıoğlu), İstanbul: Alan Yayıncılık.
- Şirin, T. (2013). *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi Yaklaşımıyla Bütünleştirilmiş Dini Danışmanlık Modeli*, Doktora Tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Taburoğlu, Ö. (2017). *Nazar-Başkası Nasıl Görür?*, Ankara: Doğu Batı Yayınları.
- Tarhan, N. (2010). *İnanç Psikolojisi*, İstanbul: Timaş Yayınları.

- Tarhan, N. (2013). *Pozitif Psikoloji*, İstanbul: Timaş Yayınları.
- Tarhan, N. (2016). *Mutluluk Psikolojisi ve Stresle Başa Çıkma*, İstanbul: Timaş Yayınları.
- Taylan, N. (1994). Din Felsefesinde Kötülük Problemi, *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, sayı:11-12, (ss. 46-79).
- Thomas Aquinas. (1960). *The Philosophical Texts*, New York: Oxford University Press.
- Tillich, P. (2014). *Olmak Cesareti* (Çev. F. Cihan Dansuk), İstanbul: Okyanus Yayınları.
- Tirmizi, Ebu İsa Muhammed b. İsa. El-Cami'us Sahih (Sünenu't-Tirmizi), I-V, Beyrut.
- Tokat, L. (2013). *Varoluşçu Teoloji-Teolojiye Varoluşsal Bir Yaklaşım-*, Ankara: Elis Yayınları.
- Tolstoy, L. N. (1999). *Hayat Üzerine Düşünceler* (Çev. Ahmet Mithat Rıfatof), İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Tolstoy, L. N. (2011). *İtirafımlarım* (Çev. Funda Aydın), İstanbul: Sis Yayıncılık.
- Tolstoy, L. N. (2015). *İnsan Ne İle Yaşar?* (Çev. Yasemin Yılmaz), İstanbul: Semele Yayınları.
- Topçu, N. (2015). *Var Olmak*, İstanbul: Dergâh Yayınları.
- Topçu, N. (2017). *Psikoloji*, İstanbul: Dergâh Yayınları.
- Türk, T. (2016). Ken Wilber ve Bütüncül Yaklaşım, *Manevi Yönelimli Psikoterapi ve Psikolojik Danışma* içinde. (ss. 59-82), İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Uludağ, S. (1991). *Tasavvuf Tarihi Terimleri Sözlüğü*, İstanbul.
- Uludağ, S. (1991). Arbede maddesi, TDV İslam Ansiklopedisi, C. 3, ss. 347-348.
- Ulusoy, M. A. (2016). Seyyid Hüseyin Nasr'ın İnsan Tasavvuru, *Manevi Yönelimli Psikoterapi ve Psikolojik Danışma* içinde, ed. Halil Ekşi-Çınar Kaya, (ss. 247-260), İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Utz, A. (2015). Ruh Sağlığı, Ruhsal Bozukluklar ve Başa Çıkmanın Kavramsallaştırılması, (Çev. Vahap Yorgun), *Müslümanlar İçin Psikolojik Danışma* içinde, (ss. 15-31), Ankara: Nobel Yayın.
- Vergote, A. (1999). *Din İnanç ve İnançsızlık* (Çev. Veysel Uysal), İstanbul: MÜİVY.
- Volkan, V. D. & Zıntl, E. (2018). *Kayıptan Sonra Yaşam-Komplike Yas ve Tedavisi*, Ankara: Pusula Yayınevi.
- Wade, C.&Tavris, C. (1990). *Psychology* (2nd Eds.). London: Harper and Row Publishing Com.

- Watts, F. & Dutton, K. & Gulliford, L. (2006). Human Spiritual Qualities: Integrating Psychology and Religion, *Mental Health, Religion Culture*, 9 (3), 277–289.
- Weeks, G. R., & L'Abate, L. (1982). *Paradoxical psychotherapy*. New York: Brunner/Mazel.
- Wertz, F. J. & Charmaz, K. & McMullen, L. M. & Josselson, R. & Anderson, R. & McSpadden, E. (2011). *Five Ways of Doing Qualitative Analysis, - Phenomenological Psychology , Grounded Theory , Discourse Analysis, Narrative Research and Intuitive Inquiry-*, London: The Guilford Press.
- Westgate, C. E. (1996). Spiritual Wellness and Depression. *Journal of Counseling and Development*. 75, 26-35.
- Wilber, K. (2003). *Merhamet ve Metanet* (Çev. Ahmet Ergenç), İstanbul: İnsan Yayınları.
- Yalom, I. D. (2001). *Varoluşçu Psikoterapi* (Çev. Ö. Arıkan), İstanbul: Merkez Kitapçılık.
- Yalom, I. D. (2015). *Grup Psikoterapisinin Teoriği ve Pratiği* (Çev. Ataman Tangör-Özgür Karaçam), İstanbul: Kabalcı Yayınevi.
- Yaparel, R. (1987). *Yirmi kırk yaş arası kişilerde dinî hayat ile psiko-sosyal uyum arasındaki ilişki üzerine bir araştırma*. Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Yaparel, R. (1994). Depresyon ve Dinî İnançlar ile Tabiatüstü Nedensel Yüklemeler Arasındaki İlişkiler, *Dokuz Eylül Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, S. VIII, (ss. 275-299), İzmir.
- Yapıcı, A. (2003). Fiziksel ve Sosyal Hadiselere Sebep Atfetmede Dinin Rolü, *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 3 (1), (ss. 126-165).
- Yapıcı, A. (2004). *Din-Kimlik ve Önyargı: Biz ve Onlar*, Adana: Karahan Kitabevi.
- Yapıcı, A. (2005). Gündü ve İçerik Açısından Çocuk Duaları ve Dualara Yansıyan Sorunlar, *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, C. V, S. 2.
- Yapıcı, A. & Kayıklık, H. (2005). Ruh Sağlığı Bağlamında Dindarlığın Özsaygı ve Kaygı ile İlişkisi: Çukurova Üniversitesi örneği. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 3 (9), (ss.177-206).
- Yapıcı, A. (2007). *Ruh Sağlığı ve Din: Psiko-Sosyal Uyum ve Dindarlık*, Adana: Karahan Kitabevi.
- Yapıcı, A. (2011). Kuramdan Yönteme “Ruh Sağlığı-Din” Çalışmalarında Karşılaşılan Güçlükler, *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 11 (2), (ss. 25-61).

- Yasa, M. (2014). *Tanrı ve Kötülük*, Ankara: Elis Yayınları.
- Yavuz, K. (1982). Din Psikolojisinin Araştırma Alanları, *Atatürk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* V, (ss. 87-108).
- Yavuz, K. (2013). *Günümüzde İncanın Psikolojisi*, Ankara: Boğaziçi Yayınları.
- Yazır, M. H. (1995). *Hak Dini Kur'an Dili*, IX, Ankara.
- Yerkazan, H. (2017). Zemahşeri'nin Hadisleri Te'vil Metodu, *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, C. 17, S. 2, ss. 43-74.



EKLER

Vaka I (Yanık Hadisesi ve Ölümle Tanışma)

Her insanın hayat hikâyesi diğerinden farklıdır. Hayatı en uzun metrajlı ve büyük film şeklinde algıladığımızda herkes kendi filminin başrol oyuncusuyken diğerinin filminde ya figürandır ya da seyircidir. Hayat sahnesindeki tüm rollerimin bir komedi filminde veya bir çizgi filmde verilmediğini, şairin dediği gibi tüm kederlerimin yere düşüp dizimi kanattığımda çektiğim acıdan ya da tüm sevinçlerimin futbol topunun ardından koşup bir dilim yağlı ekmek için eve koşturduktan sonra tekrar oyuna dalma heyecanından ibaret olmadığını, altı yaşımdayken ölümle ilk tanıştığım gün anladım. Evimizin yakınındaki mezarlığın köşesinde, benimle aynı boydaki duvarın üstünden, parmaklarımın ucunda durarak bir cenaze merasimini izlemiştim. Kayığa benzeyen yeşil renkli ahşap bir kutudan bembeyaz kumaşa sarılı mevtayı çıkarıp çukura indirdiklerini, sonra evimizin tavanında, toprak ile sundurmalar arasındaki kamışlara benzer şeyleri çukurun üstüne koyduklarını gördüm. O an çok korkmuştum ve dehşetten gözlerim belermişti. Yavaşça ayakuçlarımdan inerek oradan uzaklaştığımı çok iyi hatırlıyorum. O çukura indirilen bir ölüydü ve kamışlarla o ölüyü yaktıklarını zannetmiştim. İşin aslını ne zaman öğrendim bilmiyorum ama o günün akşamında hep öleceğimi düşünmüştüm. Herkes ölecekti, annem, babam, kardeşlerim, teyzelerim, kuzenlerim, ama herkes. Karnım ağrıyor bahanesiyle dertli dertli ağlamıştım akşam boyunca. Annemin çırpınışı, sancımı dindirme çabası nafileydi, karın ağrım geçmemişti tabii ki. O günden sonra bazen rüyamda yakınlarımın öldüğünü görürdüm. Sabah kalktığımda hemen annemin babamın odasına gidip onları uyandırmadan nefes alış-verişlerini izleyip rahatladığım olurdu.

Dört yaşımdayken başıma bir kaza gelmişti. Normalde hatırlaması zordur fakat kazanın hem ruhumda hem de bedenimde bıraktığı iz sebebiyle daha dün yaşamışım gibi anımsıyorum olayı. Bir kış günü öğle vakti babam dışarı çıkarken anneme sobaya kömür atmasını söylemişti. Bu esnada benden iki yaş büyük abimle sobanın hemen yanında oturuyor, bir ay evvel annesini ve babasını trafik kazasında kaybeden annem de hem ağlıyor hem yorgan sıırıyordu. Babamın tembihini duyunca vazifeyi derhal üstlenen iki kardeş balkondan odun getirip sobaya atmaya çalıştık. Abim kaynar suyla dolu güğümü kendine doğru çekip sobanın ağızını açacak, ben de odunu boyumun yetmediği sobaya atacaktım. Abimin güğüme gücü yetmeyince gürültümüzle durumu fark eden annem ani bir refleksle oturduğu yerden fırlayıp güğümü tutmaya çalışmıştı ancak

güğümdeki suyun yarısı üzerime dökülmüştü. O şok halinde hemen elimle yüzümü kapatmışım. Kaynayan suyun verdiği acıyı tarif edemem. Annem, elbiselerimi çıkarıp sürahideki soğuk suyu üzerime döküp komşulardan yardım istemişti. Ondan sonrası baygınlık haliydi. Babamı çağırmışlar ve beni hastaneye götürmüşler. İlk müdahaleyi yapan doktorlar il merkezindeki yanık tedavi ünitesine sevk etmiş. Beni battaniyeye sarılmış halde kucağına alan babam gece geç saatlerde eve dönmüş.

Bir sonraki günden itibaren yanık tedavim başlamıştı. Bir ay boyunca bazen annem, bazen babaannem kucaklarında uyutmuşlar beni. Çünkü yara bir yere temas ettiğinde hissettiğim sızıdan dolayı uzanmadan, oturarak uyumak zorunda kalmışım. Gündüzleri de bazen güneşe çıkartmışlar ve ışıktan direk etkilenmemem için üzerime örtü gererek tedavime yardımda bulunmuşlardı. İlçe hastanesinde görev yapan komşumuz da yanık tedavisinde tecrübeli olduğu için her gün gelip yanan yerlerime pansuman yapmıştı. Sağ kolumun tamamında, göğsümde ve sağ bacağımda derin yanık izleri kaldı. Çocukluk dönemlerimde daha sertti yanık izleri, yıllar geçtikçe yumuşadı biraz. Kış günleri pek rahatsız etmezdi beni ama yaz günleri hiç hoş bir görüntü olmuyordu. O yüzden genellikle uzun kollu gömlek giyerdim. Ben alışmıştım artık ama kolumu gören insanların ilk tepkisi, koluma bakışları, olayın nasıl gerçekleştiğine dair sorulardan bıkmıştım. Ergenlik dönemlerinde dert ederdim kendime bu durumu, estetik ameliyatı dahi düşünürdüm, olgunlaştıkça da önemsemedim artık.

Dokuz veya on yaşlarındayken bir çocuğun ölümüne şahit oldum. Mahalleden bir arkadaşımın çağla toplamaya gitmiştik. Dönüşte bahçelerle evler arasındaki şehirlerarası yoldan karşıya geçmeye hazırlanırken evlerin olduğu taraftan, beş-altı yaşlarında birkaç çocuğun yola çıkıp kenardan koştuğunu gördüm. En arkada beyaz elbiseli, ayağında terlikle bir kız çocuğunun koşuşu bir an film şeridi gibi geçti gözlerimin önünden. Sağa sola bakınırken küt diye bir ses geldi. Kafamı çevirdim ve arkadaşımın ağzı açık bir şekilde baktığı noktaya ben de yöneldim. Yerde bir kız çocuğu hareketsiz yatıyor, sadece kana bulanmış beyaz elbisenin eteği rüzgârla hareket ediyordu. Maden taşıyan kamyonlarından biri ezmişti çocuğu. Gayri ihtiyari attığım birkaç adımdan sonra gördüğüm... Çocuğun beyni dışarıdaydı, organları dışarıdaydı ve her taraf kana bulanmıştı! Sonra tam karşıyızdaki evin penceresinden gelen sese yöneldim. Bir kadın başını tutarak feryat ediyor, aynı evden çıkan başka bir kadın çığlıklarla saçını başını yoluyor, sağa sola koşuyordu. Hem kendimizin hem o kadınların şok hali hiç aklımdan çıkmaz. Penceredeki kadın ölen çocuğun annesi, bir o tarafa bir diğer tarafa koşturan kadın ise teyzesiydi ve gözlerinin önünde ölmüştü çocuk.

Kadınların o feryadını tasvir edecek kelime bulamıyorum. Kendi şokumu nasıl atlattığımı anımsayamıyorum fakat eve gelip anneme olayı anlattığımda annemin hemen kaza yerine koştuğunu hatırlıyorum.

Kolumdaki yanık izini her gördüğümde o kazayı hatırlarım. Dört yaşındayken yaşadım bunu, bir günahım olduğu için mi? Hayır! İşleyeceğim hangi günahımın bir bedeliydi bu diye düşünüyorum. Rabbim başka dert vermesin, mükafatımı verecektir. Ben kolumda yanık izi var diye üzülürsem, kolu olmayan insanlar ne yapsınlar? Halime şükürler olsun, daha kötüsü de olabilirdi. Kaynar su üzerime döküldüğünde ellerimi yüzüme kapamışım hemen, dirseğimi de yaksa kolumu hiç bükemeyebilirdim. Ancak o kazada ölen çocuğun yakınlarının yaşadığı travmanın yanında benimkinin bir hiç olduğunu düşünüyorum. Onların acıyı tarif bile edemeyeceğine ve onların yaşadığı kederin önünde saygıyla eğilmekten başka yapabileceğim hiçbir şeyin olmadığını farkına vardım. Allah'ın takdiri buymuş diyorum.

Annem:

“O gün hayatımın en zor şeylerinden birini yaşadım. Bir ay önce annemler trafik kazasında vefat etmişti. Çok üzüldüm, her gün ağlardım. Yorgan sırırken annemler geldi yine aklıma, yorgan sırmayı annem öğretmişti bana, annem yanımda olsaydı şimdi diyordum. Beyimin sobaya odun atmamı söylediğini unutmuşum. Büyük oğlumun “Anne!” demesiyle güğümü tutmaya çalışmam bir oldu ama suyun dökülmesini engelleyemedim. Ne yapacağımı şaşırdım, pencereyi açıp komşuları çağırdım hemen. Akşama kadar pencerenin kenarında bekledim, yolu gözledim. Bi ara dalmışım, kapı çaldı, fırladım kapıya. Beyimle göz göze geldik. Çocuğumu kucağına basmış, yüzü kapalı, gözlerim belerdi, öldü mü yoksa diye düşünüyorum, o sırada oğlum “Baba, leblebim!” deyince derin bir nefes aldım.

Bir ay boyunca kayınvalidemle birlikte nöbetleşe çocuğumu kucağımıza oturtur, üzerine örtü gererdik. Herkes üzülür ağlar tabii ki ölüme ama trafik kazasıyla öldüler annemler, en küçük kardeşimiz bekâr, gurbette okuyor, ben pek yandım işte. Çocuğumun bunu yaşaması o acıyı unutturdu belki biraz. Benim yüzümden mi oldu, fazla ağladım herhalde o yüzden Rabbim beni uyardı diye düşünürüm, çok üzülüyor çok ağlıyorsun dedi sanki. Çocuğumun vücudunda yanık izleri kaldı.. Annemler öldüğünde ağlardım her gün, bu çocuğum da kucağıma oturur yazmamla gözlerimi silerdi. Aklına geldiğinde gel de ağlama! Canı pektir onun, bir yeri ağrısı sızlasa herkes gibi şikâyet etmez, yanmasına bağlarım bunu. Allah'tan su üzerine döküldüğünde elini yüzüne

kapatmış. Doktor, kaynar su dirseğine dökülmüş olsaydı damarlarını büzer, kolunu hiç bükemeyebilirdi demişti. Çok şükür derim, acı acıyı bastırıyor işte.

Komşumuzun çocuğunun trafik kazasında öldüğü gün mahallece büyük bir acı yaşadık. Ağlamaktan başka yapabileceğimiz birşey yoktu. Ne diyeceksin, acısına nasıl ortak olacaksın annesinin? Çok üzüldük çok ağladık ama ateş düştüğü yeri yakıyor. Sonra kendine dönüp bakıyorsun, o acılı annenin gözü önünde kendi çocukların yanına gelirken, yarasını kanatmamak için kendi çocuklarını hemen yanından uzaklaştırıyorsun. Olur ya, ölen çocuğu aklına geliverir, üzülsün, ağlar, ne bileyim işte! Ben çocuğumun yaralandığına üzülüyorum, o ise çocuğu öldüğü için...”

Kazada Ölen Çocuğun Annesi:

Bana derlerdi ki “Kalk namazını kıl!” Ben de derdim “Ne namazı, ben ayakta bile duramıyorum!” Allah’ım! Dağlara seyyah olup çıkanlar boşuna çıkmıyor, bu acılarla çıkıyor herhalde! Yarabbim bana sabır ver yoksa ben kafayı bozacağım derdim. Eğer o acılarla kalmış olsa insanlar, feryadı figan arşa çıkar. Annelerin o acıları kalmış olsa yaşayamaz ama zaman ilaç. Allah’ıma o kadar şükrederim ki o andaki acıyla baş başa bırakmıyor seni. Aklım başımda, Rabbime sığındım. Allah’ım isyan etmeyim dedim. Kayınbabam bana arkadaş oldu, yattığı yer nur olsun. Acıyarak mı bakıyordu, acının zor olduğunu bildiği için mi? Bana hem teselli verdi, hem yardımcı hem arkadaş oldu. “Bunda bir hayır var kızım!” dediğinde sorardım, “Baba! Neyi hayır bunun!?”. Böyle deyince kıssadan hisseler anlattı bana. O kıssaları anlatınca kendime geldim. Böylesi hayırlıymış demeyi bildim. Eski sahabelerden birinin çocuğunun duvar altında kalması, adamın birinin çocuğu öldürmesi gibi. Niye öldürüldü dediklerinde gelecekte şöyle şöyşe olacaktı, şunlar şunlar yaşanacaktı demeleri. En çok da bu etkiledi beni. Kazanın üçüncü günü rüya gördüm. Rüyalarda kızım ile ilgili hiçbir hayra yoracak taraf yoktu. Şimdi anlatamam onları ama böyle olacak ise öldüğü daha iyi olmuş kızımın dedim. Önce kayınbabam sonra kendi bilinçli düşüncem, imana ymnelik düşüncem beni teselli etti. Keşkelerim hiç olmadı benim, zaten ölümden keşke yok.

İsyan gibi bir şey hiç olmadı. Kaynanam da beni hep takdir etti. Olaydan sonra benim kafayı bozacağımı zannetmiş. Ama hiç isyan etmedim. Buna benzer olaylar acını hep canlandırıyor. Çocuğum o gün dayak yemişti benden. Bayram temizliği yapıyorduk. Akıp giden suya giriyor, batıp çıkıyor, üstünü değiştiriyorum tekrar tekrar, kirletip geliyor çünkü. Sinirlendim, naylon terliği nasıl vurduysam koluna, terliğin numara izini gördüm vücudunda. Beni en çok mahveden orası, ciğerim yanar, keşke vurmasaydım. Çocuğum ölmeseydi dahi içimde bir yara işte. Acılarla hiç yaşanmıyor. İçimdeki o

yangın, o mühür bu tür kazalarda hep tazelenir. Beyin! Televizyonda falan görsem hep kazayı hatırlatır. Gördüğüm o tablo! Çok sevdiğim o kelle, o günden sonra hiç yemedim. Ciğer acısının tarifi olmaz, mümkünatı yok. Ama bir kıyaslama yaparsan, bu kız evlenseydi, çocuğu olsaydı ve çocuk ortada kalsaydı, o zaman ne olacaktı, hiç dayanamazdım? Bunlar da bana teselli veriyor. Böylesi daha iyi olmuş, böyle derim.

O anda neler yaşadım? Merdivenleri beşer beşer indim. Beni tutmaya çalıştılar. Bir şey yok! Bir şey yok! diyorlar. Rüya mı bu, nasıl bir şey yok!? dedim. Ben hepsini gördüm, parçalandı kızım!!! diye bağırdım. Allah'ım rüya olsun bu! dedim. Cam siliyordum, bayram hazırlığı yapıyorduk. Bir ara eltim büyük oğluyla tartışıyordu. Eltim oğluna sinirlenip “Kamyonlar altında kal!” deyince dayanamadım, “Kız o nasıl laf öyle? Sen ne biçim konuşuyorsun?!” diye tepki verdim. Kafamı pencereye çevirir çevirmez kızımın yola çıktığını gördüm. “Kızım çıkma yola, kamyon...” dememe kalmadı kızım kamyonun altında kaldı. Eltimin söylediğine dayanamazken ben o tabloyu yaşadım orada, o söz gerçek oldu.

Kazada Ölen Çocuğun Babası:

“Eşin dostun desteği sayesinde tahammül ediyorsun Süleyman. Zaman geçtikçe alışıyorsun ama televizyonda bir kaza olayı, buna benzer bir şey görünce bakamıyorum. Zaten kendi haline kalmış olsan çıldırırsın. Eşin dostun söyledikleri insanı rahatlatıyor. Annem, babam, komşularımız, arkadaşlarımız hadi şu işi yapalım, haydi şuraya gidelim diyerek bizi bir şeylerle uğraştırmaya çalışırlardı. Bizi ferahlatmak isterlerdi. Kazaya sebebiyet veren kamyon şoförü bir hafta emniyette nezarete kaldı. Babam derdi, “Oğlum bu adam bilerek çarpmadı ki, sakın ona öfkelenmeyin!”. Ben de zaten adama bir şey demedim, suçlamadım onu. Adam on gün sonra çıktı geldi eve. Yengeyle bir görüşeyim dedi, hanım kabul etmedi. Görürsem dayanamam dedi hanım. Adam ısrar etti, uzaktan bir göreyim yengeyi yeter dedi. Yakın zamanda aynı yolda bir çocuk daha kazada öldü. Top yola kaçınca çocuk da ardından fırlamış yola, otobüs çarptı. O çocuğun anne-babasını bizden daha iyi kimse anlayamaz. Ateş düştüğü yeri yakıyor. Gittik o aileye taziye için. Hiçbir şey demedim, diyemedim, sadece sıkı sıkı sarıldım çocuğun babasına, sizi bizden başka kimse anlayamaz der gibi”.

Vaka II (Şizofren Genç):

Ortaokul yıllarımda, memleketten bir arkadaşımın altmışsekiz doğumlu, hastalığı sebebiyle tahsil hayatını ticaret lisesi son sınıftayken sonlandırmak zorunda kalan ağabeyinin hayat hikayesine ve vefatına şahit oldum. Çalışkanlığı ve üstün

zekâsıyla öğretmenlerinin, arkadaşlarının, ailesinin takdirini toplamış hep, futbol maçlarının da aranılan adamı olmuş. Zekâsını her sosyal faaliyette göstermiş. Lise son sınıfta iken üniversite sınavlarının stresi ile boğuşmuş. Okuldan gelir gelmez hemen ders çalışmaya başlamış. İlk zamanlar baş ağrısından şikâyetleri olmuş, bu ağrılar sınav yaklaştıkça iyice artmış. Ağrı kesiciler fayda etmemiş. Öfke patlamalarıyla kendisine ve çevresine zarar verecek davranışlar sergilemeye başlayan genci, emekli maaşıyla geçinen babası götürmedik hastane bırakmamış. Her gidilen doktor şizofren teşhisiyle geri göndermiş aileyi. Antidepresan ilaçlarla tedavi etmeye çalışmışlar fakat tedavi sonuç vermemiş. Hem okuldan ayrılmış hem de sosyal hayattan iyice koparak gitgide yalnızlaşmış. Lise son sınıfa kadar kullanmadığı sigaranın tiryakisi olmuş.

Çarşıda pazarda sıkça görürdüm Osman abiyi. Okul harçlığını çıkarmak için hafta sonları teyzemin oğlunun çay ocağında çalışırdım. Sık sık gelirdi çay ocağına. Yaz-kış giydiği ince gömleğinin altında, göbeğinin üstüne kadar çektiği kumaş pantolonu kısa kalmış izlenimi verirdi. Hızlı adımlarla suratı çoğu zaman asık bir şekilde söylenerek aramızdan geçer gider, bazen bir masaya oturur, çayını beklerdi, bazen de aniden birinin karşısına geçerek veya bir masanın yanında durarak sigara isterdi. Küllüklerdeki izmaritleri alıp yaktığını ve bir-iki nefes çektiğini de görürdüm. Çok zayıftı, aşırı derecede içtiği sigara günden güne eritti sanki Osman abiyi. Mahalle sakinlerinden birinin anlattığı üzere bir gün sokak ortasında tarım ilacı içerek intihar etmeye çalışmış. Hastaneye kaldırıldı, on gün müşahede altında tutuldu. Taburcu edileceği günün erken saatlerinde hastanede vefat etti.

Şizofren Gencin Erkek Kardeşi:

“Hatırladığıma göre abim çok çalışırdı derslerine. Çok zekiydi, çok da iyi top oynardı. Üniversite sınavlarını çok dert edermiş kendine. Sonra hastalandı işte. Babamın gözdesiydi, çok severdi onu. Bizi de severdi tabi ama o başkaydı. Götürmediği hastane kalmadı. Hastanede üç-dört gün kalırdı abim, sonra annemler dayanamazdı, alır gelirlerdi eve. Babamdan da korkardı ama annem çok çekti abimden. Öfke nöbetlerinde anneme vurduğunu hatırlarım. Düşün hocam, annem o sıralar yatalak olan yaşlı dedeme de bakıyor, annem cennetlik bence. Abimle dalga geçerlerdi bazen, deli derlerdi. Gücümün yetmeyeceğini bildiğim halde ben de onlara diklenirdim. Sigara isterdi ondan bundan, sağ olsunlar kırmaz verirlerdi. İnanç hocam, inanç ayakta tutuyor insanı, o şekilde tahammül ediyorsun bazı şeylere, başka bi açıklaması yok bunun.

Hele bi hatıram var ki hiç unutmam. Mahallenin çocuklarıyla sokakta futbol oynuyoruz, bazı ablalarımız da yakan top oynuyorlar. Abim sokağın başında göründü.

Çok sinirliydi abim. Top aşağıya doğru kaçınca bu ablam da koştu topun arkasından. Top abime doğru gitti. topu almaya çalışırken abimin bir anda kızı dövmeye başladığını gördük. Tüm mahalle şoktayız, hemen koştuk ve kızı aldık abimin ellerinden. Abim kıza, “Bir daha böyle giyinmeyeceksin!” dedi. Kız ondört-onbeş yaşında ve altına daracak bir pantolon giymiş. Kızın annesi bunu gördü, abimin halini bildikleri için ses çıkarmadılar, anlayışla karşıladılar. Zaten cezai müeyyidesi yokmuş abimin, raporu varmış. Hasılı deliye her gün, ölüye bir gün derler ya hocam! Annem, babam, bizler her gün kaygıyla eve döner, kaygıyla hareket ederdik, diken üstündeydik yani. Bugün birine zarar mı verdi, öfke nöbetine girip biriyle kavga mı etti diye korkardık. Mesela manifaturaya gider, istediği şeyleri babamın hesabına yazdırırdı. Dışarı çıkınca da aldığı elbiseyi yırtar veya direk çöpe atardı. Babam da gider parasını öderdi esnafa. Dedim ya hocam, abim işte, atsan atılmaz, satsan satılmaz”.

Şizofren Gencin Babası:

“Üç oğlum iki kızım var. Bu evladım taa ilkokuldan beri çok çalışkan, çok zeki idi. Üzerine çok titrerdim, okur, yüksek yerlere gelir derdim. 1977’ de Yeşilhisar’ geldim. Ticaret lisesinde okurken çocuğumun rahatsız olduğu öğretmenleri tarafından bana bildirildi. Çocuğu okuldan aldım, doktora götürdüm. Bir bayan doktor, çocuğun ergenlik çağında olduğunu, telaş edilecek, korkacak birşeyinin olmadığını söyledi. Beş-on gün sabrettik bunun üzerine ama çocuğum acayip hareketler yapmaya başladı. Çocuğu aldım Kayseri’ye götürdüm. Özel muayenehaneler ararken orada bir eczacının dikkatini çekmişim. Telaşlı halimi görünce sordu, ben de çocuğun psikolojik sorunları olduğunu, bir psikiyatr aradığımı söyledim. Kim olursa olsun olur, paramızla muayene ettireceğiz dedim. Birini aradı, gittik konuştuk, on ay boyunca çocuğu bana getireceksiniz, Allah’ın izniyle tedavi edeceğiz dedi. Götürdüm. Gerek baba olarak rızık için çarşıya çıktığımızda, gerekse bir ihmallik olarak say, ne sayarsan say, bu sırada çocuk haplarını aksatmış. Haplar acı olduğu için aksatmış veya annesi vermemiş. On ay sonunda doktora şu çocuğun teşhisini bana bir söyle dedim. Çocuğun durumunda bir düzelme olmuyor dedim. Psikoz falan filan dedi ama ben çocuğumu başka doktorlara da götürdüm, tıp fakültesine mesela. Başka doktorlar da şizofreni dediler. Son gittiğimde doctor, Mehmet Bey, iş artık kadir Allah’a kaldı, Osman tedaviden faydalanamadı, dedi. Son üç ayın parasını istedi. Ben iki ay vermedim dedim. Ancak siz de vergi usul kanununun şu maddesi gereğince serbest meslek makbuzu vermeniz gerekiyordu, vermediniz, aksi taktirde sizi defterdarlığa şikayet edeceğim dedim. Bana çocuğu başka doktorlara götürme, doktor değiştirme dedi ama tedavi edemedi. Ben böyle söyleyince

kalan parayı da istemedi. Oğlumun hastalığı mülayim havalarda iyiye doğru gidiyordu, çok soğuk ve çok sıcak havalarda tekrar nüksediyordu. Bunun haricinde on kere falan da Adana ruh sağlığına götürdüm. Yirmi yirmi beş gün kalıyordu, bir bakıyorduk görevliler şehirlerarası otobüslere veriyorlar, muavine tembih ediyorlar, muavin de Yeşilhisar'da indiriyor. Son zamanlarda Kayseri tıp fakültesinde kırkbeş gün yattı. Sigara içmek yasak olduğu için bir nevi düzelmişti. Ama oradan da kaçtı. Günahını almayayım ama burada bir tekel bayinden içki içiyor. Bunun içki olmadığı, doktor tarafından bunun bir tarım ilacı olduğu söyleniyor. İşteyken evden aradı kızım, abim zehirlenmiş dedi. Devlet hastanesine götürdüm, midesini yıkdılar, sonra tıp fakültesine sevkettiler. Tedavi sırasında rahmetli oldu.

Babam hasta bir yandan, eşim hem babama bakıyor hem de bizim kahrımızı çekiyor. Oğlum benden korkardı ama eşime çok çektirdi. Sinir,stres... Hergün ayrı bir korku yaşırdık, acaba bugün birine mi kızdı, birinin canını mı yaktı, bi esnafa zarar mı verdi? Oğlumun halini bilmeyen biri, olur ya, birbirine zarar mı verirler? Ben de bi esnafım, arkadaşlarım çok yardımcı oldular sağolsunlar. O dükkandan bu esnaftan bir şeyler alır, ben de sorar soruşturur parasını verirdim, çoğu zaman da almazlardı parasını, Allah razı olsun onlardan.

Ama zormuş oğlum! Millet çocuğunu okutur, evlendirir, torun sahibi olur; ben çocuğumun bu haliyle uğraştım. Evine misafir gelemez, sen rahat rahat birine gidemezsin. Hergün sigarasını alırım, ayrı bir külfet. Neden biz, neden bizim çocuğumuz böyle? diye çok sordum kendi kendime. Eşine, çocuklarına, çevrene sinirlenir, olur olmadık şeylere kızarsın. Allah affetsin unutayım diye, uyuyabileyim diye geceleri alkol aldığım oldu. Yemek yiyemezsin, uyuyamazsın, yaptığın işten zevk almazsın! Kendimi dağıtmıyordum ama alkol alıyordum ilk zamanlar. Öğretmenlerinden falan çocuk zekiydi laflarını duyunca buna çok üzüldük tabiki.

Birgün Gülhaneye götürdüğümde muayene için beklerken, çocuğum baba, canım simit kola istiyor dedi. Orada bir vatandaştan yardım istedim, ben gelmeden oğlumu çağırırlarsa yardımcı olun dedim, adam doktormuş. Muayeneden sonra adam yanıma geldi, biraz konuşmak istediğini söyledi. Adamın ayağı sakattı. “Biz senin oğlanın hastalığını bilemiyoruz hemşerim dedi, az mı harçlık verdik, az mı sevdik, az mı dövdük, çok mu sevdik, bunu biz tıbben bilemiyoruz, bunların hepsi hikaye kardeşim. Olacak buymuş, kader bu dedi. Onun haricinde bir bayan yüzbaşı, psikiyatrist Gülhane’de, “Mehmet Amca dedi, hocalık da var fakat oğlunuzun ki hocalık değil dedi. Doktorluk iş ama tedavi olamamış dedi. Isyana götüren bir hal yaşamadım. Benim

evimde çok kitap var, din ağırlıklı kitaplar. Kimin ne şekilde imtihan edileceği belli değil, bunun farkındayım. Bir adam ruh ve sinirden mi ölecek, kalp rizinden mi ölecek, böbrek dalak çalışmayacak ondan mı ölecek bunu bilemeyiz. Vatandaş kendi gücünce tedbir alacak. Bir rahatsızlığı olursa doktora gidecek ama doktora gidince illa ki tedavi olacak diye bir kural day ok. Ömrü yüce Mevla verecek, o senin alnına yazılmış. O ömür çizgisini biz bilemiyoruz. Ayakta mı, yatakta mı, selde mi felakette mi? onu biz bilemiyoruz.

1985'in okulların birinci döneminde hastalığı başladı, 2001 yılının temmuz ayında öldü, 16 sene sürdü rahatsızlığı. "Güzel durum, güzel konuşun!" derdi bize. İçme sigarayı derdim, zararlı da niye dükkanda satılıyor?" derdi. Benim ömrüm de böyle geçti işte. İmtihan dünyası diyorum, Allah mükafatını verecek inşallah çocuğuma da bize de. Kim ister evladının böyle olmasını? Sabretmek kolay bir iş değil, insan yaşayarak öğreniyor. Dünyalık baksan bir mecnun işte, Allah o merhameti veriyor kalbine, yaşamaya, yaşatmaya çalışıyorsun. Yoksa her gün sana eziyetten başka bir şey değil ki! Deliye her gün, ölüye bir gün ağlarsın derler ya, ben ve eşim her gün ağladık işte. Haa! Çoluğu çocuğu olanlara söylüyorum, çocuğun sağlıklı mı, o yeter işte. Öldü gitti işte oğlum, Allah bizden sual sormasın, emanetine sahip çıkmaya çalıştık".

Vaka III (Evlilik Hikayesi):

Ortaokul yıllarımda milletçe hepimizi derinden üzen bir trafik kazası meydana geldi. Kazanın oluşumu kolektif bilincimizi derinden yaralamış, toplumsal hafızamızda yer edinmişti. Kayseri'den Aydın'a giden bir otobüs Konya yolunda kamyonla çarpışmış ve kurtulan bir iki kişi hariç bütün yolcular yanan otobüste can vermişti. Kazanın enkazında da, vefat etmiş bir üniversite öğrencisine ait olduğu tahmin edilen, "Dünyada ölümden başkası yalan!" ifadelerinin yazılı olduğu bir not defteri bulunmuştu. Bu ifadenin nakaratında kullanıldığı şarkı, bir müzisyenin yine otobüs içinde çekilmiş klibiyle toplumun hafızasına kazınmıştı. Vefat eden yolculardan ikisi, hacdan yeni gelen yetmişli yaşlardaki komşularımızdı. Cenaze törenlerine çok sayıda insan katılmıştı çünkü o otobüste olmalarının bilhassa hemşehrilerini çok üzen bir sebebi vardı.

Yirmili yaşlarındaki oğulları, askerlikten sonra Denizli'de bir devlet kurumunda memur olarak göreve başlıyor. Bekâr hayatına devam ederken çalıştığı yerde bir bayanla tanışıyor ve bayana evlenme teklif ediyor. Bayan evlenmeye razı fakat ailesinin, uzak memleketlerin çocukları oldukları için evliliğe izin vermeyebileceğini

düşünüyor. Genç, bu durumun evlenmelerine engel teşkil etmeyeceğini, hem kendi ailesini hem de bayanın ailesini ikna edeceğini söyleyerek ailesine durumu anlatıyor. Ailenin tek oğlu olduğu için, ailesi uzak memlekette gelin getirmeye önce sıcak bakmıyor. Gencin ısrarı üzerine aile iki kez kız istemeye gidiyor fakat her ikisinde de ret cevabı alınıyor. Gençler kararlarından vazgeçmiyor, kız tarafının ikna edilmesiyle erkek tarafı tekrar çağırılıyor. Konya yakınlarında kaza yapan otobüs alev alıyor ve içindeki otuz kişiyle birlikte komşularımız can veriyor.

Kaza haberini alan genç, arkadaşlarının refakatinde kaza yerine getiriliyor. Teşhis işlemlerinin ardından cenazeler memleketlerine gönderiliyor. Genç, uzun ve sancılı bir yas döneminden geçiyor. İşini bırakıp memleketine dönmeyi, gerekirse hiç evlenmemeyi düşünüyor ilk zamanlar. Bu duruma kendisinin ve evlenme ısrarının sebep olduğunu düşünüyor. Bu süreçte kız ve ailesi kendisine hep destek olmaya çalışıyor. Yaklaşık bir yıl süren matemden sonra çift evleniyor. Genç, memleketine bulduğu her fırsatta gelmeye çalışıyor. Yıllar geçiyor, iki çocuğu oluyor. Eşi ve çocuklarıyla birlikte yıllık izinlerini hep memleketinde geçirmeye devam ediyor. Eşyalarının düzenini hiç bozmamaya çalıştığı baba ocağında kalıyor genelde, bazen de ablalarının yanında. Olaydan yıllar sonra kendisiyle bu konuyla ilgili mülakat yapmak istediğimi söyleyince bunu kabul etmedi. Başka bir konuda ne sormak istiyorsam sorabileceğimi söyledi ama bu konuyu tekrar gündeme getirmemi istemedi. Ancak yıllar önceki sohbetlerimizde şunları söylemişti: “Kaza haberini aldığımda dünyam karardı hocam. O şok haliyle kazanın olduğu yere nasıl gittik hatırlamıyorum bile, iki arkadaşım alıp getirmişler beni. Her şeyden geçtim, annemi babamı sağ görmek istedim bi umutla ama ölmüşler. Kime gideyim, nereye gideyim, intihar etmeyi bile düşündüm. Hep benim yüzümden oldu dedim. Ablalarımın, akrabalarımın yüzüne bakamadım. Ama bana hep destek oldular, Allah’ın takdiri böyleymiş, kendini suçlama dediler. Eşime, ailesine de çok kızdım, bu kadar inatlaşmaya ne gerek vardı? Çalıştığım ilçede de herkes tanır oldu beni, hep destek oldular onlar da. Sonra evlendik işte, iki yavrum var. Bazen geceleri ağlarım, anam babam sağ olsaydı da evlatlarımı ellerini öpmeye götürebilseydim, yanımda olsalardı da onlarla birlikte kahvaltı yapıp işime gidebilseydim derim. Nasip değilmiş, kaderimiz böyleymiş, Allah mekânlarını cennet eylesin”.

Vaka IV (Elektrik İşçisinin Ölümü):

İki bin beş yılı Ekim ayının yirmi dördü, Ramazan ayının da yirminci günüydü. İftara saatler kala ilçe hastanesinin önünde gerçekleşen ölümlü bir kaza bizleri

faniliğimizle somut bir şekilde yüz yüze getirdi. Kazada ölen kişi, yirmi dokuz yaşında ve iki çocuk babası bir elektrik işçisiydi.

Ayağından ameliyat olan işçiye kırk gün istirahat veriliyor. Bir aylık dinlenmeden sonra kendisini iyi hissettiğini, aldığı maaşı da helal ettirmek gerektiğini söyleyerek izni bitmeden görevine dönmeyi arzuluyor. Annesi bayrama az bir süre kaldığını, iznin kalan kısmını da istirahatle geçirmesini söylüyor fakat işçi, oruç tutarken daha verimli vakit geçireceğini yineleyerek mesaiye başlıyor. Göreve döndüğü gün, ilçenin devlet hastanesinin bahçesindeki çam ağaçlarının, yolun kenarındaki elektrik tellerine temas ettiği ve önlem alınması gerektiği ile ilgili talep üzerine yüksek gerilim hattının elektriğini keserek iş makinasıyla tek başına yola koyuluyor. Merdivenli iş aracını yere sabitliyor ve kendi kumanda ettiği merdiveni rahat çalışabileceği bir şekilde konumlandırıyor. Kestiği dallardan birisini elektrik tellerinden aşağı itmek isteyince akıma kapılıyor. Mesai arkadaşlarının anlattığı üzere yüksek gerilim hattının devre dışı bırakılması için iki şartelin indirilmesi gerek fakat sadece birisi kapatılmış. Kabinin içinde iki büküm kalmış ve elleriyle yüzünü kapatmış halde can veriyor.

Olay güneş batmaya yakın, insanların iftar hazırlığı için koşuşturdukları bir vakitte vuku buluyor. Haber kısa sürede ilçeye yayılıyor. Etraftaki insanlar bir şeyler yapmaya çalışıyor fakat on-on beş dakikalık süreçte önce patlama sesleri geliyor. Elektrik telleri yanıyor ve kabinden duman çıkmaya başlıyor. Uzak yerlerden bile hissedilen yanık kokusu var etrafta. İş makinasının mekanizması da kilitlendiği için merdiven yere indirilemiyor, arabanın yanına yaklaştırılmıyor kimse. Uzman ekip geliyor kırk kırkbeş dakika sonra ve mevtayı yere indiriyorlar.

Cenazeyi hemen hastanenin morguna kaldırıyorlar. Emekli bir elektrikçi olan babası, olay yerine gelir gelmez sağlık personeline elektrik akımının oğlunun vücudunda açtığı ilk tahribatı anlamak için soğukkanlılıkla “Neresini patlatmış?” diye soruyor. Karın bölgesini tahrip ettiği haberini alan babanın koluna girip morga götürüyorlar ve cenazeyi gösteriyorlar. İki dakika sonra morgdan çıkan baba sessiz sessiz ağlıyor.

Cenaze evindeyiz. İftar vakti kurulan sofralardan bir iki lokma alıp kalkıyoruz. Herkes şok halinde, ağızları bıçak açmıyor. Yukarı kattan ağlama sesleri geliyor, feryadın dozu arttıkça bazı ziyaretçiler de ağlamaya başlıyor. Olayın nasıl olduğuna, neyin sebep olduğuna dair kısık sesli konuşmalar yapılıyor bazen. Mevtanın olay yerine neden tek başına gittiği, böylesine tecrübeli bir çalışanın bu kazaya nasıl izin verdiği gibi makul bir cevabı beklenmeyen sorular soruluyor.

İftardan yaklaşık bir saat sonra mevtanın erkek kardeşinin “Abim nerede?” sorusuyla ağlamaklı haldeki sesini duyuyoruz. Şehir merkezinde ikamet ettiği için, babasının rahatsızlandığı ve yanına gelmesi gerektiğini söyleyerek kendisini çağırmış bir yakını. Evin önündeki kalabalığı görünce durumu anlıyor ve feryat etmeye başlıyor. Babasına, abisinin nerede olduğunu soruyor ve cenazeyi görmek istediğini söylüyor. Önce cenazeyi göstermek istemiyorlar fakat ısrar edince babası bu hale dayanamıyor ve ağlayarak “Oğlum ısrar etme, görülecek hali yok!” diyor. Yüksek gerilimle elektrik çarpması sonucu mevtanın vücudunda ağır yanık izleri var ve vücudu secde eder gibi kalmış.

Ertesi gün öğle namazı öncesi cenaze morgdan alınıyor ve musalla taşına konuyor. Tabutun kapağı kapanmamış, cenazenin üstüne battaniye, onun üstüne de yeşil seccade örtülmüş halde cenaze namazı için bekliyoruz. Cemaatin nutku tutulmuş gibi, sadece duruma şahit olurcasına izliyor ve mevtanın tabutta duruşuna kilitleniyoruz. Kalp atışlarımızı duyabileceğimiz derekede bir sessizlik hâkim. Sanki mevta hal diliyle bizlere ömrümüzün en etkili, en tesirli vaazını veriyor. Cenaze namazını kıldıran imam, namazdan evvel kısa bir konuşma yapıyor. İnsanların bu tür ölümlerden ibret alması gerektiğini söylüyor. Namazdan sonra tabut eller üstünde götürülüyor mezara. Mezarlık yolunda bu tür ölümlerden ibret alınması gerektiğini söyleyen imama serzeniş ve sitemleri işitiyorum. İmamın konuşmasının gereksiz olduğunu, bilhassa ciğeri yanan cenaze yakınlarını daha da üzen bir konuşma yaptığını söylüyor bazı insanlar. Yanarak ölmesi ve cesedinin tanınmaz bir hale gelmiş olmasını Allah’ın bir uyarısı şeklinde değerlendirdiği için imama öfke duyuyorlar. Secde edercesine duruşuyla, sağ tarafına kıvrılmış halde toprağa teslim ediyoruz cenazeyi.

Annesi:

Yattığı yer nur olsun da zormuş! Yalan değil atamadım, atamadım! On üç sene oldu ama bugün olmuş gibi. Bizlere çok hürmeti vardı, sabırlıydı. Anlatılmayacak huyları vardı, merhameti çoktu. Şurada altı üstü beraber kaldık, bir gün bile birbirimizi kırmadık, ne hanımıyla ne kendisiyle. Aşağı inmesek hemen çıkar, kulağımdan tutar, senin kara kaşın kara gözün yok anacığım ama senin duanı alacağım derdi. İşte öyle öyle günümüzü geçirdik. Babasına, karısına, çoluğuna çocuğuna çok düşküdü. Bir bakarız, arar, karnınızı doyurmayın, sizi şuraya gezmeye götüreceğim derdi. Daha bir gün olsun kırmadı bizi.

Yapacak bir şey yok, biliyorum, hepsini biliyorum, Cenab-ı Allah’tan geldi, onu da biliyorum ama ağır bir yük yani. Kaldırılmayacak bir yük. Ağlayı ağlayı,

gözlerimden ameliyat oldum mesela. Şimdi seni zor görüyorum. Allah'ım sabır versin ne deyim. Akranlarını görüyorum, iş arkadaşlarını görüyorum imreniyorum. Kaza yaptığı arabasını görüyorum, dayanamıyorum. Atamıyorum, atamadım! Ana-baba acısına benzemiyor evlat acısı.

Allah razı olsun gelinimden, işi gücü rast gelsin, tuttuğu kolay gelsin, gelir gider. Ne yapsın çocuk, yirmi beş yaşında dul kaldı. Ona da kolay değil, iki çocuğuyla dul kaldı, kız torunum babasını hiç bilmiyor, hatırlamıyor. Konu açıldığı zaman hemen kapatın diyor, konuşmak istemiyor. Sabır etmeye ediyorum da bazen insan doluyor, taşıyor. Anasın! Bazen hocalar da diyor ama anne farklı, herkes anne gibi yanar mı? Çocukları kaldı d.yorum, hanımı kaldı diyorum, hala kafamda kurcalıyorum. Konuşmayayım diyorum ama bazen öfkeleniyorum. Namaz kılıyorum, tesbih çekiyorum, bir bizim başımızda değil diyorum, öbür oğlum var yollara gidip geliyor, Allah onu esirgesin diyorum ama! Bir an geliyor ki patlıyor insan. Kocama sataşıyorum bazı, çevreme zarar veriyorum, kırıp döküyorum. Aşağı yukarı beş yaşından beri kafam ağrır, rahatsızım bilirsin, okuyorum tespih çekiyorum ama atamadım! Gel gelelim kör şeytan işte! Şu bayramların gelmesini hiç istemem, bilhassa ramazan bayramını! Torunum oğlan geliyor, babaanne babamı anlat diyor, şurama bir şey tıkanıyor, anlatamıyorum ki. Gözümden akıyor, yürek yanmasa göz akar mı? Yapacak bir şey yok, Allah geride kalanlarımızı esirgesin, bol bol sabır versin.

Gelinimden Allah razı olsun, memlekete geldiği zaman önce anasının evine gitmez, bana gelir. On üç sene oldu, yanımda bir gün ağlamış değil. Torunum oğlan tıbbi kazandı, okuyorlar. Bir gün rüya gördüm, oğlum geldi eve. Elinde bir çanta var, içinde de Kuran-ı Kerim. “Annem! Benim bir muradım inşallah gerçekleşecek, yeter artık annem, ağlama!” dedi. “Biraz da bacımı düşün!” dedi. Kızım evlenmişti, ayrıldı. Kızım uyuyor o sırada, gitti kızımın başını okşadı, ağzına biraz bal sürdü, çıktı gitti. Allah'a çok şükür, torunum tıbbi kazandı işte, muradı oymuş herhalde. Rüyamı bir hocaya da yordurmuştum. Abla yanlış anlama dedi, bin kişiyi götürdük ama bir kişiyi bile mezardan geri getiremedik dedi. Oğlun fakire fukaraya yardım edermiş, çok iyiliğini anlattılar, sen sabredeceksin, Allah'ın takdiri böyleymiş, dedi. Kolay değil, tamam dışarıdan söylemesi kolay ama sabredeceksin, dedi. Herkesin çok sevdiği, ardından Fatıha okuduğu bir oğlun varmış ama vadesi bu kadarmış, dedi. Yalnız kalma, git bağ bahçeyle uğraş, bir şeyler yap, geride kalanları düşün, dedi.

Ayağından ameliyat olmuştu oğlum. Kırk gün izini vardı ama duramadı. İzninin bitmesine dokuz gün kala ben sıkıldım, bari gideyim çalışayım dedi. Gitme oğlum, otur

şurda, iyice iyileş dedim ama dinlemedi. Hiç olmazsa telefonlara bakarım, masa başında otururum dedi. Ne hanımının ne de benim gönlümüz oldu gitmesine. Olacağa baksana! Cenab-ı Allah öyle emretti, biliyorum, dayanma gücü versin Rabbim. Torunum oğlanın hareketliliği, canlılığı, vicdanı aynı babası. Sırtına alır beni bazen, babası gibi gezdirir (Tebessüm ediyor). Üniversitede gömlek giyme töreni mi ne varmış, torunum bana dedi ki (ağlıyor), “Arkadaşlarımın babaları geldi, aldılar aldılar gittiler çocuklarını, annem yanımdaydı ama işte o zaman babamın yanımda olmasını çok istedim!” bu çok üzdü beni. Dedesinin gelmesini istemedi, dedemi görürsem orada daha çok üzülrüm demişti.

İlk sana söylüyorum bak! Ömer Şafak vardı ya rahmetli, oğlumun hocasıydı. Çok severlerdi birbirlerini. Hoca bir gün rüya görmüş, “Bizimkız! Necatiyi gördüm rüyamda, çok huzurluyum, sevinçliyim ama gel gelelim annem babamdan çok üzüyor, çok ağlıyor. Ben muradıma erdim hocam diyor” dedi. İşte adamcağız öldü gerçeğine gitti, sabret demesi kolay da bizimkız ne mutlu sana, dedi. Bambaşka bir evladın vardı, dedi.

Bir komşumuz vardı, o da iki evladını kaybetti. Benim tek. Birbirimizi gördüğümüzde oturur ağlardık. Dayanamıyorum, kaldıramıyorum derdi. Sonra o da öldü, evlatları gitti, kendisi gitti. Ne oldu sonra? Kocasını yeni bir hanım aldı. Elin kızı geldi işte onun yerine ama evlat geri gelmiyor. Çıkmıyor içinden çıkmıyor, kendimi bağı bahçeye işe güce veriyorum ama çıkmıyor. Tek başıma kalıp oturdum mu bir şeytan geliveriyor yanıma, çıldırarak gibi oluyorum.

Aşağıda kurulmuş evi var gelininin. Bir tek eşyasını götürmedi. Rahmetliğim nasıl döşediye öyle duruyor. Anamın babamın duasını alacağım yaptı çattı, kurdu evini çocuğum. Üç gün sürmedi, sefasını süremedi yavrum. Çok dikkatli konuşmak lazım, ağzını tutmak lazım. Camiye gittim bir gün, zikir çekiyorlar. Benim gibi evladını kaybeden iki arkadaş gördüm, yanlarına oturdum, üçümüz öyle bir ağlıyoruz ki! Ağlamayın, herkesin başında, sabredin diyorlar ama yara bizde, hiçbir şey demeden birbirimize bakıp ağlıyoruz. Ben sizin demenizle mi biliyorum sabretmeyi? Ben senin kadar Müslüman değil miyim? İnsanlar bazen çok dengesiz konuşuyor, biliyorum sadece benim başımda değil ama ateş düştüğü yeri yakıyor. Bazen insanların susması konuşmasından daha etkili oluyor. Burası dar bir yer, herkes birbirini tanıyor. Bayram gelir, komşular çıkar hemen piyasaya, “Gelinin geldi mi? Gelmeyecek mi yoksa!?” diye sorarlar. Bunlar üzüyor insanı. Sana ne ya! Biraz yürüyeyim açılalım derim, biri gelir, “İyi kilo almışsın, unuttun mu oğlanı?”, “İyisin değil mi, unuttun mu?”... Neyi unutayım ya, unutulur mu? Parmağından bir gümüş yüzük düşse yana yana ararsın, bu

lafı etmeyin ya, sormayın, beni yakmayın. On üç senedir evden dışarı çıkmayız, bir tarafa gitmeyiz. Gezmeyi severdik ama mahal münasipti, misafirlikti bıraktık. Canın istemiyor ki, şu acınla nereye gideceksin? Her şey gönül hoşluğuyla...”.

Babası:

“Ben de elektrik işçisiydim, emekli olunca oğlum girdi işe. Küçük kazalar atlattım, elektrik çarptı işimizi yaparken. Oğluma da hep tembih ederdim dikkatli ol diye. Olacak ya işte, şartelin birini kapatmayı unutmuş. Ecel çağırdı işte onu oraya, ağzının orucuyla şehit oldu. Ateş şehidi benim oğlum.

Olayın olduğu gün çarşıda vakit geçiriyordum arkadaşlarla. İkinci namazından sonra ekmek aldım eve dönüyorum, burnuma bi yanık kokusu geliyor. Zaten ilçenin uzak yerlerinden bile hissetmiş insanlar kokuyu, meğer oğlum akıma kapılmış o anlarda. Cenazesi tanınmayacak haldeydi. Annesine, eşine göstermedik; arabayla kaza yapmış dedik fazla üzülmelerin diye, sonra öğrendiler işin doğrusunu. Ne yapayım, ne diyeyim oğlum? Niye tek başına gittin, şarteli indirmeyi nasıl unutursun diye sorduk kendi kendimize ama kader. Emaneti var oğlumun bizlere; iki torunum bir de gelinim. Torunlarıma babasızlığı hissettirmemeye, hem dede hem baba olmaya çalışıyorum. Boğularak, yanarak ölen müslümanlar şehit olurlarmış, benim oğlum da şehit. Allah gördüğümüz günden geri koymasın. Hepimiz öleceğiz ama evlat acısı bambaşka. Şimdi Cenab-ı Allah ne diyor, sabreden muradına erer. Sabır ama sabretmek de çok zor. Ben Kuran okumayı bilmiyordum bak! Şöyle bilmiyordum, üç kere şeddeye geldim, bıraktım. Başımıza bu iş geldi, ben bu Kur'an-ı Kerim'i öğreneceğim, belleyeceğim dedim. Altmış yaşımdan sonra Kur'an'ı öğrendim. Şimdi ben kendimi Kuran'a verdim, sıkıştığım zaman Kur'an okuyorum, bir de namaz. Ben bu ikisinde buldum teselliyi, “Namaz ve Kur'an-ı Kerim”.

Her tarafta oğlumun hatırası var, her tarafta ama! Ben daireye çıkamam, iş arabasını gördüğüm zaman tansiyonum yükseliyor, sepetli iş arabasını. Daireye elektrik faturasını yatırmaya gidemem, başkalarına yatırtırım. İster istemez iş arkadaşlarıyla karşılaşıyorum. Sabırdan başka yapacak bir şey yok, onu söyleyeyim sana. Torunlarımı gelinimi görüyorum bir üzülyorum. Aradan zaman geçip görmediğim zaman özlüyorum, görmek istiyorum, görüyorum, bu sefer oğlum aklıma geliyor bir üzülyorum. Oğlan torunum aynı babası, bu kadar mı benzer? Yani neticede çok zor, Allah kimsenin başına vermesin!

Rahmetlinin gittiği her köyde samimi olduğu tanıdıkları varmış. Oğlum maaşı aldığı zaman biraz kendisi katar, biraz da arkadaşlarından para toplar fakire fukaraya

dağıtırmış. Oğlum rahmetli olduktan sonra o insanlar çarşıda beni gördüler. “Emmi!” dediler, “Asıl biz şimdi öldük!”. (ağlıyor).

İbadetine çok düşküdü. Geceleri bazen denk gelir görürdüm, alt katın ışıkları karşı evin küçük camına yansır, ondan bilirim, teheccüde kalkardı. Daha bir gün bana karşı gelmedi. Kızıp azarlardım bazen, sesini dahi çıkarmazdı. Suratını asar inderdi aşağı. Biraz vakit geçtikten sonra çıkardı üst kata, ne yapıyorsunuz, nasılsınız diye sorardı. Ben emekliyim bak, iyi de maaşım var, bana yeter. Her maaş aldığında illaki cebime bir elli lira sokacak, çay parası ederim diye. Çok hürmetkârdı, ne diyeyim, Allah rahmet eylesin oğlum.

Vefat ettiği gün dairede bir cüz Kur'an okumuş. Sonra çıkmış bir köye arıza tamirine. İlçeye dönmüş. Hastanenin başhekimini arkadaşığıydı. Hastanenin önündeki çam ağaçları elektrik tellerine dokunuyor diye dalları kesmesini istemiş. Sabitlemiş sepetli iş aracını, merdiveni ayarlamış, yanında kimse yok. Kestiği dallardan biri tellerde asılı kalınca, demir testere ile iteyim demiş ama demir kapmış elektriği! Orada can verdi zaten. Şurası beni çok üzdü! Çocuğum o sepetin içinde bir saate yakın mahsur kaldı. Tamam, biliyorum, elektriğin çarptığı anda beş on saniyede can çıktı, vücudu bir yerden patlattı zaten elektrik ama umut işte!. Bir saate yakın sepetin içinde yandı çocuğum!. Merkeze haber verecekler de, ekip gelecek de! Şurada Develi var, Yahyalı var, İncesu var! Çağırsana oralardan, daha yakın. Yağ basıncı kilitlemiş makineyi, orada bir civatayı gevşeteceksin kendi kendine inecek merdiven, biliyorum ben bırakın indireyim diyorum, yirmi beş yılını verdim ben bu işe, polis yaklaştırmıyor beni! Şöyle söyleyeyim, resmi dairelerin hepsi vurdumduymaz. Cenab-ı Allah oğlumu orada alacakmış yanına, ecel geldiğinde Azrail aleyhisselam işini yapacak ama oğlumun bu şekilde ölmesi beni üzüyor. Başın sağ olsun diyorlar ya, keşke ben ölseydim de oğluma deselerdi başın sağ olsun diye!

Allah dört duvarı sır için yaratmış. Gerçekten susmak daha iyidir oğlum. Sağ gözüm sıkıntılı benim, doğru dürüst göremiyorum. Sol gözümü kapatayım, seni bir karartı olarak görüyorum mesela. Lens var gözümde, gözüm güneşten rahatsız oluyor, güneş gözlüğüm aldım. Şimdi gidiyorum yolda, kendi yolumu çizip gidiyorum. Yanımdan birisi geçiyor, tanıyamıyorum. “Bak selam vermedi, bak kimseyle ilgilenmiyor, niye görmüyor, niye konuşmuyor?” diyorlarmış, kulağıma geliyor. Yav arkadaş göremiyorum! “Güneş gözlüğü takıyor, artist geliyor!” diyorlarmış. Çoğuna da diyorum, “Oğlum beni acıtmayın, beni kendi halime bırakın!”. Anlayışlı adam geliyor yanıma, “Abi!” diyor, hal hatır soruyor ama başkası anlamıyor. Yarı şaka yarı ciddi laf

söylüyor ama kırıyor beni haberi yok. Emekli olunca veya çalışırken birkaç yerden davet etmişlerdi, gitseymişim diyorum bazen Kayseri merkeze, bu sıkıntıları çekmezmişim. Ama diyorum ki sonra, dengesiz adam her tarafta vardır. Bak, ablan burada! Soruyorlar, “Kız yirmi bir senedir evde, kızı niye evermiyorsun, niye kocaya vermiyorsun?! “ Başkası geliyor, “Boş ver, kızı evermeyin, yemeğinizi yapar, size bakar!?” . Siz benim kadar, anası kadar mı yanacaksınız? Sizinle mi biliyorum ben kız evermeyi? Ben hiç düşünmüyorum bunları da sen söyleyince mi gelecek benim aklıma? “Bilemedim baharımı yazımı, felek kırdı benim kanadımı kolumu!” diyor ya. Sen ne biliyorsun da bana konuşuyorsun. Demeyin bir şey, tutun ağzınızı. Şu kız da istemez, biz de istemeyiz böyle olmasını.

Başına gelmeyenin hoşuna gelir derler oğlum. Köylerde çalışıyoruz yıllar evvel, iki dağın arasındayız, “Addi! Addi!” diye bir ses yankılanıyor. Sorduk kim bu, ne demek bu “addin”. Köylülerden biri söyledi, bağırان emmisiymiş. Oğlu trafik kazasında ölmüş, oğlanın adı da “Selahaddin”. Selahaddin diye bağırırmış, bize “addin” duyuluyor. O vakit dedim ki nasıl da bağırıyor adam, sonra çektik gittik. Haa, şimdi benim başıma geldi. Ciğer acısının tarifi yok! Bir arkadaşım önce oğlunu, sonra hanımını kaybetti. Bir gün yanıma geldi, “İki dert birden vurdu beni, eve gidiyorum kimse yok, oğlum diğer çocuklarımdan daha sevimliydi bana, ben de giderim de nasıl giderim bilmem! Sabredeceğiz ama nereye kadar, sabır da taşıyor ama!” dedi. Bu sefer ben ona serinlik vermeye kalktım amma, hakikaten bazen sabır taşın yarıyor, patlıyor adam. Dikmeliğe gidiyorum, ağlıyorum, sızlıyorum, bağırıp çağırıyorum kendi kendime. Duyan yok eden yok. İki kadın bir araya gelse ağlıyorlar ama sizin yanınızda ben ağlayamıyorum. Niye, ağladığım zaman bana çok görüyorlar, bir tek sende mi var, diyorlar.

Biricik oğlunu kaybetmiş bir dostumun yeğeni var. Birgün geldi bize, yalnız kalmayın dedi. Ben teyzemleri hiç yalnız bırakmadım, bir gün biz gittik yanlarına, bir gün başka bir akrabamız gitti dedi. Bizim kimsemiz yok ki! İşte ağabeyim, 13 senedir daha birgün evime gelmiş çay içmiş değil. Cenazenin üçüncü günü çıktı evden bak! Siz komşusunuz, ahabım çıktı evden, o da çıktı, çıkış o çıkış! Kim götürecekt beni, kim benim derdimi paylaşacak! Ben abimi bekliyorum, deyar olmak istiyorum ben yav! Biraz konuşsam, anlatsam rahatlıyorum ben. Ramazanda kabristana gittim, düşünüyorum şimdi eve nasıl gireceğim! Geldim evin önüne. İçeriye girdim ki bizim çocuklar, yeğenler burdalar, sevindim, sağolsunlar. Bir iyi oldum ama! Abim bekliyorum yanımda olmasını, ama yok. Başına gelen, “Allah sabır versin, kolay değil”

diyor, yakınların ise bir tek senin mi başına geldi diyor. Dostum, arkadaşım “Gel bir çay içelim diyor, şuraya gidelim bunu yapalım diyor, ama gel kör ki öz kardeşin bunu demiyor. Ben ağlıyorum şurda, hemen yanımda şu balkonda teyp çalınır mı yav! Bize ne dedi biliyor musun? “oğlunuzun tayinini buraya çıkarttırdınız, oğlunuz o yüzden öldü dedi!!! Benim tahminim ama, niyet okumayım, bunlar ne dediler kendi kendilerine, “Gelinleri evlenir gider, bunlar bird aha yıkılır” dediler. Rabbime kurban olayım, gelinimin anası atası nur içinde yatsın, dul kaldı ama çocuklarının başında durdu. Çocuklarını okutuyor. Kocam öldü, banana deyip bir kocaya gidebilir değil mi? Ama Allah razı olsun gelir gider, oturur yer içeriz, babacım lafi ağzından düşmez. Bunu çekemiyorlar bunu! Dahası var! Bu kadın böyle dul kalacak değil ya, evlenir gider dediler benim yanımda, kulağım duydu bunu. Gelinimizin babası da duymuş bu lafları, sakacı bir adamdır. Beni çağırdı birgün yanına, gel bi sigara içelim dedi, sonra dediki, “Benim anam herif almadı ki kızım alsın, alacak adamın alnını karışlarım!” dedi! Nasıl moral oldu bize. Gelinim ehliyetini aldı, çocuklarımızı okula getirir götürür. İki tane yetimim var, elhamdülillah okuyorlar işte.

Rahmetlik Müftü Hacıahmet efendi derdi ki bana, “Mesainden çalma, akşam eve vardığında sofrada çocuklar kaşığı eline almış, bir düşün bakalım, sor kendine, ben bugün yevmiyeyi hakettim mi, Allah rızası için ne yaptım? Maaşını aldığın zaman beş kuruş da olsa bir fakire ver, hele yetime, öğrenciye verirsen daha iyi, daha sevap. Maaşının zekatı o. Maaşın artar, eksilmez. Onu da izah edeyim. Birşeyler alıp veriyorsun ama maaş bitmiyor, maaşının bereketi o işte. Çoğu insan az birşey aldım ama param bitti, maaşım gitti diyor çünkü maaşının zekatını vermiyor.” Cenab-I Allah’a övünüyor gibi olmasın Süleymanım, rahmetliğim gibi çoğu insanın elektrik parasını yatırdım ben. Çok adamdan para topladım garibanın elektrik parasını yatırmak için. ben de oğluma derdim, bak oğlum, çalışıyorsun, dürüst çalış, kaytarma, fakiri gözet dedim. Elektrik kesmeye gideceksin mesela, bir var, bir daha var, hemen kesme derdim. Ben çok yaptım bunu, iş son raddeye mi geldi, daire sıkıştırıyor mu artık kes diye, üç lira senden beş lira ondan toplarım garibanın parasını yatırırdım. Rahmetlime derdim, oğlum bunu yap, Allah kazadan beladan korur. Ondan bana, benden ona en güzel hatıra bu kaldı. Çarşıda pazarda çok duydum oğlumun iyiliklerini. Naapalım, ömrü kısaymış. Ummadığın adam ssöylüyor mesela senin oğlun şöyle iyiydi böyle yardım ederdi diye, gurur duyuyor insan. Ölümünden korkma, amelinden kork diyor değil mi? Şunun altın birgün gireceğiz! Bir hoca dedi ki, oğlunuzun bir yeri ağrımadı, bir yeri sızlamadı, yarın

cennetin kapısında o sizi karşılayacak, “Bunlar benim annem babam, onları da alın içeri” diyecek dedi.

Eşini, kızını kaybetmiş bir arkadaşım var, öğretmen emeklisi. Ben çareyi namazda buldum dedi bana. Oğlumun öldüğü günün akşamı oturuyor yanımda, “Kalk! Camiye gidelim, teravihi camide kılalım. Nasibini alacaksın şimdi alacaksın sabırdan, yoksa bir daha alamazsın!” dedi. Gittik, sonra bana teşekkür etti. “Ben nicesini gördüm, git başımdan, namaz da neymiş diyen!” dedi. Bunaldığım zaman açar Kuran okurum. Çok düşünürsen, Allah muhafaza kafa gidiyor Süleyman! O an gözümün önüne geldiği zaman dünyayla bağlantım kesiliyor sanki. ‘La havle... diyorum. Bak şimdi söylüyorum bunu da! Şu halıda resmi görünür mü? Şu desenle var ya, oğlumun resmini görürdüm orada ilk zamanlar. Ama Cenab-ı Allah bir taraftan da serinletiyor beni, onu da söyleyeyim. İlk günkü gibi kalsa yaşayamaz insan.

Vaka V (Ağaçtan Düşüş ve Kalıcı Sakatlık):

Elli yedi doğumlu, öğretmen emeklisi bir komşumuzun hayat hikayesine şahitlik ediyoruz. Bir sonbahar sabahı ceviz toplamak için annesi-babasıyla bahçesine gidiyor. Ağaçtayken ayağı kayıyor ve yaklaşık beş metre yüksekten, bir dala da belini çarparak yarı omuz yarı başı sert bir şekilde yere düşüyor. Oradan geçmekte olan bir bahçe komşusunun yardımıyla hastaneye kaldırılıyor. Boyun kırılması ve omirilik zedelenmesi sebebiyle yaklaşık iki yıl yatağa mahkum kalıyor. Yaşlı anne-babası kendisine refakat ediyor. İki yılın ardından tedavi sonucu belden yukarısı normal fonksiyonlarına devam ediyor fakat belden aşağısı tutmuyor. Anne –babasının iki katlı evinin ardiye gibi kullanılan giriş katı normal bir ev gibi inşa ediliyor. Sakat kalan adam, günün çoğunu evin önüne konan ikili kanepede ya da giriş katındaki holde oturarak geçiriyor.

Bir gün kardeşimle çay ocağında sohbet ederken yanımıza sakat kalan amcamızın babası geliyor ve birini soruyor. Aradığı kişiyi görmediğimizi söyleyerek çay ikramı için davet ediyoruz. Sohbet koyulaşınca oğlunun durumunu soruyoruz. Amcamız derin bir iç çekiyor, oğlunun ve kendilerinin çektiği acılardan bahsediyor. Oğlunun ağaçtan düştüğü günden bir önceki akşam annesiyle kavga ettiğini ve bağırarak konuştuğunu, kalbi kırılan hanımının hiçbir şey demeden sessizce ağladığını söylüyor. Hanımının bu sessiz tepkisinden, ciğerinin yanmış olabileceğini ve oğlunun ağaçtan düşüp yatalak kalmasını da buna yordugunu belirtiyor. Bunun üzerine diyecek bir şey bulamıyoruz önce. Olayı böyle yorumlamaması gerektiğini söylüyor, müsaade isteyen amcamızı acil şifa dileklerimizle uğurluyoruz.

Sakat kalan komşumuzun evi, bizim evin yüz metre kadar yukarısında. Eve geliş-gidişlerimde bazen üst yolu kullanıyorum ve onu daha sık görmeye ve onunla sohbet etmeye çalışıyorum. Yaz günleri hep evinin önünde oturuyor, yanında da ya anne-babası, ya da komşulardan bir kaç kişi oluyor. Gelip geçerken bazen sadece selamlaşıyoruz, bazen de beş-on dakikalık sohbetler ediyoruz. Komşumuzun evinin önünden geçerken mahcubiyet hissettiğim oluyor. Oturur halde durmak zorunda kalan birinin gözleri önünde yürürken adımlarımdan utandığımı hissediyorum. Sohbetlerimiz sırasında kendisine acıdığım için orada bulunmak zorunda olduğuma dair bir algı oluşmaması amacıyla davranışlarımı kontrol ederken, -mış gibi davrandığıma, yapmacık olduğuma dair bir vesveseyle boğuştuğum zamanlar da oluyor.

Komşumuzun yaşlı bir dut ağacı var. Bahçemize gelip giderken yaprağından çok denebilecek kadar dutlu dalları yola sarkmış ağacı her gördüğümde engelli abim aklıma geliyor. Ne kendisi ne ana-babası buna güç yetirebilir diyerek, belki bu şekilde bir yardımım dokunur hevesiyle dutları toplamak için müsaade istiyorum kendisinden. Gidip toplayacak kimsesinin olmadığını, istediğim kadar alabileceğimi söylüyor. Ramazan günleri sahurdan sonra vakit geçirmek için birebir oluyor bu iş benim için. Dutların bir kısmını kendisine vermek, bir kısmını da komşulara dağıtmak hevesiyle, annemin de dikkatli olmam, düşmemem için ettiği tembihlerle yola koyuluyorum. Meyveleri toplarken sakat kalan amcamın ağaçtan düşüşü geliyor gözümün önüne. Bu bahçedeki ceviz ağacından düştü çünkü. Anlık bir mesele, ayağın kayması veya dal kırılması neticesinde düşüp sakat kalma ya da ölme ihtimali var. Tutunduğum dala sımsıkı sarılarak dutları topluyorum ve iftardan sonra amcamızın evine götürüyorum. Yolda yine tereddüt halindeyim, kaş yapayım derken göz çıkartmaktan korkuyorum. Ya ağaçtan düşüşünü hatırlatmış gibi olursam, acıma duygusuyla bunu yaptığımı düşünürlerse? Tam aksine samimi bir halde karşılıyorlar beni, teşekkürlerini sunup dua ediyorlar. Başka mülahazalarla başbaşayım şimdi. Amcam, sen nimeti toplamaya çalışırken sakatlandın, sahibi olduğun başka bir nimeti toplayıp ayağına getirten Rabbin var diyorum içimden. Evden ayrılırken yine bir mahcubiyet ve mahzunluk var üstümde, ben yürüyorum önünden, adımlarımdan utanıyorum yine. Yakındaki cami yolundayım, doğuştan ama, sadece bir metre yakınına görebilen Ahmet çıkıyor önüme. Tedirgin ve yavaş adımlarla düşmemeye çabalayarak yürüyor önümde. Yavaşlıyorum ve camiye kadar birlikte yürüyoruz. Ben camiye, o ise çay ocağına yöneliyor. Cesaret bulursa bir masaya oturacak ve garsonun şekerini karıştırdığı çayını el yordamıyla bulup içecek. Caminin ilk cemaat yerinde her yatsı namazında olduğu gibi tekerlekli sandalyesiyle

başka bir hemşehrim var, yine aynı yerde. Caminin iç kısmı iki basamaklı merdivenle ikiye ayrılmış olduğu için istese de katılamaz cemaate. Hemen yanına saf tutuyorum, ikimiz de bizi var edenin huzurundayız. Secdede alnım yere değerken o biraz daha fazla eğilerek secde ediyor; sen sağlamsın, teslimiyetin vücut dilindeki halini sergile deniyor bana; ona da, buraya gelmen yeter, ima ile kıl namazını deniyor sanki. ‘Ya Rabbi, yürüyemiyorum ama davetine icabet ettim!’ der gibi duruyor sanki. Acizim, mahcubum ve bedenim eridikçe küçülüyorum sanki secdede; günahlarım, hatsiz sorgulayışlarım, doymak bilmez arzularım dökülüp gitsin istiyorum içimden. Namaz sonrası yine hayatın akışına, olasılıklar dünyasına dalıyoruz. Herkes bir engelli adayı, herkesin imtihanı farklı, dert etme dua et diyorum kendi kendime.

Kendisi:

“Yaklaşık on sene oldu ağaçtan düşeli. Otuz sene Ankara da çalıştım. Şu anda altmış yaşındayım. Elli yıl, sizin gibi işte sapasağlam insanlar gibi yaşadık. Elli yıl sonunda başımıza Allah tarafından böyle bir şey geldi. Ona da katlanıyoruz işte, her şey Allah’tan, kaza ve kader Allah’tan. Hayır ve şer Allah’tan. Onun için, Allah kimseye böyle bir kaza bela vermesin yani, zor! Sürekli yatmak, oturmak kolay bir iş değil biliyor musun? Düştüm, yoğun bakımda yattım Kayseri’de iki üç ay. Sekiz ay hastanede yattık böyle, sırtüstü. Boynum kırılmış, omurilik zedelenmiş. Platin var boğazımda. Allah tarafından işte, Cenab-ı Allah bize böyle bir hayat şansı tanıdı. Bizim gibi böyle bir olay yaşayıp da yaşayan, yani boynu kırılan, omuriliği zedelenen insanların yaşama şansı yüzde iki buçukmuş Türkiye’de. Bilirsin zaten, filmlerde falan görürsün, boynu kırıldı mı ne yapıyor, ölüyor adam. İnsan başına gelince anlıyor neyin ne olduğunu, başına gelmeden hiçbir şey bilmiyorsun. Şu anda insanlar geziyor dolaşıyor amma başına bir kaza gelince anlıyor. Yoksa önden önce ne omurilik aklına gelirdi, ne sinir aklına gelirdi. Böyle bir durumda insana 72 saat içinde yaşama şansı veriyorlar, yani yetmiş iki saat içinde ölmezse yaşama şansı oluyormuş. Üç gün kritik yani. Allah yardım etti, atlattık ama çok tedavi gördük. Ankara’da Hacettepe’de, özel bir hastane var İncek’te, GATA’da doğudan gelen askerlerle, gazilerle birlikte fizik tedavi gördük. Sekiz ay kımıldamadan böyle yattık. İnsanı yediren, içiren, uyutan, kaldıran hep beyin. Boyunla beyin arasında bazı bölgeler varmış, halka şeklinde, benim C3, C4 kırık, C5 C6 çatlak. Doktorlar yaşama şansı çok az demişler. Mesela düşersin kolun kırılır, elin kırılır, mide ameliyatı olursun iyileşme şansın var, ama benim yaşama şansım çok azmış. Omurilik zedelenmesinde sinirle bir yılda bir milim iyileşirmiş, ona da iyileşme garantisi vermiyor yani doktorlar, ihtimal yani. Ben buna şükrediyorum, düştüğümde

hiç kalkamazdım. Eylül 2008, ramazan bayramı arife günüydü düştüğümde. Ben Arabayla geldim Ankara'dan. Arabada bir şey olmuyor bak, kaza falan. Sahurdan sonra çıktım yola ama bazı şeyleri hatırlıyorum, bazı şeyleri hatırlayamıyorum. Bozuk kaset olur ya, kaset bir çalar bir çalmaz, onun gibi kesik kesik hatırlıyorum.

Hiç kimse bir şey yapamaz yani, alınına yazılmış o, çekeceksin, kader! Hani derler ya doğuştan herkesin alinyazısı, kaderi çizilir. Allah tarafından bu, sen oraya gideceksin. Diyorum ya, Ankara'dan o yoğun trafikte geliyorum bir şey olmuyor, şu kısacık mesafeden, evden bağa gidiyorum orda oluyor. Acaba benim kan şekeri mi düştü, tansiyonum mu düştü? Bilmiyorum.

Hastanede çok kaldık, iyi insanlar da var, kötüler de ama iyi insanlar çoktu. Astım hastalığı da var bende, bazen ihtiyaç olduğunda yatağın yan tarafına vurarak hemşireleri çağırırdım, sese gelirlerdi. Allah kimseyi düşürmesin, ama eksik de etmesin tabii ki. Allah sabrını veriyor, bizim hastalık sabırla ilgili bir şey! Sabırlı olmazsan, sabretmesen bazıları ne yapar, bazen duyuyorum işte, bazı hastanelerde kendini kaldırıyor atıyor intihar ediyor adam. İyileşme imkânı olmuyor ya, mesela bizim de bir akraba vardı, Kayseri'de, sinir hastalığıydı galiba, intihar etti. Sabır işi bu, Allah'ı Teâlâ da bana sabır veriyor. Sabır olmazsa başka ne türlü geçecek zaman?! Dayanıyorsun, Allah-u Teâlâ bir dayanma gücü veriyor. İlk zamanlar hep sordum, "Niye başıma geldi bu? Bir hatam mı oldu, neyin cezası bu?!". İncanın var, Müslümansın sonuçta. İmanın şartlarından biri ne? Kaza ve kadere inanmak. Hayır ve şerrin Allah'tan geldiğine inanmak. Şimdi ne sen bana bir şey yapabilirsin ne ben sana bir şey yapabilirim. İnsan insana bir şey yapamaz ki, Allah tarafından her şey. Hani diyorlar üfürükçüye gidelim, başına bir kaza gelir, şöyle bir hoca varmış ona gidelim, okudu şöyle oldu, böyle oldu. Ben onlara hiç inanmam. Hoca da senin gibi benim gibi bir adam sonuçta. Dünyanın bütün doktorlarını toplasan da bana diyeceği yürüyüş yap, egzersiz yap. Zaten gücüm kuvvetim olsa ben gezer dolaşırım. Otuz yıl öğretmenlik yapmışım, sekiz on saat ayakta dururduk. Allah bir dayanma gücü veriyor, otuyorsun da kalkıyorsun da, vakit geçiyor. Eskiye baka iyiyim yani, doksan yüz kilo geliyorum ve iki tane hasta bakıcı hareket ettirirdi beni, sağa dönderirler, sola dönderirler... Şimdi kendim yatıyorum kendim kalkıyorum. Çok şükür, otomatik arabamı kullanabiliyorum, gezip geliyorum, olağanüstü bir şey bu, çok şükür. Şükretmeyi bileceksin, her şey Allah'ın takdiri. Şunu da ekle! İnsanlara sesleniyorum, dün ben de sizin gibiydim, yarın siz de benim gibi olabilirsiniz!"

Annesi:

Çok zor oğlum çok zor. Ben de hastayım zaten, yaşlıyım. İnemiyorum, çıkamıyorum, gücüm yetmiyor ama Allah sabrını veriyor işte. Kolay mı evladının bu halde oluşuna dayanmak. Böyle yatıp durur işte. O gün bağa gidecektik. Bağ yolundan döndü harıma gitti. Çıkma dedim ağaca. Ağacın hepsini indirme yok zaten, bir iki tane ceviz vardı, elinde değnek yok sepet yok. Çıkmasıyla düşmesi bir oldu. Ne diyeyim oğlum? Ben konuşma bilmem fazla, Allah sabrını veriyor. Amma şunu diyeyim eskidenmiş düğünü diriye bilmek, hastayı komşuyu ziyaret etmek.

Buralarda eskiden çokça yaptığımız bazı davranışlar günümüzde yadırganıyor. Mesela mahallede birisi öldüğünde cenaze yakınlarına saygı için evde televizyon, radyo açılmazdı. Akrabalardan birisi vefat ettiği zaman düğünler ertelenir veya yakınlarda bir cenaze olduğu vakit düğün çalgısız olur, gürültü yapılmazdı. Cenaze evine komşular üç gün boyunca tepsi tepsi yemek götürürdü. Ama şimdi cenaze sahipleri yemek derdiyle uğraşılıyor! Büyüklerin yanında çocuk sevemedik biz. Kaynana, kaynata, gelin, damat birarada yaşanırdı ya hani? Belki gelinlerden biri çocuğunu yitirmişti, yanında seversen acısını tazellersin, sana imrenir de üzülür diye korkarlardı. Rahmetlik kocamınan bir yere gittiğimizde o önden, ben de birkaç adım arkasından yürürdüm. Niye? Belki bizi camdan pencereden bir dul yan yana görürse iç çeker, imrenir diye korkardık. Böyle öğretiler bize. Saygı vardı önceden saygı! Hal hatır sorma vardı, hediyeleşme vardı, oturup konuşma vardı. Şimdi şu televizyon denen şey çıktı, insanlar birbirlerine gidip gelmez oldu. Oturup konuşacak insan yok.”

Vaka VI (Zihinsel Engelli Komşu):

Elli dokuz doğumlu, hem akrabam hem de komşum Hacı Abimin hayat hikayesindeyim. Beş-altı yaşlarındayken bir hastalık geçiriyor ve zihinsel melekelerini yitiriyor. Komşular arasında anlatılanlara göre, dayısı ile tarlada vakit geçirirken kendisine bir hayvan gösteriliyor. Gördüğü hayvan o yaş çocuklarının çevresinde görmeye alışık olmadığı bir şekle sahip. Bir gece uykuya hazırlanırken kaldığı odadaki nesnelerden birini gördüğü hayvana benzetiyor. Sebebini anlatamadığı hıçkırıklarla, bağırışlarla ailesini uyandırıyor. Ertesi günlerde doktora, halk arasında geleneksel tedavi yöntemlerine güvendikleri kişilere götürüyorlar. Tüm teşhis ve tedavi çabaları sonuçsuz kalıyor. Sebebini anlayamadıkları sonuç olarak zihinsel engelli etiketiyle hayata devam ediyor. Asıl adı Ömer fakat halk ağzıyla ilçedeki diğer zihinsel engelli bireylere hitap edildiği gibi “Deli Hacı” şeklinde anılıyor.

Kendisini ilçede tanımayan yok denecek kadar az. Her sabah erkenden çay ocaklarına veya kıraathanelere gidiyor. Dükkân sahibinin veya başka bir müşterinin gönlünden koparsa bir çay ikram ediliyor, olmazsa masalardaki içilmiş çayları yokluyor, bardakların dibinde kalan çayları içiyor. Aşırı derecede sigara içiyor. Babası kendisini bundan vazgeçiremeyeceğini bildiği için her gün iki-üç paket sigarayı odasına bırakıyor. Üzerinde her zaman aynı elbiseler var. Kalın bir kumaş pantolon, yazın ince bir gömlek, kışın bir oduncu gömleği ve yaz-kış giydiği ince bir ceket.

Sokağın en başında, yolun kenarındaki evlerinde oturuyor. Kendisine tahsis edilmiş, her zaman serili halde bir yer yatağı ve oda boyunca serilmiş bir halıyla kaplı bir odada kalıyor. Bazen ailesiyle, bazen de ilçedeki düğünlerde, cenaze merasimlerinde ikram edilen yemeklerle hayatını devam ettiriyor. Sabahları ve akşamları genelde, evlerinin hemen yanındaki amcasının evinin önündeki, kemer şeklinde inşa edilmiş giriş kapısının bir köşesine kıvrılıyor. Soğuk kış gecelerinde dahi ceketini, başını da gizleyecek şekilde üstüne çekmiş halde yere yatıyor ve ceketin bir kolunu baca gibi kullanarak ardı ardına sigara içiyor. Bu esnada veya sinirlendiği zamanlarda, ne dediği anlaşılmayan sesler çıkartıyor. Öfkelendiği zamanlar da başına, yüzüne vurarak öfkesini dindirmeye çalışıyor. Bu durumu bilenler, mahallenin çocuklarını onun yanına götürecekleri tehdidiyle korkutuyorlar. Yoluna gidildiğinde veya öfkelenendirilmediğinde gayet sakin ve zararsız olduğu biliniyor. Örneğin acıktığı zamanlarda en sevdiği mantıyı kendisi hazırlayabiliyor.

Annesi bundan yirmi yıl önce vefat ediyor. Annesini vefatındaki gözyaşları mahallelinin hafızasına kazınmış durumda. Zihinsel melekeler diğerleri gibi olmasa da, normaldışı davranışlar sergilese de akan gözyaşları diğerlerinininki gibi, keder ona da aynı etkiyi yapıyor. Kırk dokuz yaşında iken soğuk algınlığı sebebiyle hastalanıyor ve yatağa mahkûm kalıyor. Tedavi sonuç vermiyor ve vücudu günden güne eriyor. Yaklaşık üç ay süren hastalıktan sonra bir bahar günü ikindi vakti vefat ediyor. Vefat haberini alınca komşu evlerden birinde toplanıyor insanlar. Kalabalık yok, on beş-yirmi kişilik akraba ve eş dost var. Cenazeyi hastaneye götürmüyorlar. Odasında üzerine battaniyesi örtülmüş halde sabahlıyor cenaze. Sabahleyin salası veriliyor. İlçede tanındığı ve anıldığı ismiyle değil, “Ali oğlu, Ömer ...”

Cenazeyi yıkamaya gidiyoruz. Yüzünü açtığımda gözlerinin yarı açık olduğunu görüyorum. Çok zayıflamış, ayak bilekleri başparmağım kalınlığında. Yaşadı ve gitti, ölümsüz gerçeğe gitti diyerek kendimi bir an onun yerine koyuyorum, gözlerim açık kalmış halde kendimi hayal ediyorum ve o yarı açık gözlerle kendime bakıyorum.

Telaşım, çabam, çırpınışlarım ne için diye soruyorum. Kefenliyoruz mevtayı ve tabuta yerleştiriyoruz. Birkaç yüz metrelik cami yolunda geçenler omuz veriyorlar tabuta. Musalla taşına koyuyoruz ve tebeşiri alıp, bir gün benim adımları da yazacakları küçük kara tahtaya yazıyorum: “Hacı Ömer Doğanay, Doğum: 1959 Ölüm: 2007...”.

Babası:

“Evlattır oğlum, atsan atılmaz, satsan satılmaz. Beş çocuğumdan en büyüğüydü. Küçükken bir şeyden korkmuş diye biliyor herkes; dayısı bir şey göstermiş, korkmuş, aklını yitirmiş diye. Rahmetli eşim bunu kabul etmezdi, harman zamanı traktörün kasasından baş aşağı düşmüştü, eşim hep buna bağlardı oğlumun rahatsızlığını. Eşim bu duruma çok üzülürdü, çocuğunun bu haline mi yansın, buna sebep olanın kardeşinin olduğunu düşünmelerine mi?

Bir yaz günü, tarlaya gidecektik, uyandım ki eşim hareketsiz yatıyor, kalp krizi geçirmiş, vefat etti. Dayanamadı garibim bu duruma derim ben de. Küçük kızım ve ben kaldık evde. Kızım sağ olsun, hem bana hem abisine baktı anası vefat ettikten sonra. Çok zordu tabi, rahatsızlandı kızım bir ara. Genç kız, evlilik çağı geldi geçiyor. Akranları çoluğa çocuğa kavuştu, benim kızım hala bekar. Zihinseldi rahatsızlığı, kolay mı? Anasının ölümü, engelli abisinin durumu, benim halim, yaşlı bir adamım. Karşı komşumuza kafayı taktı kızım, araya kavga ederlerdi. Kızım gider kadını azarlarmış, sen konuya komşuya bu kız kafayı bozmuş diyormuşsun diye bağırır çağırırdı. Senin yüzünden evlenemiyorum dermiş. Komşumuz da anlayışlıydı sağolsun, sesini çıkarmazdı. Adana’ya çok götürdüler kızımı, ruh hastalıklarına. İlk başta fayda etmedi doktorlar, hastaneler. Sonra düzeldi, sakinleşti. Eşinden ayrılmış biri geldi istedi kızımı, everdim. Allah mesut bahtiyar etsin. Sağolsunlar iki güne bir gelir yemeğimi hazırlar, evimi temizler kızım, damat da gönlümü kırmaz sağolsun.

İlk zamanlar oğlumun sağlığının düzeleceği umudu hiç tükenmemişti, her gün dua ederdim. Babasının elinden tutmuş bi çocuk görsem, kravatını takmış işine giden bir delikanlı görsem bakakalırdım arkalarından. Benim çocuğum neden böyle dediğim, ota çöpe kızdığım zamanlar da olurdu ama sonra alıştık. Her gün kanı içine akar mı insanın, benimki aktı işte. Niye bu çocuğum da herkesler gibi değildi? Babanla aynı yaşıydı mesela amma elli yaşında bir bebektir oğlum, yüzümdeki bu derin çizgiler boşuna oluşmadı. Kış geceleri ben bazen sobanın yanındayken bile üşürken bu çocuğum sokakta taşta yatar fosur fosur sigara içerdi. Gecem belli değil, gündüzüm belli değildi. Benden korkardı mesela, saygılıydı bana karşı. Ama çarşıda pazarda bazen oğlumla dalga geçerlerdi, şaka yapıyorlar güya. Kızdırlardı çocuğumu, ne diyecen? Millet

anlamıyor ki, senin çocuğun da öyle olsa, sakat olsa yapabilir misin aynısını? Yapamazsın, yarayı anlarsın çünkü. Anlayışsız insan çok, halden anlayan da var tabi. Baban çok kızardı mesela oğlumla dalga geçenlere. Cahilliklerine veriyorum.

Yapma dediğim bişeyi yapmazdı oğlum, otur derdin oturur, git derdin giderdi. Tarla tapan işlerinde çok yardım etti. Allah'ın emanetiydi işte oğlum, mezarını nasıl süsledim gördün mü? Garibin cenazesi de garip oluyor, kaç kişi vardı mezarında? Geldi, yaşadı, gitti. Hayat da böyle, geldik gidiyoruz işte. Oğlum garip geldi, garip gitti. Hiçbir namazımı kaçırmam ben, camiye giderim, cemaatle kılarım. Orada buluyorum huzuru. Hatun gitti, oğlum gitti, ben de giderim yakında. ”

Vaka VII (Sekiz Saatlik Ömrüyle Bebek)

Otuz yaşında bir öğretmen ve yirmi üç yaşında ev hanımı eşi. Üç çocuklu bir ailenin en küçüğü olan öğretmen, görücü usulüyle evlenmiş. Mutlu bir evlilikleri var. Düşünden dört ay sonra bayan hamile olduğunu öğreniyor. Hamilelik dönemi, bir çocuk sahibi olmanın ve bebeğin getireceği mutluluğun, huzurun ümidiyle geçiyor. Öğretmenin babası bir din görevlisi ve evinin bir odasını da kütüphaneye çevirmişler. Muhafazakâr ve mütedeyyin bir kimliğe sahip olan şahıs ailesini de geleneksel dinî yaşayışa uygun bir şekilde yetiştirmeye, eğitmeye çalışmış. Bu nedenle öğretmen ve eşi, Allah'ın takdiridir diyerekten çocuğun cinsiyetini öğrenmek istememişler.

Doğum vaktinden önce anneyi hastaneye yatırıyorlar. Doğum gerçekleşiyor ve bebeği annesinin kucağına vermeden yoğun bakıma alıyorlar. Yedi-sekiz saat sonra doktor, bebeğin ciğerlerinin su topladığı, tüm müdahaleleri yaptıkları ancak bebeği kurtaramadıkları haberiyle geliyor. İsmi dahi konmamış bebek bir beze sarılıyor ve aile içi merasimle toprağa veriliyor.

Bebeğin Babası:

“Değişik bir duygu, anlatılmıyor ki. Senden bir parça, doğuyor ve ölüyor. Bir bebeğim olacak diye çok seviniyordum. Allah'a hep dua ettim, sağlıklı olsun da kız olsun erkek olsun fark etmez diye. Sorguladım kendimce, acaba doğum esnasında doktor kaynaklı bir hata mı oldu, bizim bir şeyler yapmamız gerekti de biz mi yapmadık diye. Küçücük çocuk, suçu neydi dedim. Bizim için bir ceza mı yoksa mükâfat mıydı bu? Allah'ım bir günah mı işledim, yoksa bir melek mi gönderdim, bir meleğin babası olmamı mı istedin Allah'ım? Toprağa koyarken canım çok yandı. Ahirette şefaathimiz olur inşallah diyerek babam teselli etti bizi. İnanıyorum ve eminim ki kızım cennette şimdi. Öbür dünyada göreceğim onu ve dünyada diyemediysem de onu çok sevdiğimi söyleyeceğim.

Ayşe Mücella anısına... Her insanın beklentisidir, belki de hayatın olmazsa olmazıdır, evlenmek, çocuk sahibi olmak, hayata aile olarak devam etmek. Evlenen her birey çocuk sahibi olmak, anne-babalık duygusunu tatmak ister. İnsan yetiştirmenin verdiği hazzı ulaşmak ister. Kimisi bunları planlı ve bilinçli bir şekilde gerçekleştirirken kimisi de geliş güzel plansız programsız, çok nadir de olsa belki de istemsiz yaşar bütün bu durumları.

Evliliğimizin dördüncü yılı idi. Allah tecellisini Ayşe Mücella'nın annesinde göstermiş. Kızım anne karnına düşmüştü. Belki de bu yüzden vermiştik ona Mücella ismini, tecelli eden demek çünkü. Büyük babaannesinin ismiyle de birleştirdik, Ayşe Mücella hâsıl oldu.

Çocuğun anne karnında olduğu zaman zarfında babalar, henüz baba olduklarının farkında olamıyorlar sanırım. Bu süre sadece hayaller ve beklentilerle geçiyor, hayatın bekleme salonu gibi! Bu bekleyiş içerisinde ufak tefek sorunlar, hastalıklar yaşansa da beklentiler, umutlar hiçbir zaman tükenmiyor. Kızım anne karnındayken, yedinci aydı yanlış hatırlamıyorsam, ciddi bir sıkıntı yaşamıştı, hastaneye götürmüştüm eşimi. Çok şükür ki rahatlatıcı bir haberle dönmüştük, gayet sağlıklı demişti doktor. Sanırım orda yaşanan ve tam olarak fark edilmeyen bir problem kızım ve bizim için kırılma noktası oldu sanki. İlerleyen zamanlarda bu rahatsızlık zaman zaman baş gösterdi ama gittiğimiz her doktor, hastane bizi bir sıkıntı olmayacağı vaadiyle geri gönderdi. Hamileliğin sekizinci ayında gittiğimiz hastane işin içinden çıkamayınca daha kapsamlı bir inceleme için tıp fakültesine yönlendirdi. Onlar da bir sorun olmadığını söylediler ama içimize bir kurt düştü. Tedbir bizden takdir Allah'tan dedik, profesör unvanlı bir doktora müracaat ettik. Muayene sonrasında eşimi acilen hastaneye yatırmam gerektiğini, bu şekilde beklersek eşimi dahi kaybedebileceğimizi söyledi. Doktorun söylediklerinin şoku, stresi ile soluğu tekrar tıp fakültesinde aldık. Tehlikenin boyutlarını da orada fark etmeye başladık.

Her şeye rağmen umudumuzu hiç kaybetmedik. Ertesi sabah eşimi ameliyata gönderirken hiçbir olumsuz şey düşünmemeye çalıştım. Sabırla beklemeye koyulduk. Ameliyatın bittiği ve eşimin yaşadığı haberi geldi. Haberi aldığım anda ne yaşadığımızı tam olarak idrak edemesem de sanırım umuda bağlı kırık bir mutluluk vardı. Eşim çok şükür sağ salim çıkmıştı ameliyattan ama kızım yoğun bakımda küveze alınmıştı. Uyanmamış ve ağlamamıştı! Olsun! Sağ doğmuştu ya, şükürler olsun dedim.

Doktorlar bir sürü sıkıntı sıraladılar. Hiçbirini beynim almıyor ve anlamlandıramıyordum. Sadece şu sorunun cevabını bekliyordum, "Kızım ne olacak?!".

Yoğun bakıma gidip kızımı ilk gördüğüm andaki hislerimi anlatamam. Uzun bir süre sadece kızıma baktım. Etraftaki hemşireler sanki benimle konuşmak istemiyorlar, benden bir şey saklıyorlar gibiydi. Bu his beni çok ürküttü. Sadece ihtiyaçları sıraladılar ve benden bunları bir an önce tedarik etmemi istediler. Bu, kızım için ilk harcamalarımıydı. Bu çok garip bir duyguydu, markete girince istediği yiyecekler alınan çocuğun ve babanın mutluluğu gibi!

Doğumdan sekiz saat geçmişti. Kızım sekiz saattir dünyadaydı. Ben de kendimi sekiz saattir bir baba gibi hissediyordum. İhtiyaçlarını aldım, asansörü sabırsızlıkla bekliyorum. Geldim yoğun bakım ünitesine, nöbetçi hemşirenin gözleri sürekli benim üstümde. Kötü giden bir şeylerin olduğunu sezdim. Hala kulaklarımda çınlar, hemşire ‘Başınız sağ olsun!’ dedi! Sanki yüksek bir tepeden düşer gibi oldum. Kızımı tekrar görme isteğim o kadar fazlaydı ki, ama müsaade etmediler, morga gönderdik dediler. Bütün bu duygu karmaşası ve çöküntü içerisinde bir kadının yeni doğmuş bebeğiyle taburcu edildiğini gördüm. Ruhsal çöküntüm bir kat daha derinleşti! O gecenin nasıl geçtiğini hatırlamıyorum. Ertesi gün morg koridoruna girdiğimde kendimi bir kuyunun içinde kalmış ve ömür boyu oradan çıkamayacakmış gibi hissettim. Kucağıma küçücük, bembeyaz bir şey tutuşturdular. Kızımın bedeni kucağımda! Ama kızımın ölüsünü kucağıma aldım ya, o çöküntü içindeyken az da olsa bir su serpti yüreğime. Mezarlığa kadar kucağımdan hiç bırakmadım. Cenaze aracına konulup yüzünü gösterdiklerinde artık dayanamadım, kendimi bıraktığımı hatırlıyorum. Mezarına koyarken hiç takatim kalmadı. Bir iki kürek toprak atmak nasip oldu, ebediyette onunla görüşünceye dek! Onu her ziyaret ettiğimde biliyorum ki o bizi cennet kapısında bekliyor ve birlikte cennete gideceğiz inşallah!”.

Bebeğin Annesi:

“Bebeğimi kucağıma hiç alamadım ki! Öldüğünü söylediklerinde sanki hastanenin duvarları üzerime yıkıldı. Ne yapacağımı, ne diyeceğimi bilemedim, neden aldın Allah’ım dedim. Hamile olduğumu anladığımda yaşadığım mutluluk ve şimdi çektiğim acı, Rabbim ben bunu hak edecek ne yaptım dedim. Eşime çok üzüldüm. Hem beni teselli etmeye çalışıyor hem ağlıyordu. Annem, babam herkes çok üzgündü. Kimisi sakin, sabırlı olmamı söylüyor kimisi de bana sarılıyor, gözyaşımı siliyordu. Hiçbir şey duymak istemiyor, öfkeyle bakınıyordum etrafa. Arayan soran herkes sabretmem gerektiğini, imtihanımın ağır olduğunu söylüyordu. Neden ben, neden benim çocuğum öldü diye sordum hep. Ama günler geçtikçe alıştım bu duruma sanki. Gebeyken bebeğim için ördüğüm hırkaları, kazakları saklıyorum sandığımda. Hele hemşirenin

bebeğimi sardığı örtüyü hala koklarım ara sıra. Kendimden bir parçayı doyasıya öpüp koklayamadan, anne demesini ve bana doğru koşmasını göremeden, bağrıma basamadan toprağa vermek çok zoruma gitti.”

Vaka VIII (Anne ve Çocuklarının Ölümü):

Yıl 2006. İki kız çocuğu sahibi, asgari ücretle çalışan 1979 doğumlu bir genç. Servisle işe gitmek için bir ramazan günü evinin önünde beklerken aracın ileride olduğunu görünce yetişmek için koşar adımlarla servise yetişiyor ve yerine oturuyor. Beş dakika sonra hırıltıya benzer bir ses çıkartıyor ve başını pencereye yaslamış bir halde kımıldamadan duruyor. Durumu fark eden arkadaşları şoförü uyarıyor ve servis hastaneye yöneliyor. Hastaneye vardıklarında gencin kalp krizi geçirdiği anlaşıyor ve kalbi tekrar çalıştırmak için şok uygulanıyor. Kalp tekrar çalıştırılamıyor ve genç vefat ediyor.

Ölüm haberi veriliyor eşine ve ailesine. Cenazesi ilçe merkezine getiriliyor. Gencin akrabalarından bir din görevlisi mevtayı yıkıyor. Gencin yüzü bembeyaz, hafiften tebessüm eder gibi ve göğsünde şok tedavisinde kullanılan aletin bıraktığı mor izler var. Cenaze musalla taşına konuyor. Tabutu gören insanların yaklaşp cenazenin kime ait olduğunu öğrendiğinde vücut dilleri o hayret ve acıma duygularını yansıtıyor. Baba ocağında büyük bir hüznün var, annesinin feryadı her yerden duyuluyor sanki, “Mustafam, Mustafam!”.

İkinci vakti cenaze toprağa teslim ediliyor ve akşam iftar için hazırlıklar var. Gencin iş arkadaşlarından on beş kişilik bir grup taziyeeye geliyor. Sokağın başında kalabalığı gören gencin annesi ağlayarak, “Mustafam nerde guzum, onu neden getirmediğiniz!?” diye feryad ediyor, herkesin başı önünde, kimse bir şey diyemiyor. Bir ara arkadaşlardan biri, gencin kalp krizi ile öldüğü için belki hayata dönmüş olabileceğini, bu yüzden mezarlığa gidip cenazeyi kontrol etmek istediğini söylüyor. Birkaç hafta sonra o arkadaşla konuyu tekrar konuştuğumda, gencin ölümünü kabullenemediğini, çıkıp gelecekmiş gibi hissettiğini yineliyor.

Mevtanın biri üç diğeri beş yaşındaki çocukları sokakta diğerk çocuklarla hiçbir şeyden habersiz oynuyorlar. Biri diğerkine, babasının işe gittiğini, uzun süre gelmeyeceğini söylüyor. Akrabalardan birisi çocuklara çikolata almış, dağıtıyor hepsine. Hediyeyi alan her çocuk çekiliyor bir köşeye. Gözler mevtanın çocuklarında, onların gözünde parıltı, bizimkilerde merhametle karışmış hüznün var. Genç, çalıştığı fabrikanın servisinde vefat ettiği için iş kazası olarak kayıtlara geçiyor ve eşine, çocuklarına yetim maaşı bağlanıyor. Ayrıca bu ani ölüm, yıllar evvel amcasının da kalp

kriziyle ölmesini hatırlatıyor aileye ve akrabaların hepsi doktor kontrolüne gidiyor. Bazıları ilaç tedavisini tercih ediyor, bazılarına da kalp durduğu zaman devreye giren kalp pilleri takılıyor.

İki yıl sonra, vefat eden gencin ablalarından birisi, rutin ilaçlarını almayı unuttuğu bir günün akşamında aynı sebeple vefat ediyor. Meyyitenin evi ile annesinin evi aynı sokakta, yirmi metre uzaklıkta. Geride iki bekâr erkek çocuk, bakıma muhtaç kayınbaba ve kaynana, bir de hayat arkadaşı bırakıyor. Kocas, üç-dört ay sonra boşanmış, çocuk sahibi olamayan bir bayanla hacca götürme sözüyle evleniyor.

İki çocuğunun da vefatına şahit olan anneyi ziyaretine her gidişimizde sık sık ölen çocuklarıyla ilgili hatıralarını anlatıyor. Kızının kayınanası ve kayınbabasına yıllardır hürmetle baktığını, çiftçilikle uğraşan kocasına hep yardım ettiğini, kocasının bir lafını iki etmediğini vurguluyor, “Çileli kızım, çıkıp gelir misin yine yanıma?!” diyerek hıçkırıklara boğuluyor her ziyaretimizde. Kızının yerine gelen bayanı eve girip çıkarken gördükçe dayanamadığını, kızına özleminin daha da arttığını söylüyor.

Aradan iki yıl geçiyor. Yüksek tansiyon nedeniyle hastaneye kaldırılan anne, bir haftalık tedavinin ardından evine dönüyor. İki gün sonra sabah namazını kıldıktan sonra tekrar rahatsızlanıyor. Kocas hastaneye yetiştirmeye çalışıyor fakat yolda vefat ettiği anlaşılıyor. Bayanın diğer çocukları, kardeşleri çok üzgün. Annelerinin evlat acısına dayanamadığı, kederinin kendisini günden güne tükettiği yorumlarıyla sessiz sessiz ağlıyorlar. En büyük kızı, çocukken bir gün rüyasında ölmüş dedesinin, annesinin boyunu karışlarıyla ölçtüğünü, sonra “Yeterli değil kızım, iki karış daha büyümen lazım!” dediğini, buna bir anlam veremediğini söylüyor. Annesinin ölümüyle bu rüyasının hafızasında canlandığını, iki karışın ölen iki kardeşini sembolize ettiğini, annesinin ölümüne bu inancı sayesinde bir anlam verdiğini söylüyor.

Bayanın Kızı:

“Annem darlık görmedi çok şükür. Yedi, içti, gezdi... Dört dörtlük yaşadı ama kardeşlerimin ölümü çok etkiledi onu. Bazen rüyama girer üçü de, iyi halde görürüm onları. Sadece birinde erkek kardeşimi kötü halde gördüm. Ölümünden iki gün sonraydı herhalde. Evimizin önüne gelmiş, “Ben iyiyim, ben iyiyim!” diyor, sonra evin önü birden suya dönüyor, kardeşim de suya batıp çıkıyor, çırpınıyordu. Kurtarayım diye merdivenden inerken uyandım. Kendi kendime yordum rüyamı, herhalde kendimizi heder edercesine döktüğümüz gözyaşlarımız, ağrılarımız rahatsız ediyor kardeşimi dedim. Babam, annemin vefatından sonra evlendi. Annemin yerine gelen kadın benimle aynı yaşta. Ara sıra gelirim babamın yanına, ev-bağ-bahçe işlerinde yardımcı olmaya

çalışırım. Oturma odasına annemin bir fotoğrafını çerçeveleterek asmış babam, girip çıkarken gördükçe hep canlanır hatıralar. Annem sağken gidip geldiğim gibi giremiyorum eve. Baba işte, atam. Eskisi gibi samimiyetimi hissettirmeye çalışıyorum ona, o da bizlere eskisi gibi davranmaya çalışıyor ama ne olursa olsun bir tarafın hep eksik kalıyor işte. Bir şey söyleyeyim mi? Anne ölünce her şey bitiyor, yaşadığın hayatın bir anlamı kalmıyor, dünyanın kararıyor. Ben de çok sıkıntılar yaşadım, yokluğu bilirim. Darda kaldığımda anama koşardım, anadan gayrısı yalan ağılıyor. Hiçbir şey eskisi gibi olmuyor. Allah hakkımızda hayırlısını versin, gördüğümüz günden geri koymasın Rabbim.”

Bayanın Kız Kardeşi:

“Ablamın vefat ettiği günün sabahı her zamankinden daha erken kalkmıştım. İçimde sebebini anlamadığım bir sıkıntı vardı, hiçbir iş yapmak istemiyordum. Sala verilmeye başladı, dinledim sonuna kadar, ablamın adını duyduğumda dünya başıma yıkıldı sanki. Birbirine en yakın oturan kardeşler bizdik ablamla. Eniştemle beyim arasında dargınlıklar olurdu bazen, bu durum ilişkimize olumsuz bir şekilde yansımazdı ama eskisi gibi sık gidip gelemez olmuştuk birbirimize. Çok şükür ki hastanede yattığı zamanlar gittim her gün yanına, ölümünden evvelki gün de son görüşüm oldu. “Ben senden razıyım, Allah da senden razı olsun!” demişti. Evlat acısına dayanamadı bacım. Eniştem iki ay sonra çocuklu, dul bir bayanla evlendi. Cenazenin ardından bir daha gidemedim, giremedim bacımın evine. Yeğenim ve ablam aynı sokakta otururdu, sokağın önünden geçerken başımı çevirip bakamam bile o tarafa. Yeğenim balkondan her zamanki gibi el sallayacakmış, ablam da kapısının önünde oturacakmış gibi gelir. Mezara her gidişimde bir şey aklıma gelir. Tüm kardeşler, yeğenler birgün bizde oturuyorduk. Vefat eden erkek yeğenim, benim çocuklar, diğer yeğenler sokakta üşümüşler, geldiler iliştiler sobanın yanına. Ablam şakacıydı, vefat eden çocuğuna “Ben ölürsem yanıma gelir yatar mısın?” diye sordu. Yeğenim de “Yatmam, sen orda da beni ekmek almaya gönderirsin!” demişti ve hep beraber gülmüştük. Mezarı her ziyaretimde bu hatıram aklıma gelir, ağlarım. Yan yana çünkü mezarları, her ikisinin mezarının başında da aynı boyda iki çam ağacı var.”

Vaka IX (Alkol ve Cinayet):

1964 doğumlu, evli ve üç çocuk babası bir adam. İlk eşinden boşanmış, çocukları ikinci hanımından, kendisinden on yaş küçük olan hanımının sol kolu diğerine nazaran iki-üç santim kısa ve sol el parmakları hafiften içe doğru bükülmüş halde. Çocuklarından erkek olan on sekiz, kızı ise on altı yaşında. Asgari ücretle çeşitli işlerde

çalışan adam, sonunda çiftçilikte karar kılmış. Geceleri aşırı düzeyde alkol alması ile tanınıyor ilçede. Halk arasında bilindiği üzere gayet kibar ve mütevazı fakat alkol aldığı zamanlar durum tam tersine dönüyor; olmadık sebeplerden kavga çıkarması, muhatabının kaldıramayacağı düzeyde hitap etmesi çok sık rastlanan bir hale geliyor.

Bir yaz günü tarlasına çalışmaya gidiyor ve günün akşamında arkadaşlarıyla meskun mahale yakın ağaçlık bir alanda alkol almak amacıyla buluşuyor. Sebebi bilinmeyen bir kavga çıkıyor. Gece geç saatlerde oradan geçmekte olan bir çiftçi, yanan ateşi ve etrafındaki hareketliliği fark ediyor. İki-üç kişinin birine saldırdığını gören çiftçi, hemen duruma müdahale etmek için koşuyor ve kanlar içinde kalmış bir adam için ambulans çağırıyor. Kaçan kişileri gören çiftçi polise de gerekli bilgileri veriyor, olay yerindeki içki şişelerinin mevcudiyeti de rapora ekleniyor.

Hastaneye kaldırılan kişinin, çiftçilik yapan vatandaş olduğunu öğreniyoruz. Yoğun bakıma alınmış, yaşam mücadelesi veriyor. Döven kişiler kesici alet kullanmış, yüzünde ve kulaklarında ağır bıçak yaraları var. Bir aya yakın yoğun bakımda kalan çiftçi tüm çabalara rağmen kurtarılamıyor. Alışlagelmişin dışında yaşanan ölüm hadisesi sebebiyle gerek olaydan haberdar olduğunda gerek şahsın hastanede yaşam mücadelesi verdiği dönemde kolektif şuorumuzda bir şok hali, toplumsal travma yaşıyoruz. Çay ocaklarında, cami önlerinde, esnaf ziyaretlerinde hep bu olay konuşuluyor. Çiftçi vatandaşın ölümüne sebep olan kişiler, birlikte yaşama kültürüne aykırı davranışlarıyla hafızalarda yer edinmiş şahsiyetler, cezaevindeler ve hâkime o gece ne olduğunu, ne yaptıklarını hatırlamadıklarını söylemişler.

Sala veriliyor ve öğle namazı sonrası defin için mezara gidiyoruz. Tabut, cenaze arabasında ve hemen arkasında mevtanın oğlu başını önüne eğmiş halde yürüyor. Koluna bir arkadaşı girmiş ve ikisinin gerginliği yüzlerinden okunabiliyor, ara sıra etrafa kızgın ve keskin gözlerle bakıyorlar.

Oğlu:

“Babam altmış dörtlüydü, ben doksan bir doğumluyum. Küçükken fazla aklım ermezdi ama kendimi bildim bileli bir aile hayatımız olmadı. Nasıl anlatayım ben sana, alkol! Her şeyi oydu. Zengindik ama fakir yaşadık. Her çiftçinin kazanamayacağı paralar kazanırdık ama biz hiç görmedik. Ben aklım ermeye başladığında arazi işlerine bakmaya başladım. Bana eziyetleri bambaşkaydı. Traktörün üstüne binerdim, kullanacağım ekipmanı göstermezdi, binerdim, kullanamıyorum diye öyle bir azar işitirdim. Önce bir babanın bir evlada göstermesi gerekirdi şefkati, merhameti! Hiç sevmedi beni, oğlum dediğini duymadım ben! Hep iş güç, içerdi, kazandığı paraları bir

kuruş borcuna vermezdi, yerdı parayı. Yedikten sonra parasızlığın zulmünü yine biz çekerdik. Ailesine gerçekten çok büyük bir eziyeti vardı bu adamın. Ölümünden iki üç sene öncesine kadar bıçakla falan artık annemi ezdirmemeye başladım. Gücümüz yettiği için dur diyebiliyorduk artık. Dur dediğimiz için de bizi gözüne göz etti! Bıçakla falan iki üç defa tehdit etti ama çok şükür kazasız belasız atlattık. Ölmeseydi ya o beni, ya da ben önü öldürebilirdik abi, evlat katili olabilirdi ya da ben baba katili olabilirdim, öyle şeyler yaşadık. Kimseye derdimizi anlatamadık, anlattığımız insanlar da bu adam o adam değil derdi. Ayık olduğu zaman ben babama hayran bir adamdım, ama biz sarhoş halini de gördüğümüz için o ayık haline hayranlığımız kalmadı bizim.

Kardeşim okumak isteyen bir kızdı. Dershane, kurs hiçbir şey yok, tek seferde kazanacaksan kazanacaksın, kazanmazsan yok dedi. Yahyalı'ya dershaneye götürdük, babam gitti iptal ettirdi, parasını yatırmadı, kız kardeşim yorganın altında gecenin ikisine üçüne kadar el lambasıyla ders çalışan bir kardeşti benim kardeşim. Ve öylelikle de fen bilgisi öğretmenliğini kazandı. Yorganın altında ağlaya ağlaya, sıcaktan pişe pişe ders çalıştı, lambayı görecekt de kızacak babam diye korkarak! Ramazan olayı hiç aklımdan gitmez! Ezanın okunmasına beş dakika var, oruç açacağız. Nasıl olduysa bizim en küçük kardeşi seviyordu yani, küçük bir traktör almış ona. Bu da onun hevesiyle, daha oyuncak bilmiyor ki çocuk! Hevesiyle aşağıda oynuyor, ezan okunacak gel yukarıya, bu gelmek istemedi. Aşağı inip çocuğu dövdü, bizim kız kardeş gitti, baba yapma mübarek gün deyince onu da dövmeye başladı, bu sefer annem gitti ona da vurmaya başladı, niye o kadar sinirlendi bilmiyorum da bu sefer ben inmek zorunda kaldım, kardeşlerimizi yukarı gönderdik, ezan Allah-u Ekber dedi ben orucumu dayakla açtım!? Hiçbir zaman unutmam, orucu dayakla açtım, kendisi de oruç! Sinirlenirdi, ben daha on dört-on beş yaşındayken ilçenin en ücra köşelerine beni mahsulün başına bekçi olarak gönderirdi. Gecenin bir yarısı beni oraya götürdü koydu, köpekler havlıyor, ben daha cahil adamım, çocuğum! Sürekli karanlığın ortasındasın arazide. Sabahlara kadar öyle sınıandık. Delirmemek elde değildi ama çok şükür delirmedim abi. Bunda en büyük etken kardeşlerim ve annem! Vazgeçtiğim her şeyi de kazandığım her şeyi de onlar için yaptım. Kurban olduğum Allah bir sabır verdi yav! Abi, sabır gerçekten, sınıandığımız zamanlar çok oldu ama tahammül edemediğim zamanlar da oldu. İlk defa belki sana diyeceğim de, Allah'ım her zaman affetsin, her zaman tövbe ediyorum, her akşam ben on bir ihlas bir Fatıha okuyup yatan adamım. Gücüm yetiyor ve vaktim varsa otuz üç, kırk beş, çıkarım yani tek sayılı olmak şartıyla! İnsan bazen sabır, sabır diyor da daraldığı yerde patlayası geliyor! kurban olduğum Allah affetsin, ben babama vurdum

abi!!! Vurmak zorunda kaldım abi! (gözleri doluyor). Çünkü dayanamadım abi, bitti! Artık diyorum ki, tek düşündüğüm şey, ben diyorum bu adamı öldüreyim, o mezara ben içeriye, bari diyorum annemle kardeşlerim rahat etsin! Bunu düşündüm! Bunu sadece sana diyorum, vurdum abi! Vurdum ve yere düşürdüm! Bitirdi, artık diyorum ya, sabır mabır yok! Gecenin ohtu geliyor, ben yorgun argın sudan gelmişim, abi bir adam tedirgin uyumu ya yorgunken! Ben bir hafta boyunca mahsul sulardım, çiftçi memleketinde büyüdü abi, su tutmanın ne demek olduğunu bilirsin. Bir hafta eve gelmeksizin, banyo yok su yok! ben orda kuru peynir kuru ekmek su tuttum, bu adam burada alkol aldı, sonra geldi o kadar işimin arasında bana zulm etti! Gecenin ikisinde üçünde gelir, uyandırır, niye? Kalkın, yatmayacaksınız derdi. Bir gün ne kadar sinirlendiysem, arabayı tam gaz ana asfalta sürdüm! Yola inerken tek ettiğim dua! Allah'ım dedim, bugün bizi kurtar, bir tır nasip et bize dedim, çarpsın! Tam gaz ana asfalttan karşıya geçtim, bir tane tır denk gelmez mi ya!!

Böyle şeyler yaptım ama insan yine de babam diyor yani! Şimdi yanımızda olsaydı dediğin zamanlar oluyor ama ölüye sevinilmez de, kurtulduğumuza sevindik biz. Haa! Ölümü çok zor olduğu için ona çok üzüldük. Hala da üzülürüm, aklıma geldikçe kaldıramıyorum ölümünü. Bu üzüntüden bir hafta da hastanede yattım, babamı o halde gördüğüm için!

Öldürüldüğü gün! Gecenin üçünde dördünde her zaman beni uykudan kaldıran adam yok! Sabah altıda suya gideceğiz, baktım yok. Yedi oldu yok, telefona bakan yok, sekiz oldu yok! Baktım kapıya polis geldi. Dediler Mehmet Aktaş'ın evi burası mı, burası. Ne oldu abi, hayırdır? Dediler baban ufak bir kaza geçirmiş, hastanede şimdi, seni götüreceğiz. Gidelim abi dedim, geldik. Burada jandarma karakoluna teslim etti polisler bizi. Karakol komutanı da çok iyi bir adam. Yiğidim dedi, baban iyi. Kayseri'ye götürdüler fakülteye, ama teşhis için oraya gitmemiz lazım, bu yüzden seni bırakamam dedi. Yalnız dedi, bir iki yerde daha olay varmış, önce oralara uğrayalım, sizin mevzu biraz uzun dedi. Nasıl uzun abi, bu ne şekil bir trafik kazası dedim. Kaza değil, başka farklı şeyler dedi. Anlatmıyor da adam üzülecek diye herhalde iyiliğinden ama benim içime kurt düştü. Gittik, bahçelerin arasına girdikçe giriyoruz, bu adamın buralarda ne işi var diyorum, işinin olmasına imkân yok ya, oturup kalktığı yerler var ama hemen asfaltın dibinde oralar! İki bin onun yedinci ayıydı, temmuz. Bir gittim ki etrafı şeritle çevirmişler, babamın ayakkabısının biri direk gözümün önüne geldi! Karşıda yerlerde kan! Kulak kesilmiş, kulağının ucundan çok küçük parçacıklar duruyor orda! Ben o parçacıkların boğazından falan geldiğini düşünüyordum, hastanede gördüğüm zaman,

burnunda jilet izlerini, kulağının kesildiğini, yüzünün gerçekten tanınmaz halde olduğunu orada gördüm. Tabi ben o anda kendimden geçtim, kim yaptı, nasıl oldu diye! Üç tane şerefsiz, pusu atmışlar, sarhoşluğundan faydalanıp artık sebepleri ne ise, babamın kendisini öldüren adamlarla hiçbir alakası yok! Tamam alkol alırdı da alkol ortamına dahi girmeyeceği pislik adamlar bunlar. Nasıl yaptılarsa artık, orasını biz de bilmiyoruz artık, babamla birlikte mezara gömüldü. Ben Kayseri'ye gitmeden evvel o adamların bu işi yaptığını bilseydim şimdiki gibi mantıklı davranmazdım, o sinirle o şokla ya ben öldürdüm ya da onlar öldürdü! Bunun başka bir imkânı yok! ben Kayseri'e vardım babamı gördüm, perişanım. Beni geri göndermediler zaten. Yirmi bir gün kaldım babamın yanında. Doktor dedi ki, bu adam yataraktan iyi olacak. Boynunun altında zerre darp izi yoktu babamın, çizik yok! Sadece kafasına kafasına darbe almış. Doktor diyor ki tas gibi düşün, beyni de bilye gibi düşün, tasın içinde bilye oynuyor diyor. Beyne çalışmışlar sürekli, üçü birden. Büyük ihtimal benim tahminim önce arkadan vurup düşürmüşler. Babam sarhoşken de gerçekten çok güçlü bir adamdı. Sarhoşken dahi üçünü de affetmeyecek bir adamdı, kolay kolay yıkılmayan bir adamdı! Yerden hiç kaldırmamışlar, bu esnada birinin kolunu kıvrımış babam, kırmış kolunu. Doktor, bu adamın sıkıntısı beyin dedi, beyin komut verecek parmağını oynatacak dedi. Kalbi durdu, geriye getirdiler!

Yirmi bir gün böyle geçti abi, eve getireyim artık dedim, evde dezenfekte edilmiş bir ortam oluşturayım, bakayım babama diyorum. Amcam doktorun yanına gitti, yarım saat geçti gelmez! Çıktı, gel bakalım yeğenim dedi, elimi tuttu, sımsıkı sarıyor, dedim bunda bir iş var! Ya dedim yine kalbi durdu, ya öldü! Bir baktım yukarıya, bizim ortanca amca yıkılmış! Ağlıyor!

Ölümüne ağlatmadılar! Sadece babam öldüğünde hastanede ağladım, babamın çirasını yaktırmadılar akrabalarım. Bugün küfür etmek istemiyorum ama akrabalarımın babamdan çektiğimin aynısını çektim! Bir insan babasının ölüsüne ağlamaz mı, ben babamın ölüsüne ağlayamadım abi! Niye? Cenazeyi alıp geleceğim, Kayseri'den Yeşilhisar'a geleceğim, orada şerefsiz bir dedem var, zaten babamın o duruma düşmesinin sebebi, ben o eve gitmem diyor! Oğlunun evinin çirasını söndürmeyim dedim ben, lambası yanık dursun! Mantıklı düşünelim, cenaze var diye benim evime gelecek yüz kişiyi ben niye bir kişinin ayağına götüreyim?! Bir tane büyük halam var, dedeme gelip gidip fitne verdi, dedemle babamı küstürdü. Hala da aynı fitneyi şimdi bana yapıyor. Babam altı aydır annesiyle görüşemiyordu, babam uzaktan el sallıyordu annesine! Bugün babaannemin yanına git, Mehmet'i anlat de,

“Vay guzuum, bana giderken el sallamıştı” diye anlatır, sadece bunu söyler, çünkü kadına göstertmediler. Dedem babamı evden kovdu, eve almıyor, anasını evladının yanına göndermiyor! Anayla oğul birbirine hasret gitti!

Gömdük babamı, yan tarafıma felç inmiş gibiydi. Gömdükten sonra hatim yemeği oldu abi, şöyle baktım dedem güleç davranıyor, herhalde dedem bize sahip çıkacak dedim. Eğer ben dedemin karşısında kötü bir laf konuştuysam, saygısızlık yaptıysam Allah bunun hesabını benden sorsun abi! Ben hiçbir şey yapmamama rağmen dedem bize bayramda elini vermeyen bir adamdı. Biz dede sevgisi de görmedik baba sevgisi görmediğimiz gibi. Hele bir bayram günü hiç unutmam, küçük kardeşim dedemin evinin önünde tek başına boynunu bükmüş oturuyor, sordum niye buradasın, arkadaşların nerde? Dedem diğer torunlarını bakkala götürmüş, bunu yalnız bırakmış. Elli kuruşluk bir malzemeye çocuğun gönlünü almadı. Şimdi ben dedeme sövüyorum, çağırıyorlar beni, diyorlar ki dedenin canı çıkmıyor, gerçekten de öyle, çıkmıyor! Yeğenleri falan geldi, biz hakkımızı helal edersek eğer, tamam dersek canını vereceğini söylüyorlar, aslı var yok bilmiyorum, şu an ölemediğini söylüyorlar. Bizim gitmemiz gerektiğini söylüyorlar, varmayacağım da! Ben hakkımı da haram etmiyorum, haram ettiğim zaman öbür tarafta onunla uğraşamam ben! O adam bana dedi ki, bizden çıktın çıkıştın, ne sen ne de annen, bu eve gelmeyeceksiniz, ne b..nuz varsa yiğin kelimesini kullandı! O şokla ben kapıyı bulamadım, ama ilk kez o zaman çok ağır küfür ettim ona! Babamın borcu var, yüz bin lira, yaşıam on dokuz! Bari tarlaları ekeyim dedim, onu da vermiyorum dedi. Tarlayı parasıyla bana icara vermediler! Babam varken işlerin nasıl yürüdüğü pek umurumda olmazdı, babam öldü, işçiler kapıda bekliyor. Bir Allah’ın kulu da gelip demiyor bana, oğlum sen ne yapıyorsun, nasıl evirip çevireceksin bu işleri diye. Allah’ a dua ettim, kurban olduğum dedim, beni ne bunların eline ne de diline düşür, şu borçtan bir kurtulayım dedim. Abi ben on dokuz yaşımda bir sene ağladım ya! Gerçekten rabbim kimseye muhtaç etmiyor! Babamın dört dörtlük yaptığı bir işi vardı, kimden ne aldıysa, en ince ayrıntısına kadar yazardı. Borcumuzu ödedim, kimse de gelip babanın şu kadar borcu vardı demedi çok şükür. Babamın kırk senede bitiremediği borcu ben bir senede bitirdim. Kurban olduğum Allah yollarımı öyle bir açtı ki. Bankaya vardım, baban öldü borç da silindi dediler. Su borcunu ödemeye gittim, borçları yapılandıracağız dediler, parayı harcama bir ay sonra gel dediler, borcumuz yarı yarıya indi öyle ödedim. O tarlaları ekmeme izin verseydi dedem olacak adam, ben elin işlerinde sürtmezdim. Benim o yedi senemi versin, gideyim yanına, hakkımı helal edeyim. Gençliğimi harcadı bu adam benim!

Sevdiğim kızı alamadım, kardeşlerime dört dörtlük bir gençlik yaşatamadım, kendim yaşamadım zaten! Anam desen zaten hayatı dertle kederle geçmiş, mahallenizin kızı bilirsin abi. Şimdi sor abi neyin var diye! Allah’a her zaman dua ediyorum ya beni kimsenin diline düşürme diye! Borcum yok, bacımın düğününü tuttum her şeyi peşin parayla, bugün anamın vardığı yerde işi bitiyor, borç yok çünkü. Bugün küçük kardeşim bana dese ki “Abi şunu al bana”, hemen, hiç ikiletmem. Haa, eksikimiz ney, baba yok! Babanın da yokluğunu nerde anlıyorsun biliyor musun? Düğünde! Bir baş tutarımız olsaydı, emanet diye ne kadar çabalasak da bacım için, insan arıyor babasını, bacım çok üzüldü.

Sabır demeyip fevri davransaydım şu an içerdeydim. Şu an babamın katilleri dışarıda, geziyorlar. Hâkim yedi yıl birine verdi, on altı sene babalarına verdi, onların da üçte ikisini yatıyorlarmış zaten. Yedinci senesi, oğlan geziyor, bugün yine karşılaştık! Yanımdan geçiyorlar! Benim gerçekten kaybedecek hiçbir şeyim yok. Ben bugün kardeşimi evlendirmişim, bir de büyük ablam var, iki tane aslan gibi eniştem var. Bugün bana bir şey olsa eniştemin arkadaşları devreye girer, bunları çekip alırlar, eniştelерim dokunmaz bile. Nasıl tahammül ediyorum bu duruma? Düşünüyorum, işim gücüm yoktu, kardeşim çok küçük, ben Kayseri’ye gidemiyorum abi, evden çıkamıyorum! Acaba bir şey mi yaparlar diye çok korkuyorum. Evi bekliyordum. Karşına çıkıyor abi, şeytan dürtüyor! Bazen öyle kinayetine şeyler yapıyorlar ki, gözüme bir bakıyor, “Babanı öldürdüm akıllı ol seni de öldürürüm” dercesine yanı! Sivil polis ağabeylerim var, dedim ki onlara, abi bunlar dışarıya çıktılar ve benim üstüme üstüme oynuyorlar. Adaletimiz öyle bir adalet ki ben hiç memnun değilim, işkenceyle adam öldürmeden tut bilmem nereye varana kadar yedi ayrı dosya açıldı bunlara, hakim altı sene veriyor! Hâkime dedim ki, altı sene sonra karşına ben geleceğim hâkim bey, bu adamlar çıkar çıkmaz ben de onları öldüreceğim, bakalım bana kaç sene vereceksin? Bizim avukat, “O, altı sene aldıysa sen otuz altı sene alırsın. Kan davası gütmekten sana daha fazla verir” dedi. Ne yapacağız dedim, “Hiçbir şey yapmayacaksın!” dedi. “Anana bacına sahip çıkacaksın, yoluna bakacaksın!” dedi. Aldığın ceza falan önemli değil de Allah’ın verdiği canı ben alamam! Beni en başta durduran o! Pislik her zaman kendi pisliğinde boğulur. Bunların yedi sülalesini benim çevrem yer bitirir. Sabahtan akşama kadar çalıştım, akşamdan sabaha kadar gezdim günlerce. Bugün alo dediğim zaman bunların sülalesini ortadan kaldıracak adamlar var! Sabır diyorum abi, çünkü ben bir düzen kurmuşum, hayallerim var benim. En yakın akrabalarım mesela, halam bir gün dedi ki bana, “Bu kadar borcu nasıl kapattın sen, siz fakir geldiniz fakir gideceksiniz!” dedi.

Düğünümüze baktılar, çevremize baktılar, ne yapacaklarını şaşırdılar! Çekemiyor ya bunu, yakın akrabaların ya! Sabır, sabır, sabır, bu duruma geldim abi. İnşallah daha güzel yerlere varacağım, hedefim bu. Akşam yattığım zaman kelime-i şahadet getirmeden yatmam. Ve dua! Allah'ım düşmanlarımdan uzak tut, kimsenin eline diline düşürme! Bu benim babam öldü öleli duamdır abi. Çok şükür her zaman da dualarım kabul oldu. Benim sabrımın karşılığında kurban olduğum diyecek ki bana, “sen sabrediyorsun!”. Babamın katilleri de bir pislige bulaşıp gözümün önünden gidecekler, ben buna inanıyorum. İnşallah bu yoldan çıkmam.

Annem çok rahat, gün yüzü görüyor abi. Sana bir şey diyeyim mi! Çamaşır makinesini değiştirdik geçen, “Ne zaman almıştınız ana bunu?”, evlendiğinde alınan makine. “Televizyon ne zaman alındı?, evlendikten üç sene sonra! Makinelerin hiçbirisi bozuk değil, yokluğu biliyor kadın. Benim anam gerçekten çok büyük kadın, inşallah mekânı cennet olur yani (ağlıyor). Ben ne yaptıysam benim anam on katını yaptı, sırf bizler için! Kardeşleri sahip çıksaydı boşanacaktı, kardeşlerinden sahip çıkan olmayınca üç çocuğu ben nereye sığdırayım dedi, kimin yanına varayım dedi, ana yok baba yok, vardı vardı mecbur o dayağın altına girdi. Sabır Allah'ım dedi, dayak yedi, sabır dedi. Şimdi kurban olduğum bak, kurtardı! Şimdi de işte elimden geleni yapıyorum onun için, yüzü gülüyor artık. Hepimizin yüzü gülüyor abi elhamdülillah.

Genç yaşta beni pavyona götürürdü, alkol almıyorum diye dayak yiyen adamdım ben, sigara içmiyorum diye dayak yiyen adamdım ben! Zorla, içeceksin! Siyah bir poşet abi, içi para dolu, buğday sattık, bir para etti buğday! Sabahleyin geldi şu parayı say dedi. Sarhoş, hiç yatmamış, sabah şafak söküyor. Yataktan kalkarsın, soğuk olur da titrersin ya, elim titriyor, parayı sayamıyorum diye sabah uykudan kalkar kalkmaz beni dövdü abi! Para sayamadığım için dayak yiyen adamım ben! İnandıramadım kimseyi. Bu adam mı bunu yapıyor derlerdi. O inanmayan adamlar da son üç beş sene artık inandı. Babamın beyni artık iyice küçülmüş, alkolü kaldıramıyor! Bir kasa bira içip tık demeyen adam, üç tane iki tane birayla sarhoş olmaya başladı. Beyin bitmiş artık, dolmuş, dokunuyor yani! Ve bunu kendisine dedim, bunu dediğim için de dayak yedim zaten. Şimdi bana derler, biz inanmadık hata ettik de siz haklıymışsınız derler. Babamla bir yere gideceğim diye insan korkar mı ya! Her yerde kesin bir belamız vardı. Alır suya götürürdüm, eline kürek almaz, yemek pişirir çay demlerdi bana, ben tarlanın aşağısındayken bakardım akşam, araba yürüyor! Hemen bir iki bira alır gelirdi kendine. Bu sefer sabahlar olmazdı! Gidip yatamazdım, aşağıda beklerdim, biliyorum bir şey bulup çatacak bana! Söver sayardı yukardan, korkar dinlerdim! Genç yaşında

olgunlaştırdı beni çileler abi! Babamla çok farklı karakterlerdeyiz, hiç babam huylu değilim. Çok zıt yapıya sahibiz yani. Babam ne yaptıysa ben hep tersini yaptım. Babam oğlunu sevmedi, ben kendi oğlum gibi kardeşimi sevdim. Oynaşırım, eğlenirim kardeşimle, çünkü ben bu şefkati görmedim, bari o çocuk görsün. İnşallah bundan sonra görmediğim her şeyi ben kardeşlerime, anama yapmaya çalışıyorum. Sabır, sabır, sabır, sabır... Belki öbür tarafta belki bu tarafta bu sabrımızın mükâfatını alacağız! Yirmi yedi yaşındayım ama çok yoruludum. Birine mesaj yazacağım diye veya biriyle konuşacağım diye erinir mi adam, eriniyorum. Çarşıya pazara çıkmaya eriniyorum. Her şeye yorulmuşum, konuşurken bile eriniyorum yani. Ahir daha güzel, daha mutlu olsun inşallah abi! Gelip geçici dünyada şeytana uymamak lazım işte, onun için de mücadele veriyoruz. Bana ne derlerse desinler, kolay kolay kötü bir şey yapmam da, gardaşımıza anamıza bir şey olursa... Allah esirgesin tabi... “

Vaka X (Genç Kızın Ölümü):

On dokuz yaşında, üniversite ikinci sınıfta okuyan bir genç kız. Derslerini geçmiş olmanın verdiği mutlulukla sömestr tatilinde karlı bir akşam ailesiyle birlikte karın tadını çıkarmak ve biraz gezinti için dışarı çıkıyorlar. Eğlenceyle geçen vaktin sonunda eve dönmek için babasıyla yan yana yürüyen genç kız birden ağız üstü yere düşüyor. Ayağının kaydığını düşünen baba çocuğunu kaldırmak için eğildiğinde kızın hareketsiz şekilde yattığını görüyor. Diz çöküp çocuğunu kucasına alıyor ve ne olduğunu anlamaya çalışıyor. Hızlı ve hırıltılı bir şekilde nefes alıp veren çocuğun dilinin geriye kaçtığı düşüncesiyle dilini çekmeye çalışan baba, o sırada yoldan geçen bir otomobili durduruyor ve hastaneye yetiştirmeye çalışıyor kızını. Kalp krizi geçirdiği anlaşılan çocuğa ilk müdahale yapılıyor ve kalp tekrar çalıştırılıyor. Üst seviyede tıbbi müdahale için hemen üniversite hastanesine yetiştirmeye çalışılıyor. Ambulans şoförü, karlı yollarda daha hızlı gidebilmek için tekerleklerin zincirini çıkarıyor ve yola koyuluyorlar. Yarı yolda genç kızın kalbi tekrar duruyor. Ambulansta müdahaleye devam ediliyor fakat çocuğu hayata döndüremiyorlar. Hastaneye vardıklarında öldüğü söyleniyor ve cenazeyi hastanenin morguna kaldırıyorlar. Polis ve savcı devreye girip otopsi yapılması gerektiğini söylüyor. Genç kızın dayısı ani bir ölüm olduğunu, otopsiye gerek olmadığını, bu durumun başta çocuğun ailesi ve kendilerini daha çok üzeceğini belirtse de polisler otopsinin yasa gereği zorunlu olduğunu söylüyorlar. Otopsi yapılıyor ve genç kızın cenazesini ilçe hastanesinin morguna getiriyorlar.

Sabah sala veriliyor ve çocuğun ismi zikredilince annem beni uyandırıyor. Kendi şokumu atlatamadan yanlış anlamış olabileceğini söyleyerek annemi teselli etmeye

Çalışıyorum ve vefat eden çocuğun ninesi olan teyzemi arıyorum. Telefona çıkan yeğenlerden birisi herkesin cenaze evinde olduğunu söyleyince tekrar bir şey diyemeden telefonu kapatıyorum ve annemi hemen cenaze evine götürüyorum.

Hava çok soğuk, dnden yağan kar buz tutmuş. Genç kızın dedesinin evi, kendi evlerinin hemen yanında, kadınlar dedesinin evinde, erkekler karşı komşuda toplanmış. Kadınlar tarafından yüksek sesli ağlamalar duyuluyor. Erkekler tarafında kapı önünde toplanmış yedi-sekiz kişinin başları eğik, sigara içiyorlar, kimse konuşmuyor. On-on beş dakikalık bekleyişten sonra kendi evinden çıkan baba görünüyor. Gözleri kan çanağı gibi, hem ağlıyor hem taziyeleeri kabul ediyor. Taziye sırası bana gelince bir şey diyemiyorum ve kederini anlamaya, paylaşmaya çalıştığımı hissettirmek için sımsıkı sarılıyorum kendisine.

Bir ara polisler geliyor ve genç kızın babasına olayın nasıl gerçekleştiğine dair tatbikat yaptırıyorlar. Genç kızı hastaneye götüren otomobilin şoförü de şahit olarak bulunuyor yanlarında. ğle namazından sonra cenaze namazı kılınıyor. Mevta toprağa teslim edilirken baba daha yüksek sesle ağlıyor. Arkadaşları koluna girerek destek oluyorlar. Eve dönüldüğünde taziyeleeri gelenlerin sayısı gittikçe artıyor. Kur'an okunuyor, dua ediliyor. Evin önünde taziyeleeri kabul edilirken baba şöyle haykırıyor: "Allah'ım! Dualarımda hep çocuklarıma uzun ömür ver dedim Ya Rabbim! Niye aldın onu benden?!". Başlar ne eğiliyor ve etrafa derin bir sessizlik hakim oluyor. Ölüm hadisesinden yaklaşık bir yıl sonra vefat eden gencin ailesi eski evlerini satıp yeni bir ev olarak olayın vuku bulduğu mahalleden taşınıyor.

Genç Kızın Dayısı:

"ocuğun ömrü o kadarmış. Öyle güler yüzlü, mütevazi bir çocuktu ki. Haberi alır almaz koştum hastaneye. Kalp krizi dediler. Kendi yaşadıklarım geldi aklıma. Ben de kalp krizi geçirdim, işyerinde bayılmışım, hatırlamıyorum bile. Hemen hastaneye yetiştirmişler, dört dakikadan fazla geç kalınsaymış geri gelmem zor imiş. Doktor, 'Allah'ım daha çok genç!' deyip yüklenmiş şok aletine ve çalıştırmış tekrar kalbimi. Hafıza kaybı yaşamışım, bir ay boyunca neler yaptığımı, neler söylediğimi anlatıyorlar akrabalarım ama hatırlamıyorum hiçbirini. Kalbime de pil taktılar, kalp durunca devreye giriyor.

Rahmetli ocuk üniversitede öğretmenlik okuyordu, sömestr tatiline gelmişti. Öldüğü gün çok güzel bir kar yağıyordu. Demiş ki haydi gezelim şu karın altında. Bu kalp ritim bozukluğuna aşır sevinç veya aşır üzüntü neden olurmuş. Zaten genetik olarak varmış ki çocuğun o kar yağmasına mı, ailesiyle birlikte oluşuna mı, derslerinin

iyi olmasına mı artık, çok çalışkan bir çocuktuk, sevincinden kalp ritmi bozulmuş. O zamana kadar herhangi bir hastalık belirtisi yoktu zaten. Anası babası kardeşleriyle gezerken birden ağız üstü yere kapanmış. Beyne oksijen gitmediği için baygınlık geçiriyor. Hemen bir araba çevirmişler, direk hastaneye. O arada bize haber geldi, koştum hastaneye. Fakülte hastanesine sevk ettiler ama ben çocuğun öldüğünü bildim çünkü başıma geldi, biliyorum. Doktora dedim, hocam bizde genetik kalp hastalığı var, bu çocuk öldü dedim. Yine de ambulansa attılar, ambulansa da ben bindim. Sigara kullanmıyordum o zaman fakat alkol alışkanlığım vardı. İki de bir dönüp çocuğa bakıyorum, çok üzülüyorum çocuğun haline. O zaman ambulans şoförü sigara çıkardı, ben de yaktım. Sigarayı yaktıktan sonra dedim ki, Ya Rabbi, eğer bu çocuk yaşarsa senin istediğin gibi bir kul olacağım! O duygularla gittik. Cenabı Allah diyor zaten, insan bir gemi alabora oldu mu sığınacak bir yer yok, direk Allah'a sığınıyor. Aslında hep sığınmamız gerekirken başımıza iş gelince Allah'ı hatırlıyoruz. O şekilde vardık hastaneye, bekliyoruz artık, eniştem ağlıyor, bacım ağlıyor. Ben bu arada onları teselli etmeye çalışıyorum. Eniştemin söylediği hiç kulağımdan gitmiyor. “Ya Rabbi! Her namazımda dua ederdim, evlat acısı gösterme diye...!”. Benim orda jeton düştü. Dedim ki kendi kendime, haydi gösterdi, sen dua ettin ama gösterdi, ne yapacağız şimdi isyan mı edeceğiz? Diye düşündüm, sonra kendime döndüm, sen gelirken dedin ki, bu çocuğa bir şey olmazsa alkolü bırakacağım, olursa bırakmayacak mısın? Bu duygularla böyle bekliyorum, sonra çağırdılar, ben girdim doktorun yanına, başınız sağ olsun dediler. Bacım bir tarafa, eniştem bir tarafa! Benim de elim ayağım dolaştı amma bizi teselli edecek kimse yok ki, ben dik durmaya çalıştım, amcası bağılıyor çağırıyor. Bunları ben arabaya bindirdim, gönderdim memlekete, ben tek başıma kaldım. Ani ölüm olduğu için, kalp kriziyle, doktorlar adli vaka diye kayda geçtiler, polise bildirdiler, polis de savcıya aradı. Gece birde savcı geldi, otopsi yapacak. Bu çocuğun başında da durulacak. Otopsi masasına ben koydum çocuğu. Çok zordu ama bu iş yapılacak, bu bir görev. Bence insanın başına bir iş geldiği zaman kendini tamamen bırakması kişilik dışı bir hareket, ölen isterse evladın olsun. Görev var orada bir görev, bunları birileri yapacak. Hem görevi yaptım hem ağladım. Çocuk öldü! Ondan sonra ben yine Allah'ın istediği gibi bir kul olmaya çalıştım, bıraktım her şeyi. Eğer maneviyatın, Allah'a yönelik bir duruşun, takvan var ise bu işleri kaldırmak, bunlara katlanmak kolay oluyor. Ama yoksa gerçekten zor olur çünkü içini bilemem ama dıştan gördüğüm kadarıyla, tahminim bacımla eniştem biraz isyan ettiler, niye bizim çocuğumuz öldü dercesine hareket ettiler, dışarıdan gördüğüm kadarıyla ama ! Bilinçsizlik olmadı ama bilinçsiz

sözlerini duydum, “Neden biz?” gibi. Burada duygu çok önemli. Tabî ki haşa biz bir peygamber, bir elçi değiliz, cenabı Allah hani Hz. Yusuf’a, o burhanı görmeseydi o da kadına meyledesekti diyor ya, eğer duruşun sağlam ise Allah bir sabır veriyor; duruşun sağlam değilse şeytan devreye giriyor bu sefer. Manevi duygular insanı sağlam tutan, diri tutan duygular. Çünkü niye? Allah bize çocuğu verdiğinde sevinmiyor muyuz? Öldüğünde niye isyan ediyoruz peki? Yani veren de o, alan da o. Ama insanız, zayıf yaratılmışız, bu gibi durumlarda insanın ağzından böyle sözler çıkıyor. İnşallah dilde olur bu isyan ifadeleri kalpte olursa kötü. Dilde olursa bir an kızgınlıkla söylersin sonra tevbe edersin ama kalpte olursa bence insanın hayatı zehir olur.

Neticede unutuluyor, o da unutuldu, hayat devam ediyor. Yani onun üstüne düğün tuttuk, yeniden çocuklarımız oldu, torunlarımız oldu. Ha o çocuk evlenmiş olsaydı, çoluğu çocuğu olsaydı görevimizi yapar onları yetiştirdik amma bekârdı çocuk, o vaziyette öldü, kalbimizde, gönlümüzde yaşıyor. Benim eleştirdiğim başak bir şey, annesi yıllardır her gün gidiyor mezarına. Bana çok ters geliyor bu! Niye? Demek ki o zaman dilde kalmamış bazı şeyler. Özlem giderme diyemeyiz bence buna, insanın üç tane daha çocuğu varsa, hayattakiyle özlem gidermeli. Sağ olanla özlem giderirsin, ölü olanla özlem gideremezsin. Umut yok ki, gelme umudu yok. Nasıl bir özlem gidereceksin? Sana cevap veremez, konuşsan duyamaz! Ancak orda sen şeytanınla baş başa kalırsın. Ben şuna inanıyorum ki bir insan çocuğu öldüğünde sık sık mezara gidiyorsa eğer, orda şeytanla baş başa kalır. Allah ile baş başa kalmak isteyen insan oturur evinde, okuyacaksa evinden okur. Bazı zor hayat şartları kişilerle, eşinle dostunla atlatılır. Eşinle dostunla bir arada olursan Allah gözetler orayı. Birlikte olduğunuzda bu konu açılrsa dahi sana destek olur moral verirler. Sürekli Allah’tan bahsederler, sabırdan bahsederler. Dünyaya sonra gelen çocuklarından bahsederler, hayatın devam ettiğinden bahsederler. Allah ne diyor, takılmayın geriye diyor, yaşadıklarınızdan ders alın diyor.

O çocuk gitti, geri gelmez. Eğer o çocuğu buraya getirmek istersen hep yanlış yaparsın. Mesela ben çocuğumu sevdiğim zaman senin zoruna gider. Sevmeyecek miyim yani ben çocuğumu şimdi!? Sen varsın diye biz artık bazı şeyleri bırakacak mıyız? Ama sen bize yardımcı olursan biz de sana destek oluruz, beraber bu iş atlatılır. Ölüp giden benim yeğenim, canım ciğerim amma ben çocuğumu da seveceğim senin yanında torunumu da seveceğim. Geçmiş günümüze getirmeye çalışırsan bu senin zoruna gider o zaman. Bu durum insanda ister istemez kıskançlığa da sebep olur. Yaşadığımız için anlatıyorum bunları ben. Kim olursa olsun, eğer ki insanlar böylesi bir

olay yaşadktan sonra yalnız kalmak istiyorsa bil ki onun arkadaşı şeytandır. Senin hayatın da maddiyat üzerine kurulu bir hayat olur, maneviyat yoktur.

Ben böyle olayları yaşadıkça bir şey öğrendim. Başıma bir iş geldiği zaman, gerek kendi yaşadıklarım olsun veya gerek kardeşlerimde gerekse akrabalarımda bir sürü insan vefat etti. Hep olayın iyi yanını düşünürüm. Mesela bu yeğenimin ölümünde, anasına babasına da dedim, madem sömestr tatiline gelmiş yanınıza, Allah bunu böyle yapacakmış, onbeş tatilde değil de, okul zamanı olsaydı başlayacaktık şimdi sormaya. Acaba biriyle kavga mı etti, bir yerden mi düştü, zehirlendi mi, öldürüldü mü, biri bir şey mi yaptı? Hiç olmazsa yanında, gözünün önünde olmuş olay, neler yaşandığı belli. Mesela çocuğu kaybolan analar babalar var, bulunmuyor veya bulunamıyor. O anaya babaya her gün zehir olur, ölse daha iyi. O ana-baba demiyor mudur, keşke ölse de mezarını bilsek! İyi yönünü düşüneceksin, o zaman rahatlarsın, ferahlarsın. Pozitif enerji yayacaksın etrafına, negatif enerji yayıp da çevreni kendinden bıkırtmayacaksın. Biz ne yapalım o halde, çocuğun öldüğüne mi yanalım, senin bu hale geldiğine mi yanalım, ne yapalım yani, bilemiyoruz ki. Ama olayların iyi tarafını görmeye çalışırsan zorlukların üstesinden geliyorsun, travmayı çabuk atlatıyorsun. Yoksa düşün, düşün, düşün... İnsan kafayı bozar. Bu pozitif düşüncen psikolojine, işine, gücüne, her şeyine yansıyor, iyi oluyorsun, kendinden soğutmuyorsun yani kimseyi.

Hastanede yeğenimin kalbini tekrar çalıştırlar diye umdum ama geri döndüremediler. Kendi acımı unuttum, bacıma mı yanayım, anama mı yanayım. Cenazeyi memlekete götürmeye hazırlanırken otopsi yapılması gerektiğini söylediler. Yalvardım, gerek olmadığını söyledim ama genç ölümü olduğu için savcının emri dediler. O kanlı masadan çocuğun cenazesini almak çok zoruma gitti. Ölüm böyle yakın işte. Sen besle, büyüt, tenine zarar gelmesin diye çabala, hiç tanımadığın insanlar ölüm sebebini anlamak için otopsi yapsın! Toprağa teslim ederken bunu da düşündüm, hamdolsun dedim sonra, tek vücut halinde veriyoruz toprağa dedim. Gömecek ceset bulamayan ya da parça parça bedenleri toprağa veren insanlar gelince aklına şükrediyorsun. Zor bir durum hocam, herkese zor. Çocuğun vefatından sekiz ay sonra bacımın bir çocuğu daha oldu, o da kız. Ya Rabbim dedim, alan da sensin veren de. Hayal oldu gitti çocuk ama Allah bir evlat daha verdi bize. Yeğenim öğretmen çıkacaktı ama olmadı, vadesi bu kadarmış.”

Genç Kızın Babası:

“Allah kimseye evlat acısı yaşatmasın. O gece yaşadığımı bir ben bilirim bir de Allah bilir. Kızımın yokluğuna alışmak çok zor oldu. İnanamıyor insan, inanmak

istemiyorsun, sanki çıkıp gelecekmiş gibi. Hastaneye götürdük, doktor öldüğünü söyledi. Gelip bir daha bakarlar diye ben kızımın yüzünü açıyorum, bir hemşire gelip yüzünü kapatıyor. Eve nasıl geldik, nasıl geçti o gece bilmiyorum ama tek istediğim uyuyup bir daha uyanmamaktı. Sabah kalktım, kızım yok; evimiz, sokağımız bomboş, her şey, herkes öyle anlamsız geldi ki. Çocuktuk o hocam, çok küçüktük. Çiçeklerle süsledim mezarımı, etrafını taşlarla ördüm, çiçekler hiç solmasın diye iki güne bir sularım.

Vefat ettiği gün dışarı çıkalım, gezelim dedi. Önümde düşüverince ayağı kaydı zannettim, meğer kalp krizi geçiriyormuş. Çırpındım, çabaladım ama olmadı. Elimden bir şey gelebilirdi de yapamadım mı, dışarı hiç çıkmasaydık olmaz mıydı diye sorup durdum kendime. Neden Allah'ım neden, kızımın ne suçu vardı, o daha çok küçüktü dedim. Ama alışıyor işte insan, Allah'ın takdiri böyleymiş. Sonra öğrendik ki kızımın vefat ettiği zaman eşim hamileymiş, bir kızımız oldu. Önce, vefat eden kızımın adını koymayı düşündük ama vazgeçtik. Oturduğumuz ev hatıralarla doluydu, kızım sağ iken yaşadıklarımız, mutlu anlarımız geldikçe aklımıza ev sıkıyordu bizi. Evi satıp başka bir mahalleye taşındık. Üç evladım, eşim, yaşlı anam babam var, sorumlu olduğum insanlar yani. Bu da bizim imtihanımızmış, diğer çocuklarımızı esirge Ya Rabbi diyorum. Hayat öyle bir ders veriyor ki insana kimseyi üzmeye kızmaya gerek yok; dünyaları versem de geri getiremem ki kızımı. Bazen televizyonda genç ölümleri görüyorum, anne babaların feryadını görünce içim yanıyor, anlayabiliyorum onları. Çok büyük, çok çetin bir imtihan, Allah kimseye evlat acısı vermesin hocam!”.

Vaka XI (Engelli Gencin Trafik Kazası):

Çocukluk arkadaşım, üst mahalleden komşumuz Adem'in kısa ömrüne şahitlik ediyoruz. Ortaokul ikinci sınıftayken, çiftçilik yapan babasıyla hasat zamanı tarlada çalışırken “elek” denilen tarım makinesine sağ kolunu kaptırıyor. Feryadına koşan babası hemen hastaneye yetiştiriyor kendisini. Çok kan kaybediyor, bilinci kapalı. Kolunu bir deri parçası tutuyor omzunda. Derhal ameliyata alınıyor ve sağ kolu omuz hizasından kesiliyor.

İki aya yakın bir süre evinden dışarı çıkmak istemiyor. Ailesinin, öğretmenlerinin ve arkadaşlarının desteğiyle okuluna devam ediyor. Ortaokul ve liseden mezun oluyor. Şehir merkezindeki bir fabrikada özürlü kontenjanından iş bulup her gün ilçeden şehre servisle gidip geliyor. Evlilik vaktinin geldiğini düşünen ailesi kendisini hayata biraz daha bağlamak için akrabalarından birinin kızıyla evlendiriyor ve aynı evde birlikte yaşamaya devam ediyorlar. Bu evlilikten bir oğlan çocuğu dünyaya geliyor.

Soğuk bir pazar sabahı saat sekiz civarı verilen sala ile Adem'in vefat ettiğini öğreniyorum. Evleri bizim evin elli metre yukarısında. Hemen cenaze evine gidiyorum. Evin önünde çömelmiş veya ayakta bekleyen eş-dost-akrabalar var. Kimi sessizce, kimi de hıçkırarak ağlıyor. Gözleri bir noktaya odaklanmış halde duranların sessizliği taziye gelenlerin selamı ve ölümün nasıl olduğu sorularıyla bozuluyor bazen. Ölen gencin bir akrabası ve babamın da asker arkadaşı olan bir aile dostumuzun yanına çöküyorum ve gencin neden vefat ettiğini soruyorum. Gece iki sularında arkadaşının arabasıyla ilçenin girişindeki yokuştan inerken kaza yaptıklarını söylüyor ve yeni sigarasını biten sigarasıyla yakıp derin derin iç çekiyor.

Cenaze namazına kadar evin önünde bekliyorum. Kazanın nasıl olduğuna dair detaylı konuşmalar başlıyor. Anlatılanlara göre Adem, arkadaşıyla birlikte ilçe dışında bir eğlence mekanına gidiyor. Dönüş yolunda kaza oluyor. Camdan fırlayan arkadaş sürünerek yola çıkıyor ve bir arabayı durdurarak ambulans çağırıyor, ailelerine haber verdiriyor. Olay yerine gelen sağlık ekipleri, bir ağaca yaslanmış halde buldukları Adem'i ilçe hastanesinin morguna kaldırıyor, bacağı kırılmış olan arkadaşını da ildeki tıp fakültesi hastanesine gönderiyor. Arkadaşının böyle bir şeye nasıl izin verdiği, tek kollu bir insanın manuel vitesli arabayı kullanmaya nasıl cesaret ettiği soruları var zihnimde.

Cenaze namazı kılınıyor. Defin işlemlerinin ardından mevtanın evine dönüyoruz. Kur'an okunuyor, dualar ediliyor. Evin önü çok kalabalık, taziye gelenler sıraya girmiş, mevtanın babasına baş sağlığı dileklerini iletiyor. Baba bitkin bir halde, sık sık "Allah'ım, sabır ver Allah'ım!" diyor. Gelenlerin ardı arkası kesilmiyor, baba hem ağlıyor, hem taziyeleri kabul ediyor. Kalabalıktan biri, herkesin tek tek tokalaşmasından ziyade temsilen birkaç kişinin taziyeleri iletmesinin daha uygun olacağını, cenaze yakınlarının ayakta durmakta zorlandıklarını söylüyor. Birkaç dakika daha süren taziyenin ardından mevtanın babasını koluna girerek yukarı çıkarıyorlar.

Gencin Babası:

"Sağ kolunu makineye kaptırmıştı oğlum, kolunu kurtaramadık. Kendimi suçladığım olurdu, çocuğum o gün orada olmasaydı başımıza o kaza gelmeyebilirdi veya ben yapsaydım onun yaptığı işi dediğim çok oldu. O halde gördükçe onu içim parçalanırdı. Bir dediğini iki etmemeye, gönlünü hoş tutmaya çalıştık hep. Olaydan sonra iyice asabileşmişti. Okulunu bitirdi, bir iş buldu, sonra everdim. Çarşıya pazara çıkıyor, işine gidip geliyor, herkeslerin çocuğu gibi yaşıyor, hayat devam ediyordu. Aynı evde kalıyorduk, bir torunumuz oldu, yavrumun yavrusu.

Oğlumun arkadaş çevresini severdim ama bi kötü huyları vardı, içki içerlerdi. Kazanın olduğu gün içkilermiş heralde, arabayı oğlum kullanmış. Sağ kolu yok, tek kolla araba kullanılır mı? Ama olacağı engel olunmuyor, olunamıyor. Malum kaza oluyor işte, olay yerinde vermiş canını. Oğlumun gidişine mi yanayım, niye bu halde araba kullanırsın ona mı kızayım? Ölümün nasıl olduğunu soranlara dert anlatmak ayrı bir dert. Ecel gelmiş ne diyelim. Çocukluğunu gençliğini yaşayamadı yavrum, ölümü pek zor geldi bize. Allah'ım affetsin, cennetiyle mükafatlandırın yavrumu. Torunuma baktıkça oğlum gözümün önüne geliyor. Ömrüm varsa başlarından beni eksik etmesin Rabbim.

Kaza yaptığı arkadaş uzaktan akrabamız olur, çarşıya pazara çıkamadı, bir iki yıl dışarılara gitti. Hep suçlamış kendini. Giden gitti dedik, çocuğa karşı bir husumetimiz olmadığını söyledik. Şimdi bir iş kurdu kendisine, ekmeğini kazanmaya çalışıyor. O da bi ana kuzusu, Allah selamet versin.”

Trafik kazasında arabada olan arkadaş:

“Kaza benim için bir dönüm noktası oldu abi. Ondan önce, biraz daha düşünmeden hareket ederdim. Ama şimdi, bir şey yapacağım zaman, saliselik bir şey de olsa pat diye bir şey yapamıyorum. Aklımda olayla ilgili hiçbir şey kalmadı çok şükür. Zaten o travma devam etse rahat hareket edemem, işimi de yapamam yani. Kaldıramayacağım bir imtihandı benim için. Olayın yaşanma anı işin açığı benim gözümün önünde yok! Süresini bilmiyorum ama kazadan bir süre sonra uyanmışım. Uyandım daha doğrusu, tek başıyım orda. Vefat eden arkadaşımı zaten kaza anında göremedim. Bulamadım daha doğrusu, ben de sakattım daha doğrusu. Çok şükür, olay anı hatıramda yok. Arabayı Âdem kullanıyordu. Normalde de kullanırdı araba, yavaş yavaş gidip geldik. İkimiz de alkollüydük zaten, babamın arabasıydı, ben uyuyordum. Ben Âdem'i beş on dakika aradıktan sonra, iyice dermansız hale geldikten sonra orada uyuyakalacağım diye korktum. Gece, çok karanlık, yola doğru çıktım, araba durdurmaya çalıştım, baya uğraştım. En sonunda bir aracın önüne attım kendimi, durdular. Onlar da tanıdık çıktı zaten. Direkt yıkıldım yere ondan sonra. Yatırdılar beni, sürekli arkadaşımı soruyordum, arkadaşın iyi dediler. O araya ambulans geldi, uyukladım herhalde orada. Ben Kayseri'ye gittikten sonra öğrendim Âdem'in vefat ettiğini, dayım söyledi. Bir ağaca yaslanmış, orada vefat etmiş.

Sakatlanmıştım, ayağım kırılmıştı. Âdem'in vefat ettiğini duyunca yıkıldım. İçime kapandım. Sakatlıktan dolayı bir buçuk iki ay zaten dışarıya çıkamadım da, normalde de çıkamayacak bir psikolojideydim. Kafandan bin bir türlü soru geçiyor!

Suçluluk duygusu! Gitmeseydik dedim ama onu geçtim artık, bu kaza sonuçta. Aile olarak inancımız da yerinde, bu tarz şeylerde pek keşkelere bakmam işin açığı, olacakmış, oldu da. Başkasından bir şey gittiyse, ben hayatta kaldıysam bunun bana bir getirisi olacaktı yani. Ben hep o gözle baktım. Kazadan sonra içimden atmak istediğim tek şey suçluluk duygusuydu abi! Onu atamasaydım ben de bitmişim, ölsem daha iyi olurdu. Çok şükür olaydan sonra askere gittim. Askerlik olayı da tesadüf oldu. Kazayla ilgili resmi işlemler sürerken benim asker kaçağı olduğum ortaya çıktı. Tecil süresinde bir hafta boşluk oluşmuş, bir hafta geç bildirmiş okul, bakaya kalmışım, ayağa kalkınca direk askere gittim ben. O benim için çok büyük bir avantaj oldu. Öyle bir askerlik yaptım ki, bir vakit namazı kaçırmadım. Bir senelik askerliğim boyunca travmayı atlatabildim çok şükür. Askerliğim mescide geçti diyeyim ben sana abi. İşim öyle rast gitti ki, hep dua ediyordum, bu suçluluk duygusunu içimden at Allah'ım dedim. Yoksa ben ne memlekete gelebilirdim, ne esnaflık yapabilirdim, ne de sanatımı yapabilirdim yani, her şey bitmişti benim için.

Birinin beni teselli etmesi de bir anlam ifade etmiyordu, karşıma çıkıp suçlaması da! Tamamen kendimle muhasebe ettim! Beni en çok rahatlatan şey, ben orada hayatta kaldıysam, bunun bana bir getirisi olması gerektiği inancı teselli etti beni. Kazaya kadar çok vurdumduymaz hareket eden biriydim. Kazadan önce de birkaç rüya görmüştüm. Kıyamet günüyle alakalı rüyalar idi abi! Beklemiyordum da, öyle bir şey olacağı belliydi, artık dur demem gerekiyordu kendime. Biraz deli dolu, kopuk yaşıyordum yani o sıralar. Yirmi üç yaşındaydım kaza olduğunda, kendi paramı da kazanıyordum, karışanım edenim yoktu, aileme de faydam oluyordu başkasının işyerinde çalışırken bile, o yüzden rahattım yani. Bir iki yıl özgür hareket etmeye başlamıştım. Gezme tozma derken, ya ben kendime dur diyecektim ya da bu şekilde bir şey olacaktı!

2013 Kasım, on beşini on altıya bağlayan gece... O sene Adıyaman' a en çok ziyaretimi yaptığım seneydi. Her gittiğimde, içinde bulunduğum durumdan kurtulmak için dua istiyordum. Kendim beceremiyorum ama kurtulmak istiyorum gibisinden talepte bulunuyordum. Son gittiğim de kazadan bir ay öncesiydi işte. Orada çok ağlamıştım. Ondan bir ay sonra oldu zaten olay. Benim için iyi bir dönüm noktasıydı. Âdem'le çok samimiydik. Ailesiyle hiçbir görüşmemiz olmadı. Yapım gereği abi, şu an bile Âdem'in ailesinden biriyle konuşamam (gözleri doluyor). Ben konuşursam toparlayamam kendimi! Kazadan sonra hiçbirisiyle görüşemedim, başın sağ olsun bile diyemedim. Ben yapamam, diyemem abi. Şimdi bile, tamam travmasını atlattım olabilirim, kendime gelmiş olabilirim de, konuşamam! Suçluluk duygusunu kendi attım

içimden, bu süreçte çevrenin de faydası oldu. Yakınlarım hep arkamdalardı yani. Kazaydı, Allah'ın takdiri, sen olmasaydın başkası olacaktı gibilerinden teselli ettiler beni. Çevremden bazı insanların da beni üzen sözlerini duydum. Benim olaydan sonra birkaç kez alkol aldığım oldu, bunu duymuşlar. Adam çekti beni bir kenara, sen Âdem'i götürdün, daha bunları nasıl yapıyorsun dedi! O adam benim için bitti o an! Konuşmuyorum onunla, akrabamız değil ama büyüklerimizden bu kişi. Olgun birisi, benim iyiliğimi düşünen biri böyle konuşmaz abi! Çünkü ben o suçluluk duygusunu Allah'ın yardımıyla atlattım. Sen beni gelip bu şekilde suçlarsan beni yerle bir edersin! Bu yanlış yani!

Sakat adama araba kullanırılır mı? Bunu yüzüme söyleyen olmadı ama kulağıma geldi. O gece ne yaşandığını bildiğim için hiçbir suçum yok ki! Âdem'in de suçu yok bence. Başka arkadaşlarımla oturuyordum, Âdem geldi haydi gidelim dedi. Arabamın olmadığını biliyordu zaten, babamın araba var ama işimize yaramaz dedim, olsun gideriz onunla dedi. O gün onun bir sıkıntısı vardı. Âdem'i ne derse desin kıramazdım. Eğer ben kendim götürmüş olsaydım onu, işin içinden çıkamazdım, en büyük teselli de bu oldu benim için. Ömrümü ibadetle de geçirsem, Allah ile baş başa da kalsam o suçluluğu içimden atamazdım. Kazadan iki buçuk üç sene sonra açtım ben dükkânımı. Askerden sonra iki yıl dayımın tarla evinde kaldım. Eş dost dükkânı açmam için teşvik etti beni.

Âdem yaşındın daha olgun biriydi. Ecel onu oraya çağırmış ki, o kötü arabayla oraya gidelim demezdi. Ben teklif etmiş olsam Âdem kabul etmezdi normalde, ama oldu işte. Dedim böyle bir şey istiyorsa, bir sıkıntısı var. Çok duygusaldı, son zamanlarda iyice duygusallaşmıştı, çocuğu olduktan sonra. Sıkıntılarını hiç kimseye anlatmazdı ama anlaşılıyordu yani. Çocuk olduktan sonra ikiye katlandı duygusallığı. Sakat halinin verdiği stres, dışa vurmasa da davranışlarına yansıyor. Ölümünden sonra rüyamda çok gördüm kendisini, gülüyor böyle, iyiydi, bu da rahatlattı beni.

İnanç abi! Bilerek yapmadığın bir şey olduğu için, inanç yerindeyse teselli oluyorsun, avantaja da çeviriyorsun. Tam tersi olursa, hem suçlu olup hem de vurdumduymaz olursan insan için imtihan değil ceza olur, isyana kadar gider yani. Hiç yapmayacağımız bir şeyi benden istemesi, dedim ki bunu yapması için bir sebep var. Karşımdaki adamı biliyorum, sorsam söylemez, böyle bir yapısı var! Sorgu sual yok yani, sorgusuz tamam diyorsun. Şöyle söyleyeyim abi, hiç kimseye beni Âdem çağırdı demedim. Çünkü bunu söylemek, üzerinden suçu atmak gibi bir şey! Benim için yanlıştı bu, söylemedim. Hatta, bir yıl kadar oluyor, Âdem'in eşi bana mesaj attı, Âdem'in o

gece içip içmediğini sordu. Ben de vicdanı rahat etsin diye alkollü değildi dedim ona. Yani ortada zaten bir suç var, iyice üstleneyim dedim yani. Vicdanı rahat etsin yeter ki! Sonuçta bir oğlu var, Âdem'in hatırasıyla yaşayacak, alkollü gitti gibi bir algı oluşacak, o içkili değildi, ben içkiliydim dedim abi! Alkollüydük ama ikimizde, orada başka bir arkadaşımızda vardı zaten beraber içtiğimiz. Benim için bir dönüm noktası oldu, Âdem'in kendisi için de bir kurtuluş oldu. Ailesi çok üzüldü tabi, Âdem'in kurtuluşu ailesi için imtihan oldu abi! Bu durumdan fayda görmeye çalışırsan fazlasıyla görürsün abi. Tamam, çok zor ama mükâfatı da olacak inşallah. Allah bunu bırakır mı? Seni anneli babalı büyütüp de onu öyle bırakır mı? Kolay değildi öyle yaşamak, sağ kol yok, çocuğunu kucağına alıp sevemezdi! Biz arkadaşları olarak anlıyorduk, çocuğu olduktan sonra duygusallığı, içine kapanıklığı ikiye katlanmıştı zaten. Sevdigine, arkadaşına elinden gelenin çok çok fazlasını yapmaya çalışan bir karaktere sahipti. Bazı insanlar alışır engelli haline, kabullenir bunu ama Âdem için çok zordu tek kollu olmak. İlerleyen zamanlarda bu zorluk hep karşısına çıkacaktı belki, daha kötü olacaktı. Yapmak istedikleriyle acı gerçekler sürekli çelişecekti. Başka birisi olsun, demem böyle abi. Allah tek kollu yaratsa yaşayacaksın öyle mecbur, değil mi? Ama Âdem için kurtuluş oldu bence. Bana acıdıkları için mi benimle ilgileniyorlar duygusu seni de rahatsız eder karşıdakini de! Allah da biliyor ki işte, alıyor! (ağlıyor). Şer gördüğünüzde hayır, hayır gördüğünüzde şer olabilir diyor ya abi, o ayeti bizzat yaşadık.

Ailesinden Allah razı olsun, başka bir aile olsa belki daha kötü olurdu. Kazadan geriye kalan tek kötü şey benim için, ailesiyle konuşamıyor olmam! O da benden kaynaklanıyor abi. Olaydan çok zaman sonra, Âdem'in erkek kardeşi geldi, merhaba nasılsın falan dedi, hal hatır sordu, konuştuk ama benim yapımla alakalı yani, ben konuşamıyorum. Babasıyla sürekli karşılaşıyoruz mesela, çay ocağında oluyor görüyorum, gözümü kaçırıyorum! Yapmacık hareket edemem abi. Belki o adam arada kötülük olmasın diye gelir, konuşur ama! Şimdi, bir şey aktaramayacağız birbirimize, hareketlerimiz yapmacık olacak, her gördüğümde de ömür boyu ben ezileyim büzüleyim mi yani (gözleri doluyor). Böylesi daha iyi gibime geliyor.

Bir anlık bir mesele insanı çok olgunlaştırıyor. Aynı hataları devam ettiriyorum belki ama yine de onun vermiş olduğu bir olgunluk var. Aynı hatayı bir daha yapmamak değil yani amacım, hayata bakışın değişiyor. Olayda daha birçok güzellikler var abi, olayın kendisi güzel bence, Âdem için, benim için... Zorlandık ama güzel bir şey, güzel olmasa Allah verir mi? Verecekse cezamızı zaten ahirette verecek, Allah'ın dünyadayken insanın başına ceza kesmesi iyi bir şey!''.

Vaka XII (Felç Süreci ve Ölüm):

Kırk sekiz doğumlu, ömrünün son iki yılını felçli geçiren ve iki bin on üç yılı ramazan ayının ikinci günü komaya girip yaşam destek ünitesine bağlıyken bayrama üç gün kala vefat eden teyzemin hayat hikayesindeyiz.

Kocasını kendi ölümünden yirmi bir yıl önce kalp krizi sebebiyle kaybetmişti ve yakın çevremizden ilk ölüm haberi idi bu bizim için. Yine bir ramazan ayı sonunda bayram sabahı ölüm haberini almıştık ve evinin önünde yıkanmıştı cenazesi. Uzun sakalları, başında takkesi ve şalvar gibi bol pantolonuyla cenazeyi yıkayan kişinin görüntüsü ve kefene döktükleri misin kokusu, teyzemin evine her gidişimde gözümün önüne gelir, o mis kokusunu da tekrardan alırdım sanki. Teyzem altı çocuğundan üçünü kocasının ölümünden önce, diğerlerini de akrabaların desteği ile evlendirmişti. Kuzenlerimden biri, maddi sıkıntı sebebiyle karısı ve üç çocuğu ile birlikte baba ocağı dedikleri teyzemin evine yerleşmiş ve teyzemle birlikte yaşamaya başlamışlardı. Teyzem, evin geçimine destek olmak amacıyla yevmiyeli işlerde çalışırdı. Sonra en küçük erkek kuzenim, karısının isteğiyle boşandı, hem iki çocuğunun velayetini hem de evlilik sürecinde birlikte aldıkları evi hanımına bırakmak zorunda kaldı. Teyzemin ölümünden üç yıla yakın bir süre önce de torunlarından birisi ani kalp krizi sebebiyle vefat etmişti.

Teyzem ölümünden yaklaşık iki yıl önce kışlık kayıt temini için komşularla yufka ekmek yaptıkları sırada tandırın başında aniden rahatsızlanıyor ve bayılıyor. Ambulans çağırılıyor ve doktorlar felç geçirdiğini söylüyor. Üniversite hastanesinde bir ay müşahade altında tutuluyor. Fizyoterapistlerin direktiflerine harfiyen uymaya çalışıyor ve eski sağlığına kavuşmak için elinden geleni yapıyor. Bu süreçte oğlu ve gelini nöbetleşe kendisine refakat ediyor. Tekrar ayağa kalkabilmesi için her şeyin kendisine bağlı olduğunu söyleyen doktorlar tedavinin evde devam ettirilmesine karar veriyorlar.

Teyzemin evi yöresel özelliklerde imar edilmişti. Tavanı sundurma denilen uzun ve geniş kavak ağaçlarıyla kaplı, sundurmaların üzerindeki kamış yapının üstü toprakla örtülmüştü. Kışın evi ısıtmak için tek bir odada soba yakılırdı. Teyzem de sedire serilmiş yatağında sağlığına kavuşmaya çalışırdı. Eş-dost ve komşuları sık sık ziyaretine gelir, boşanan oğlu da yanında kalırdı. Sol kolu ve bacağı tutmadığı için ilk zamanlarda ihtiyaçlarını karşılamak için yardıma ihtiyaç duyardı. İki ay kadar sonra da duvarlara monte edilmiş tutacaklardan destek alarak lavaboya tek başına gidip gelmeye başlamıştı. Gelini ve torunları felçli haline üzülmemesi, çabucak iyileşmesi için gayret

etmesi gerektiğini söylerdi. Annem ve diğer teyzelerimle sık sık ziyaretine giderdik. Annemleri gördüğü an ağlamaya başlar ve “Ablam ne olacak bu haliyle mi diyorsunuz, ölse de kurtulsak mı diyorsunuz, ne yapayım böyle yaşamayı, her gece dua ediyorum, Allah’ım ne olur yarın selamı versinler!” diyerek ağlardı. Bu yakarıya kardeşleri de dayanamaz, hem salavatlaşır hem ağlardı. Annemlerin gitmesini istemez, sık sık gelmelerini isterdi. Annemler de halinde bir şey olmadığını, kendisinden daha nice kötü durumlarda olanların tekrar sağlığına kavuştuğunu, daha yapacak çok işinin olduğunu söyleyerek umut vermeye çalışırdı.

Teyzemi ayda bir doktor kontrolüne götürürdük. Her seferinde doktorların felçli sol tarafta değişen bir şey olmadığı, hatta işin daha da kötüye gittiği eleştirisini duyardık. Büyük kuzenim bu duruma çok öfkelenir; teyzemin hiç gayret göstermediğini, iyileşmek için çaba sarf etmediğini söylerdi. Teyzem bazen kızlarının kendisini ziyarete nadiren geldiklerini, evlerine götürüp bakmak için teklifte bile bulunmadıklarını söyleyerek dert yanar, sessiz sessiz ağlardı. Annemler ise teyzemin gönlüne ferahlık vermek için kendi evinin tedavi için en müsait yer olduğunu, kızlarının elin oğlu elinde birer esir olduğunu ve istedikleri gibi davranamayacaklarını, beraber yaşadıkları gelini ve torunlarının bu duruma yüksünmediğini, onlar için edeceği duanın onları ayakta tutacağını söyleyerek üzülmemesini isterler, ona moral verirlerdi. Bu süreç iki yıla yakın böyle devam etti.

Teyzem bayrama üç gün kala, iftardan sonra başının döndüğünü söyleyerek dinlenmek amacıyla yatağına uzanıyor. Torunlarından biri, bir ihtiyacının olup olmadığını sormak için odaya girdiğinde teyzemin ağzından köpüğe benzer şeyler geldiğini görüyor ve homurtuya benzer sesler çıkardığını duyuyor. Çocuk hemen babasına haber veriyor. Teyzem ambulansla hastaneye kaldırılıyor. Doktorlar beynine kan sıçradığını ve yoğun bakıma alındığını, ellerinden geleni yaptıklarını ve gerisini Allah’a bıraktıklarını söylüyor. Teyzem yirmi güne yakın yaşam destek ünitesine bağlı kalıyor. Her gün yakın akrabalarından birkaçına on dakikalık ziyaret izni veriliyor. Ziyarete giren herkes bir kıpırtı veya hareket görebilmek ve dışarıdakilere bu müjdeyi verebilmek umuduyla bekliyor teyzemin yanında. Bu görüşün belki de son görüşü olabileceğini düşünen ziyaretçiler ağlayarak çıkıyor yoğun bakım ünitesinden. Annem, eğer teyzem vefat edecek olursa bunu kendisine direk söylememelerini, bana haber vermelerini, arayıp sadece” Bize gel!” demelerini istiyor teyzeme bakan kuzenimden. Bir yakını vefat ettiğinde kendisine ya aniden haber verildiğini ya da ölüm haberini salalardan öğrendiğini söylüyor annem. Böyle bir şoku tekrardan yaşamanın kendisine

zor geleceğini belirterek olası duruma kendisini hazırlıyor. Umudumuzu hiç yitirmiyoruz ama, teyzemin gözünü açtığı, sağlığına kavuştuğu haberini almak için.

Ramazan ayının son günleri, bayrama üç gün var ve sahurdan sonra dinlenmeye çekileceğim sırada telefonum çalıyor, karşıdaki teyzemin gelini. Yöreye özgü bir kullanımla, yaşı benden büyük olmasına rağmen “Abi, teyzemi bize getir!” diyor. Anlıyorum ki teyzem vefat etmiş. Kendi şokumu atlatamadan bunu anneme nasıl söylerim diyorum. Günlük ev işlerini yapan annem arayanın kim olduğunu soruyor. Gözlerim dolu, sesim titreyerek “Haydi teyzemlere götürüyüm seni!” diyorum, annem iç çekerek ağlamaya başlıyor. Hemen götürüyorum annemi teyzemin evine. Evin önündeyiz ve içerden ağlama sesleri geliyor. İçeri giremiyorum ve bir gölgeye oturuyorum. Çocukluğumuzda tüm kuzenler toplanıp oyunlar oynadığımız yerdeyim. Acıkıp eve koşturduğumuz, yaramazlık yapınca azar işittiğimiz zamanlar geliyor aklıma. O çalışkan teyzemin kimseyi kırmamak için sağlığındaki koşuşturmaları, felçli halinde çektiği sıkıntılar ve acılar birbiri ardına geçiyor gözlerimin önünden. Bir daha buraya gelebilecek miyim, toplanabilecek miyiz bütün akrabalar bir araya, çat kapı girebilecek miyim teyzemin evine bir daha, teyzem çok acı çekti mi yoğun bakımda? Annemin, kuzenlerimin derinden ağlaması mı daha çok üzüyor beni? Başımı öne eğiyorum ve ağlıyorum, birbiri ardına düşüyor yere gözyaşlarım.

Günlerden Cuma ve cenazenin hastaneden çıktığı, ilçe hastanesinin morgunda yıkanacağı haberini alıyoruz. Mevtanın kızları yalvaran gözlerle cenazeyi eve getirmelerini, kapısının önünde yıkamak ve son kez görmek istediklerini söylüyor. Kızlardan birinin kocası hastanede yıkamanın daha uygun olacağını söyleyerek ikna ediyor karısını. Yıkanan cenaze musalla taşına konuyor ve küçük kara tahtaya ismi yazılıyor. Cenaze namazından sonra yaklaşık bir kilometre uzaktaki mezarlığa omuzlar üstünde götürülüyor. Mezarda edilen dualardan sonra mevtanın evinin önünde toplanan cemaat taziyelerini iletiyor tekrardan. Gün boyunca kadınların olduğu bölümden feryat ve ağlama sesleri geliyor. O sırada erkekler tarafında bir sohbet varsa aniden kesiliyor, mevtanın oğullarından biri yüzünü ekşitiyor ve bu derecede ağlamanın mevtaya eziyet olacağını söylüyor. Bazıları başını öne eğiyor, bazıları da gözünü uzaklara götürüyor.

İftar vakti geldiğinde çoğunluğunu komşuların getirdiği yemekler bir telaşla diziliyor sofraya. Herkes daha çok hizmet etmek için birbiriyle yarışıyor. Gece boyunca tek veya gruplar halinde gelen ziyaretçiler değişik sohbet konuları açıyor. Bazen hararetli tartışmalar, bazen oradakilere kakhaha attıracak düzeyde mizahi konuşmalar yapılıyor. İkinci ve üçüncü günler bu minvalde geçiyor. Üçüncü gün akşam, meyyitenin

ruhuna hediye etmek amacıyla hatim yemeği verilmek isteniyor. Teyzemin birlikte yaşadığı oğlu, bu tür uygulamaların ölüye bir fayda sağlamayacağını ve dinimizde yerinin olmadığını, kişinin hayattayken ettiği ibadetlerin, sergilediği güzel davranışların kendisine fayda vereceğini söylüyor. Diğer kuzenlerim ve akrabalarımız nazik bir tavırla bu tür söylemlerin kendi adet, gelenek ve kültürlerine aykırı olduğunu, niyetin dua olduğunu belirterek hatim duasını yaptırıyor ve teyzemin ruhuna hediye ediyorlar.

Birlikte yaşadığı oğlu:

“Annem çok çalışkan bir kadındı. Kimseyi kırmazdı, herkesin işine koşardı. Ben maddi sıkıntılar yaşadım, kiramı verecek param yoktu, üç çocuğum ve eşimle annemin yanına sığındım. Ara sıra problemler yaşasak da annem işte, bir şaka yapar gönlünü alırdım. Felç geçirdi, sol tarafı tutmaz oldu. Hastanede refakat etmek bi zor, evde bakmak bambaşka zordu. Elin kızı sonuçta, bir söylersin iki söylersin, sonra yüzün olmaz. İlk zamanlar hemen iyileşir umuduyla hevesle baktık anneme, ama uzadıkça benim de kendimi kaybettiğim zamanlar oldu. Altı kardeşiz ama sadece ben ilgileniyorum, diğerleri neden oralı olmuyor diye serzenişte bulunduğum zamanlar da oldu. Anne hakkı ödenmez dedim, sabrettim, gönlünü almaya çalıştım hep, Allah rızası için elimden geleni yaptım. Ben ölümden döndüm mesela. Kalp krizi geçirdim ve göğsümde pil takılı, kalbim teklediği zaman pil devreye giriyor.

Yirmi günlük kısmı hiç hatırlamıyorum. Kalp pili ile yaşamak nasıl bir duygu? İş yine maneviyata geliyor. Eğer biraz maneviyat güçlüyse, ben buna inanıyorum ki mesela on iki yıl oldu kalbime pil takılalı, yedi yıl sonra ikincisi takıldı, on iki yıl oldu yani ikisine, hayatımın bir parçası oldu! Ben zihinsel olarak bunu kabul ettiğim için vücudum da kabul etti. Vücudumun bir parçası artık, bir kalp gibi, bir mide gibi. Bu olmazsa ben yaşayamam, psikolojik olarak böyle. Allah’ı buyurduğu gibi, şer sandıklarınızda hayır, hayır sandıklarınızda şer var ya! Mesela ben çok zor şartlar altında çalışıyordum. Altı ay çalışıyor, altı ay işten çıkıyordum. Kalp pili takılınca malulen emekli oldum mesela. Bu sefer ayaklarım yer tutmaya başladı maddi açıdan. Yani maneviyat maddiyata döndü, her iki açıdan rahatladım. Hiç etkilemiyor beni, yani bende pil varmış yokmuş aklıma bile gelmiyor. Tıbben benim kendime gelmem, hafızamın yerine gelmesi üç-beş sene sürermiş, beş dakika boyunca kan gitmemiş beynime, ama ben on altı günde kendime geldim. O yirmi günlük süreçte hafızam hiç kayıt yapmamış mesela, sen geliyorsun, hoş geldin Süleyman diyorum, konuşuyorum anlatıyorum sana bir şeyler, bir iki dakika geçiyor tekrardan sana hoş geldin diyormuşum. Hafıza kayıt yapmıyor ya, hatırlamıyorum bir iki dakika öncesini. Bir ay

sonra her şeyi hatırlamaya başladım, hiçbir şey silinmedi hafızadan. Mucize demeyelim de onun gibi bir şey yani!

Bazen aynı hastalık nükseder, mesela bir gün evde uzanıyorum, eşim çocuklarım herkes var. Yengen de karşımda oturuyor. Ritim bozuldu, ben hissediyorum ya kalp durdu pil devreye girdi. Yüzümün gözümün şeklinden yengen bilmiş hastalandığımı. Telaşlandı, kalktı ayağa, işaret ettim, dur hiç kalkma dedim, bekledim ben, pil hemen şoklama yaptı, iki dakika sonra ben kendime geldim. Ben onları rahatlatıyorum yani (gülüyor)! Aynısı işyerinde de oldu, arkadaşım halimi görünce hemen fırladı yerinden, ona da işaret ettim, telaşlanma dercesine, pli hemen devreye girdi. Normal hayatıma devam ediyorum yani çok şükür. Duygusal olarak çok rahatım, psikolojim bozuk değil. Allah'ın bir lütfu, ikinci hayat gibi bir şey benim için. Biliyorsun sülalemizde birçok kişi bu hastalıktan dolayı vefat etti, bir tek ben bu şekildeyim, yaşıyorum. O yüzden hiç yerinmiyorum, gocunmuyorum, her işimi de görüyorum yani, hiçbir işten geri kalmıyorum.

İlk takıldığı zaman hiç tedirginlik yaşamadım. Mesela abime de takılacaktı, tedbir amaçlı, o taktırmam, istemem ben dedi ilk önce. Doktor zorlayınca pil takıldı ona da, bir hafta sonra kalbi pilin kabloğunu geri itmiş, kabul etmiyor vücut! Çok uğraştılar, doktor psikologdan destek almasını tavsiye etti ama olmadı, vücudu kabul etmedi pili. Bana ilk takılan pilin süresi bitince gittim doktora, doktor hayret etti. Biz pili çıkartmaya çalışıyoruz ama vücut geri vermiyor pili dedi, yağ bağlamış, kaslar üstünü örtmüş! Kendimden bir parça gibi, bir buçuk iki saat uğraştılar çıkartmak için.

İnsanlara nasıl açıklayacaksın bunu, anlatsam ne anlayacak ki adam! Rabbime şükürler olsun! Hocanın hesabı, damdan düşeni getirin bana demiş, ancak böyle başına bir şey gelen olursa o anlar beni. Evet, anlamış gibi yapacak ama anlamayacak ya da ben biraz abartılı konuşmuş gibi olacağım ona göre. Şükür duygusu işte, rabbime şükürler olsun.

Rabbim bana ikinci bir ömür verdi sanki, bu ömrün bedeli de anneme bakmakmış demek ki. Kardeşim boşandı, ona da babalık etmeye çalışıyorum. Ben ölseydim ve annem hastalığını bensiz yaşasaydı ne yapardı diye düşünürüm. Kız kardeşlerime de zor, ben dururken elin oğlu mu bakacak anneme? Eşimin, çocuklarımın desteği olmasa ben de yapamazdım tabi tek başıma, Allah onlardan razı olsun. Bazı ziyaretçilerin tavırları, soruları canımı sıkardı bazen. Neden oldu, nasıl oldu, ilaçlarını veriyor musunuz, iyi bakıyor musunuz gibi gereksiz sorular işte. Yaşasaydı da o somyada otursaydı, ben de hizmetine koşsaydım. Üzülüyorum çok sıkıntı çekti diye,

ama bana, eşime, çocuklarıma çok dua etti. Bu dualar bizi ayakta tutacak, buna yürekten inanıyorum. Çektiklerinin mükâfatını da Rabbim verecek inşallah.

Tabi annem kabullenmedi. Bizler ne kadar kabullensek de bu işin sonrasını düşünüyorum artık çünkü felç! Bakılacak buna, altından alınacak. Ya evdeki hanım bakmazsa? Ben erkeğim mesela, sabah işe gidiyorum, bu duygular var.

Annem açısından hiç iyi olmadı bu durum çünkü sağlığında elim tutuyor ayağım tutuyor, kimseye ihtiyacım yok derdi. Yarıyı gidince vücudun, fonksiyonlarını yitirince, el ayak tutmayınca başkalarına ihtiyaç duydu bu sefer. Annemin yanında da biz kaldığımız için onu o haliyle kabullendik. Sağ olsun eşim de iyi baktı anneme, destek çıktı, beni rahatlattı. Bakmasa ne yapabilirdim ki. Ben evde olsam bakarım ama benim işe gitme gerekir. Annem vefat edene kadar bu duygularla, korkularla yaşadık. Çok sıkıntı çektik bu süreçte. Bazen isyan derecesine geldiği günler oldu. Anneme belli etmemeye çalıştık bu nu ama içimizden, şahsen ben “Yeter artık!” düşüncelere kapıldım. Hastaya bakmak gerçekten çok zor, hele hele felçli bir hastaya bakmak. Gece-gündüz her yirmi dakikada bir tuvalete götürürdük. Uyku diye bir şey kalmamıştı hayatımızda, bu da insanı yıpratıyor yani. İsyen etmiyorsun ama o noktaya geliyorsun. Dile dökemezsin bu durumu, dile getireceksen olsan zaten hastaya yansıtırsın, “Bu ne ya! Bıktım artık, ben sana bakmak zorunda mıyım!?” dedirtmeye çalışırdı şeytanım. Bunu hep içimize attık, bunu kendi içimizde yaşadık yani. Hem Allah rızası vardı, hem de evlatsın. O sana nasıl baktıysa sen de ona bakacaksın ama benim erkek evlat olmam, eşimin bakıp bakmayacağı konusunda tereddütte kalmam beni yıprattı. Bu vaziyette iki buçuk yıl yaşadık.

Yatalak bir hastaya bakmak zor. Çok sabır gerektiren bir şey. Eğer Allah ile beraber değilsen, Allah’lı bir hayatın yoksa bakamazsın, çok zor yani. Kendinden taviz veriyorsun, işinden, emeğinden, uykundan taviz veriyorsun. En önemlisi de uykusuzluk. Hep kendinden taviz veriyorsun. Tıpkı bir ananın evladına yaptığı gibi yapman gerekiyor çünkü o ana evladına baktı, korudu, kolladı. Belki o evlat hastalandı, o ana günlerce uyumadı. Eğer insanda Allah korkusu varsa en azından Allah’a saygısından dolayı katlanır buna. Allah’a çok şükür bu da bizde varmış demek ki, Allah da sabır verdi, bu işi başardık. İnşallah, Rabbim mükâfatını verir.

Annem felçli halini hiç kabullenemedi. Annem adına zanda bulunarak konuşuyorum, ben şundan şundan dolayı böyle yapıyorum demedi ama, her gün “Allah’ım al canımı da kurtulayım!” derdi. Bir insan bunu neden söyler. Sağlıklıyken, elin ayağın tutarken o iş hiç başına gelmeyecekmiş gibi çok rahat ettiğinden dolayı,

birden bire de Cenab-ı Allah bunu verince, birilerine muhtaçsın artık. Daha önce böyle duyguların yoktu ya, birden bire de güçsüz kalınca bu durum insanı çökertiyor, ölmek istiyorsun. Ama ölmek senin elinde değil, annem için çok kötü bir süreçti. İkibuçuk yıl boyunca biz annemi ne kadar rahat hissettirmeye çalışsak da, hareketlerimizle söylemlerimizle kendine karşı rahat olmasını sağlasak da istesek de hiç rahat değildi. İç dünyasında hiç rahat değildi. Niye? Sağlığı yerindeyken çevresine hiç muhtaç duruma düşmeyecekmiş gibiydi, aşırı özgüven vardı. Paran varken fakirliğe tedbir almazsan, paran bitince tedbir alsan ne olur? Tedbiri nasıl alacaksın? İnsanlarla iyi geçineceksin. Annem kızlarını çok severdi ama eşim çok çekti annemden. Kızları hiç ilgilenmeyince, eşim de anneme bakınca bunu kaldıramadı annem. Sağlık varken kimse tedbir almıyor, sağlık gidince de, kendi başına gelmeyecekmiş gibi düşününce de çöküş başlıyor. Sağlık gidince, muhtaç olunca da ölmek istedi. Ölmek en kolay yol.

Ben biraz maneviyata düşkünüm. Bir insanın normal hayatındaki davranışları, komşusuna, eşine, dostuna vesaire, gelecekteki hayatını etkiler bence. Eğer sen, benim kimseye ihtiyacım yok, param var pulum var, elim tutuyor ayağım tutuyor diyorsan, sen ileriye düşünmüyorsundur. Bu söylem seni ilerde bununla yüz yüze getirir. Ben buna inanırım, büyük konuşmayacaksın. Ama öyle değil de başka türlü düşünsen, mesela ilerde ne olacağı belli değil. Beraber olduğum eşim, komşum, oğlum, gelinim her neyse bunlarla iyi geçineyim, güzel davranayım belki ihtiyacım olacak onlara diye düşünürsen hayal kırıklığına uğramazsın. O hastalığı belki en güzel şekilde atlatırsın. Annem bu durumu en kötü şekilde atlattı ve öldü yani. Ne yaparsan karşılığını görürsün, bazıları bu dünyada bazıları öbür dünyada görür ama bunu biz bu ilahi takdiri bilemeyiz veya kavrayamayız. Neticede annem bu dünyada yaptıklarının karşılığını bu dünyada gördü diye düşünüyorum.”

Mevtanın Kızı:

“Ben evin en küçüğüyüm. Çocukluğum, genç kızlığım babasız geçti. Annem hem baba hem anne oldu bana. Çeyizimi düzmek için her gün yevmiyeli işlere giderdi, çileyi birlikte çektik yani. Sonra evlendim. Kocam polis, uzak memleketlere çıktı hep tayinimiz. Fırsat buldukça annemin yanına koşardım, o da yılda bir kez gelir, fazla kalmazdı, sıkılırdı. Abimin eşinden ayrılması yıktı annemi, iki çocuğundan ayrı kalmasına, sabit bir iş bulamamasına çok üzüldü. Felç geçirmesini buna bağlarım. Hastanede komadayken hep düzelir diye düşündüm, umudumu kaybetmedim hiçbir zaman. Felçli halinde de hep yanına gitmek, ona bakmak istedim ama olmuyor işte. Elin oğlu senin yandığın gibi yanmaz ki; bir gün iki gün müsaade alırsın ama her zaman

olmuyor. Her gün dua ettim. Öldüğü haberini alınca ciğerim öyle yandı ki. Çocukluk günlerim gelir aklıma; benim için didinmesi, çırpınışı, her gün ellerin işine gitmesi. Çilekeş anam, keşke yanında daha çok kalsaydım, elini ayağını koklasaydım. Üzülüyorum, ciğerim yanıyor ama napayım hadi! Her baktığım yerde onu görüyorum. Keşke yanında biraz daha dursaydım, gönlünü alsaydım. Ölmeyecek sandım, iyileşecek sandım! Felç kaldı ya, Allah'ım ne günahı vardı dedim. Ömrü çileyle geçti garibin dedim. Bir iki ay kendime gelemedim ama alışmak zorundasın. Teyzemlere bir başka düşkünüm şimdi, sık sık arar seslerini duyarım. Annemden birer hatıra onlar.”

Vaka XIII (Şehidin Hikayesi):

Bir Cumartesi günü ikindi vakti. Önceki gün akşam devletin ve milletin bağımsızlığını yok etmek amacıyla gerçekleştirilen ve yine milletin destansı mücadelesiyle püskürtülen, başarısızlığa uğratılan darbe girişimi sebebiyle toplum travma halinde. Gelişmelerden haberdar olmak için ailemle birlikte evde televizyon izliyoruz. Bir ara kendimize bir uğraşı buluyoruz o ruh halinden sıyrılmak için ama herkesin yüzünde biraz öfke, biraz hüznün biraz da çökkünlük var.

Telefonum çalıyor ve bir arkadaşım, aynı soy ismini taşıdığımız Kübra'nın dün geceki saldırıda şehit düştüğünü söylüyor. Kübra! Babamın amcasının torunu, karşı komşumuz ve evi tam karşımda. Çocukken kah birlikte oynadığımız, kah avuttuğum çocuk. Güzel sanatlar fakültesinden mezun fakat hayalindeki mesleği tercih etmiş ve özel harekat polisi olmuştu. Gözlerim Kübra'nın evine odaklanmış, olduğum yere çökmüş, ne yapacağımı ne diyeceğimi bilemez halde kalakalmışım. Daha bir hafta önce dedesinin vefatı sebebiyle memleketine gelen ve eş, dost, akrabasıyla hasret gideren kızın güleryüzü geliyor aklıma; bir hafta önce evinin önünde arabasını yıkıyordu ve hal hatır sorduğum kısa bir sohbetimiz olmuştu. Elimdeki uğraşı bırakıyorum ve gözlerim anneme odaklanıyor. Annemin yüzündeki şaşkınlık ve şok hali bizleri daha da üzüyor.

Hemen toparlanıp şehidin ailesinin yeni taşındıkları eve gidiyoruz. Kapıda bir kalabalık var. Şehidin annesi-babası tarladalar, olaydan haberleri yok. Akrabalardan birisi onları almaya gidiyor, yarım saat sonra bir araba evin önünde duruyor. Şehidin babası iniyor arabadan ve etrafına bakıyor korkmuş gözlerle. Onları eve getirmek için büyük kızlarının trafik kazası geçirdiğini ve hastanede kontrol altına alındığını söylemişler. Evin önündeki kalabalığı gördüklerinde durumu fark ediyorlar. Babası “Kübra'ma bir şey mi oldu yoksa!?” diye sorarak yalvaran gözlerle etrafa bakıyor ve dizlerinin üstüne çöküp ağlamaya başlıyor. Babanın bu haline yürekler dayanmıyor, tutup kaldırmaya çalışıyor, hem ağlıyor hem de kesin bir haber alamadıklarını söylüyor

kardeşi. Bu esnada bazı insanlar da bir köşeye çekilip matemini yaşıyor kendi halinde. Üniformalı bir asker geliyor ve telefondaki kişiye şehidin evinin önünde beklediğini söylüyor. Şehidin akrabalarından birisi askerin yanına yaklaşıp haberin doğru olup olmadığını soruyor sessizce, asker de haberi göz hareketiyle teyit ediyor. Cenazenin teşhisi ve tören için ailenin gece yarısı Ankara'ya götürüleceğini, hazırlık yapılması gerektiğini tembihliyor şehidin amcasına. Akşam boyunca haberi duyan kişiler şehidin evine akın ediyor.

İkinci gün Ankara'da törene ve cenaze namazına katılan aile, gece geç saatlerde cenazeyle birlikte memlekete dönüyor. İlçede ise her namaz vakti öncesi sala veriliyor ve şehidin adı okunuyor. Gece evin önü çok kalabalık, herkes şehidini karşılamak için bekliyor. Herkes cenazenin eve getirileceğini beklerken ilçe kaymakamı, cenazenin doğrudan hastaneye götürüleceğini, ertesi gün hep birlikte şehit için son görevin yerine getirileceğini ve bu şekilde bir davranışın daha hayırlı olacağını söylüyor hoparlörden. Şehidin bazı akrabaları cenazenin eve getirilmesi ve camiye evinden çıkarılarak götürülmesi gerektiği hususunda ısrar edince ortam biraz geriliyor. O sırada İlçe müftüsü şehide verilebilecek en güzel hediyein onun ardından dua etmek gerektiğini belirterek Kur'an okuyor ve okuduğu bölümün anlamını da söyleyerek dua ediyor. "...Şüphe yok ki Allah'tan geldik, Allah'a döneceğiz..."

Üçüncü gün sabah saat on civarı. Cenaze devlet görevlilerince evinin önüne getiriliyor. Helallik alınıyor ve camiye götürülüyor. Musalla taşında önünde şehidin fotoğrafı ve her iki yanında bekleyen askerlerle tabut, Türk bayrağına sarılmış halde öğle namazından sonra kılınacak cenaze namazını bekliyor. Namaz vakti yaklaştıkça cemaatin sayısı iyice artıyor, tabuta sarılıp ağlayan cenaze yakınları, bir köşeye çekilmiş sessizce bekleyen veya öfkesi yüzlerine yansımış vatandaşlar doldurmuş caminin etrafını. Şehidin babasını gölge bir yere almışlar, başını kaldıracak hali yok. Şehidin annesi bayanların toplandığı yerde, eline omzuna dokunup teselli etmeye çalışıyor yanındakiler, elinde bir eşarp var, belli ki şehidin bir eşyası, sınıksız kavramış tutuyor. Cenaze namazına gelenlerin yakasına şehidin resmi elbiseyle çekilmiş vesikalık fotoğrafını takıyor görevli polis memurları, şehidin babasının yakasında ise Türk Bayrağı logosuyla "Şehit Babası" yazıyor.

Cenaze namazı kılınıyor. Tabut polis arabasıyla mezara götürülüyor ve yavaş adımlarla alınan mezarlık yolu boyunca tekbirler getiriliyor. Mezarın yanına cenaze sahiplerini ve devlet erkanını güneşten korumak için çadır kurulmuş. Mevtayı toprağa teslim ederken mezarın üstüne beyaz bir perde geriliyor. Mezar toprakla kapatıldıktan

sonra şehidin silah arkadaşları saygı atışı yapıyor. Şehidin ailesine taziyede bulunuyor insanlar, “Vatan sağ olsun!?” diyerek ağlıyor şehit babası, sarıldığı insanların omzuna başını koyarak.

Şehidin toprağa tesliminin ardından evine dönüyoruz. Alışılmışın dışında bir insan topluluğu var evin önünde, sessizlik hakim. İlçe müftüsü Kur’an okuyor ve dua ediyor. Kaymakamlık bütçesinden karşılanan yemek ikram ediliyor misafirlere. Yemekten sonra sessiz bekleyiş devam ediyor. İnsanların hüznü ve öfkesi yüz hatlarından anlaşılıyor; kimi darbeye kalkışanlara verilmesi gereken cezadan, kimi şehidin ve arkadaşlarının can verdiği olayın nasıl gerçekleştiğinden bahsediyor. Gözlerim hep şehidin babasında, taziye gelen o kadar çok ki, şehit babası sık sık oturduğu yerden kalkarak gelenlerle kucaklaşıyor, bazılarına sımsıkı sarılarak hıçkırıklarla ağlıyor, durgunlaştığı zaman da ardı ardına sigara içiyor. Şehidin annesi evde, sakinleştirici iğne yapılmış kendisine, gözleri tek bir noktaya odaklanmış, hüznünü ve nutkunun tutukluğunu yüzünden okumak mümkün.

İl merkezinden ve köylerden taziye geliyor insanlar. Gelenlerden bazıları Kur’an okuyor ve İslam kültüründeki şehitlik makamından, Allah’ın şehitlere vaadinden ve vereceği mükâfattan, Hz. Muhammed’in şehitlere müjdesinden bahsediyor. Şehidin evinin yakınındaki cami her namaz vakti taziye gelenlerle doluyor. Bir namaz vakti yine camiye giderken şehit babası hemen önümde, koluna girip arayan eş-dostların selamını ve baş sağlığı dileklerini iletiyorum kendisine, “Kızım başka şekilde ölseydi buna nasıl dayanırdım bilmiyorum!” diyor. Hemen arkasındaki safta yer tutuyorum ve namaz boyunca önümde duran şehit babasının içinden neler geçtiği, kızının ölümüne nasıl tahammül ettiği, bu durumla nasıl başa çıktığı merakı var zihnimde.

Şehidenin Babası:

“Üç kızım var, Kübra’m ortancasıydı. Çiftçilik yaparım, hep bir oğlum olsun isterdim işlerimde bana yardımcı olur diye. Ama çocuklarım bana bir erkek çocuğu gibi yardım ederlerdi. Hele şehidim bana bir başka bağlıydı. Tarla işleri yoğun olduğunda çıkar gelir bana yardım ederdi. Babayiğit bir kızdı, elinden her iş gelirdi. Başka bir fakültede okudu ama polis oldu. İlk önce razı olmamıştım, kız çocuğu sonuçta ama vazgeçiremedim. Sonradan alıştım, hatta memnun da oldum sevdiği işi yapıyor diye. Bankadan kredi çekip araba alacağını söylemişti. Kredi çekmesini istemedim, araba parasını verdim, sonra sen bana taksitle ödersin dedim. Evini de hiç görmemiştik daha, annesiyle bir sürpriz yapalım dedik. Çamaşır makinesi alıp götürecektik arkadaşlarıyla kaldığı eve. Kısmet olmadı. Sonra da cesaret bulup gidemedim evine zaten, arkadaşları

eşyalarını ve arabasını getirdiler. Sen de gördün ya arabayı eski evin garajına bıraktım. Kızımdan bir hatıra o araba, rengi beyaz, sanki kızımın gelinlikli hali gibi. Bilmiyorum hocam, nasıl kıydılar yavruma? Başka şekilde bir ölüm olsaydı nasıl dayanırdım bilmiyorum. Şehit oldu benim meleğim, Rabbimin vaadi, milletin desteği ayakta tutuyor beni.

İçimi sızlatan başka bir durum. Büyük kızıma, şehidimin ablasına devletimiz iş verdi, şehit yakınlarına iş verildi ya hani, bir devlet dairesinde çalışıyor kızım. Kızım bir gün geldi, hem ağlıyor hem anlatıyor. Boşu boşuna öldüler o insanlar o polisler demişler iş arkadaşları. Acımıza tuz basmayın yav, kanatmayın! Vatanı için öldü o ana kuzuları. Benim kınalı kuzum toprağın altına girecek, sen boşu boşuna öldüler diyeceksin. Allah'tan korkun!

Aklımın almadığı başka bir şey daha var. O gece ilk bomba atıldıktan sonra özel harekata, kızım arkadaşlarının yardımına koşmuş. Mühimmatı, teçhizatı kuşanıp çıkmışlar yola, Ankara emniyetine yardım için. Yoldayken telsizden haber gelmiş, geri gelin, mühimmatınızda eksiklik var diye. Daireye tekrar geldiklerinde ikinci bomba atılmış zaten, orada can vermişler.

Ölümünden üç beş gün sonra bir rüya gördüm. Açık bir arazideyiz, diğer kızlarımla birlikte. Benim cep telefonum bir taşın üstünde, çalıyor telefon. Kübra'm koşarak telefonu alıyor. Sonra "Kaçın, kaçın, bomba geliyor!" diyor. Sonra uyandım (ağlıyor). Başka bir rüyamda da kötürüm kalmış bir genç gördüm. Bir gaziydi sanki. Baktım, bir şey yiyip içemiyor, konuşamıyor, sadece böyle gelip geçen insanlara bakıyor korkmuş gözlerle. Uyanınca dedim benim kızım iyi ki de şehit olmuş. Böyle olsaydı her gün ağlardık ya (daha içli ağlıyor)."

Şehidenin Annesi:

"Çocukluğundan beri polis olmak isterdi yavrum. Şehit oldu diye söylemiyorum; kimseyi kırmaz, kimseyle kavga etmez, birinin gönlü kırılacak diye ödü sıdırdı. Arada bir 'Ben şehit olacağım anne, şehit olursam üzülme tamam mı? Gurur duy.' derdi. Dileğini tam tutmuş yavrum, demekki Rabbim bizden daha çok sevmiş ki yanına aldı.

Şehit olduğu gece aradı beni. Olayları televizyondan izliyorduk o gece ama hiç aklımıza böyle bir şey gelmiyordu. Kübram kendisini korur diyordum içimden. Aradı beni, anne merak etmeyin ben evdeyim demişti. Telefonu kapattıktan sonra çalıştığı yere saldırı olmuş. Arkadaşları gitmemesini söylemişler ama "Ben arkadaşlarımla yanına gidiyorum, ben vatan haini değilim" demiş. Gittikten sonra da ikinci bombayı

atmışlar, o sırada canını vermiş guzum. Hiç üstüne getirmedi ki, ertesi gün de haberini aldık zaten.

Bizi üzmemek için söylemezmiş ama ablasına hep işinin çok zor olduğundan bahsedermiş. Ara sıra il dışına, doğuya göreve gidermiş, fotoğraflardan öğrendik oralara gittiğini. Bazı laflar da geldi kulağımıza. İşte niye polis olmasına izin verdiniz, çocuk asıl mesleğini, mimarlığını yapsaymış gibi. Bunlar insanı üzüyor tabi ama isteyerek polis oldu benim kuzum. Acısı zor, yüreğimi söktüler sanki. Dilerim Mevla’mdan, kızıma kıyanların, bize bu acıyı yaşatanların aynı şekilde ciğeri yansın. Öldü benim kınalı kuzum, şehit oldu gitti. Yaptığım hiçbir şeyden, hiçbir işten zevk almıyorum ama şehit annesiyim ben, yavrum şehit oldu diye gurur duyuyorum. Peygamber komşusu oldu benim kızım. Her gün giderim mezarına, kızımın doğduğu günkü kokusu gibi kokuyor mezarı.

Çevremizin desteğinin yanında dengesiz konuşan insanlarla da karşılaştık. Mesela ölüsünü gördünüz mü diye soruyorlar. Gittik gördük diyorum ölüsünü, inanmıyor adam. Dedim nasıl inanmak istiyorsanız öyle inanın. Çok canımı yakıyorlar. Cenaze sırasında mesela bunun kızı tamamen yanmış bir şekilde gelmiş, tabut boşmuş diyenler olmuş. Olsa ne olacak? Hadi oldu diyelim, o anda bitiyorsun zaten. Ama Allah öyle kuvvet veriyor ki, öyle hissettirmiyor rabbim. Kim ne derse desin kale almadım zaten. O insanlar zaten şehitliğin ne olduğunu bilmiyorlar. İleri geri konuşan, çok dengesiz konuşup canımızı yakan oldu. Ama hepsini de hoş karşıladım. Hepsine de inanın hiçbir cevap vermedim. Şimdi anlatacağım şeyi şimdiye kadar eşime dahi demedim. Birisi de geldi, “Sevdiği var mıydı yaa!”, “Sevdiği varmış, mezara kapanmış, kalkamamış!” gibi şeyler söylüyor. Ya sabır, Allah’ım dedim, olsa ne olacak dedim ya. Olsa ne olacak dedim, olsa ne yapacaksınız dedim ya, normal. Genç kız, yani, artık işini aldı gücünü aldı, eşini de seçme hakkı var. Şaşıyorum, beynim duruyor o anda zaten. Söyleyecek söz bulamıyorsun, yutuyorsun. Ama yine onların bana yaptığını yapmadım, ben onları üzmedim. Dedim ki ben rabbime havale ediyorum. Zaten kendini bilse onu sormaz. Diyorum ki bazen, burayı terk edeceğim diyorum. İnsanları görmek istemiyorsun, dışarı çıkmak istemiyorsun. Ama ben inadına çıktım. Niye çıkmayacağım dedim, benim başım dik. Çok şükür rabbime dedim, bizi utandıracak bir iş yapmadı guzum. Biz dedim, gurur duyuyoruz guzumla dedim. Şöyle baktım, o insanlara da gülüp geçtim. Türkiye’nin dört bir tarafından çocuklar mektup gönderiyorlar bize. Bilhassa da kızımın adının verildiği okullarda okuyan çocukların yazdıkları mektuplar, inanın ki

çocuklar büyük insanlardan daha duygusal, daha hassaslar bu konuda. Diyorum şunların düşüncelerinin güzelliğine bak. Neler yazmışlar, daha küçücük çocuk bunlar.

Beni çok etkileyen birçok rüya gördüm. Mesela Kabe'deyiz. Dedim Rabbim senin misafirinim, misafirin duası kabul olur rabbim. O gece rüyamda Kübra'mı Kabe'nin kapısında görüm. Her gün Kâbe'ye gittiğimde Kübra'yı kapılarda aradım Süleyman abisi. Başka bir rüyada Kübra'm bizi çok yüksek bir dağa yemeğe götürüyor. Orada boy boy dizilmiş askerler ve hepsinin üstünde Çanakkale şehitlerimizin kıyafetleri var ya, hepsi onlardan giymişler. Boy sırasına göre, ellerinde eski tüfeklerimiz. Aralarından Kübra önde biz arkada gidiyoruz. Eğitim veriyorlarmış orda, arada bir silah sesleri geliyor. Aralarından geçiyoruz, bize hiç kurşun değmiyor. Kübra'm bizi yemyeşil bir çadırın içine oturttu. Ne yemek istersin anne diyor, hepimize soruyor. Ne istediğimi bilmiyorum ama bana bir ekmek geliyor. Güzel, kıpkırmızı bir kete sanki yiyorum onu. Sonra onun anlamına baktım, sabır demekmiş. Kübra'm bana sabır yedirmiş. Ondan sonra kızım bu askerler kim diyorum. Anne, onlar eğitim görüyor, onları eğitiyoruz biz diyor. Bir de aynı yerde şehit düşen arkadaşı Cennet'le ikisini bir arada gördüm rüyamda. Kamuflajlarını giymişler, elleri başların arkasında keyifle yatıyorlar. Bir güzel yatıyorlar ki gülüyorlar böyle. Kübra'mı hiç konuşuyor görmüyorum rüyalarımnda, öylece gülüyor. Cennet diyorum, kızım siz burada mıydınız? Evet, Hikmet Teyze, buradayız diyor. Ben çocuğu hiç görmedim, yüz yüze görüşmüşlüğümüz yok, Kübra'mın da liseden arkadaşymış. Hikmet teyze diyor, biz buradayız, biz buradayız, biz şehit olduk, siz bizi görmüyorsunuz ama biz yanınızdayız diyor, biz hep buradayız diyor. Öldüklerini biliyorum ama küçük kızımı çağırıyorum hemen, seslerini kaydet de Cennet'in annesi Huriye teyzeme dinleteyim ben bunu diyorum. Ama yanımızdalar imiş gerek yok ki diyorum sonra. Rabbimin güzellikleri çok Süleyman, her rüyam beni neşelendiriyor. Baktım umudum kesilecekmiş gibi oluyor, bir rüya daha gönderiyor Rabbim. Çok şükür! (gülüyor). Başka bir rüyamda üç kızım ile birlikte namaz hakkında konuşuyoruz. Namaz hakkında siz biraz gevşek davranıyorsunuz diyorum. Kübra'm saçını arkaya bağlamış yine, yüzü ay gibi parlıyor, anlatamam o parlaklığı, nur gibi. Şehit olduğunu bilmiyorum onda. Kızım diyorum namazınızı dört dörtlük kılmanız diyorum, nasihatler veriyorum. Cenneti kazanmak kolay mı diyorum. Kübra, "Anne, cennete ben sizi alacağım ya!" dedi. Öyle uyandım hemen. Kalktım Kübra'yı arıyorum, sonra kendime gelince hem ağlıyorum hem şükrediyorum rabbime. Vallahi ben çok seviniyorum, gün geçtikçe de bu duygular daha çok sarıyor insanı. Allah herkese böyle evlat nasip etsin diyorum. Her zorluğun ardında

bir kolaylık varmış, zaten kaldıramayacağımız bir yükü vermezmiş Rabbim. Sanki kapıyı açıp güleryüzüyle içeri girecekmiş gibi geliyor akşamları. Rüyamda görüyorum bazen; yüzü karlar gibi, bembeyaz elbiseler içinde gülümsüyor.”

Vaka XIV (Metastazlı Kanser Hastası):

1966 doğumlu, çiftçilikle yapan birinin eşi, ev hanımı bir bayan. Dört yıl önce göğüs ağrısı şikâyetiyle doktora gidiyor. İşlemlerin ardından göğüs kanseri teşhisi konuluyor. Tedaviye başlanıyor ve ayda bir rutin kontrollere gidiyor. Tedaviye rağmen hastalık tüm vücuda yayılıyor. İlk iki yıllık süreçte saçlar dökülüyor, genel yorgunluk hissinin yanında şiddetli baş ağrısı şikâyetleri oluyor. Hastalığın son evresinde ihtiyaçlarını karşılamak için başkasının yardımına ihtiyaç duyuyor ve vefatından dört ay öncesine kadar yatağa mahkûm kalıyor.

Bayanın beş çocuğundan ilk ikisi evli. Diğer üç çocuğu sırayla üniversite, lise ve ortaokul öğrencisi. Yatakta tedavi süresince bazen kendi evinde, bazen evli çocuklarının, bazen de kendi anne-babasının yanında kalıyor. Son iki ayda hastanede gözetim altında tutuluyor. Ölümünden üç gün önce tedaviye evde devam edilmesi gerektiği söyleniyor ve eşi kendisini evine getiriyor. Bilhassa son yirmi günlük süreçte hastanın bilinci iyice kayboluyor. Göz hareketleriyle iletişim kurmaya çalışıyor çevresiyle. Ağız yolundan verilen hortumla gıda veriliyor. Eve gelişinin ikinci günü akşam çocuklarının ve eşinin gözü önünde canını teslim ediyor. Bayanı hemen hastaneye götürüyorlar bir umutla fakat hastanede de öldüğü söyleniyor. Cenazeyi morga koyuyorlar ve ev ahalisi eve dönüyor.

Haberi alır almaz cenaze evine gidiyoruz. On yaşındaki yeğenim görüyor beni ve yanıma geliyor. Ağlıyor ve anneannem cennete gitti değil mi amca diyor. Çocuğun iç çekerek ağlaması beni de üzüyor, ben de ağlıyorum. Yeğenimin aynı yaşlardaki kuzeni geliyor sonra yanımıza, o ağlamıyor ama o kadar dua ettik, yine de öldü anneannem diyor. Erkeklerin olduğu bölüme gidiyorum. On beş-yirmi kişilik bir grup sessizce oturuyor. Bir köşeye ilişıyorum. Komşulardan yaşlı bir adam ezberden Kur'an okumaya başlıyor. Okuduğu sure, kıyametin kopuş sürecinde yaşanacaklardan, inkârcı insanların başına gelecek dehşetli sahnelerden bahseden Kıyamet suresi. Okunan surenin nelerden bahsettiğini, anlamını acaba okuyan veya onu dinleyen kişiler biliyor mu, yas sürecinde Allah'ın sonsuz ve sınırsız rahmetinden bahseden, ahirette verilecek nimetlerden örneklerin verildiği bir sure okunsa daha güzel olmaz mıydı gibi düşünürken birden farklı bir ses duyuyorum yine kendimden. O ses, yaşlı adamın niyetinin önemli olduğunu, Kur'an okuyan kişinin hediye gönderme amacıyla komşusuna son görevini

yerine getirdiğini, bilgiçlik taslamamam gerektiğini söylüyor. Bir saate yakın sadece taziye gelenlerin selam ve baş sağlığı dileklerinin duyulduğu bir sessizlikten sonra komşulardan birinin dinlenmeye çekilme teklifiyle cenaze evinden ayrılıyor.

Ertesi gün cenaze evinin önüne belediye taziye çadırı kuruyor. Erkekler dışarıda oturuyor, bayanlar içeride. Saat on civarı mevtayı yıkamak için on-on beş kişilik bir grup hastaneye gidiyor. Gidenler arasında mevtanın annesi, kızları, kardeşleri de var. Kızlarının hepsi de çok bitkin görünüyor, gözleri şişmiş ağlamaktan. Yakınları sırayla giriyor mevtanın yanına bir tas su dökebilmek için. Annemden öğreniyorum ki mevtanın çok zayıflamış ve gözleri yarı açık kalmış. Halk arasında mevtanın gözleri açık kalırsa, geride merhamete ve bakıma muhtaç bir evlat ya da bir emanet bıraktığına dair bir inanış var.

Cenaze namazını mevtanın dayısı kıldırıyor ve namazdan önce bir konuşma yapıyor cemaate. “Yeğenim hastalığı boyunca çok acı çekti. Umarım ki çektikleri günahları için kefarete olur. Allah’tan geldik, Allah’a döneceğiz. Bir şey dikkatimi çekti ki, mezar taşlarındaki tanıdık isim sayısı, yaşayan tanıdıkların isimlerinden fazla ise yaşlanmış demektir. Ama böyle genç ölümleri de oluyor işte. Allah rahmet eylesin, haklarınızı helal edin!”.

Toprağa teslim edilen mevtanın küçük erkek kardeşi mezarın başından ayrılamıyor. Telkin verilirken mezarın ayakucuna çöküyor, mezardan bir avuç toprak alıp bırakıyor geri, toprağı düzeltiyor, ağlıyor. Sonra biri koluna girip kaldırıyor ve uzaklaşıyorlar mezardan. Mezardan dönenler evin önünde toplanıyor. Kur’an okunuyor, dua ediliyor ve misafirlere yemek ikram ediliyor. Gece yarısına kadar taziyeye geliyor insanlar. Gelenlerden bazıları Kur’an okuyor, dua ediyor. Emekli bir meslek dersleri öğretmeni Kur’an okuyup dua ettikten sonra, kadın cenazesini toprağa teslim ederken mezara sadece babası, oğlu, kardeşi gibi mahrem yakınlarının girebileceğini ve meyyiteye dokunabileceklerini, diğer insanların da cenazeye bakmaması gerektiğini, mümkünse arkalarını dönmeleri gerektiğini söylüyor. İnsanlarda beş-altı saniyelik bir sessizlik hakim oluyor ve sohbetler kaldığı yerden devam ediyor. Yas sürecindeki cenaze sahiplerinin duygu durumunu merak ediyorum. Kefene sarılmış bir kadın cenazesinin toprağa teslimi sırasında çevredeki insanların orada bulunuş amacı ve cenaze yakınlarının, bunu dile getirmenin o esnada gerekliliği hususundaki tereddütlerini yüz ifadelerinden anladığımı hissediyorum.

İlçede kadınlar mezarlıktaki cenaze merasimine katılmıyor. Cenazenin defnedilmesini takip eden ikinci vakti, damatlardan biri meyyitenin kızlarını mezara

götürüyor. Kızların hepsi başlarını yazmalarla kapatmış, ellerinde Kur'an var. Belli ki özlem gidermeye, dua etmeye gidiyorlar. İkinci ve üçüncü günlerde de taziyeler devam ediyor. Komşuların getirdiği ya da cenaze yakınlarının hazırlattığı yemekler ikram ediliyor misafirlere. Diğer günler taziyeler evde kabul ediliyor artık ve hayat devam ediyor. Kadının ölümünden iki yıl sonra, yas süreci için makul olan sürenin geçmesinin ardından önce ortanca kız, daha sonra da önceleri babalarının tekrardan evlenmesine karşı gelen bekar iki kızın razı edilmesiyle dul kalan baba, aile dostlarının yardımıyla yeniden evleniyor. Eski ev kiraya veriliyor, yeni bir eve taşınıyor.

Mevtanın Kızı:

“Beş kız kardeşiz biz, en büyükleri benim. Babam ve annem çok şen şakrak insanlardı, bizim de üzerimize titrerlerdi. Babam biz küçükken her gün içki içerdi, eve sarhoş geldiği, tarladan eve dönerken arabayı anneme sürdüğü zamanları hatırlarım. Sonra tövbe etti babam, hacca gittiler, beş vakit namaza başladı. Sonra ben evlendim, mutlu mesut bir şekilde gidiyor hayat. Annem bir gün hastaneye gitti baş ağrısı şikayetiyle, 2011'in Ekim ayında başlayan büyük imtihan günü. Şikâyetçi olduğu ağrılar sebebiyle gittiği doktordan kanser teşhisiyle dönen, dünyası başına yıkılan bir anne. Doktora söylediği ilk cümle, “Benim çocuklarım daha çok küçük. En çok da dokuz yaşındaki kızımın bana ihtiyacı var.” Dünyada tanıdığımız melek. İki sene boyunca kanser tedavisiyle başlayan zorlu günler işte. Çok zordu! Göreceğimiz buysa bu zor günlerin son bulması için çok dua ettik. Ama Rabbim “Kulum, ben bu imtihanı zorlu kıldım ve sizden de bana tevekkül etmenizi bekliyorum” dediğini sonraları anladık. Zamanın daha neler yaşatacağını bilmiyorduk. Bunların daha alışma süreci olduğunu anlamadan yaşadık olayı. Doktorlar bu hastalığın beş-on yılının riskli olduğunu, bunu atlarsa hastalığın tekrarlama ihtimalinin azalacağını söylediler. Beşinci yılında hastalık başka bir çeşidiyle yıktı bizleri. Annem önce baş ağrılarıyla, sonra ilerleyen görme bozukluklarıyla gün gün şikâyetlerini artırdı. Sağ kolunu kullanamıyordu, sol koluyla hayata tutunmaya çalıştı. Hastalığının evreleri ilerliyor, sonuçlar temiz çıkıyor ama bir türlü teşhis konulamıyor. İşte insanın en çaresiz kaldığı an! Ne para ne mal ne de mülk, her yöntem kullanılıyor, her türlü tedavi uygulanıyor ama hiçbir çare bulunmuyor. Sayısı bilinmedik ameliyatlar geçirdi. Vücudunda iğne batmadık yer kalmamıştı sanki. Ama bu durumdayken bile her sorduğumda, “Hamdolsun her halime kızım, canım çok yanıyor amma Rabbimin hediyesi, neydelim!” derdi. Onun kadar güçlü, metanetli kadın tanımadım. Ben annemle gurur duyuyorum! (ağlıyor).

Hep göğsündeki ağrıdan söz ederdi. Pek önemsemezdi ama baş ağrısı çekilecek gibi görünmüyordu. Gün gün erimeye başladı annem. Zayıfladı, saçları döküldü, ayakta duracak hali kalmazdı. Kür tedavisi, kemoterapi iyice yıprattı annemi. Üç yıl boyunca onbeş güne bir doktora kontrole giderdi, her seferinde de mutlu bir haber bekledik ama olmadı. Vücuda iyice yayılmış hastalık. Moralinizi düzeltmeye çalışıyoruz. Biz annemin hastalığından kimsenin haberi yok zannediyoruz ama küçük bir yer burası, hastaneye gidip gelişlerinden, halinden millet anlıyor işte. ‘Annen nasıl oldu, iyi mi?’ sorularından bıkmıştık artık, bu yüzden bayramlaşmaya bile gitmezdim kimseye. Bakıma muhtaç olduğu zamanlar evimize getirdik annemi, canım-ciğerim annem, her gün dua ettim, dua istedim insanlardan sağlığına kavuşması için. Annem için çok daha zordu tabi, öfke patlamaları yaşar, her şeye kızardı. Son dönemlerinde ayakta duramaz, gözleri göremez oldu. Anne acısı zor ama hastalığında çok acı çekti, bazen kurtuldu annem diyorum, Allah o metaneti veriyor. Geride babam kaldı, bekâr kardeşlerim kaldı, babam da çok dirayetlidir ama üzüyor insan. Yalnız kaldı, kardeşlerimin yüzüne bakıp bakıp ağlamıştı.

On dört ay hastanede yattı. Gözleri görmüyor, kulakları çok zor duyuyor, felç gelmiş hareket edemiyor... Yatağa bağlı, yaşamaya çalışıyordu. Yemek yiyemezdi son dönemler! Burnundan hortumla, kolundan serumla mama verilirdi. Kabullenmek çok zordu bunu! Her geçen gün annem ellerimizin arasından kayıp gidiyordu sanki. Hastaneye ziyaretine gittiğimde zaman su gibi akıp geçerdi. Son görüşüm gibi düşünürdüm her gidişimi, doyamazdım, ayrılmak istemezdim. Konuşabildiği zamanlar çocukları torunları sorardı. Elini elimden çekmek istemezdi. Kardeşlerimi, evimizi bana emanet eder, “Benim olmadığım yerde anneleri sensin” derdi. Cennet kokulum! Artık ölüme yaklaştığını söylerdi, dayanamaz ağlardım yanında. Kalbini kopar deseler bu kadar ağır gelmezdi sanki. En son yoğun bakıma girdi, otuz iki gece! Çalan her telefonda ne haber gelecek korkusuyla yaşadım. Hem abla, hem anne oldum emanetlerime. Yoğun bakımda sadece beş dakikalığına izin verirlerdi görmek için. Makineye bağlı, annemi o halde tanımak, görmek, kabullenmek kalbimde çok derin yaralar açtı. Evde yokluğu, geri gelmeyecek korkusu ve daha nice dile getiremediğim korkular!!!

Ölümünden iki gün önce babama her şeyi anlatmışlar. Öleceğini, hiçbir tedaviye cevap vermediğini, sebebini anlayamadıkları beyin kanamalarını... Babam ağlayarak beni aradı, “Kızım uygun bir dille kardeşlerine söyle, her an her şeye hazır olsunlar” dedi. Ben söyleyemedim kimseye bir şey, zapt edemem kardeşlerimi diye korktum,

önceler hep annemin geri geleceğini, sağlığına kavuşacağını söyleyerek ayakta tutmaya çalıştım onları. Ben kendimi hiçe saydım. On dört yaşındaki en küçük kardeşim, nasıl dayanacak, annemsiz nasıl yaşayacak!!! Ben bu gücü nerden alayım Allah'ım dedim. Ama Rabbim içimize hepsinin dayanma gücünü, serinliğini verdi.

16 Ağustos Salı günü annemi son kez evine göndermişler. Hiçbir yaşam belirtisi yok. Ölüm kapımızı çaldı çalacak korkusu! İkinci gün tepki vermiş, sıkıntılıymış! (ağlıyor). Gittim yanına hemen. Ateşlenmiş, öyle hızlı nefes alıp veriyor ki! Ellerin tuttum, başında konuştum, Kur'an okudum. Bilinci yoktu, son vazifelerimi yerine getirmeye çalıştım. Akşama doğru babamın ağladığını gördüm. “Kızım bir kere daha çorba içirmeye çalışın” dedi, çıktı gitti. Olacakları biliyormuş ama söyleyememiş. Annemin yanından hiç ayrılmıyordum! Eve geldim ama daralıyorum, yüreğimi sıkıyorlar sanki! Duramadım telefon ettim, kardeşimin o sözleri kulaklarımdan hiç gitmiyor. “Abla annem can veriyor! Çabuk gel!”. Evden nasıl çıktım, nasıl gittim bilmiyorum, kalbim yerinden çıkacak gibiydi. Gittiğimde annem ruhunu teslim etmişti. Yüzü buz gibi olmuş, sararmış, dudakları morarmış, sanki annemin yerini bambaşka biri almıştı! (ağlıyor). Öptüm, kokladım, sarıldım çünkü bu son görüşümdü, başka göremeyecektim! Sabaha kadar için için ağladım. Bağıma bacılarımı bastım, teselli olmaya çalıştım. Bitti gitti işte, bir ömür acısıyla tatlısıyla bitti! Çok ağır ve çok zor bir imtihandı. Kudretinden sual olunmaz Rabbimin.

Ama anacığma sözüm vardı, “Ölürsem feryat etmeyeceksiniz, ağlayıp yerimi su etmeyeceksiniz! Annemizin dertleri sona erdi deyip bana bol bol okuyacaksınız! Evimizi, ocağımızı, kardeşlerini sana emanet ediyorum” demişti. Bir de, “Baban tek başına yapamaz, sakın onu bekar bırakmayın, evlendirin, bu size vasiyetim” demişti. Hepsini de yaptım! Annenin yerine başka bir kadın getirmek, babanı evlendirmek anlatılmaz bir duygu. Kardeşlerimin hem ablası, hem annesi, hem sırdaşları oldum.

Burada bir adet var, ölen kişinin giysileri hemen fakire fukaraya verilir. Ölen kişi rüyada görülürse ya böyle yorumlanır ya da onun adına sadaka verilir. Kardeşlerimden biri annemin eşyalarını vermek istemedi, onları saklıyacağım, annemin hatırası dedi. Annemi rüyamda zor durumda gördüğümü söyleyip ikna etmeye çalıştım onu. Bir de taziye gelenler bize sarılıp ağlatmaya çalışır gibi davranınca daha çok üzülyorduk. Biz bu duruma kendimizi alıştırmıştık, annem dört yıl boyunca çok acı çekti. Ölüm zor, ciğerim yanar ama kurtuldu inşallah annem. Rabbim bizden daha çok seviyormuş demek. Biz annemizin hastalığına, o çaresiz hallerine sabrettikçe acıların daha büyüğünü verdi sanki Rabbim! Gani gani rahmet eylesin Rabbim, mekânı cennet

olsun anacığımın. Efendimize komşu olsun. Acısı çok büyük, boşluğu yokluğu çok ağır ama takdir böyleymiş, kader! Bizlere de tevekkül etmek düşüyor. Rabbim iyi ki ölümü emretmiş. Ölüm bazı çaresizliklerin çaresi, çözüm kapısı. Melek annem, mekanın cennet olsun annem.”

Vaka XV (Yalnız Kadın):

Yetmiş yaşında, üçü erkek beş çocuk sahibi dul bir bayan. Sol eli doğuştan fonksiyonlarını tam olarak yerine getiremiyor, halk arasındaki tabirle çolak kalmış. Sol bacağı ise diğerinden biraz kısa. Kocasının vefatından sonra tekrar evlenmiyor, iki kızını ve büyük oğlunu kocası hayattayken, diğer oğlunu ise dul haliyle evlendiriyor. En büyük oğlu bundan yirmi iki yıl önce, on altı yaşındayken komşusunun oğluyla ilçedeki baraja balık tutmaya gidiyor. Serinlemek amacıyla suya giren genç, arkadaşının gözü önünde boğularak can veriyor. Komşunun oğlunun eve dönüp olayı anlatırken ki haline şahit olmuştum. Evin önündeki eşiğe oturup başını duvara vurarak “Zeki gitti anne, Zeki gitti!” deyişi, komşunun ne yapacağını bilemeyeşi ve olayın nasıl olduğunu sorması, ölen gencin ailesine haberin nasıl verileceği üzerindeki tartışmalar, babamın durumu polise haber verip cenazeyi bulmak ve sudan çıkarmak için dalgıçlarla baraja gidişi çocukluğumda beni ölümle tanıştıran hatıralardan birisi olarak hafızamda.

Bayan, kocasının vefatından sonra kendisine bağlanan engelli maaşı ile geçiniyor. Asgari ücretten daha az miktardaki maaşı ile kendi halinde, iki odalı evinde yalnız yaşıyor. Evi, yöresel motiflerle inşa edilmiş; iç duvarları birket üzerine sıvanmış kerpiçle, dış duvarlar ise sıvasız birketle kaplı. Yağmurlu günlerde tavanın aktığına çoğu kez şahit olmuştum. Evin damına çekilen kova kova topraklar, zemini sertleştirmek için ‘yuvarlama’ denen silindirle çalışmalar yine çocukluk hatıralarımdan biri. Oturma odasında somya veya kanepe yok, yerler halıyla döşeli sadece. Lüks mahiyetinde sadece televizyon ve buzdolabı var evde. İhtiyaçlarını veresiyeyle bakkaldan karşılıyor. Çocukları bayram veya günübirlik ziyaretleri haricinde sık sık gelmiyor ziyaretine; istedikleri zaman kendisine ulaşabilmeleri için eski bir telefon almışlar. Sadece gelen çağrılara cevap vermeyi biliyor, kendisi birini arayacağı zaman komşuların yardımına ihtiyaç duyuyor. Yaz aylarında genelde evinin önünde, soğuk günlerde de vaktinin çoğunu evinde tek başına geçiriyor. Geceleri yatsı namazının ardından ışıkları söndürüyor ve televizyonun yüksek sesiyle, tabana yakın penceresinin önüne oturup sokağı seyrediyor. Televizyonun sesini niye fazla açtığını sorduğumda, yalnızlıktan bazen korktuğunu, o sesin kendisini rahatlattığını söylüyor. Gerek yeme-içme gerek giyim-kuşam anlamında hayatında bir lüks yok. Kendisi yürümekte

zorlandığı için veresiye alışverişini bakkaldan ben yapıyorum genelde. Yapılan yardımları çoğu kez geri çeviriyor. Ekonomik yönden sıkıntılar yaşamasına rağmen kendisine bir ilke edinmiş. Her ay cüzi bir miktar parayı bir kenara koyuyor ve kurban bayramlarında muhakkak bir küçükbaş hayvan alıyor. Kurban kesmekle mükellef olmadığını hatırlattığımda ise gerekirse yemesinden içmesinden feragat edeceğini, kurban kesemediği zaman huzursuz olduğunu söylüyor.

Yalnız Kadın:

“Hayat zor oğlum! Altı çocuğumu ne zorluklarla besledim büyüttüm. Namuslarına halel getirmeden çocuklarımı everdim. Her birinden torunlarım var. Ama Zeki'min gidişi ciğerimi çok yaktı. Her yıl oğlumun adına kurban keserim. Babamdan kalma elma bahçemiz var. Bahçedeki evimizdeydik çocuğum boğulduğunda, o da burdaydı, yanımızda değildi. Adem abinle baraja gitmişler, serinleyim diye suya girmiş. Adem, niye götürdün oğlumu, niye kurtarmadın! dedim hep. Yanında olsaydım göndermezdim baraja belki oğlumu. Ecel çağırmış işte, Adem'e de tez gidelim demiş hep o gün. Acısı şurada durur işte. Ölüsünü göstermedilerdi. Sokağın başından salını salını çıkıp gelecekmiş gibi, yıllardır bakarım pencereden.

Çocuklarımın hali vakti yerinde, kendi yağında kavruluyorlar. Bu evi bırakıp gidemedim. Kafama göre girip çıkıyorum. Yaş geçtikçe sobayı yakmak, işi gücü görmek zor oluyor amma napalım. Elin oğlu, elin kızının yanında kalsan ne kadar kalacan. Kaloriferli küçük bir apartman dairesi tuttular bana. Bir-iki ay kaldım ama sıkıldım, ev doğru dürüst güneş görmüyor, komşum yok. Dayanamadım çıktım geldim. Elhamdülillah, bir lokma aşım, ağrısız başım.

Sabretmeyi mi soruyorsun? Elin varsa kaşı kendi başını, kimseden kimseye fayda yok. Biz eski insanlarız. Çok çektik kocalarımızdan, kaynanalarımızdan. Sırtımızda değnek kırarlardı, ölmüş anamıza babamıza atar tutarlardı, söverlerdi amma namus bükerti bizi. Altı çocuğumla nereye sığınayım? Şimdikilere bakıyorum da, üç gün dayanamazlarmış bizim çektiklerimizi çekselermiş. Kaynanaların hükmünü sürdüğü zaman gelin olduk, gelinlerin hüküm sürdüğü zaman da kaynana olduk işte! (gülüyor)”.

ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

Adı: Süleyman DOĞANAY

Doğum Yeri ve Tarihi: Yeşilhisar, 03.03.1982

İletişim: 0505 393 82 83

Email: sdoganay38@mynet.com

EĞİTİM DURUMU

- 2011 ~** : (Doktora) Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü,
Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı (Din Psikolojisi), Adana.
- 2004 ~ 2009** : (Yüksek Lisans) Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü,
Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı (Din Psikolojisi), Adana.
- 2000 ~ 2004** : (Lisans) Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi, İlköğretim Din
Kültürü ve Ahlak Bilgisi Öğretmenliği Bölümü

İŞ DURUMU

- 2006 ~** : DSİ Baraj Ortaokulu, Çukurova Adana.
- 2004 ~ 2006** : Akalan Fatih İlköğretim Okulu, Acıpayam Denizli.