Tasavvuf: İlmî ve Akademik Araştırma Dergisi, yıl: 6 [2005], sayı: 15, ss. 137-152.

RUHSAL YAKLAŞIM VE İNSAN
TÜRKİYE'DE BİR UYGULAMA ÖRNEĞİ

Öznur Özdoğan *

Giriş

Pastoral psikoloji

Irvin Yalom Bağışlanan terapi adlı kitabında Nietzsche Ağladığında adlı romanı yazarken karşılaştığı bir zorluğu şöyle anlatıyor: Hikayenin konusu Nietzsche'nin 1882 yılında Lou Salome'yle ilişkisinin sona ermesi yüzünden büyük bir umutsuzluğa düştüğü yıla rastlamaktaydı. Ve Nietzsche'nin terapiste gitmesi gerekiyordu. Yalom uzun araştırmalardan sonra o dönemde terapistin olmadığını eğer Nietzsche yardım için bir doktora gitse sorununun tıbbi bir konu olmadığı söylenirdi. Ya da belki de dini danışmanlık için anlayışlı bir din adamına başvururdu (Yalom, 2002, s. 222).

Pastoral danışmanın tarihi eskilere dayanır ve akademik ve klinik disiplin olarak olgunlaşmaktadır. Pastoral danışmanlar, danışanlarına geniş bir yelpazede yaklaşırlar ve bütün karmaşası içinde insanın gizemini incelemeye girişirler. Onların içsel süreçleriyle, diğer insanlarla ilişkilerindeki başarıları ve başarısızlıkları ile ilgilenirler. Aynı zamanda onların hayattaki amaçlarıyla buluşmalarını etkileyecek potansiyelleriyle de ilgilenirler. *Sayısız düşünce okullarının yaklaşımlarından yararlanmakla birlikte pastoral danışmanlıkta danışanların aşkın arzuları ve duygularıyla ilgilenilmektedir.* Dini fikirler ve deneyimler, kritiği yapılmaktan çok, danışmanlık teorisi ve pratiğine farklı bir boyut katmak ve örnekler vermek için kullanılmıştır (Estadt, B. K., 1983, s. 4).

Pastoral psikoloji, manevi rehberlik ile klinik psikoloji arasındaki sınır bölgede etkinlik gösteren din psikolojisinin alanlarından birisidir. Ağır ruhsal rahatsızlıklarla seyrek olarak ilgilenir ve bunların tedavilerini bu alanda uzman-

* Yard. Doç. Dr., Ankara Üniv. İlahiyat Fakültesi

laşmış terapistlere ve psikiyatrlara bırakır. Bu alan her şeyden önce psikojenik/ruhsal tepkiler (yas, depresyon) ve genel olarak hayat görüşüyle ilgili soruları konu edinir (Holm, N. G., 2004, s. 152).

Kernberg, Dini Deneyim Üzerine Psikanalitik Bakış Açıları-Psychoanalytic Perspectives on the Religious Experience adlı makalesinde şunları söylüyor: "klinik düzeyde, psikanalistin işlevlerinden biri, hastalarımıza uygun olan transpersonel* bir ahlak sistemi ve ahlaki değerlere duyulan olgun bir arzuyla dindarlığın kapsamını araştırmaktır. Psikanalistin işlevi, böyle bir evrensel değerler sistemi için pastoral danışmanlık veya rehberlik etmek değildir, daha çok psikanalistin işlevi hastayı, bireyin temel arzuları olan, pişman olma, hatasını onarma, şefkat, sorumluluk ve adaletin gelişimini engelleyen bilinçdışı çatışmaların çözümü, inceleme ve sistematik yüzleştirmeyi içerecek şekilde, bu yeteneği sınırlayan bilinçdışı çatışmalardan arındırmaktır. Psikanaliz üstelik bazı hastalara doğrudan kendilerine veya başkalarına yönelik nefret ve yıkıcılığı aklileştirilmesi olarak şekilsel dini bağlılıkların kullanımından kendilerini kurtarmaları için yardım etmek zorundadır" (Kernberg, 2000, s. 475). Maslow; İnsan Doğasının Ötelerine Ulaşmak- The Farther Reaches of Human Nature adlı eserinin Yaratıcılığa Bütünsel Bir Yaklaşım- A Holistic Approach To Creativity bölümünde yaratıcılıkla ruh sağlığı arasında doğrudan bir ilişki olduğunu söylemektedir. Ancak bu ilişkiye temel oluşturacak çalışmaların ve yaklaşımların yeterli olmadığını ve çoğu kişilik özelliği ile yaratıcılık arasında bağ olduğunu vurgulamaktadır. Yaratıcılıkla da bağlantılı birçok kişilik özelliğini hayatına yansıtan insanlara Maslow "kendini gerçekleştiren insan-self actualizing people", Rogers bütünüyle potansiyelini yaşayan insan–fully functioning person, Jung "bireyselleşmiş insan-individuated person", Fromm "Bağımsızlaşmış insan- autonomuous person" demektedir (Maslow, 1971, s. 72-73). Pastoral yaklaşımda da insanın birçok kişilik özellikleriyle çok boyutlu olarak değerlendirilmesi hedeflenmektedir, yani bütüncül yaklaşım söz konusudur.

Allport, Birey ve Dini (Individual and His religion) adlı kitabında din ve terapinin kişilikteki düzen ve bütünlük ihtiyacı konusunda ısrarcı olmaları açısından benzeştiğini söylemektedir. Her ikisi de sağlıklı bir zihin için, duyguların hiyerarşik bir yapı gerektirdiğini, temel bir yönlendirici duygunun baskın olması gerektiğini kabul ederler.

Bazı Psikiyatristler bazı hastalarına kendilerinden daha hasta olan kişilerle birlikte olmayı ve onlara yardım etmeyi tavsiye ederler. Psikiyatristler böyle faaliyetlerin hastanın kendine acıma, içerleme, gücenme ile zararlı bir şekilde

---

* Kişilikötesi

harcadıkları enerjilerini tekrar kazanmalarında önemli etkisinin olduğunu kabul ederler. Psikiyatristler bu yöntemi dindeki yardımseverlik gibi erdemler nedeniyle değil, hastaların bozulmuş kişiliklerinin onarılmasına katkısı nedeniyle önerirler. Fakat din alanında çalışan insanlar bu onarılmanın tesadüfi olmadığını yardım etmekten vb. kaynaklandığını söylerler. Sevgi kıyaslanamayacak derecede önemli bir psikoterapik sağlık verici bir değerken, profesyonel psikiyatrinin kendi kendine yaratamadığı, odaklanmadığı, karşı tarafa hissettirmediği bir değerdir. Psikoterapinin içinde köklendiği psikoloji bilimi insanın sevgiyle bağlanma isteği konusunda çok az şey söylemiştir. İngiliz psikiyatrist Dr. Suttie, modern bilimin şefkatten, sevgiden kaçışta olduğunu ve böylece yakın, şefkat dolu ilişkileri destekleyen dine karşı antitez ortaya koyduğunu belirtmektedir. Allport, bu kaçışın temel sebebinin bilimin analitik yapısından kaynaklandığını düşünmektedir. Ayrıca dinin insan doğasının sevgiye olan ihtiyacına izin vermesi noktasında psikoterapiden daha ileri bir noktada olduğunu söylemektedir. Fakat sevginin yaşanmasına gelince, bu konudaki dinsel değerlerin uygulanması noktasında yıllarca süren başarısızlıkla karşı karşıyayız.

Din psikoloğu ve psikiyatrist arasındaki ilişkiye gelince, din psikologu temel inançlar, değerler ve hayatı değerlendirmede daha iyidir. Din psikologunun zihinsel hastalıklardan korunma ve iyileşmede kaçınılmaz bir rolü vardır. Onun rolü psikanalistler için ödül olarak düşünülebilir. Modern psikoterapik teknikler tıbbi yönelime sahiptir, bunun yanında din alanında çalışan danışmanlık konusunda özel yetişmiş insanlara yer verilmelidir.

Pastoral- psikiyatri grup çalışması kavramı hızla büyüyen bir yönelimdir. İlişkinin akıcı devam etmesi için, birçok grup çalışmasında olduğu gibi, grup üyelerinden birinin diğerine göre daha uyumlu olması gerekmektedir (Allport, G., 1950, s. 88-97, Psychotheraphy and Religion bölümü).

Din ve Ruhsallık Üzerine

Gordon Allport, insanın din anlayışını ikiye ayırarak incelemektedir. Dışsal din (Extrinsic religion) ve İçsel din (Intrinsic Religion).

Dışsal Din: Bu yönelimi gösteren insanlar dini, güvenlik, avuntu, oyalanma, sosyallik, statü ve kendini ifade edebilmeyi sağlama yönlerinden dolayı faydalı görürler. Yani dışsal din, insanın kendi kendisine hizmet etmesini, faydacılığını ve inanana rahat ve huzur sağlayan, kendini korumacı dinsel bir görünümü belirler. Bu türden bir inanca sahip olan kişi, Yaradan'a beklentilerinden uzaklaşmadan yönelir.

İçsel din: Bu yönelimi gösteren insanlar yüksek değerlerini (master moti-

ve) dinde bulurlar. Diğer ihtiyaçlar ne kadar güçlü olurlarsa olsunlar, daha az önemli olarak değerlendirilir. Bu türden bir inanca sahip olan kişi, inancını kucaklayıp içine almayı başarır, dinin kendisine hizmet etmesinden çok, kendi dine hizmet etmeyi hedefler. Bu da zaten kişinin dinini tam anlamıyla yaşamasıdır.

Sonuçta; dışsal dini yönelimler, ego merkezli fonksiyonlar ile temelden ilgilidir. İçsel yönelimler ise, değer merkezlidir ve gelişme fonksiyonları ile ilişki göstermektedir (Meadow&Kahoe, 1984, s. 291-293, bk. Özdoğan, 1995, s. 17).

İslam dininin öz yapısı kurumsallaşmış dinden daha çok, ruhsallık diye ifade edilebilecek yapıya daha uygundur.

Stanislav Grof'a göre ruhsallık ve din arasında açık bir ayrım yapmak çok önemlidir. Ruhsallık gerçekliğin olağandışı yönleri ve boyutlarının doğrudan deneyimine dayanır. Tanrısal olanla temasa aracılık eden özel bir yer ya da resmi olarak tanınmış bir kişi gerektirmez. Mistikler kiliselere ya da tapınaklara ihtiyaç duymazlar. Gerçekliğin kutsal boyutlarının yaşandığı bağlam, kendi tanrısallıkları da dahil olmak üzere kendi bedenleri ve doğalarıdır. Üstelik, resmi bir görevi yerine getiren rahipler yerine, destekleyici bir araştırıcı grubu ya da içsel yolculukta kendilerinden çok daha ilerlemiş olan bir öğretmenin rehberliğine ihtiyaç duyarlar.

Ruh Latince bir kelimeden gelmekte (spiritus) nefes, cesaret, güç, hayat demektir. Rudolf Otto ruhu, kutsal olarak tanımlamaktadır. Ruhsallık, bireyin yaşamında değer, amaç ve anlam aramasıyla ilgilidir. Cervantes ve Ramirez ruhsallığın tanımına, evrendeki bütünlük ve uyumu araştırma fikrini eklemişlerdir. Booth ruhsallığı, enerji, yaratıcı çözüm, yaşam için güç kaynağı olan içsel bir tutum olarak tanımlamıştır. Elkins, Hedstrom, Hughes Leaf ve Saunders (1988) ruhsal değerleri, yaşamın kutsallığının farkında olma, maddesel değerleri dengeleme, başkalarını önemseme, hayatımızın trajik yönlerinin farkına varıp, dünyanın daha iyi bir hale gelmesini derin bir şekilde arzu etmek olarak açıklamışlardır. Chandler, Holden ve Kolander ruhsal bir deneyimi, bir insanın önceki anlayışını aşan, sevgi ve daha yüksek bir bilgiyle sonuçlanan bir yaşantı olarak nitelendirmişlerdir. Hinterkopf, ruhsal deneyimin yaşamın aşkın boyutlarını anlamamızı sağladığını ve bizi yeni anlamlara ve olgunluğa ulaştırdığını söylemektedir. Danışmada Ruhsal Ahlaksal ve Dinsel Değerler Derneğinin önde gelenleri 1995 yılında gerçekleşen toplantıda ruhsallığı tanımlamaktan çok betimlemişlerdir. "Ruhsallık yaşamsal ve cesaret veren bir enerjidir. Bütün insanların içsel ve özgün olarak ortaya koyduğu kapasite ve yönelimdir. Bu ruhsal yönelim bireyi, bilgiye, sevgiye, anlama, umuda, aşkınlığa, bağlanmaya ve

şefkate ulaştırır. Ruhsallık bir insanın değer sisteminin gelişme kapasitesini, büyüme ve yaratıcılık potansiyelini içerir. Ruhsallık, din, ruh ve kişilik ötesini (transpersonal) içine alır." Ruhsal olan her şey acıları öğrenmeye, düşmanlığı işbirliğine, kayıtsızlığı sevgiye dönüştürür. Derin bir bütünlük duygusu, bağlanma ve sonsuza kendini açmaktır. Ruhsallık insan ruhunun kendine ve başkalarına mutluluk veren sevgi, şefkat, sabır, hoşgörü, affetme, uyum duygusu ve sorumluluk nitelikleriyle iletişim kurmasıdır. Ruhsallık doğuştan bir insan yeteneğidir. Sadece yaşamsal gücümüz değil, bu yaşamsal gücü deneyimlememizdir. Her ne kadar bu yaşamsal gücü yaşamak deneyimlemek bizim bir parçamız olsa da, aynı zamanda bizi aşmaktadır. O bizi doğaya ve hayatın kaynağına bağlar. Ruhsallığı yaşamak çeşitli hayat deneyimleriyle baş etmemize yardımcı olur. Ruhsallığın tanımı zamanla, bir insanın insanlığa hizmete kendini adaması, sanatsal yeteneklerini geliştirmesi, aile oluşturmaya odaklanması gibi çeşitli ifadeleri kapsayacak şekilde genişletilmiştir. Dünyanın birçok yerinde yaşayan insanlar için din ruhsallığı besleyen sosyal bir araçtır.Bir başka bakış açısından, insanlığın temel bir yanı olan ruhsallık dünyadaki çeşitli dinlerin aracılığı ile hayata geçirilebilir (Frame, M. W. 2003, ss. 2, 3).

Ruhsallık birey ve kozmos arasında özel bir tür ilişki içerir ve bu kendi başına kişisel ve özel bir meseledir. Karşılaştıracak olursak, organize din, düzenlenmiş bir yerde, bir tapınak ya da kilisede gerçekleşen ve kişisel spiritüel gerçeklik deneyimleri yaşamış ya da yaşamamış atanmış resmi görevlilerden oluşan bir sistem içeren kurumsallaşmış bir grup etkinliğidir. Bir din bir kez organize olduktan sonra, çoğunlukla spiritüel kaynağıyla bağlantısını tümüyle kaybeder ve insanın spiritüel ihtiyaçlarını bunları doyurmaksızın sömüren dünyevi bir kurum haline gelir.

Organize dinler genellikle güç uğraşı, kontrol, politika, para, mülkiyet ve başka dünyevi konulara odaklanan hiyerarşik sistemler oluştururlar. Bu koşullar altında, dinsel hiyerarşi çoğu kez üyeleri arasında doğrudan spiritüel deneyimler yaşanmasını istemez ve bundan vazgeçirme çabası sergiler, çünkü bu deneyimler bağımsızlığı besler ve etkili biçimde kontrol edilemez. Durum böyle olduğunda, gerçek spiritüel yaşam yalnızca mistik dallarda, manastıra özgü tarikatlar ve ilgili dinlerin mezhepleri şeklinde devam eder.

Gerçek ruhsallık evrenseldir, her şeyi kapsar ve dogma ya da dinsel yazılar yerine kişisel mistik deneyime dayanır. Hakim dinler insanları kendi yarıçaplarında birleştirebilir, ama daha büyük bir ölçekte bölücü olma eğilimi gösterirler, çünkü tüm diğerlerine karşı kendi gruplarını kurar veya onları döndürmeye ya da kökünden söküp atmaya çalışırlar. Derin bir mistik deneyim,

dinler arasındaki sınırları genellikle ortadan kaldırır, oysa organize dinlerin dogmatizmi genellikle farklılıkları vurgular ve kinle düşmanlık meydana getirir. Çeşitli nedenlerden ötürü varoluşu sırasında organize dinler kendi özgün spiritüel kaynaklarıyla olan bağlarını genellikle kaybederler. Deneyimsel matrisiyle bağlantısı koptuğunda, doktrinleri *dogmalara,* ritüelleri boş *ritüelizme,* kozmik etikleri de *moralizme* dönüşür. Brother David'in benzetmesinde, bir zamanlar çok önemli bir spiritüel sistem olan şeyden geriye kalanlar, artık onu oluşturan mistik deneyimin heyecan verici magmasından daha çok kabuk tutmuş lavlara benzer (Grof, 2000, ss. 285-301).

Ruhsallık ve dini daha iyi anlamada batıni (ezoteric) ve zahiri (exoteric) kavramlarıyla açıklamak yardımcı olabilir. Zahiri olan kurumlara ihtiyaç duyar. Batıni olan iç dünyada yaşanır. Zahiri dinin amacı ruhsal deneyimi bize anlatmaktır ama bu gerçek bir ruhsal deneyim değildir. Batınilik ise dünyadaki dinlerin mistik açılımında kendini gösterir. Zahiri yaklaşım deneyimden çok inancı vurgular. Bu da ruhsal yolculuğun başlarında olanlar için yararlıdır. Gelişimsel açıdan, bir insan ruhsallığın dışsal formunu başlangıçta uygulayabilir ve daha sonra ruhsal deneyim sürecine girebilir. Batıni olan Evrenin merkezi olarak Yaradanı deneyimlemek kutsal bilincin kalbidir. Gerçekte, batıni olan, insanı zahiri olanı ve onun kültürel etkilerini aşan deneyimlere yöneltebilir (Faiver, 2001, s. 3).

Filozof Ken Wilber, batıni(ezoteric), zahiri(exoteric) kavramlarını aktarım (translation) ve dönüşüm (transformation) kavramlarıyla ifade etmektedir. Aktarımda kişiye, hayatı hakkında düşünmesine yeni bir yol gösteren, iman doktrin veya inanç verilmektedir. Öte yandan aktarımın yardımıyla seçimler yapan bir insan tam bir dönüşüm yaşayabilir. Bu dönüşüm kimlikteki kökten bir dönüşümdür, yani inanan bir insan olmanın ötesinde bilen bir insan olarak yeniden doğmak gibidir. Bu dönüşümde aydınlanmanın ötesinde bir güçlenme sözkonusudur. Wilber'e göre dönüşüm için aktarım gereklidir fakat çok az sayıda insan aktarım olmadan da dönüşüm yaşatabilir (akt. Faiver, 2001, s. 3).

Transpersonel-kişilik ötesi psikoloji, huzurun, mutluluğun ruhsal boyutlarıyla ve duygusal ve fiziksel açıdan bütünleşmeyi amaçlayan, psikoterapinin popüler bir yaklaşımıdır. Transpersonel-kişilik ötesi yaşantılar diğer psikolojik yaşantılardan, varolan sınırların ötesinde olması, bilincin yoğunluğu ve genişliği, yer ve zamanın sınırlarının ötesinde olanı içermesi yönüyle farklıdır. Kişilik ötesi deneyimlerin bazı örnekleri beden dışı deneyimleri, telapati, duyumdışı algıları ve diğer evrensel deneyimleri içerir. Transpersonel-kişilik ötesi psikoloji, çalışmalarında kendini gerçekleştiren insanların yaşadıkları do-

ruk deneyimleri araştıran Maslow'un çalışmalarından etkilenmiştir. Assagioli, psikosentezle ilgili çalışmalarında, bütün insanlarda varolduğuna inandığı yüksek bilinç veya süper bilinci vurgulamıştır. Sanat, bilim, müzik ve felsefe için ilham, süperbilinç halindeki insana gelir. Assagioli, yüksek değerleri içeren farkındalığın bütün düzeylerinin, ruhsal olarak gerçekleştirilebiceğine inanmaktadır. Transpersonel-kişilik ötesi yaklaşım böylece, psikolojik kavramlarla, ruhsal yaşantılar bir araya getirelerek danışanlarla yapılan çalışmaları içerir. (Frame, W.F., 2003, s. 4,5) Bilinç-şuur araştırmalarından edinilen gözlemler, materyalist bilimin günümüzdeki, bilincin maddenin bir epifenomeni, beyindeki nörofizyolojik süreçlerin bir ürünü şeklindeki mitini ortadan kaldırır. Bilincin varoluşun birincil bir niteliği olduğunun ve beynin olasılıkla yapamayacağı birçok etkinliği gerçekleştirebileceğini göstermektedir. Yeni bulgulara göre insan bilinci tüm varoluşun içine işleyen kozmik bilincicin daha geniş, evrensel bir alanının bir parçasıdır ve ona katılır. Çağdaş psikiyatrinin patolojik olarak gördüğü ve baskılayıcı ilaçlar vererek ele aldığı birçok durumun aslında, iyileştirici ve dönüştürücü potansiyele sahip psikospritüel krizler, "ani ruhsal açılımlar" (spiritual emergency) olduğunun farkına varılması önemlidir. Transpersonel-kişilik ötesi psikoloji bu koşulların doğası, bunları başlatan durumlar, görünüm biçimleri ve yeni terapötik yaklaşımları araştırmaktadır ve uygun biçimde anlaşıldığında spritüalite ve bilimin çatışma içinde olmadığı ve olmayacağı, varoluşa yönelik iki tamamlayıcı yaklaşımı temsil ettiklerini savunmaktadır (Grof, 2002, ss. 14,15).

Patch Adams, Amerikada tıp eğitimi görmüş bir aile hekimidir. Tıbbın mekanik tedavi yöntemlerini ve bunun hasta üzerinde iyileştirici etkisinin yeterince olmadığını bizzat yaşamıştır. Kendi ifadeleriyle bu gözlemini şöyle dile getirmektedir:

> "On iki yıl boyunca hastaların çoğunun yaşamlarında ilaçların ötesinde bir şeylere ihtiyaç duyduklarını gözlemledik. Sağlık, bireyin hayatın kalitesini algılayış biçimiyle geçiyordu. Sıklıkla, iş hayatında ve ailede kişinin kendisiyle ilgili hissettiği doyumsuzluk tedaviyi önlüyordu ya da sağlığını kazanmasına engel oluyordu. Hastaları, sağlık sorunlarında etkili olabilmek için, diğer konulara da yöneltmemiz ve etkilememiz gerekiyordu. Bu konular, geleneksel olarak felsefe, psikoloji, sanat, din ve maneviyat alanlarıydı. Biz de bu alanları derinlemesine araştırıyorduk."

1971 yılında arkadaşlarıyla birlikte Gesundheit enstitüsünü kurmuştur. On beş binden fazla hastayı ücretsiz, doktor hatası sigortası almadan ve modern tıbbın diğer "gereksinmelerini kullanmadan eğlenerek tedavi etmiştir. Adams iyileşmenin bir iş sektörü olmadığına, sevecen, yaratıcı eğlenceli bir insan iletişimi olduğuna inanmaktadır. Enstitüde tedaviye başlamak için insanlara şunlar

sorulmaktadır: imajlarınızdan, manipülasyonlarınızdan, hastalığınızdan dolayı yakınlarınızdaki insanlara bedel ödetmekten vazgeçmeye hazır mısınız, kendinizle gerçek anlamda tanışmaya hazır mısınız Gesundheit' de unvanınızı, paranızı oyunlarınızı, kendinize acımanızı, başkalarını suçlamayı kapı önünde bırakmaya hazır olmalısınız. bir şeyi yapmaya gücünüz yettiği halde yapamayacağınız tavırlar sergilemenizi kapı önünde bırakmaya hazır olmalısınız. Gesundheit sizi iyileştirmenin yolunun gücünüzü ortaya çıkarmak ve kullanmaktan geçtiğini biliyor. "İyileşmeyi" gerçekten istemeniz gerektiğini biliyor. Sevginin "emek" olduğunu biliyor. Ve "bedelsiz" hiçbir şeyin olmayacağını biliyor. Çoğu insan bedeli sadece "para" olarak algıladığı için güçlerini ve yaratıcılıklarını yitiriyor, duygu sömürüsü yollarını ve "haklı çıkma" savunma mekanizmalarını geliştiriyor… ama kendisini tüketiyor. Kahkahasını, coşkusunu, gelişmesini ve kendisini gerçekleştirmesini! Hastalığın kaynağını değil, hastalığın semptomlarını iyileştirmek büyük bir umursamazlık. Acıların kaynağı daima ilişkilerdedir. Acıyla yüzleşmek psikiyatri ve psikolojinin alanıdır. Psikiyatristler acının her türlü nedenini araştırabilirler ama eğer kendileri "mutluolojist" değillerse, mutluluğa ve sağlığa yardımcı olamazlar.

Enstitünün amaçlarından biri; bireye, yalnız bir organizma olmadığını desteğe ve sevgiye ihtiyaç duyan bir ailenin toplumun ve dünyanın bir parçası olduğunu hatırlatmak. Umudun ve değişme olanağının güçlü olduğu bir toplum yaratmak. "Mutlu olmanın, politik anlamlan da vardır" diyor Patch. Barış, mutluluk paradigmasına aittir. Savaş ve çatışmalar acı paradigmasının ürünleridir. Mutluluğun göstergesi başkalarına yardım edebilmektir. Acının göstergesi yalnızlık duygusudur. Yeterince insan mutlu olsaydı dünya daha barışçıl olurdu (Adams&Mylander, 1999, ss. 81-117).

Türkiye'de Ruhsal Yaklaşım

Bütüncül yaklaşımı ve kapsayıcılığıyla, insanın sonsuz mutluluğunu merkezine koyan ilkeleriyle İslam, organize din yapısından daha çok, ruhsallık olarak ifade edilen yapıyla daha uyumludur. Akdemir, gerçek dinin işlevinin insanı doğasına döndürüp, ona yabancılaşmasını engellemek ve böylece ondaki ilahi nefesi, ilahi planı gerçekleştirmesini sağlamak ve kendisindeki sonsuz imkanları eyleme dökerek dünyada sevgiyi, barışı egemen kılmak olduğunu söylemektedir. Akdemir görüşünü Rum suresi 30. ayetle temellendirmekte ve ayeti şöyle çevirmekte ve yorumlamaktadır: "Sen yüzünü batıl olan her türlü inancı redderek kararlı bir biçimde dine, Allah'ın insanları kendisine göre yarattığı doğaya yönelt; Çünkü Allah'ın yarattığı doğada hiçbir değişiklik yoktur. İşte

gerçek din, insanların çoğu bilmese de budur". Kur'an'ın insan doğasını gerçek din olarak nitelemesi bir rastlantı değildir. Çünkü dünyadaki kurumsallaşmış dinlerin, çoğu kez insan doğasından uzaklaştıkları için, birer yabancılaşma, ve dolayısıyla mutsuzlaştırma kaynağı oldukları bilinmektedir. Zaten insanları, özellikle de hümanistleri dinden uzaklaştıran bu olgu değil midir? O halde "gerçek din" in asla dış dünyada kurumsallaşmış olan din olmadığını unutmamak gerekir. Ancak üzülerek söyleyebilirim ki bizzat Kur'an'ın açık ifadesine göre; insanların büyük bir kısmı bu gerçeği görememekte ve dış dünyadaki dinin uygulamasını gerçek din olarak algılamaktadır. Kur'an din kelimesini hem gerçek din hem de dış dünyadaki yabancılaşmış din için kullanmaktadır" (Akdemir, 2000, ss. 27-30).

Ruhsal yaklaşımda Allport'un içsel din, Grof'un ruhsallık, Wilber'in dönüşüm, Faiver'in batını, Akdemir'in de gerçek din olarak kavramlaştırdığı anlayışın uygulanması önem taşımaktadır.

Bu yönde bir yaklaşım Ankara Ulucanlar Ceza ve Tutukevi kadın koğuşunda hata tekrarını önlemeyi amaçlayan çalışmada gerçekleştirilmiştir. Çalışmada bir yıl boyunca kadın mahkumlarla İlk üç ay haftada iki kez, kış dönemi haftada bir kez çarşamba günleri, koğuşta tema odaklı grup toplantıları ve ikili danışmanlık seansları gerçekleştirildi. Önceleri hırsızlık yapanlar "biz tekrar yaparız, katılmamıza gerek yok" diyerek çalışmaya katılmadılar. Birinci ayın sonunda, hırsızlık yapan bir tutuklunun "Ramazan ayının son on günü oruç tutamadım, bunun için bir fakire para verdim. Doğru mu yapmışım günah mı işlemişim" dedikten sonra, " neden yaptığın hata için böyle bir soru sormuyorsun" diye sorduğumda "biz anadan atadan böyle gördük, bu bizim sanatımız" diye cevap verince "başkalarına zarar verdiğimiz işler sanat olamaz, gelin hep birlikte kendimize ve başkalarına zarar vermemek için çalışalım" dedim. O gün hırsızlık yapanlarla tema odaklı grup toplantılarına başlandı. Bu süreçte tema odaklı grup toplantıları ve ikili görüşmelere ilaveten bazı tutukluların duruşmalarına gözlemci olarak katılındı. Duruşmalara katılmaya karar vermede yaşanılan şu olay etkili oldu. İlahiyat Fakültesinde hoca olduğum düşüncesiyle benden, üzerine dualar yazılmış kağıtlar istediler; duruşma sırasında boyunlarına takıp her şeyin yolunda gitmesi için ondan güç alacaklarını düşünüyorlardı. Onlara gerçek gücün içimizde olduğu ve kendimize güvenerek orada olmamız gerektiği söylendi. Bu olaydan sonra, kendini sevme, kendini kabul, özgüven çalışmalarına ağırlık verildi. Hem onlara eğitim veren insan olarak destek olmak hem de gözlem amacıyla duruşmalara katılındı. Böylece aileleriyle tanışma ve onları daha kapsamlı tanıma fırsatı bulundu. Özellikle ikili görüş-

melerimizde kendilerini daha şeffaf ifade ediyorlar ve üzerinde çalıştığımız konuları hayatlarında uygulayabilmek için içtenlikle çaba sarf ediyorlardı. Konuları benimsedikçe ben olmadan da çalışmak istediler. Kitap ihtiyacı doğdu. Ve Louise Hay'ın Düşünce Gücüyle Tedavi, Stephen Covey'in Etkili İnsanların Yedi Alışkanlığı, Victor Frankl'ın İnsanın Anlam Arayışı ve Şefik Can'ın tercüme ettiği Konularına Göre Açıklamalı Mesnevi Tercümesi kitapları okutuldu. Artık koğuşta konuşulan konular farklılaşmaya başlamıştı. Birbirlerine okuduklarını anlatıyorlar özellikle geceleri sohbet ediyorlardı. Hem okuma yazma bilmeyenler için hem de paylaşılan konuları pekiştirmek ve uygulamaya geçişini güçlendirmek için film gösterilmeye karar verildi. Vicdanın uyanışını ve bir daha aynı hatayı yapmama kararının bir insanın hayatındaki uygulamasını yani kişisel bir dönüşü işleyen Victor Hugo'nun eserinden sinemaya aktarılan Sefiller filmi ile bir insanın kararlarını her şeye rağmen hayatına yansıtmasını sergileyen komedi nitelikli Patch Adams filmi gösterildi. Ayrıca çalışmanın başından beri, olumlu ifadeleri olan şarkılar söylendi ve dinletildi. İhtiyaç duyulduğunda imajinasyon nitelikli meditasyon† yapıldı. Mahkumların suç işlemelerinde oldukça etkili olan öfkeyle ilgili olarak sabır değeri Kuran'ı Kerim, Hz. Muhammed'in uygulamaları ve Türk kültürünün yetiştirdiği Mevlana ve Yunus Emre gibi düşünürlerin yaklaşımlarıyla işlenmiştir (bk. Özdoğan, 2005).

Aşağıdaki satırlarda bu yaklaşımla gerçekleştirilen iki uygulama örneği sunulmuştur.

8. Oturum

Oturumun Teması: Tevbe yaşantısının kutsal kitaptaki temelleri
Oturumun amacı: Mahkumların kendilerini affetmelerine ve iyi işler üretmelerine manevi yaklaşımla yardımcı olmak.
Katılımcı sayısı: 10 tutuklu
Katılımcıların nitelikleri: Hırsızlık, gasp, uyuşturucu, fuhuş, adam öldürme suçlarından tutuklu kadınlar

Uygulama

Furkan suresinin 63 den 76 ya kadar olan ayetleri açıklandı. Ayetler fotokopi olarak dağıtıldı, tek tek okundu ve açıklandı.

63. Çok sevene hizmet edenler, yeryüzünde tevazu ile yürüyenlerdir. Cahil-

† Derin ve yavaş nefes alarak rahatladıktan sonra, gözlerin kapatılıp, on dakika boyunca herkesin istediği ortamda ve kişilerle birlikte olduğunu düşünmesi

ler onlara, laf attıklarında, onlar (onlara): "Selam" diyerek karşılık verirler.

Bu ayette barışçıl tutum üzerinde duruldu. Cezaevinde bu yaklaşıma çok ihtiyaç duyduklarını söylediler.

64-66. Onlar, geceleri secde ederek ve kıyamda durarak geçirenler ve: "Ey Rabbimiz! Bizden cehennem azabını uzaklaştır; çünkü onun azabı süreklidir. Gerçekten de orası ne kötü bir duraklama ve yerleşme yeridir!" diyerek dua edenlerdir.

67. Onlar, harcadıklarında, ne israf edenler ne de cimrice davrananlardır; ama ikisi arasında orta yolu tutanlardır.

68-71. Onlar Allah ile birlikte başka tanrı çağırmayanlar, Allah'ın kutsal kıldığı cana, -haklı bir gerekçe olmadan- kıymayanlar ve zina etmeyenlerdir. Şu halde her kim bunları yapacak olursa hatalarının karşılığını görür. Ancak, kıyamet günü cezası kat kat arttırılacaktır ve o, azapta alçalmış bir biçimde sürekli olarak kalacaktır. Bununla birlikte, (bu suçları işledikten sonra) tevbe eden, inanan ve iyi işler yapanlar bundan müstesnadırlar; çünkü onlar, Allah'ın (işledikleri) kötülükleri iyiliklere çevireceği kimselerdir; çünkü Allah, çok bağışlayan, çok müşfik olandır; çünkü kim tevbe edecek ve iyi iş işleyecek olursa (şunu iyi bilsinki), o, böylece, gerçek anlamda Allah'a dönmüş bulunmaktadır.

Yukarıdaki ayetler tevbe sürecini bütün boyutlarıyla ele almaktadır. Bu ayetlerin derin boyutlarını ben de yeni fark ettiğimi ifade ettim. Özellikle "Allah'ın yapılan kötülükleri iyiliklere çevirmesi" yaklaşımı beni çok etkilemişti. Yüce Yaradan'ımızın insana olan yüksek sevgisini bütün hücrelerimde yaşadım. İnsan hata yapıp, hatasını fark ederse ve tekrarlamazsa, ardından iyi işler yaparsa, yaptığı hatalar, iyiliklere dönüşüyordu. Bir mahkum bunu öğrenince içine bir güç geldiğini iyilikler yapmak istediğini söyledi. Birkaçı "nasıl olsa günahkârız, yapılacak bir şey yok" diye zaman zaman düşünürdük. Bu durum hata yapmamızı kolaylaştırırdı. Bu yaklaşımla tanışınca artık mazeret kalmadı, dediler. Bu ifadeleri birbirlerini onaylayıp tamamlayarak dile getirdiler.

72. *Onlar, yalana tanıklık etmeyenler, boş ve anlamsız işlerle (uğraşan kimselere) rastladıklarında, yanlarından vakarla geçip gidenlerdir.*

73. *Onlar, kendilerine Rablerinin adı hatırlatıldığında, onlara karşı sağır ve kör kimseler gibi davranmayanlardır.*

74. *Onlar: "Ey Rabbimiz! Eşlerimizin ve çocuklarımızın bizler için gözümüzün, gönlümüzün neşe kaynağı olmalarını sağla! Bizleri, Senin bilincinde olanların en başında kıl!" diyenlerdir.*

75-76. *Onlar, güçlüklere göğüs germelerinden dolayı, yüksek derece ile ödüllendirilecek ve orada dirlik ve esenlik (nidalarıyla) karşılanacak olanlardır. Onlar, orada sürek-*

li olarak kalacaklardır. Orası ne güzel bir duraklama ve bir yerleşme yeridir!

Seanstan izlenimler: Mahkumların manevi yaklaşıma oldukça ihtiyaç duydukları ve ilgi düzeylerinin yüksek olduğu gözlendi.

5. Oturum

Oturumun Teması: Olumlu Düşünce
Oturumun amacı: Olumlu bakış açısı kazandırmak.
Katılımcı sayısı: 10 tutuklu
Katılımcıların nitelikleri: Hırsızlık, gasp, uyuşturucu, fuhuş, adam öldürme suçlarından tutuklu kadınlar

Uygulama

Koğuşlara ilk girdiğimizde bizi hüzünlü bir ortam karşıladı. Yeni gelen tutuklular ortama alışamadıkları için çok üzgündüler ve ağlıyorlardı. Daha önceden tanıdığımız tutuklularla daha iyi ilişki kurabildik. Bakara suresinin son üç ayeti "Allah'ın kullarına kaldırabileceklerinden daha fazla yük yüklemeyeceği" açısından tekrar açıklandı. Kutsal kitabı anlarken içinde olmamız gereken duygu samimiyet ve iç temizliği olması gerektiği, ayetlerin anlaşılırken ilk anlamından çok daha derin ve anlamaya yönelik olması gerektiği ifade edildi. Bu konuyla ilgili hırsızlık ayeti örnek verildi. El kesmenin gerçek anlamda, o işten elini kesmek ve bir daha yapmasını engellemek anlamındaki yorumu açıklandı: İnsanın hırsızlık yapmasını engellemek için temel ihtiyaçlarının (Yeme, içme, barınma) karşılanması, eğer kleptomani gibi ruhsal bir hastalığı varsa tedavi olması gerektiği söylendi. Olumlu düşüncenin gücü açıklandı, danışanlar anılarını olumlu olumsuz hayat tecrübelerini anlattılar. İnsanın çok mükemmel bir varlık olduğundan yola çıkarak bizlerin isteğimizi gerçekleştirme yetisine sahip olduğumuz , zihnimize gelen olumsuz düşüncelerin isteğimiz önünde bir set olduğu vurgulandı. Ayrıca insanın en büyük gücünün kendini değiştirmesi iken en zor olanın da başkasını değiştirmek olduğunu konuştuk. Danışanlardan biri "hayatın anahtarı bizde, dolayısıyla kullanmasını bilmeliyiz", dedi Konuyla ilgili Yunus Emre' den şiirler okundu, Mesneviden hikayeler anlatıldı. Hayatlarımızdan olumlu düşünce deneyimlerimizi paylaştık.

Konuşmamız büyük bir gürültüyle kesildi, hırsızlıktan tutuklu bulunan Yasemin ilaçlarının çalındığını söyledi ve gizli hırsızlara sesleniyorum dedi. Bu konudaki hassasiyeti gerçekten dikkat çekiciydi. Sakinleşmesi çok uzun sürdü.

Dua , Kur'an okumak, namaz kılmanın onlar için çok önemli olduğunu ama özel günlerinde bunları yapamadıklarını ve rahatsız olduklarını, kendilerini

kirli hissettiklerini söylediler. Onlara bunun bir kirlilik olmadığı, kadının üreticiliğini sağlayan doğal bir olay olduğu açıklandı. O günlerde dua edebilecekleri ve Kur'an okuyabilecekleri söylendi.

Özgürlük konusunda konuşmak istediler: Hastanede mi yoksa "hapishanede mi olmayı tercih ederdiniz" sorusuna "hastanede olmayı tercih ederdik" diye cevap verdiler. Çünkü özgürlük hasta olmaktan daha önemliydi.

Seanstan izlenimler: Olumlu bakış açısının konuşulması ortama yumuşak bir hava getirdi. Hayatın bizi her zaman desteklediği, her şeyde hayır olabileceği anlayışını destekleyen deneyimlerini paylaşmak onlara iyi geldi.

Oturumdan sonra ikili danışmanlık seanslarına geçildi. Önceleri öfke dolu olan ve öldürdüğü eşini asla affetmeyeceğini söyleyen Begonya Hanım bu görüşmemizde pişmanlık duyduğunu o hatayı işlerken başka seçenekleri de olabileceğini sabır göstermesinin daha doğru bir davranış olacağını dile getirdi. Burada reaktif bir tutumun görüşmelerimizden sonra proaktif bir anlayışa dönüştüğünü gördük.

İkinci müdür manevi değerler yanında maddi yardımın da çok önemli olduğunu vurguladı. Zenginlerin maddi destek verebileceğini söyledi. Bu maddi destek zekat kurumuyla bağdaştırıldı. Bunun üzerine giysi ve çeşitli maddi yardımlarda bulunuldu.

Ruhsal yaklaşımın uygulanmasında anlam terapi büyük önem taşımaktadır. Din Psikolojisi alanında çalışmalar yapan Abdülkerim Bahadır‡ doktora çalışmasında dinin ve dini eğilimlerin anlam arayışı ile ilişkisini incelemiştir: Dini değerler ile logoterapinin anlam imkanları olarak kabul ettiği değerler, büyük ölçüde aynıdır veya benzerdir. Her ikisi de insanı insan yapan nitelikler üzerinde yoğunlaşır ve değerlere uygun yaşamayı önerir. Anlam kaynağı olması nedeniyle din, logoterapide eşsiz bir öneme sahiptir. Din bireyin kendi ötesi ile, yani aşkın boyutları ile iletişimini mümkün kılarak anlam ihtiyacına cevap verir, insanı hayatın asıl amacı ya da kaderin anlamı gibi pek çok kapalı konularda aydınlatır. Günlük hayatta ortaya çıkan her oluşum, anlamlandırma sürecinin aktifliğini zorunlu kılar. Evlilik, ayrılık, hastalık, ölüm gibi önemli değişimler, ilişkileri ve hedefleri açısından insanı hayatla yeniden hesaplaşmaya davet eder. Her olayda kişisel anlamlandırmaya uygun fırsatlar her zaman bulunur. Birey bir yandan hayatın kendisine sunduğu imkanları değerlendirerek, diğer yandan da güçlükler karşısında çözümler geliştirerek anlam bulabilir. Acının anlamlandırılmasında dinin yaklaşımı logoterapide uygulanan yaklaşımları güçlendirir; din acıya rağmen anlama ulaşmanın ve acının bir şekilde değer-

‡ Selçuk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Öğretim Üyesi

lendirilmesi gerektiğine dikkat çekerken, acı çekmeye yönelik bir teşvik yoktur. Aksine kaçınılmaz olarak ortaya çıkan acılar karşısında olumlu bir anlayış benimsemek gerektiği vurgulanmaktadır (Bahadır, 2002, ss. 35-40).

Ulucanlar ceza ve tutukevinde yapılan ikili danışmanlık seanslarında hayatın bütününü ve yaşanılan olayları anlamlandırma önemli yer tutmuştur. Gerçekleşen bir uygulama şöyledir:

Kiraz

"Ben anne ve baba sevgisi görmedim. 12 yaşında babamı kaybettim. 3 kardeşimi büyüttüm ve evlendirdim. 11 sene önce annemi kaybettim. 3 kez evlendim. İki çocuğum var ilk eşimden. O vefat ettiğinde çok yalnız hissettim kendimi. İkinci eşimle evlendim. Cinsel olarak benden farklı beklentileri oldu ve beni pazarladı. Bir gün komşum kocamın önceden bir erkek çocuğuna tecavüz ettiğini söyledi, bayılmışım. Ayıldığımda çocuklarım eve gitmesin karakola gitsinler dedim,1 hafta hastanede kaldım. Çıkınca yetiştirme yurduna verdim onları. Sonra 3. eşimle tanıştım. Çocuklarım gerçekleri bilmedikleri için beni anlayamıyorlar. İki insan gibi oluyorum. Kötü yaşantılarım bana sinirlenme ve kötü duygular verdi. Ne küçüklüğümü bildim ne de büyüklüğümü. Yakın bir zamanda beyin ameliyatı geçirdim. Erkek kardeşimin oğlu gaspa karışmış, suçu benim üzerime attılar. Ağabeyim eğer suçu üzerine almazsan seni alnının ortasından vururum diyor."

Danışmanlık seanslarındaki yaşamsal ayrıntılar

Kiraz çok üzgündü. Beyin ameliyatı geçirdim diyerek başındaki eşarbı çıkarıverdi. Paraları yetmediği için hastanede tedavisi tamamlanmadan taburcu olmuştu. Bu arada Firuze ile arkadaş olmuşlar ve Firuze ona Düşünce Gücüyle Tedavi Kitabını okuyordu. Firuze, "o evinde hapis gibi yaşıyormuş, buraya geldi bizleri tanıdı ve bu kitapla tanıştı bu kitapla beynindeki tümörü yenecek" dedi. Kiraz diğer kadınların kendine yakın davranmadıklarına çok üzülüyordu ve kanaması vardı. Firuze "ben kendime değer veriyorum, kimse benimle ilgilenmiyor diye hiç üzülmüyorum" dedi. Ondaki özgüven gelişimi beni çok etkiledi. Kiraz'la olumlu bakış açısına yönelme ve görüntünün ardındaki gerçekleri keşfetme ve anlamlandırma çalışmaları yaptık. Paraları olmadığı için ameliyat sonrası bakımı yeterince yapılamadan hastaneden çıkmak zorunda kaldığından cezaevinde yeniden tedaviye başlanmıştı. Düşündüm de tedavisi için hastane yerine hapishane uygun olmuştu. Onunla bu düşüncemi paylaştım. Düşündü. Şunu fark ettim; anı yaşamayı bilmediğimiz için andaki gerçekleri

fark etmiyoruz. Aslında kötü bir yer kötü bir deneyim yok. Her şey bizi büyütüyor. Kiraz gerçeğin anlaşılamayacağını, hep orada kalacağını düşünerek cezaevinde olmanın, bu deneyimin tadını çıkaramadı. İki hafta sonraki gidişimde, duruşmada hakimin, "sen bu işi yapmış gibi bakmıyorsun" dediğini söylemişti ve bir hafta sonra serbest bırakıldı. Bu arada ilaçları alınmıştı ve tedavisine evde devam edebilirdi. Olaya tamamen objektif olarak bakıldığında, Kiraz oraya tedavisi için gelmişti. Bedensel olarak ilaçlarını aldı. Ruhsal olarak manevi değerlerle psikoloji biliminin sentezlendiği eğitimi aldı ve kitabı okuyarak bilinçlendi.

Bu uygulamalarda da görüleceği gibi ruhsal yaklaşım, Varoluşçu terapi yaklaşımına ilaveten konuya danışanın inandığı dinin temel kaynaklarından hareket ederek yaklaşır ve bunu yaparken de temel kaynaklardaki ilkeleri insan merkezli yorumlar.§ Ayrıca bu yorumlar bireyin hayatının içinde uygulamada yerini bulur.

Ruhsallık insanın var edenle olan bağıdır ve dolayısıyla ilahi kaynaklıdır. İnsan kendisiyle, yani özüyle iletişime geçtiğinde ilahi olanla da iletişime geçmiş olur. Çünkü özü, ilahi olanın niteliklerini taşımaktadır.

Ülkemizdeki gelişim sürecinde Din Psikolojisi biliminin yola çıktığı "Kendini bilen Rabbini bilir." yaklaşımı bu bakış açısıyla açıklanmaktadır. Öz niteliklerimizi yani ilahi yanımızı ne kadar fark eder ve yaşarsak, o kadar Yaradan'ımızı tanırız, anlarız, biliriz. Biz özümüzle iletişime geçemediğimizde, gerçekte ilahi olanla da iletişime geçememiş oluyoruz. Psikolojik sorunları yaşadığımız süreçte özümüzle olan iletişimin kopukluğu söz konusudur. Bu sorunların çözümünde, insanın maddesel ve ruhsal boyutunu birlikte değerlendiren, yani psikoloji biliminin verilerini ilahi öğretiyle bütünleştiren yaklaşım etkili olabilir. Özetle, ruhsal sorunlarımız, özümüzle yani ilahi yanımızla iletişim kuramamaktan kaynaklanıyorsa, bunun çözümü için ilahi dokunuşa ihtiyaç vardır.

Kaynakça

Adams, Patch, Mylander, Mauren, Patch Adams, *Yaşam Boyu Kahkaha*, çev.: Nil Gün, Kuraldışı Yay., 1999.

Akdemir, Salih, *Din ve Laiklik*, Form Yay., 2000.

Allport, Gordon, *Individual and His Religion*,1950.

§ Örneğin İslam dinine inanan bir danışan için temel kaynaklar olan Kuranı Kerim ayetleri ve Hz. Muhammed'in sözleri kelimelerin ifade ettiği anlamların ötesine geçilerek, ne demek istendiği neyin vurgulandığı ve bu vurgunun insan hayatındaki yaşayan fonksiyonunun ne olduğu açıklanır.

Bahadır, Abdülkerim, *İnsanın Anlam Arayışı*, İnsan Yay., İstanbul 2002.

Estadt, B.K., B.K., Blanchete, M, Comptıon, J.R., *Pastoral Counseling. Prentice Hall*, Englewood Cliffs, N.J. 1983.

Faiver, C., Ingersoll, R. E, O' Brien, M., *Explorations in Counseing and Spirituality*, Brooks/Cole 2001

Frame, Wiggins Marsha, *İntegration Religion and Sprituality in Counseling*, Brooks/Cole 2003.

Gopaul-McNicol, Sharon-Ann, Ph.D. "The Role of Religion in Psychotherapy: A Cross-Cultural Examination", *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 1997, vol. 27, no: 1, ss. 37-48.

Grof, Stanislav, *Geleceğin Psikolojisi*, çev.: Sezer Soner, Ege Meta Yay., İzmir 2002.

Holm, Nils G., *Din Psikolojisine Giriş*, çev.: Abdulkerim Bahadır, İnsan Yay., İstanbul, 2004.

Maslow, Abraham, *The Farther Reaches of Human Nature*, New york 1971 .

Meadow, M. Jo, Kahoe, R. D., *Psychology of Religion, Religion in İndividual Lives*, New York, by Harper & Row Publishers, Inc.

Özdoğan, Öznur, *İsimsiz Hayatlar*, Lotus Yay., 2005

Özdoğan, Öznur, *Dindarlıkla İlgili Bazı Faktörlerin Kendini Gerçekleştirme Düzeyine Etkisi*, (Basılmamış Doktora Tezi), Ankara 1995,

Yalom, D. Irvin, *Bağışlanan Terapi*, çev.: Zühal İyidoğan Babayiğit, Kabalcı Yay., İstanbul, 2002.