

DİNDARLIK TIPLERİ AÇISINDAN DUA FORMLARI

Ahmet ALBAYRAK*

ÖZET

Dua, insan için fitrî bir değer taşıtmaktadır ve hem ibadetin hem de dinin özü mahiyetindedir. İbadetin diğer bütün formlarında olduğu gibi, insanın dua pratiğine yönelişinde de, biri dış güdümlü dindarlık, diğeri i güdümlü dindarlık olmak üzere temel iki tutum vardır. Birbirine zıt karakterleri ifade eden bu iki tutum, dua eden insanın dinî yaşayışındaki kalitesini gösterir. Dinî yaşayışın derinlemesine boyutlarını ortaya koyan ve Allport tarafından sistemleştirilen dış güdümlü ve i güdümlü dindarlık tutumları, duaya yönelişin hem içeriğini hem de davranış olarak yönelme biçimini belirler. Dış Şartlara bağlı olarak yapılan duanın daha çok psikolojik gerçekliği, içten doğma bir Şekilde yapılan duanın ise, ontolojik gerçekliği nplandadır.

Anahtar Kelimeler: Dua, İbadet, Dış Güdümlü Dindarlık, İ Güdümlü Dindarlık.

THE FORMS OF PRAY FROM THE STANDPOINT OF TYPES OF RELIGIOUSNESS

Pray is the nature worth for human and it is essential character of both worship and religion. As in the other forms of worship, there are two attitudes of human in tendency to pray. These two attitudes which they signify the opposite characters to each other indicate the quality of religious life of prayer man. The extrinsic and intrinsic religious orientations that they were named by Allport and that they are exposed the deeply dimensions of religious life, designate orientation to pray from the point of view of both its content and the form of tendency to pray as behavior. In the extrinsic orientation the psychological reality of pray and in the intrinsic orientation the ontological reality of pray are in the most important place.

Key words: Pray, Worship, Extrinsic Religiousness, And Intrinsic Religiousness.

GİRİŞ

Evrende var olan her Şey, kendisinden daha büyük ve daha yetkin olan varlıklara doğru yöneliş halindedir. Bilindiği üzere varoluŐsal gerçekliği ve etkinliği açısından büyük olan varlıklar, küçük olanları kapsayıcıdır. Bu kapsayıcılık hem yaratılıŐlarının özü anlamında ve büyüklükleri ölçüsünde içkinliği hem de etkileme alanlarının daha geniş boyutlarda olmaları yönüyle aŐkınlıęı ifade etmektedir.

* Yrd. Doç. Dr., Rize Üniversitesi İlahiyat Fakültesi.

Her şeye gücü yettiğine inanılan Tanrı karşısında insan, kendisini acziyet içerisinde bulmaktadır.

Ancak bu acziyet, özellikle inanan insan için psikolojik anlamda edilgen olmayı gerektirmez. Çünkü Tanrı'ya karşı olumsuz düşünce ve tutum sergilemeyen insan, Huxley'in *uyanık pasiflik*¹ dediği bir zeminde kendi ruhunda O'nun izlerini bulabilir ve bu izlerden hareketle O'nu tanımaya ve idrak etmeye koyulabilir. Ayrıca insanın bu derûnî serüveninde Tanrı'nın isim ve sıfatlarını tetkik etmesinin, kendi kapasitesi ölçüsünde Aşkın Varlığı idrak etmeyi kolaylaştıracağı söylenebilir. Dolayısıyla insan, yüce olan varlığı tanımaya başladıkça O'na olan iştihakı artabilecek ve bu iştihak sayesinde, varoluş sorumluluğunu yerine getirebilmek için yeteri kadar çaba göstermeye çalışabilecektir.

Bu çaba içerisinde her insanda görülebilen evrensel davranışlardan biri de dua pratiğidir. Çünkü insan, değişik psikolojik faktörlerle Tanrı'ya yönelme davranışını dua pratiği ile ortaya koymaktadır.² Dua, Tanrı'nın kudretini kabul etmek demektir. Bu yüzden insan, ilâhî kudretin ferahlatıcı limanına dua ile sığınabilmektedir. Duaya bakışımızı biraz daha derinleştirirsek diyebiliriz ki dua, sığınmanın da ötesinde, Aşkın Varlık ile birlikte olabilmektir. Bir başka ifadeyle bu aşama, duanın psikolojik gerçekliğinden ontolojik gerçekliğine yükselmektir. Marinier'in tabiatüstü bilince yaklaşma veya kozmik şuura ulaşma diye tanımlamaya çalıştığı bu bilinç seviyesi³, her şeyi kuşatıcı olması dolayısıyla insanın özbenliğinin derinliklerinde hissedilebilen aynileşmeyi de ifade etmektedir.

Duaya Yönelişin Temel İki Ölçütü

Dua, insan için fitrî bir değer taşımaktadır. İnsan, hangi psikolojik yönelimle olursa olsun, dua ettiğinde kendi varoluşundan kaynaklanan kutsî bir pratiği uyguluyor demektir. "Psikolojik açıdan yapılan tahlillerde duanın, ilâhî yardımın celbi için başvuru olan genel bir ruhî mekanizma olduğuna işaret edilmekle birlikte daha çok insanın yaratıcısına doğru fitrî çekilişini, yakınlaşma isteğini ifade ettiği üzerinde durulmuştur."⁴ Dolayısıyla dua pratiği, insan fitratında var olan tabîî bir yönelim olduğundan, insanın potansiyellerini geliştirici ve onun Tanrı'ya doğru ilerlemesinde dönüştürücü karaktere sahiptir.⁵ İnsana umut vererek onun anlam dünyasını zenginleştirir. Varoluş tabakaları açısından nerede bulunduğumuzu, ne olduğumuzu anlamamıza yardımcı olur ve bundan sonrasında ne olabileceğimiz hakkında bize bir perspektif sunar. Kısacası dua ile "ister

¹ Aldous Huxley, *Kalıcı Felsefe*, (trc. Latif Boyacı), İstanbul 1996, s. 223.

² Duanın psikolojik kökü hakkında bkz. Friedrich Heiler, *Prayer, A Study in the History and Psychology of Religion*, London & New York 1932, s. 355.

³ Pierre Marinier, *Dua Üzerine Düşünceler (Psikofizyolojik Sebepleri ve Sonuçları)*, (trc. Sadık Kılıç), İzmir 1990, ss. 54-55.

⁴ Selahattin Parlador, "İslâm'da Dua", *TDV İslâm Ansiklopedisi*, IX, 531.

⁵ Bkz. Marinier, *Dua Üzerine Düşünceler*, s. 33.

Ortadoğu'da bir Hıristiyan, ister Paris'te bir Müslüman ya da bir Yerli Amerikalı olsun, bir kişinin hüznün derinliklerinde ya da neşe tepelerinde yüreğini ilâhî yücelişe geçirmesi⁶, onun fitrî ve dolayısıyla evrensel bir insan davranışı olmasından kaynaklanmaktadır.

İbadetin diğer bütün formlarında olduğu gibi, insanın dua pratiğine yönelişinde de temel iki tutum vardır. Birbirine zıt karakterleri ifade eden bu iki tutum, dua eden insanın dinî yaşayışındaki kalitesini gösterir. Dinî yaşayışın derinlemesine boyutlarını ortaya koyan ve Allport tarafından geliştirilen *dış güdümlü* ve *iç güdümlü* yönelim biçimleri⁷, hem içerik hem de davranış bakımından duaya yönelik biçimini de belirleyebilmektedir. İnsan, zaman zaman ihtiyaçlarını gidermek üzere Tanrı'ya faydacı bir yönelişle dua edebileceği gibi, sükûnet zamanlarında ruhsal/manevî varlığının derinliğinden gelen bir iştihakla da dua edebilir.⁸ Bizler için belirleyici olan, hayatımızın bütünlüğüne baktığımızda hangi davranış biçiminin diğerine göre daha fazla sergilendiğidir.

Dış Güdümlü Dua Formları

Dua pratiğinin daha çok psikolojik gerçekliğinin ön plânda olduğu formlar, dış şartlara bağımlı, psikolojik, fiziksel ve çevresel ihtiyaçların sürekli olarak etkisinde kalan insanlardan tezahür etmektedir. Hökelekli'nin ifadesiyle "bu tip dindarlar Allah'tan yararlanırlar; bizzat kendi tabii eğilimlerinden ve kendiliklerinden fedakârlıkta bulunmaksızın O'na yönelirler."⁹ Din bu eğilimde olan insanlar için, ancak kendi psikolojik ihtiyaçlarını karşılayabildiği ölçüde anlamlıdır. Aynı zamanda dine bakışları, dua ve ibadetleri yerine getirme biçimleri de, dinden faydalanabildikleri, yani dinin kendi ihtiyaçlarını giderici fonksiyonelliği barındırdığı ölçüdedir.

Dış güdümlü olarak dua eden bireyin duasındaki ana temalar, arzularının tatmini, ihtiyaçlarının giderilmesi, korkularının azaltılması, öte dünyada cennette yaşamının elde edilmesi gibi birtakım beklentileriyle doludur. Dış güdümlü dindarın duası belli kalıplara sahiptir; dua zamanları genelde belirlidir ve bu dualar daha çok sesli olarak yapılırlar. Bu tip dua formlarını özetle incelemeye çalışalım:

1. Talep Etme Duası

Yetersizliği ölçüsünde her insanın kendisini telafi etmek veya ihtiyaçlarını tamamlamak için dua etmesi, psikolojik açıdan normal bir davranıştır. Acizliğini idrak eden insanın güvenli ve güçlü bir liman araması, kendisini aşması için bir

⁶ Juliet Mabey, *Dualar Kitabı*, (trc. Gökçer Özgür), İstanbul 2001, s. 9.

⁷ G. W. Allport - J. M. Ross, "Personal Religious Orientation and Prejudice", *Journal of Personality and Social Psychology*, 5 (4), 1967, ss. 432-443.

⁸ Ralph W Hood Jr. - Ronald J. Morris - Paul J. Watson, "Prayer Experience And Religious Orientation", *Psychological Perspectives on Prayer* içinde, (ed. Leslie J Francis, Jeff Astley), Bodmin 2001, ss. 228-229.

⁹ Hayati Hökelekli, *Din Psikolojisi*, Ankara 1993, s. 77.

fırsat olabilir. Ancak dış güdümlü bir yönelimde dua, kendisini aşma gücü bulamayan insanın aşağılık kompleksleriyle ve faydacı bir yönelişle çeşitli talepleri barındırır. Maddî olarak her türlü ihtiyacını gidermek, psikolojik problemlerine çözümler bulmak, korkularından emin olmak, fizikî hastalıklarına şifalar bulmak, eşi ve çocuklarının kendi isteği doğrultusunda olmalarını talep etmek, dünyada veya ahirette varmayı düşündüğü hedefleri açısından sürekli başarılar kazanmak gibi motifler bu talepler arasındadır. Bu tür talepler aslında iç güdümlü dindarlık eğilimine sahip kişiler tarafından da Tanrı'ya iletilebilmektedir. Ancak vurgulamak istediğimiz husus, taleplerin içeriğinin, sunuş biçiminin ve insanın dua sonrası beklentilerinin kalitesi ve farklılığıdır.

İnsanın kendisini bağlı hissettiği Yaratıcısından dualarında yardım istemesinin ve sükûnete kavuşmak üzere huzur ve mutluluğu aramasının, insan varlığının olgunlaşması açısından anlamlı olduğunu söyleyebiliriz. Ancak duada sadece bu isteklerin ifade edilmesi ve yerine getirilmesi beklentisinin yoğun olarak yaşanması, bu eğilimdeki insanlar için belirli riskleri taşımaktadır. Duada talep edilen şeylerin gerçekleşmemesi durumunda, telafisi zor olacak düzeyde bir hayal kırıklığının meydana gelmesi ihtimali söz konusudur. Hatta “kişinin kafasındaki Allah düşüncesi, Allah'ın ‘yardım ediciliği ve acıması’ noktasında yoğunlaşmış ise, çaresizlik durumundaki yardım talebinin çeşitli sebeplerle sonuçsuz kalmasının meydana getirebileceği hayal kırıklığı, isyanı, kanun tanımazlığı ve suçluluk duygusunun bastırılmasını tahrik eder.”¹⁰

İnsanî beklentilerine cevap alamamış ve kendi dışındaki etkilere bağımlı bu insanın isyanı, iki şekilde tezahür edebilir. Bunlardan birincisi, bir dinî şüphe türü olarak *bencillik şüphesi* içerisinde bocalayıp durmak, Tanrı'ya ve dinî değerlere karşı güvensizlik duygusuna kapılmak, diğeri ise engellenme psikolojisinden kaynaklanan *pratik ateizme* düşmektir.¹¹ İnsanın ihtiyacını Tanrı'nın gideremediği varsayımından hareketle artık varlığına inanmaya da gerek olmadığı varsayımı, insanın “kendi gücünün kendisine yeterli olduğu düşüncesinden ve kendini beğenmişlik duygusu”ndan¹² kaynaklanmaktadır. Ayrıca insanın dualarına cevap alamayınca “olumsuz dinî başa çıkma metodu geliştirmesi, genelde dinî inanç, özelde ise dua ve ibadete olan inanç ve içtenlik derecesiyle yakından ilgilidir.”¹³

2. Alışkanlık Biçimi Duası

Tanrı'dan sürekli olarak ihtiyaçlarının giderilmesini bekleyen dış güdümlü dinî yönelime sahip bir insanın duasında sürekli aynı veya birbirini izleyen istek-

¹⁰ Hökelekli, *Din Psikolojisi*, ss. 222-223.

¹¹ Bkz. H. C. Rümke, *The Psychology of Unbelief*, (trc. M. H. C. Williams), Birmingham 1952, ss. 64-67; Engellenme sonucu ortaya çıkacak çatışmaların inançsızlığa etkileri için bkz. Antoine Vergote, *Din, İnanç ve İnançsızlık*, (trc. Veysel Uysal), İstanbul 1999, ss. 195-220.

¹² Hökelekli, *Din Psikolojisi*, s. 208.

¹³ Mustafa Koç, “Ruh Sağlığı ile Dinî Başa Çıkma Metodu Olarak Dua ve İbadet Fenomeni Arasındaki İlişki Üzerine Psikolojik Bir Yaklaşım”, *Ekev Akademi Dergisi*, 9 (24), 2005, s. 31.

ler yer aldığı için, dua etme pratiği insanda zamanla alışkanlık haline gelebilmektedir. Alışkanlığı pekiştirecek diğer psikolojik faktörler arasında, duanın hep aynı formlarla yapılmasını da zikretmek gerekir. Tekrarlanan aynı kelime ve cümleler, Yaraticı'nın huzurunda bulunma ve O'nunla birebir iletişime geçme heyecanını kaybetmiş insanda, anlamı düşünülmeden ezbere okunur hale gelmiştir.¹⁴ Bir başka faktör ise, duanın sadece aynı zaman dilimlerinde yapılıyor olmasıdır. Gün içerisinde duanın yapılacağı zaman dilimleri gelince, dış güdümlü insanda içten doğma olmayan, aksine alışkanlık haline gelmiş bir tutumun motive ettiği bir yönelişle aynı dualar yapılmaya başlanır.

Alışkanlık halinde yapılan duaların, sanıldığı gibi aksine çocukluk döneminde değil, daha çok yetişkinlerde görüldüğünü söyleyebiliriz. Kerim Yavuz'un yaptığı bir araştırmada, ilk çocukluk döneminde çevresini dinî anlamda da taklit eden çocuk, 7-9 yaşları arasında başlayıp 10-12 yaşlarına kadar devam eden süreçte kendi dinî dünyasını kurduğu, başkalarından gördüğü dua ve ibadetlerden seçimler yaptığı tespit edilmiştir.¹⁵ Bohne'nin belirttiği gibi, "çocuk dıştan taklit eder görünürken, aslında o, Allah ile içten ilişki halindedir. Büyüklerden öğrendiklerinin sınırını çoktan aşmış olan çocuk, Allah karşısında yetişkine göre daha hassas, daha çaresiz ve daha muhtaçtır. O, Allah huzuruna çıkınca, gerçekten O'nun huzuruna çıkmıştır."¹⁶ Dolayısıyla dış veya iç güdümlü dindar olma durumu, çocukluk döneminden kalan bir alışkanlık değil, bireyin kişiliğine ve kendi Tanrı telakkisine bağlı olarak yaptığı ve büyük ölçüde bilinçli olan bir tercihtir.

İçten doğma bir dinî yönelime sahip insanların da belirli formlar içerisinde ve belirli zamanlarda yaptığı duaları vardır. Ancak bu tür insanların yaptığı dualar, otomatize olmamışlardır. Bir başka ifadeyle Tanrı'ya özbenliğinin derinliklerinden gelen bir bağlılık ve sevgiyle el açmış insanlar, dualarında belirli cümleleri tekrarlasalar da, her seferinde ayrı bir heyecan yaşayabilmektedirler. Çünkü bu insanların duaları, sadece belirli sözler ve zaman dilimleriyle sınırlı olmadığından, heyecanlarını canlı tutacak düzeyde bir bilinç seviyesine sahiptirler.

Evden çıkmadan önce her sabah yapılan ve sözleri belirlenmiş bir dua, dış güdümlü bir insanın başarı hırsını ve gün boyunca dünya ile başa çıkma davranışını kamçılatabilecekken, iç güdümlü bir insanın yaşam coşkusunu ve Tanrı'ya kul olma bilincini artırabilecektir.

¹⁴ Serbest ifadelerle yapılan duanın ibadet formuna dönüşümü ve mekanize hale gelmesi hakkında bkz. Heiler, *Prayer*, s. 65, 70.

¹⁵ Kerim Yavuz, *Çocukta Dinî Duygu ve Düşüncenin Gelişmesi*, Ankara 1987, s. 158.

¹⁶ G. Bohne, *Religionspsychologie des Kindes*, Tübingen 1959, s. 1289 vd.'den nakleden Yavuz, *Çocukta Dinî Duygu ve Düşüncenin Gelişmesi*, s. 158.

3. Başa Çıkma Duası

İnsanın “güdüsel çatışmalarının çözümlenememesinden kaynaklanan stres ve kaygısını azaltmaya yönelik olarak yaptığı davranışları”¹⁷, psikolojide başa çıkma kavramıyla tanımlanır. İnsan, fizyolojik veya psikolojik problemleriyle başa çıkabilmesinde, sorun üzerinde yoğunlaşan *soruna dayalı başa çıkma yöntemi* ve duygu üzerinde yoğunlaşan *duygusal başa çıkma yöntemi* olmak üzere genelde farklı iki yöntem kullanır. Birincisinde problemin üzerine gidilir; alternatif çözümler üretilerek bunlardan biri uygulanır ve problem aşılır.¹⁸ İkincisinde ise, ilgili problemler değiştirilemiyorsa bu durumda kalan insan, bu problemlerle ilgili duygularını ve tutumlarını değiştirmeye çalışır.¹⁹

Problemlerle başa çıkmayı sağlamak için dua pratiğine başvurma eylemi daha çok duygusal başa çıkma yönteminde görülmektedir. İnsan, kendisinde psikolojik çatışmalar doğuran ve ruhu üzerinde stresi ve kaygıyı artıran durumlardan kurtulmak üzere imkânları ölçüsünde alternatif çözümler bulabilir ve bu durumdan kurtulabilir. Bu aşamada dinî anlamda duaya başvurabilir. Ancak kişinin problemini aşabilmesi için, duygu ve tutumların değiştirilmesinde ilâhî desteği sağlaması anlamında, duaya yoğun olarak ihtiyacı olacaktır.²⁰ Çünkü duygu ve tutumların değişimi öncelikle güçlü bir iradeyi gerektirmektedir ki, bu durum ancak insanın kendisini aşması ve kendisinden üstün bir varlığa yönelip destek almasıyla mümkün olabilmektedir.

Dinin psikolojik anlamda insanı rahatlatıcı (therapeutic) unsurları üzerinde yoğunlaşabildiğimizde “*Din insanlara nasıl yardım edebilir?*” sorusuna tatmin edici bir şekilde cevap verebiliriz. Birbirinden farklı zeminlerde ve farklı biçimlerde ortaya çıkan problemlerle yüzyüze gelen insanların farklı ihtiyaçlarına duygusal ve esnek bir biçimde cevap verebilme potansiyeline sahip oldukları zaman, insanların dinî inançları ve pratikleri kendilerini destekleyici olabilir. Söz konusu esnek tavrın duadaki görünüş şekillerinden biri şöyledir: *Tanrım, bana değiştiremeyeceğim şeyleri olduğu gibi kabul etme olgunluğunu, değiştirebileceğim şeyleri değiştirme cesaretini ve bu ikisi arasındaki farkı anlayabilecek bilgeliği ver.*²¹

¹⁷ Salih Güney, *Davranış Bilimleri ve Yönetim Psikolojisi Terimler Sözlüğü*, Ankara 1998, s. 30.

¹⁸ Engelli olma açısından alternatif çözümlerin üretilmesinde farklı dinî başa çıkma tarzlarının kullanımını hakkında bkz. M. Naci Kula, *Bedensel Engellilik ve Dini Başa Çıkma*, İstanbul 2005.

¹⁹ Rita L. Atkinson ve diğr., *Psikolojiye Giriş*, (trc. Kemal Atakay ve diğr.), İstanbul 1995, II, s. 584.

²⁰ Christopher G. Ellison - Robert Joseph Taylor, “Turning to Prayer: Social and Situational Antecedents of Religious Coping Among African Americans”, *Psychological Perspectives on Prayer* içinde, (ed. Leslie J Francis, Jeff Astley), Bodmin 2001, s. 298.

²¹ Kenneth I. Pargament, “God Help Me: Toward A Theoretical Framework of Coping for the Psychology of Religion”, *Research in the Social Scientific Study of Religion*, 1990, II, s. 219; Doğan Cüceloğlu, *İyi Düşün, Doğru Karar Ver*, İstanbul 1994, s. 162; Ayrıca bu dua metninin Aborjinlere ait bir dua olduğu şu eserde ifade edilmektedir: Marlo Morgan, *Bir Çift Yürek*, (trc. Eren Cendey), İstanbul 2000, s. 192.

Üstesinden gelmek istediğimiz problemin temelini oluşturan sebepleri anlamak üzere dua pratiğine başvururuz. Ayrıca çok sayıda araştırma, dindar insanların yaşadıkları birçok olayın sebeplerini Tanrı'ya daha çok dayandırma eğiliminde olduklarını göstermiştir.²² İnsanın karşılaştığı problemlerini aşabilmesi için dua ederek Tanrı'ya yönelmesi, kendisini psikolojik açıdan dinginliğe kavuşturabilir. Dolayısıyla Tanrı'ya yönelmenin insanın gelişmesinde kişilik bütünlüğünü koruyan olumlu bir faktör olduğu belirtilmektedir.²³

Dış güdümlü insan, başa çıkma duasını yaparken, problemini aşmasını ve önceki düzenine kavuşmasını arzu etmektedir. İç güdümlü insan ise, haklı olarak böyle bir arzusu olsa da, "problemlerini çözme fonksiyonundan ziyade akli koruma, umut ve kontrol etme gibi önemli manevî ve psikolojik amaçlara hizmet etmesi"²⁴ için duaya ve dolayısıyla dine başvurmaktadır.

İÇ GÜDÜMLÜ DUA FORMLARI

Bu tür dua pratiğinde daha çok ontolojik gerçeklik ön plândadır. Yani insan, kendi varoluşunun derinliğinden kaynaklanan doğal bir etkiyle duaya yönelmektedir. Dış güdümlü bir yönelimde dua, insanın beklentilerini karşılaması gereken temel bir araç iken, iç güdümlü yönelimde ise, bazen dolaylı olarak bir yönüyle araç gibi olsa da, temelde insanın kendi varlığını, Yaratıcıyı ve evreni idrak etmesini sağlayabilmektedir.

İç güdümlü insanların da ihtiyaçları vardır; ancak bu insanlar, sadece psikolojik veya maddî ihtiyaçlarının güdümüyle dua ibadetine yönelmezler. Onları dua ve ibadetlerinde motive eden ana unsur, benliğin özünden Tanrı'ya kadar her şeyi kapsayan ilâhî aşklarıdır. İnandıkları Tanrı'ya içten gelen bir güvenle bağlandıkları için, ihtiyaçlarının hak etme ölçüsünde zamanla giderilebileceğini veya öte dünyada telafisinin mümkün olabileceğini düşünürler. "Bu tip dindarlar için din, benliğin hizmetinde olması sebebiyle dıştan gelen bir değer olmayıp, fakat daha çok kişiyi bütünüyle aşan, İlâhî Varlığın iradesine uygun olarak kişiyi değişime zorlayan, benlikten daha geniş bir alana yayılan, içten doğma bir değerdir."²⁵

İç güdümlü dindarın duasında belli kalıplara yer verilirse de daha çok kendi iç dünyasından neşet eden ve kendisine ait olan sade ifadeleri vardır. Bu insanlar, tabiidir ki günlük ibadetlerine bağlı olarak belirli zamanlarda dua yaparlar ve bu dualarında da çok samimidirler. Ancak dualarının temel psikolojik karakterini belirleyen unsur, Tanrı'yı gönüllerinden geçirdikleri zamanlarda yaptıkları dualarının kalitesidir; bu dualardaki derin güven ve teslimiyetleridir. Yaratıcı'ya olan

²² Pargament, "God Help Me", s. 205; Kula, *Bedensel Engellilik ve Dini Başa Çıkma*, s. 36.

²³ Recep Yaparel, "Yirmi-Kırk Yaşlar Arası Kişilerde Dini Hayat ile Psiko-Sosyal Uyum Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma" (Basılmamış doktora tezi), Ankara Üniv. Sosyal Bilimler Enst., Ankara 1987, ss. 28-31.

²⁴ Pargament, "God Help Me", s. 211.

²⁵ Hökelekli, *Din Psikolojisi*, s. 77.

bağlılığını hissettikçe ve böylece kendi varlığı üzerinde dikkatini topladıkça duadaki sözler yerini sessizliğe bırakırlar. “En yüce dua, en pasif olandır. Kaçınılmaz olarak benlik ne kadar küçülürse, Tanrı içte o kadar büyür.”²⁶ Bu seviyedeki bir dindarın duası, samimiyetle günahlarının itirafı, imanını gereği gibi yaşayamama endişesi, yaratılmışlığını ve Yaratanını tanımış olmasından dolayı şükür, daha iyi bir ruhî tekâmüle ulaşma ideali gibi motiflerle doludur. Şunu da ekleyebiliriz ki duasında derûnleşebilen bu insan, duanın sadece söz formunda kalmayıp varlığının ve her eyleminin dua olabileceği bilincini de yaşayabilir. Alfred’in duaya atfettiği önem böylece daha iyi anlaşılabilir: “Bu dünyada düşlenebileceğinden daha fazla şey, duayla işlenmiştir.”²⁷

Bu tip dua formlarını özetle incelemeye çalışalım:

1. İtiraf Etme ve Bağışlanma Duası

Tanrı'nın yüceliğini, kudretini ve yarattıklarına karşı sonsuz rahmetini anlamaya başlayan insan, O'na karşı sevgi besler ve yakın olmak ister. Ancak bazen günah işlediğinde, birinin kalbini kırdığında bu yakınlığın zedelenmiş olabileceğini düşünür ve suçluluk duygusuna kapılabilir. İnsanın kendisini suçlu hissetmesi, suçunu itiraf etmesine yardımcı olabilir. Bu durumdaki kişinin endişesi, Tanrı ile arzu ettiği seviyedeki olumlu ilişkisinin süreklilik kazanıp kazanamayacağıdır. Vicdanı ile baş başa kalan günahkâr insan, ellerini açarak istemeyerek veya unutkanlık sonucu işlediği hatayı önce Tanrı'ya karşı itiraf eder, itirafındaki pişmanlığını mahcubiyetiyle ortaya koymaya çalışır ve böylece bağışlanmayı ümit eder. “Zaten kişinin zihninde dua etme isteği uyandığı andan itibaren içinde bir umut ışığı belirmiş demektir.”²⁸ İç güdümlü olarak dua pratiğine başvuran insanın bu tavrındaki ana güdüsü, Tanrı'ya karşı samimiyetini sürdürme gayretidir.

Günahları ve hataları, hatta insanın aklından geçen olumsuz duygu ve düşünceleri Tanrı'ya iletme, bu kişi için aynı zamanda hayatını Tanrı ile paylaşması ve O'ndan özel bir durumunu gizlememesi anlamına da gelmektedir. Çünkü itiraf ve bağışlanma talebi, bu talebin samimiyet ölçüsünde kabul edilebileceği inancıyla, o kişinin daha saygın bir hayata kavuşmasına yardımcı olacaktır.²⁹

2. Şükür Duası

Şükretmek, yani mevcut durumundan dolayı memnuniyetini ifade etmek, insanın minnettarlığının bir göstergesidir. “İnsanın, Allah'ın sonsuz lütuf ve ikramı karşısında takındığı tavrı ve hissettiği duyguları en iyi ifade tarzı, şükür

²⁶ Huxley, *Kalıcı Felsefe*, s. 230; Ayrıca bkz. Nurettin Topçu, “Vaazın Psikolojisi”, *Hece Dergisi*, 10 (109), Ocak 2006, s. 418.

²⁷ Mabey, *Dualar Kitabı*, s. 209.

²⁸ Nurten Kimter, “Dini İnanç, İbadet ve Duanın Umutsuzlukla İlişkisi Üzerine”, *Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi* içinde, (ed. Hayati Hökelekli), Ankara 2002, s. 192.

²⁹ Peter C. Hill ve Ralph W. Hood (editörler), *Measures of Religiosity*, Alabama 1999, s. 72.

duasıdır.³⁰ Şükür duasında, bizlere sunulan güzellikler veya bize verilen ilâhî destekten dolayı birtakım ifadelerin olması doğaldır. Ancak, benliğin derinliğinden gelen bir minnettarlık duygusu içerisinde olması gereken en az sözün olduğu dua formu, şükür duası olmalıdır. Çünkü şükür, insanın kelime kalıpları ötesinde bilinçli bir şekilde tavrını ortaya koymasındır. Şükür duası yapan insan, Tanrı'nın kendisine bahşetmiş olduğu şeylerin farkında olduğunu ispat etmektedir.

Şükür duası aynı zamanda kabul olmuş dualar için de yapılır. Böylece dua-yı dua takip etmektedir ki, zamanla bu dualar zinciri içerisinde hayatın anlamlılığı ve değeri gittikçe artar.

Dış güdümlü olarak dua etmiş insan, Tanrı'nın zaten gücü olduğu için ve zaten insanı yarattığı için kendisine yardım etmesinin ve nimetler vermesinin doğal olduğunu düşünür. Varlığının özünden gelen bir yönelimle dua etmiş insan ise, kendisine ulaşan nimetlerin ve yardımların her birinin lütuf olduğunu bilir. Çünkü bu insan, varlığının nedeni ve devamının Yaratıcı'dan olduğu hissini yaşamaktadır.

3. Şefaath Duası

Kişi hem kendisi lehine hem de başkaları lehine dua edebilir. İnsanlar çoğunlukla dualarında daha olgun kişiler olmalarını talep ederler. Aynı zamanda bu talebin gerçekleşmesi için Tanrı'nın sevdiği kullarının desteğini isteyebilirler.

Dış güdümlü dua eyleminde insanlar daha çok kendileri lehine dua ederlerken, iç güdümlü dua eyleminde insanlar başkaları lehine dua etmekten mutlu olurlar. Kendisini aşmış insan, diğer insanların ve özellikle yakınlarının da kendilerini aşmalarını ve problemlerinin üstesinden gelmelerini arzu ederler. Biraz daha ileri seviyede bakıldığında, psikolojik anlamda komplekslerden uzak, huzur ve sükûnet içerisinde yaşayabilen insan, vardığı olgunluk derecesine göre, başkalarının da her türlü mutluluğa kavuşmalarını Tanrı'dan diler. Böylece kendisine yönelik herhangi bir menfaat beklentisi içerisinde olmaksızın başkaları hakkında iyi dileklerde bulunmak, diğerkâmlık duygusuna bağlı şefaatin gerçek yapısını ortaya koyar.

Şefaath duasının bir başka karakteri de, insanın elinden geldiği kadarını yapmasına rağmen sevdiği birisinin iyiliği için kendisinin tıkanıdığı noktada âcizliğini hissetmesi ve Tanrı'nın yardımına başvurmasıdır. "Başkaları için dua etmek, bütün farklılıkların en iyi aracı unsuru, gerçek dostluğun en iyi kurucusu, bütün kaba huyların, bütün öfkeli ve kibirli tutkuların ilacı ve bunlara karşı korunaktır."³¹

Dualarımızda sadece kendimiz ve başkaları için talepleri dile getirmeyiz; örneğin Müslüman bireyler olarak başta Hz. Peygamber olmak üzere bütün pey-

³⁰ Hökelekli, *Din Psikolojisi*, s. 226.

³¹ Huxley, *Kalıcı Felsefe*, s. 226 (William Law'ın sözü).

gamberlere ve Allah dostu olduğunu bildiğimiz bazı kişilere karşı duyduğumuz sevgi ve aşk duygularımızı da ifade ederiz. Bu tavrımızda, Allah'ın değer verdiğini düşündüğümüz kişilerin aracılığıyla Allah'a yakınlaşma niyeti vardır.³²

4. İbadet ve Yaratıcı'ya Tapınma Duası

Dua eden insan, kendisinden kıyaslanamayacak kadar güçlü bir iradeye bilinçli olarak yönelmiş demektir. Bu mutlak irade ile diyalog kurmuş ve onunla iki yönlü bir iletişime geçmiştir. Bu yönüyle dua, ibadetlerin özü olmaktadır.³³ Hatta Carrel'e göre dua, din duygusunun ifade ediliş şeklidir.³⁴ Yani insan, yalnız başına ve huzur içerisinde dua ettiğinde, kendisini tamamen verdiği bir ibadet içerisinde olduğunu hissedebilir.

Bilinen pek çok duanın düzenli ve sistemli bir devamlılığa sahip olması, pratik anlamda duanın ibadet gibi algılanmasını sağlayan temel bir faktördür. Ancak bazı özel anlarda, duygusal yoğunluk zamanlarında veya kalbimizin derinliklerinden gelen duygu ve heyecanın coştığı durumlarda yapılan duaların, ibadet formunun çok ötesine geçtiği de söylenebilir. Bu yaklaşım, ibadet kavramının semantik tahlili ile farklılaşabilir.

Duayı ibadetten daha derin bir ruhsal davranış olarak değerlendirenler de vardır. Çünkü "dua, ruhsal hallerimizin en zengin olanlarından biridir. Ruh kuvvetlerimizin gayeleri tarafından ve gayeye doğru çekilmesi halidir."³⁵

Yaratıcı'ya tapınmanın temel güdülere, insanın dış veya iç güdümlü olmasına göre değişiklik arzeder. Ancak her iki yönelimde de belirleyici olan nokta, Yaratıcı'nın tapılmaya ve övgüye lâyık yüce bir varlık olduğunun bilinmesidir.

5. Tefekkür ve Rûhî Gelişme Duası

İnsanın gizil kapasitelerini açığa çıkarabilecek 'derin düşünme' anlamında tefekkür veya meditasyon ve sonucunda da rûhî gelişmeyi sağlamak üzere yapılan dua, duanın olumlu psikolojik etkilerinin en çok görülebileceği bir türüdür.

Dış güdümlü olarak yapılan dua çeşitlerinden kabul edilmiş olanları ile iç güdümlü dua çeşitlerinin her biri, insanın rûhî gelişmesine katkıda bulunurlar. Ancak rûhî gelişmeyi doğrudan sağlayacak dua, insanın *saf benliğinden*³⁶ kaynaklanan dua çeşitleridir. Dua ile rûhî gelişme arasında doğru orantılı bir ilişki vardır. Yani insan dua ettikçe ve duasındaki ifade ve duygulanma kalitesini artırdıkça,

³² Hökelekli, *Din Psikolojisi*, s. 227.

³³ Tirmizî, *Daavât*, 1; Heiler de ilgili kitabının son sayfalarında, duaya dinin merkezi olma rolünü vermektedir: Heiler, *Prayer*, s. 362.

³⁴ Alexis Carrel, *Dua*, (trc. M. Alper Yüçetürk), İstanbul 1967, s. 26.

³⁵ Topçu, "Vaazın Psikolojisi", s. 416.

³⁶ "Tüm zihinsel faaliyetlerin gerisinde yatan neden olan ve varoluşu doğrudan doğruya içebakış yoluyla bilinmeyen, fakat içebakışın içeriğinden çıkarsanmak durumunda olan, elle tutulamaz, gözle görülemez, maddî olmayan, değişmez varlığa ya da ruh veya tine *saf ben* (pure ego) adı verilir." Ahmet Cevizci, *Felsefe Sözlüğü*, İstanbul 2000, s. 126.

rûhî gelişmesi de artar; diğer yandan rûhî gelişmesi arttıkça dualarından daha fazla zevk almaya başlar.

Tefekkür ve rûhî gelişme duası, insanın Tanrı ile derûnî ilişki içerisindeki duasıdır. Bu duada, insanın kendi varlığı üzerinde yoğunlaşmasına bağlı olarak derin bir tefekkür vardır. Yani insan bu seviyede, dinî tecrübe olarak *varoluş tecrübesini* yaşamaktadır. Varoluşunun ilâhî bir lütuf olduğunun algılanması, varlığının sınırlarının görülmesi ve kendi benlik tecrübesinden Tanrı tecrübesine giden yolun keşfedilmesi³⁷, bu duanın verimli sonuçlarındandır. İkbâl bu seviyeyi şöyle ifade etmektedir: “Dua ve ibadet, manevî bir tecelli vasıtası olarak tabîi ve hayatî bir fiildir ki, onunla şahsiyetimizin küçücük adası, daha büyük bir *Bütün Hayat* (whole of life) içinde bulunduğu durumunu birdenbire keşfeder.”³⁸ Görülmektedir ki duanın en büyük işlevi, kişideki derin Ben’i ortaya çıkarması ve bu Ben’i ilâhî Ben’le birleşebilmeye sevk etmesidir.³⁹ Böylece insan içten bir dua sayesinde Tanrı’yı daha iyi tanıyabilir.

Tefekkür ve rûhî gelişme duasının insan için pratik anlamda birtakım olumlu sonuçları da vardır. İç dünyasından hareketle duaya yönelmiş insan, bu sonuçlara ulaşmayı hedeflemez; ancak bu tür duanın doğal bir sonucu olarak kendisini daha çok güvencede hisseder. Çünkü rûhî olgunluğa ulaşmanın verdiği güvenle hayatını öncekinden daha dengeli ve mutlu olarak sürdürmeğe başlar.

SONUÇ

Dua, insanın iç dünyası ile bağlantı kurabilmesi için bir imkândır ve “insanın derûnî arzusuna yine onun müthiş evrensel sessizliği içerisinde verilen cevabın bir ifadesidir.”⁴⁰

Kierkegaard’ın dediği gibi, dua etmemiz kesinlikle Tanrı’yı ve O’nun iradesini değiştirmek değil, kendimizi değiştirmek anlamına gelmektedir.⁴¹ Duaya yöneldiğimiz zaman, güvendiğimiz bir limana demir atıyoruz demektir. Bundan dolayı insan dua ettikten sonra psikolojik olarak bir rahatlama ve ferahlık hisseder. Dikkat edilirse duanın hakikati, kulun Tanrı’ya derdini bildirmesi değil, o derdin dermanının ancak Tanrı olduğunu bilmesi halidir. Bu yüzden diyebiliriz ki Tanrı’yı bütün hakikatiyle sevmeyen bir insan, olması gerektiği gibi bir dua edemez. “Sevmesini bilene çok yakın olan Allah, akli ile anlamak isteyeneye de o kadar uzaktır, gizlidir. İşte bunun içindir ki dua, en yüksek ifadesini, zekânın karanlık gecesine doğru atılan bir aşk hamlesinde bulmaktadır.”⁴² Topçu da dua

³⁷ bkz. Hökelekli, *Din Psikolojisi*, ss. 143-144.

³⁸ Muhammad Iqbal, *The Reconstruction of Religious Thought in Islam*, (ed. M. Saeed Sheikh), Lahore 1996, s. 72.

³⁹ bkz. Marinier, *Dua Üzerine Düşünceler*, s. 39.

⁴⁰ Iqbal, *The Reconstruction of Religious Thought in Islam*, s. 72.

⁴¹ Mabey, *Dualar Kitabı*, s. 11.

⁴² Carrel, *Dua*, s. 28.

konusunda aynı yaklaşımı göstermiştir: “Dua, zekânın hareketini bertaraf edicidir. Zira dua etmek, zekâyâ karşı gelen bir harekettir.”⁴³

Dış güdümlü olarak dua eden insan, Tanrı’yı kendisine göre algılar ve O’ndan kendisine ulaşan iyilikler kadar O’nu sever; iç güdümlü olarak dua eden insan ise, Tanrı’yı kendi varlığında algılamaya çalışır ve kendisine ulaşsın veya ulaşmasın bütün iyiliklerin kaynağı olduğu için O’nu sever. Aradaki temel farkın aşılması, insanın dua ettiği yüce varlığa karşı samimiyeti ölçüsünde mümkün olabilir. Bu noktada şu durumu da hatırlamak gerekir ki, bir insanın dinî duyarlılığı ve Tanrı karşısındaki hassasiyeti her zaman aynı seviyede olmayabilir. İçinde bulunduğu problemlerine göre, dış şartlara bağımlı bir yönelime sahip bir insan, farklı bir problem durumunda da içten doğma bir tutum içerisinde olabilmektedir. İnsanda ancak ahlâkî olgunluğun artmasıyla istikrarlı bir şekilde aynı tutumların gösterilmesi söz konusu olabilir.

Dualarımız bizler için hem kendi varoluşumuzun derinliklerini keşfetmemizi sağlayan hem de ilâhî kapıları açan birer anahtar olmalıdır. Çünkü dua, zihinimizin kalbimizle birlikte Tanrı’ya yükselmesi halidir. Tanrı, mahlûkatının, en küçük işlerinde dahi, kendisine müracaat etmesinden, kendisini tek merci görmesinden, her şeyin anahtarının O’nun yanında, her şeyin dizgininin O’nun elinde olduğunu bilmesinden, kendisine has bir şekilde hoşnut olur.

KAYNAKÇA

- Allport, G. W. - J. M. Ross, “Personal Religious Orientation and Prejudice”, *Journal of Personality and Social Psychology*, 5 (4), 1967, ss. 432-443.
- Atkinson, Rita L. – Richard C. Atkinson – Ernest R. Hilgard, *Psikolojiye Giriş*, (trc. Kemal Atakay ve diğ.), 2 cilt, İstanbul 1995, Sosyal Yay.
- Carrel, Alexis, *Dua*, (trc. M. Alper Yüçetürk), İstanbul 1967, Yağmur Yay.
- Cevizci, Ahmet, *Felsefe Sözlüğü*, İstanbul 2000, Paradigma Yay.
- Cüceloğlu, Doğan, *İyi Düşün, Doğru Karar Ver*, İstanbul 1994, Sistem Yay.
- Ellison, Christopher G. - Robert Joseph Taylor, “Turning to Prayer: Social and Situational Antecedents of Religious Coping Among African Americans”, *Psychological Perspectives on Prayer* içinde, (ed. Leslie J Francis, Jeff Astley), Bodmin 2001, Gracewing Publication, ss. 296-317.
- Güney, Salih, *Davranış Bilimleri ve Yönetim Psikolojisi Terimler Sözlüğü*, Ankara 1998, Ocak Yay.
- Hood, Ralph W. Jr. - Ronald J. Morris - Paul J. Watson, “Prayer Experience And Religious Orientation”, *Psychological Perspectives on Prayer* içinde, (ed. Leslie J Francis, Jeff Astley), Bodmin 2001, Gracewing Publication, ss. 228-235.
- Hökekleli, Hayati, *Din Psikolojisi*, Ankara 1993, Türkiye Diyanet Vakfı Yay.
- Heiler, Friedrich, *Prayer, A Study in the History and Psychology of Religion*, London & New York 1932, Oxford University Press.
- Hill, Peter C. - Ralph W. Hood (editörler), *Measures of Religiosity*, Alabama 1999, Religious Education Press.

⁴³ Topçu, “Vaazın Psikolojisi”, s. 417.

- Huxley, Aldous, *Kalıcı Felsefe*, (trc. Latif Boyacı), İstanbul 1996, İnsan Yay.
- Iqbal, Muhammad, *The Reconstruction of Religious Thought in Islam*, (ed. M. Saeed Sheikh), Lahore 1996, Institute of Islamic Culture.
- Kimter, Nurten, "Dinî İnanç, İbadet ve Duanın Umutsuzlukla İlişkisi Üzerine", *Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi* içinde, (ed. Hayati Hökelekli), Ankara 2002, ss. 183-208, Ankara Okulu Yay.
- Koç, Mustafa, "Ruh Sağlığı ile Dinî Başa Çıkma Metodu Olarak Dua ve İbadet Fenomeni Arasındaki İlişki Üzerine Psikolojik Bir Yaklaşım", *Ekev Akademi Dergisi*, 9 (24), 2005, ss. 11-32.
- Kula, M. Naci, *Bedensel Engellilik ve Dini Başa Çıkma*, İstanbul 2005, Değerler Eğitimi Merkezi Yay.
- Mabey, Juliet, *Dualar Kitabı*, (trc. Gökçer Özgür), İstanbul 2001, Anahtar Kitaplar Yay.
- Marinier, Pierre, *Dua Üzerine Düşünceler* (Psikofizyolojik Sebepleri ve Sonuçları), (trc. Sadık Kılıç), İzmir 1990, Nil Yay.
- Morgan, Marlo, *Bir Çift Yürek*, (trc. Eren Cendey), İstanbul 2000, Dharma Yay.
- Pargament, Kenneth I., "God Help Me: Toward A Theoretical Framework of Coping for the Psychology of Religion", *Research in the Social Scientific Study of Religion*, JAI Press, 1990, c. II, ss. 195-224.
- Parladır, Selahattin, "İslâm'da Dua", *TDV İslâm Ansiklopedisi*, IX, 530-535.
- Rümke, H. C., *The Psychology of Unbelief*, (trc. M. H. C. Willems), Birmingham 1952, Rockliff Publishing Co.
- Topçu, Nurettin, "Vaazın Psikolojisi", *Hece Dergisi*, 10 (109), Ocak 2006, ss. 401-432.
- Vergote, Antoine, *Din, İnanç ve İnançsızlık*, (trc. Veysel Uysal), İstanbul 1999, Marmara Üniv. İlahiyat Fakültesi Vakfı Yay.
- Yaparel, Recep, "Yirmi-Kırk Yaşlar Arası Kişilerde Dinî Hayat ile Psiko-Sosyal Uyum Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma" (Basılmamış doktora tezi), Ankara Üniv. Sosyal Bilimler Enst., Ankara 1987.
- Yavuz, Kerim, *Çocukta Dinî Duygu ve Düşüncenin Gelişmesi*, Ankara 1987, Diyanet İşleri Başkanlığı Yay.