

İLSAM AKADEMİ DERGİSİ
Turkish Journal of ILSAM Academy
CİLT VOLUME: 1 SAYI ISSUE: 2 EYLÜL SEPTEMBER 2021
ISSN: 2757-9212

İLSAM (İlahiyat İlimleri Araştırmalar Merkezi)
Adına İmtiyaz Sahibi Owner
İLSAM

Yazı İşleri Müdürü Chief Executive Officer
Yıldırım DENİZ

Editör Editor
Sümeysra AÇIK

Çeviri Editörleri Translation Editors
Bülent KARAKUŞ, Neslihan KAYALI

Yardımcı Editör Associate Editor
Ferzan TAŞPINAR

Yayın Kurulu Editorial Board*
Prof. Dr. Celil KİRAZ (Bursa Uludağ Üniversitesi)
Prof. Dr. İhsan ÇAPCIOĞLU (Ankara Üniversitesi)
Prof. Dr. Mehmet AKGÜL (Necmettin Erbakan Üniversitesi)
Prof. Dr. Mehmet EVKURAN (Hitit Üniversitesi)
Prof. Dr. Mehmet Zeki İŞCAN (Atatürk Üniversitesi)
Prof. Dr. Mustafa YILDIRIM (Eskişehir Osmangazi Üniversitesi)
Prof. Dr. Niyazi AKYÜZ (Ankara Üniversitesi)
Prof. Dr. Nurettin GEMİCİ (İstanbul Üniversitesi)
Prof. Dr. Ramazan ALTINTAŞ (Selçuk Üniversitesi)
Prof. Dr. Şaban Ali DÜZGÜN (Ankara Üniversitesi)
Prof. Dr. Sıddık KORKMAZ (İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi)
Prof. Dr. Sönmez KUTLU (Ankara Üniversitesi)

*İsme göre alfabetik sırada **In alphabetical order by name**

Yayın Türü Publication Type
Yerel Süreli Yayın

Yayın Periyodu Publication Period
Altı ayda bir Mart (Bahar) ve Eylül (Güz) aylarında yayımlanır.

Biannual (autumn & spring)
Açık erişim olarak elektronik ortamda yayımlanmaktadır.
It is published electronically as open access.

İLSAM Akademi Dergisi hakemli bir dergidir.
Yayımlanan makalelerin sorumluluğu yazarına/yazarlarına aittir.
Journal of Ilsam Academy is the official per-reviewed.
İLSAM. Authors bear responsibility for the content of their published articles.



İLSAM Akademi Dergisi

Journal of ILSAM Academy

ISSN 2757-9212

Manevi Destekte Duanın Yeri ve Önemi

The Place and Importance of Prayer in Spiritual Support

Mükerrem Saliha KARS

Yüksek Lisans Öğrencisi,
Bursa Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler
Enstitüsü, Din Psikolojisi Anabilim Dalı
saliha.kars@gmail.com
ORCID: 0000-0002-0538-1178

Cilt/ Issue: 1/2, 153-175
Geliş Tarihi: 20.08.2021
Kabul Tarihi: 30.09.2021

Atıf: Kars, M. Saliha. "Manevi Destekte
Duanın Yeri ve Önemi". *İLSAM Akademi
Dergisi* 1/2 (Eylül 2021), 153-175.

Dipnot: M. Saliha Kars, "Manevi Destekte
Duanın Yeri ve Önemi", *İLSAM Akademi
Dergisi* 1/2(Eylül 2021), Sayfa.

ÖZ

Dua, insanın eksiklerini telafi etme, istek ve arzularını dillendirme vasıtasıdır. Aynı zamanda dua, kişinin manevi gelişim ve büyümesine de katkı sağlamaktadır. Kişiyle Yaratıcı arasında bir köprü vazifesi gören dua, bireyin kendiliği ve Yaratıcı arasında irtibat kurma vesilesidir. Allah ile kurulan bu iletişim sayesinde dua, Yaratıcı ile güvenli bir bağ kurulmasına aracılık etmektedir. İç dünyamızın dile gelişi olan dua, fiziksel hareketlerimizle birleşebildiği gibi, hiçbir dışsal yansımaya gerek duymaksızın tamamen içsel dinamiklerimizle de gerçekleşebilmektedir. Her an kişinin Yaratıcıyla iletişimini sağlayan dua, özellikle sıkıntılı süreçlerinde kişiyi yalnızlık duygusu ve terk edilmişlik hissine karşı da koruyabilmektedir. Bu sayede dua, bireye ruhsal ve zihinsel açıdan rahatlama sağlamaktadır. Bunun yanında duanın fizyolojik hastalıklara karşı tedaviyi tamamlayıcı bir rol üstlendiği de görülmektedir. Bu makalenin amacı, duanın manevi destek uygulamalarındaki yeri ve önemine dikkat çekerek duanın hasta bireylerin fiziksel-ruhsal yaralarının iyileştirilmesinde nasıl destek olabileceği üzerinde durmaktır. Hazırlanan bu çalışmada, literatür araştırması yapılmış olup elde edilen veriler konu bağlamında incelenerek analiz edilmeye çalışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Maneviyat, Din, Ruh Sağlığı, Manevi Destek, Dua

ABSTRACT

Prayer is a means of making up for the shortcomings of a person, and expressing one's wishes and desires. At the same time, prayer also contributes to the spiritual development and growth of a person. Prayer acts as a bridge between the person and the Creator, and it is a means of establishing a connection between the individual's self and the Creator. Through this communication with God, prayer mediates the establishment of a secure bond with the Creator. Prayer is the expression of our inner world; it can be combined with our physical movements, while it can also

be realized with our internal dynamics, and without the need for any external manifestation. Prayer enables the communication with the Creator at any given moment, and thus it can protect the person against the feeling of loneliness and abandonment, especially during troubled times. In this way, prayer provides spiritual and mental relaxation to the individual. In addition, it is observed that prayer plays a complementary role in the treatment of physiological diseases. The aim of this article is to draw attention to the place and importance of prayer in spiritual support practices, and to emphasize how prayer can support the healing of physical and spiritual wounds of sick individuals. This study reviews the literature and analyzes the obtained data in the context of the subject.

Keywords: Spirituality, Religion, Spiritual Health, Spiritual Support, Prayer

EXTENDED ABSTRACT

Health is a state of physical, social, mental and psychological well-being. However, according to experts, the definition of health is not limited to these aspects. Being in a state of complete spiritual well-being also falls within the scope of health. In this respect, health refers to a union of soul and body. The soul and body, which form the sides of this union, are affected by each other. The mental state of the individual is related to his or her bodily immunity level. Therefore, it turns out that it is possible to observe a negative development in the health status of the person who has lost hope and resistance.

Diseases affect the lives of individuals physically, psycho-socially and spiritually. In addition to the bodily pain they suffer from due to the illness they experience, they may also be faced with a search for a meaning for their existence. This semantic and existential crisis is triggered as a result of the increasing visibility of the individual's fear of death, which is hidden in the subconscious, with the emergence of the disease. This situation can cause panic, fear, loneliness, etc. brings with it a lot of anxiety.

Religious/Spiritual (R/S), which takes place in all areas of an individual's life in terms of biological, psychological and social aspects, has a very important place in the person's reaching a state of complete well-being. R/S, provides support for the person to get through the troublesome and challenging processes. This support can enable the individual to build a new meaning and purpose in one's life by helping the individual to connect with the transcendent. R/S, plays an important role in coping with both mental and physical problems caused by

the disease and gaining strength and motivation against these problems. R/S, guides the patient to look at and interpret the distressing process from different perspectives. Studies show that individuals take shelter in R/S during the illness and difficult processes. As a matter of fact, studies emphasize that positive religious coping against critical life events is an important resource.

R/S practices play an effective role in responding to the patient's needs such as coping, finding peace and getting support during the troublesome and difficult processes that occur with the disease. One of the practices frequently used during the illness is prayer. Prayer is a universal behavior and attitude that can be expressed in a wide variety of ways, rather than stereotyped, limited behaviors. All kinds of feelings, thoughts and behaviors that a person has in order to please Allah and get closer to one can be called prayer. Prayer is a means of making up for the shortcomings of a person, and expressing one's wishes and desires. At the same time, prayer also contributes to the spiritual development and growth of a person. Prayer acts as a bridge between the person and the Creator, and it is a means of establishing a connection between the individual's self and the Creator. Through this communication with God, prayer mediates the establishment of a secure bond with the Creator. Prayer is the expression of our inner world; it can be combined with our physical movements, while it can also be realized with our internal dynamics, and without the need for any external manifestation. Prayer enables the communication with the Creator at any given moment, and thus it can protect the person against the feeling of loneliness and abandonment, especially during troubled times. In this way, prayer provides spiritual and mental relaxation to the individual. In addition, it is observed that prayer plays a complementary role in the treatment of physiological diseases.

Prayer, which is one of the important tools of R/S, has come to the fore in health services with the increasing interest in spirituality in recent times. Prayer is considered as an important part of holistic care in terms of both spiritual and physical functions. Spiritual support services, which have been on the agenda in our country, which has been maintained since the 20th century in the West, aim to provide morale and motivation to patients receiving treatment by making use of R/S references. It is seen that prayer is frequently used in spiritual support practices that consider the holistic structure of human beings. The fact that the spiritual counselor can awaken the consciousness of prayer in the person helps the patient to build an internal dialogue system that will eliminate negative feelings such as loneliness and helplessness. In this way, prayer can become an important tool for the patient to cope with one's troubles.

The aim of this article is to draw attention to the place and importance of prayer

in spiritual support practices, and to emphasize how prayer can support the healing of physical and spiritual wounds of sick individuals. This study reviews the literature and analyzes the obtained data in the context of the subject.

GİRİŞ

Yaşanan hastalıklar bireylerin yaşamına fiziksel, psiko-sosyal ve manevi açıdan etki etmektedir. Bununla birlikte hastalar kendilerini anlamsal ve varoluşsal bir krizin içerisinde de bulabilmektedirler.¹ Dini/Manevi(D/M) pratikler, yaşanan hastalığın zorlu ve sıkıntılı süreçlerinde kişinin huzur bulma, destek alma, hayatında bir amaç belirleme gibi çeşitli ihtiyaçlarına cevap vermektedir.² Kişiye fiziksel ve ruhsal sıkıntı anında destek olmaktadır.

Hastanın sıkıntılı süreçlerinde kendisine güç verecek, hastalığıyla başa çıkmasına yardımcı olacak D/M pratiklerden biri de duadır. İnsanlar, isteklerini veya şikayetlerini dillendirmek, şükretmek, tevbe etmek, kimi zaman da yalnızca duygularını paylaşmak için duaya yönelmektedirler. Dua, psikolojik açıdan kişide dışavurum ve rahatlama sağlamaktadır. En temel dini unsurlardan biri olan dua, ruh ve beden sağlığına etkisinin incelenmesi açısından pek çok araştırmaya konu olmuştur.³

Bu çalışmanın amacı ülkemizde yeni uygulanmaya başlanan manevi danışmanlık hizmetinde hastalara sunulabilecek temel D/M araçlarından biri olan duanın önemine değinmek ve duanın kişinin genel iyilik haline sağlayabileceği faydaları ele almaktır.

1. MANEVİYAT NEDİR?

Maneviyat kavramının hem farklı alanlarda hem de halk arasında çeşitli manâlarda kullanımından dolayı, ortak kabul edilmiş bir tanımı yoktur. Öte yandan maneviyat kelimesini tek bir anlam içerisine sıkıştırmaya çalışmak da onu bağlamından uzaklaştırarak kapsamını daraltacaktır.⁴ Maneviyatı, Vaughan, “*Kutsalın öznel tecrübesi*”, Doyle “*Varoluşsal anlam arayışı*”, Pargament de “*Aşkın olana bağlılık*” olarak tanımlamıştır. Yapılan bu tanımlarda maneviyat kavramının “kutsal olanı tecrübe etme”, “anlam arayışı” ve “bağlılık ihtiyacı” gibi yönleri üzerinde durulmuştur.⁵

¹ Pınar Kütük Yılmaz, “Kanser Hastaları ve Yakınlarına Yönelik Maneviyat ve Anlam Odaklı Psikoterapi”, *Psikoterapi ve Psikolojik Danışmada Maneviyat: Kuramlar ve Uygulamalar*, ed. Halil Ekşi (İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2017), 312.

² Tarık Tuncay “Kronik Hastalıklarla Başetmede Tinsellik”. *Sağlık ve Toplum Dergisi* 2 (2007), 14

³ Ümit Horozcu, “Ruh Sağlığı ve Din”, *Din Psikolojisi El Kitabı*, ed. Mustafa Doğan Karacoşkun (Ankara: Grafiker Yayınları, 2017), 178.

⁴ Halil Ekşi vd., “Maneviyat ve Psikolojik Danışma”, *Manevi Yönelimli Psikolojik Danışma*, ed. Halil Ekşi (Ankara: Nobel Yayıncılık, 2020), 3.

⁵ Brian J. Zinnbauer - Kenneth I. Pargament, “Dindarlık ve Maneviyat”, çev. Sevede Düzgüner, *Din ve Maneviyat Psikolojisi: Temel Yaklaşımlar ve İlgili Alanları*, ed. İhsan Çapcıoğlu vd. (Ankara: Phoenix Yayınevi, 2013), 65; Ali Ayten - Ali Köse, *Din Psikolojisi* (İstanbul: Timaş Yayınları, 2019), 126.

Maneviyat bütün kültürlerin ortak bir unsuru olmasına rağmen ne anlama geldiği konusu tartışmalara sebebiyet vermektedir. Ayrıca maneviyatın din ile ilişkisi de bitmeyen bir tartışma alanıdır. Bu iki kavram arasındaki ihtilâflar, maneviyatla dinin aynı şeyler mi yoksa farklı şeyler mi olduğu, din olmadan maneviyatın olup olamayacağı vb. pek çok soru ve sorunu gündeme getirmiştir. Son dönemlerde gerek günlük yaşam gerekse akademik alan nezdinde maneviyat ve din kavramları birbirlerinden ayrı iki alanı ifade etmektedir.⁶ Kavramları bu şekilde ele aldığımızda; “dindar ama maneviyatı eksik”, “maneviyatı güçlü ama dindar değil”, “hem dindar hem de maneviyatı güçlü” gibi inanç ve maneviyat açısından farklı eğilimler içerisinde olan bireyler gözlemlenmektedir.⁷

Din ile maneviyat kavramlarının özündeki anlam farkına bakıldığında din, sosyal ve kurumsal pratikleri ön plana çıkarırken maneviyat, kişinin bireysel tecrübe ve yaşantı pratiklerini içermektedir. Dindarlıkta dinî ritüellerin yerine getirilmesi, emir ve yasaklara riayet edilmesi öncelenmektedir. Maneviyatta ise vurgu, daha çok anlam arayışı, kendini aşma ve kutsalla doğrudan bağ kurma gibi kişisel tecrübelerle yöneliktir. Bu bakımdan maneviyat alanında dinî olmayan pek çok davranış biçimiyle karşılaşmamız mümkündür.⁸ Böyle değerlendirildiğinde maneviyatın inanana da inanmayanı da kapsayan, dinden daha geniş bir şemsiye olduğu söylenebilir.⁹ Akademik alanda kendisine yaygın bir alan bulan din-maneviyat ayrımı özellikle ülkemizde D/M pratiklerin uygulanmasında sınırlandırıcı bir rol oynamamaktadır. Bu durum manevi destek uygulamalarında duanın D/M açısından ortak bir payda teşkil ettiğini göstermektedir.

2. MANEVİYAT VE RUH SAĞLIĞI

Günümüzde sağlık; fiziksel, psikolojik, zihinsel ve sosyal iyi oluşun yanında manevi yönden de tam bir iyilik halinde bulunma durumu olarak tanımlanmaktadır. Uzmanlar, sağlığı, beden ve ruhun birlik ve ahengi olarak tanımlamakta, bedenin ruhu, ruhun da bedeni etkilediğini savunmaktadırlar.¹⁰ Bireyin ruhsal durumuyla vücudunun bağımsızlık düzeyi arasında yakın bir ilişki vardır. Kişinin umut ve

⁶ Robert A. Emmons - Raymond F. Paloutzian, “Din Psikolojisi: Dün, Bugün ve Yarın”, çev. Ali Ayten, *Din Psikolojisi: Din ve Maneviyata Psikolojik Yaklaşımlar*, ed. Ali Ayten (İstanbul: İz Yayıncılık, 2017), 20; Ayten - Köse, *Din Psikolojisi*, 126.

⁷ Ayten - Köse, *Din Psikolojisi*, 126; Ali Ayten - Sevde Düzgüner, *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Hizmetleri Temel Bilgiler Kılavuzu*, ed. Ali Ayten - Sevde Düzgüner (Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 2020), 22; Ekşi vd., “Maneviyat ve Psikolojik Danışma”, 6-7.

⁸ Ayten - Köse, *Din Psikolojisi*, 126-127; Hatice Kılınçer, “Manevi Danışmanlık ve Rehberlik (MDR) Üzerine: Psikoloji, İlahiyat ve Tıp Alanlarında Maneviyat ve MDR Algısı”, *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik: Teori ve Uygulama Alanları*, ed. Ali Ayten (İstanbul: Dem Yayınları, 2017), 23.

⁹ Tuncay, “Kronik Hastalıklarla Başetmede Tinsellik”, 15.

¹⁰ Tuncay, “Kronik Hastalıklarla Başetmede Tinsellik”, 13.

direncini yitirmesi, sağlık durumunu da olumsuz yönde etkilemektedir.¹¹

Yaşanan hastalıklar bireylerin yaşamına fiziksel, psiko-sosyal ve manevi açıdan etki etmektedir. Kişiler, yaşadıkları hastalığın yanı sıra kendilerini anlamsal ve varoluşsal bir krizin içerisinde de bulabilmektedirler. Bilinç altına gizlenmiş olan ölüm korkusu, hastalığın ortaya çıkmasıyla birlikte bilinçte daha fazla görünür hale gelmektedir.¹² Bu durum panik, korku, hayatın anlamını sorgulayıp, yalnızlık vb. birçok kaygı durumunu da beraberinde de getirmektedir. D/M pratikler, yaşanan hastalığın bu zorlu ve sıkıntılı süreçlerinde kişinin huzur bulma, destek alma, hastalıkla başa çıkma gibi çeşitli ihtiyaçlarına cevap verebilmektedir.¹³ Yapılan araştırmalar D/M'in endişe, panik, korku, ıstırap, stres, üzüntü gibi durumlarla başa çıkmada yardımcı olduğunu ortaya koymaktadır.¹⁴

Kişide tam bir iyilik halinin tesis edilmesinde önemli bir yere sahip olan D/M, bireyin biyo-psiko-sosyal her alanında yer almaktadır. Yaşamda bir anlam ve amaç bulma vasıtası ve aşkın olan ile bağ kurma kaynağı olan maneviyat, hastalık ve zorlu durumlarda da bireye destek sağlamaktadır. D/M, ruhsal sıkıntılar da dahil olmak üzere çeşitli hastalıklarla baş etme, güç ve motivasyon kazanma açısından yapıcı ve iyileştirici bir rol oynamaktadır. İçinde bulunduğu sıkıntılı süreci farklı açılardan değerlendirmesi noktasında hastaya yardımcı olmaktadır.¹⁵ Yapılan araştırmalar, yaşanan hastalık ve zorlu süreçlerde bireylerin D/M'a sığındıklarını göstermektedir.¹⁶ Nitekim çalışmalar, kritik yaşam olaylarına karşı olumlu dini başa çıkmanın önemli bir kaynak olduğu üzerinde durmaktadır.¹⁷

Araştırmalar, olumlu dini başa çıkmanın ruh sağlığını geliştirebileceğini ortaya koymaktadır.¹⁸ Maneviyatın kişiye sunmuş olduğu destek, pozitif duyguları tekrardan canlandırmasıyla kişinin ruhsal direncini güçlendirerek hastalıklara karşı güç toplamasına katkı sağlamaktadır. Zira maneviyat kişiye umut, anlam, güç, teselli gibi çok güçlü ruhi takviyeler sunmaktadır. Hastanın manevi yönden güçlenmesinin fiziksel açıdan da bir rahatlama ve iyileşme meydana getirdiği

¹¹ Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, 91.

¹² Yalom, *Güneşe Bakmak: Ölümle Yüzleşmek*, 28-29.

¹³ Tuncay, "Kronik Hastalıklarla Başetmede Tinsellik", 14.

¹⁴ Vitorino vd., "The Association Between Spirituality and Religiousness and Mental Health"; Pargament vd., "The Brief RCOPE".

¹⁵ Tuncay, "Kronik Hastalıklarla Başetmede Tinsellik", s13.

¹⁶ Pargament vd., "The Brief RCOPE", 51.

¹⁷ Vitorino vd., "The Association Between Spirituality and Religiousness and Mental Health"; Pargament vd., "The Brief RCOPE".

¹⁸ Samuel R. Weber - Kenneth I. Pargament, "The Role of Religion and Spirituality in Mental Health", *Current Opinion in Psychiatry* 27/5 (Eylül 2014), 358-363.

düşünülmektedir.¹⁹ Levine de dine karşı olumlu bir tutum sergilemenin, dua etmenin; kişisel refaha katkı sağladığını, hastalık ve sıkıntıdan kurtulmayla ilişkili olduğunu ifade etmektedir.²⁰

Kişiyi kuşatmış olan hastalığın, D/M’la ilişkisini iki şekilde ele almak mümkündür. Birincisi, kişi ciddi hastalıklar yaşadığında bu duruma neden maruz kaldığını sorgulayarak Yaratıcı’yla bir çatışma içerisine girebilir. İkincisi ise bireyler hastalık sürecinde yaşadıkları sıkıntılı durumlara maneviyatla destek bulabilirler. Başlarına gelen hastalık, kişiyi manevi bir sorgu ve çatışmaya sürükleyebilir. Bu durum içerisindeki birey hayatını tekrardan anlamlandırma çabası içerisine girebilir.²¹ Doğru bir manevi yönelim hastanın hem çatışmalarına cevap bulmasında hem de bulunduğu durum içerisinde yeni bir anlam sistemi inşa etmesinde kişiye destek sağlayabilir. Kişinin temel inançları, hastalığa karşı yaşam mücadelesinde motivasyonunu güçlü tutmasına yardımcı olabilir.

“Nihaî anlamda yaşam, sorunlarına doğru çözümler bulmak ve her birey için kesintisiz olarak ortaya koyduğu görevleri yerine getirme sorumluluğunu üstlenmek anlamına gelir.”²² Maneviyat da bireye, yaşamının sorumluluğunu alması, aynı zamanda karşılaştığı her durumda bir görev ve anlam bilinciyle hareket etmesi gerektiğini hatırlatır. Kişinin yaşamış olduğu maddi manevi kayıplara karşı hayatını mevcut düzende yeniden yapılandırabilmesinde ve geriye kalan değerlerini koruyabilmesinde önemli bir fonksiyona sahiptir.²³ Kısacası kişiyi gerçeklikle yüzleştirmekle beraber gerçekliğin yıkıcı yanlarından ibaret olmadığını da gösterir. Bireye sahici bir dünya görüşü ve anlam sunar. Onu yapıcı, inşa edici bir sisteme dahil eder.

3. ÜLKEMİZDE MANEVİ DESTEĞİN KURUMSALLAŞMASI VE HASTANELERDE UYGULANMASI

Ülkemizde gündeme geldiği günden bu yana manevi destek hizmetinin ne olduğu sürekli tartışılmaktadır. Kavramsal tanımı, gerekli olup olmadığı, hizmeti verecek kişilerin kimler olduğu vb. pek çok konunun tartışılması bir yana daha uygulamanın ismi konusunda bile henüz ortak bir kararın alınmadığı görülmektedir.²⁴ Bu makalede sözü edilen tartışmalara girmeden manevi desteğin

¹⁹ Ahmet Albayrak vd., “Kanser Hastalarında Yaşam Kalitesini Etkileyen Din ve Maneviyat Üzerine Teorik Yaklaşımlar”, *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 21/40 (15 Aralık 2019), 361.

²⁰ Murray Levine, “Prayer as Coping: A Psychological Analysis”, *Journal of Health Care Chaplaincy* 15/2 (29 Ağustos 2008), 80.

²¹ Yılmaz, “Kanser Hastaları ve Yakınlarına Yönelik Maneviyat ve Anlam Odaklı Psikoterapi”, 312.

²² Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, 92.

²³ Frankl, Frankl, *İnsanın Anlam Arayışı*, 9.

²⁴ Kılınçer, “Manevi Danışmanlık ve Rehberlik (MDR) Üzerine”, 25.

ülkemizdeki seyrini göstermesi bakımından hizmetin amacı, kurumsallaşması ve hastanelerde uygulanmaya başlaması hakkında genel bir bilgi verilecektir.

Hastanelerde tedavi gören hastalara din ve moral hizmetlerinin sunulması Batı ülkelerinde 20. yüzyılın başından itibaren sürdürülen bir uygulamadır. Bu hizmetler hastaların D/M ihtiyaçlarını karşılamak, onlara moral desteği sağlamak, dini pratiklerini imkân dahilinde yerine getirmelerine yardımcı olmak maksadıyla verilmektedir.²⁵ Ülkemizde ise bu hizmet kapsamındaki çalışmalar daha yeni yeni hız kazanmaya başlamış olup sınırlı bir uygulama alanına sahiptir.²⁶

Ülkemizde manevi destek hizmeti, diyanet personeli tarafından gerçekleştirilmektedir. Hizmeti verecek personel, gönüllüler arasından seçilmekte ve özel bir eğitime tabi tutulmaktadır.²⁷ Bu hizmetin hastanelere yönelik ilk adımı 1995 yılında Diyanet İşleri Başkanlığı ile Sağlık Bakanlığı tarafından eşgüdümlü olarak “Hastane Din ve Moral Hizmetleri” uygulamasıyla atılmıştır.²⁸ Fakat bu hizmet, çeşitli kurumsal engellere takılmış ve yaklaşık bir buçuk yıl sonra yürürlükten kaldırılmıştır.²⁹ 1995 yılındaki bu tecrübe sonrası Diyanet İşleri Başkanlığı hastanelerdeki din hizmetlerinin daha etkin bir şekilde gerçekleştirilebilmesi adına çeşitli çalışmalar ve hazırlıklar yapmıştır. 2015 yılına gelindiğinde konu tekrardan gündeme gelmiş ve Sağlık Bakanlığı ile iş birliği yapılarak çeşitli hastanelerde pilot uygulama başlatılmıştır.³⁰ Hastalık gibi zorlu süreçlerde manevi ve dini desteğe ihtiyaç duyan bireylere bu uygulamayla kurumsal destek sağlanması hedeflenmiştir.³¹

4. DUA NEDİR?

Dua kelimesi, da‘vet ve da‘vâ kelimeleri gibi mastar olup “çağırarak, seslenmek, istemek; yardım talep etmek” gibi manalara karşılık gelir.³² Dua en dar anlamda kişinin Yaratıcı’ya seslenmesi, ihtiyaçlarına yönelik ondan yardım talep

²⁵ Nurullah Altaş, “Hastanelerde Dini Danışmanlık Hizmetleri (Türkiye Uygulaması Üzerine Deneysel Bir Araştırma)”, *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 39/1 (01 Nisan 1999), 599.

²⁶ Ali Ayten, *Din ve Sağlık* (İstanbul: Marmara Akademi Yayınları, 2018), 126.

²⁷ Ayten, Ayten, *Din ve Sağlık*, 126.

²⁸ Selda Karaaslan, “Manevi Bakım Hizmetlerinde Etik Kurallar ve Profesyonel Standartlar (ABD, Kanada ve İngiltere Örnekleri)”, *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik*, ed. Ali Ayten vd. (İstanbul: Dem Yayınları, 2018), 1/295.

²⁹ Altaş, “Hastanelerde Dini Danışmanlık Hizmetleri”, 600.

³⁰ Abdurrahman Han, “Diyanet İşleri Başkanlığının Hastanelerde Yürüttüğü Manevi Destek Hizmetleri”, *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik*, ed. Ali Ayten vd. (İstanbul: Dem Yayınları, 2018), 91-107.

³¹ Merve R. Baygeldi, “Türkiyede Modern Sorunlara Dini Bir Çözüm Olarak Manevi Danışmanlık Uygulaması”, *SETA* 234 (2018).

³² Osman Cilacı, “Dua”, *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi* (İstanbul: TDV Yayınları, 1994), 9/529.

etmesidir.³³ Dua'yı diğer ibadetler gibi belli bir şekil ve form içerisinde ele alanlar onu çeşitli türlere ayırırlar. Poloma ve Pendleton (1991)'un konuşma şeklinde (colloquial), meditasyon (meditative) anlamında, dilekte bulunma (petitionary) ve ibadet (ritual) anlamında dua olmak üzere tespit ettikleri dört çeşit, duanın türlerine örnektir.³⁴ Özellikle isteklerimiz için başvuru tür, en sık görülen dua biçimidir.³⁵ Bu yüzden genelde duadan bahsedildiğinde bu tür dua akla gelmektedir.

Tanrı'dan niyazda bulunduğumuz tüm taleplerimizin temelinde bir çeşit ihtiyaç yatmaktadır. Bu ihtiyaçlar, dünyevi olabildiği gibi manevi de olabilir. Yapılan çalışmalar da kişilerin talep duası yapmaya yönelik genel bir yatkınlığa sahip olduğunu göstermektedir. Araştırmalara göre, bireyler özellikle zorlu süreçlerde çaresiz, güçsüz ve yalnız hissettiklerinde talep duasına yönelmektedirler.³⁶ Kişilerin çözüm sağlayamadıkları sıkıntılı zamanlara dair en açık örneklerden birisi de hastalık halidir. Dolayısıyla hastalar, hastalık sürecinde istek duasına sıklıkla başvurumaktadırlar. W. Cadge ve M. Daglian'nın 1999 ve 2005 yılları arasında Johns Hopkins Üniversite Hastanesi'nde yapmış olduğu araştırmada hastalar, hasta yakınları ve hastane personelinin çoğunlukla başvurdukları dua türünün talep/istek duası olduğu gözlemlenmiştir.³⁷ Hastalık halinde yönelim gösterilen talep duaları, kişinin iradesini güçlendirmek suretiyle tedaviyi destekleyici bir etkiye sahip olabilmektedir.³⁸ Kurulan iletişim sayesinde kişinin eksikliğini itiraf, istek ve arzularını arz etme vesilesi olan dua, kişide “yatışma ve rahatlama” sağlamaktadır.³⁹ Bununla birlikte dua, yalnızca bahsi geçen çeşitlerle sınırlı değildir. Kişinin hayatında Yaratıcı'yı andığı her anda görünür olmaktadır. Formel kalıplar içerisine sıkıştırılmış dar anlamlardan ziyade duanın geniş anlamları üzerinde durmak, dua üzerine bilişsel alanda

³³ Selma Baş, “Manevi Danışmanlıkta Duanın Bir Destekleme Metodu Olarak Kullanımı”, *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 52/52 (15 Haziran 2017), 162.

³⁴ Michael Argyle, *Psychology and Religion: An Introduction* (London: Routledge, 2000), 93-96.

³⁵ Antoine Vergote, *Din, İnanç ve İnançsızlık* (İstanbul: Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Vakfı Yayınları, 1999), 238.

³⁶ Ümit Horozcu, *Din Psikolojisi Açısından Dünyevi İstek Duaları* (İstanbul: İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2010), 42-43.

³⁷ Wendy Cadge - M. Daglian, *Religion and Culture*, “Blessings, Strength and Guidance: Prayer Frames in a Hospital Prayer Book”, *Poetics* 36/5 (01 Ekim 2008), 364. medicine, and religion ask whether prayer influences health, but pay little attention to the content or experience of personal prayer. This paper draws insights from cognitive studies of religion to ask what kinds of requests people make of God in their prayers, how they construct God in their prayers, and what kinds of responses they believe possible from God based on how they frame their prayers. We analyze the prayers patients, visitors, and staff wrote in a prayer book at the Johns Hopkins University Hospital between 1999 and 2005. Prayers are primarily written to thank God (21.8%

³⁸ Baş, “Manevi Danışmanlıkta Duanın Bir Destekleme Metodu Olarak Kullanımı”, 165.

³⁹ Hökelekli, *Din Psikolojisi*, 229.

daha geniş bir şekilde düşünmemizi sağlayacaktır.

Dua, farklı şekilleri ve pek çok çeşidi olan evrensel bir tutum ve davranıştır. Kişiyi Allah’a yönelten, O’nun rızasını amaçlayan her türlü duygu, düşünce ve davranış dua olarak değerlendirilebilir.⁴⁰ Shems Friedlander duanın bu geniş ve çok boyutlu anlamını şu cümlelerle ifade etmektedir;

Allah’ın ipi duadır. Eşini sevmen duadır. Kalbe iyi gelir. İnsanlara yardım etmek duadır. Fakirlere yardım etmek paranın duasıdır. Allah’ın önünde secdeye gitmek vücudun duasıdır. “Lâ ilahe illallah” demek ağzın duasıdır Allah’ı sevmek kalbin duasıdır. Bakıp her şeyden çıkarılacak ders görmek gözün duasıdır. Sadece doğru iştirip ona itaat etmek kulağın duasıdır. Kalbinde iman olduğu sürece ona uygun ne yaparsan duadır. Dua taktığın maskeleri çıkarır ve hayata katlanabilmek için aldığı zehirleri def eder.⁴¹

Kısacası dua, “Evrenin Sahibini ve eserlerini sevmek yoludur.”⁴² Yaratıcı’yla kurulan bu çok yönlü iletişim, bilinçli ve iradi bir yönelime karşılık gelmektedir. O halde duaya dinin, inancın eyleme dökülmüş hali denilebilir.⁴³ Şayet din insanın tabiatüstü ile teması ise, duanın da bir bütün halinde insanın anlamlı eylemlerinin tümünü içerdigi rahatlıkla söylenebilir.⁴⁴

“Tanrı ile karşılaşma” olduğunu düşünen Taylor’a göre ise dua, mevcut anda bulunmak ve Tanrı’nın mevcudiyetinde yaşamaktır. Ona göre kişi, birinin gülümsemesinde, seyre daldığı gökyüzünde veya mevcut bedensel fonksiyonlarına karşı şükran hissi yaşadığında Tanrı ile karşılaşabilir.⁴⁵ Bu açıdan bakıldığında kişinin dille bir talep ve arzu belirtmeksizin evrene haşyet, hayranlıkla bakışındaki suskunluğu dahi aslında hâl diliyle dua mahiyetindedir. Sûfiler hâl ile yapılan bu duayı söz ile yapılan duadan daha değerli görmüşlerdir.⁴⁶ Dua, fitratımızda bulunan tabi bir yönelim olduğu için kişi ihtiyaç halinde duaya yönelebileceği gibi hiçbir ihtiyaç ve talepte bulunmaksızın ruhsal/manevi varlığının derinlerinden gelen bir iştiaqla da Yaratıcı’ya doğru çekilebilir. Sükûnet halini dahi duaya

⁴⁰ Hökelekli, *Din Psikolojisi*, 214.

⁴¹ Shems Friedlander, *Toynak Sesini Duyunca Zebra Gelsin Aklına* (İstanbul: Sufi Kitap Yayınları, 2017), 153.

⁴² Muhammed Bozdağ, “Dua Mutluluk Kaynağıdır” (Erişim 23 Mayıs 2020).

⁴³ William James, *Dinsel Deneyimin Çeşitleri*, çev. İsmail Hakkı Yılmaz (İstanbul: Pinhan Yayıncılık, 2017), 474-475.

⁴⁴ Vergote, *Din, İnanç ve İnançsızlık*, 237.

⁴⁵ Elizabeth Johnston Taylor, “Prayer’s Clinical Issues and Implications”, *Holistic Nursing Practice* 17/4 (2003), 183.183.”,”plainCitation”.”Elizabeth Johnston Taylor, “Prayer’s Clinical Issues and Implications”, *Holistic Nursing Practice* 17/4 (2003)

⁴⁶ Süleyman Uludağ, “Tasavvufta Dua Anlayışı”, *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi* (İstanbul: TDV Yayınları, 1994), 535.

dönüştüren işte bu yakınlık kurma isteğidir.⁴⁷

Kalbin Allah ile konuşması olan dua, yüksek bir şuur halinin kalpte uyanışıyla gerçekleşmektedir.⁴⁸ Kişinin kalbi “hüznün derinliklerinde ya da neşe tepelerinde”⁴⁹ iken bu hali onu yüce olana yönelttiği vakit dua meydana gelmektedir. Bu durum, her an huzurda olma isteğini taşıyan⁵⁰ kulun, yaşamının her yönüne tezahür etmesiyle davranışa etki etmektedir.⁵¹ Dua, bilincin her noktasında ve her aşamasında etkin ve karşılıklı bir ilişkiyi ortaya çıkarmaktadır. Bu ilişkinin etkin ve karşılıklı oluşu, dua öncesi ve sonrası bilinç halimizde bir dönüşüm meydana getirmektedir.⁵²

Kierkegaard’a göre dua, kişide bir değişim ve dönüşüm meydana getirmektedir.⁵³ Kişi dua ederken zihinsel ve duygusal bir yoğunlaşma içerisine girdikçe sıradan bir eylemin ötesine geçmektedir. Manevi tecellilerin vesilesi olan dua, kişinin olay ve olgulara bakış açısına farklı bir perspektif sunacak şekilde bilinçte bir açılım meydana getirmektedir.⁵⁴ Bu sayede kişi yaşadığı olayın dar çerçevesinden sıyrılarak daha geniş bir gerçekliğin içindeki yerini keşfetmektedir.⁵⁵

Ruha şifa, gönle deva, bedene güç verecek bir dua için; bu davranışın alışkanlık haline gelmesi yani bir yaşayış tarzına dönüşmesi de önemlidir.⁵⁶ Zira kişinin yaşam binası, alışkanlık haline gelmiş birkaç basit davranışın dokunuşuyla değişmekte, dönüşmekte ve yenilenmektedir. Bundan dolayı dilden veya gönülden dökülen duanın kendisi basit bir faaliyet gibi görünse de kişinin hayatındaki etkisi büyüktür.⁵⁷ Gandhi şu ifadeleriyle “söz”ün hayatımızdaki gücüne dikkat çeker; “Söylediklerinize dikkat edin, düşüncelerinize dönüşür.

⁴⁷ Ahmet Albayrak, “Dindarlık Tipleri Açısından Dua Formları”, *Marife Dini Araştırmalar Dergisi* 7/2 (01 Ekim 2007), 190-191.

⁴⁸ Toshihiko Izutsu, *Kur'an'da Allah-İnsan (İslam Düşüncesinde İslah)*, çev. Süleyman Ateş (İstanbul: Yeni Ufuklar Neşriyat, 2011), 171.

⁴⁹ Ahmet Albayrak, *Gençlerde Dua Psikolojisi* (İstanbul: Düşünce Kitabevi Yayınları, 2013), 55.

⁵⁰ Aldous Huxley, *Kalıcı Felsefe*, çev. Latif Boyacı (İstanbul: İnsan Yayınları, 2003), 221.

⁵¹ Albayrak, *Gençlerde Dua Psikolojisi*, 55.

⁵² James, *Dinsel Deneyimin Çeşitleri*, 475-476; Levine, “Prayer as Coping”, 89.

⁵³ D. Z. Phillips, *The Concept of Prayer* (Oxford: Seabury Press, Ny, 1981), 56.

⁵⁴ Levine, “Prayer as Coping”, 89.

⁵⁵ Muhammed İkbal, *İslam'da Dini Tefekkürün Yeniden Teşekkülü* (İstanbul: Qraf Yayınları, 2017), 110.

⁵⁶ Alexis Carrel, *Dua*, çev. M. Alper Yüçetürk (İstanbul: Yağmur Yayınları, 2018), 44.

⁵⁷ Muhammet Çelik, “Alışkanlıkların Kişi ve Toplum Ahlakını İnşa Etmedeki Etkin Rolü”, *Yetkin Düşünce: Hakikatin Kaynağına Yolculuk* 4 (2018), 52.

Düşüncelerinize dikkat edin, duygularınıza dönüşür. Duygularınıza dikkat edin, davranışlarınıza dönüşür. Davranışlarınıza dikkat edin, alışkanlıklarınıza dönüşür. Alışkanlıklarınıza dikkat edin, değerlerinize dönüşür. Değerlerinize dikkat edin, karakterinize dönüşür... ”⁵⁸

Hayat, yaşamımızı ilmek ilmek dokuyan küçük yapılardan ibarettir. Nasıl başladıysak, neyi alışkanlık haline getirdiysek diğer tüm duygu, düşünce ve davranışlarımız da onun döşediği yoldan adım adım ilerler. Bu bakış açısıyla bakıldığında alışkanlık haline gelmiş dilin ve gönlün “söz”ü olan dua da kişideki köklü değişim ve dönüşümlerin başlangıcı anlamına gelmiş olur. Kişiliğimizi ve yaşamımızı bu “söz” ile tekrar şekillendirir, yeniler ve tazeleriz. Bu bakımdan duanın her defasında iç ve dış alemimizde bir soluk alışa kapı araladığı ifade edilebilir.

5. HASTALIK VE ZORLU SÜREÇLERDE DUANIN ROLÜ

Tanrı ile temas kurabilmede önemli bir araç olan dua, büyük dinlerin hepsinde görülen ortak bir uygulamadır.⁵⁹ İnsanlar, isteklerini veya şikayetlerini dillendirmek, şükretmek, tevbe etmek, kimi zaman da yalnızca duygularını paylaşmak için duaya yönelmektedirler.⁶⁰ Son dönemlerde maneviyata olan ilginin artmasıyla birlikte sağlık hizmetlerinde de D/M’nin önemli araçlarından biri olan dua ön plana çıkmaktadır. Hem ruhsal hem de fiziksel açıdan bütüncül bakımın (holistik bakım) bir parçası olarak değerlendirilmektedir.⁶¹ İnsandaki bütünsel yapıyı göz önünde bulunduran manevi destek uygulamalarında da duaya sıklıkla başvurulduğu görülmektedir. Manevi danışmanın kişide dua bilincini uyandırabilmesi, hastanın yalnızlık ve çaresizlik hissini bertaraf edecek bir iç diyalog sistemi inşa etmesine yardımcı olmaktadır. Bu bölümde D/M’nin temel araçlarından biri olan duanın hastalar açısından faydası incelenecektir.

En temel dini unsurlardan biri olan dua, ruh ve beden sağlığına etkisinin incelenmesi açısından pek çok araştırmaya konu olmuştur.⁶² Yaşanan ağır ve trajik olaylar kişiyi duygusal olarak yıprattığından dolayı bireyde saldırganlık durumları, öfke ve isyan eğilimleri meydana gelebilmektedir. Dua, bireyin Allah’a yönelmesini sağlayarak ruhunu sertleştirip yüreğini düğümleyen bu

⁵⁸ Çelik, “Alışkanlıkların Kişi ve Toplum Ahlakını İnşa Etmedeki Etkin Rolü”, 52.

⁵⁹ Narayanasamy - Narayanasamy, “The Healing Power of Prayer and Its Implications for Nursing”, 242.

⁶⁰ Horozcu, “Ruh Sağlığı ve Din”, 178.

⁶¹ Narayanasamy - Narayanasamy, “The Healing Power of Prayer and Its Implications for Nursing”, 242.

⁶² Horozcu, “Ruh Sağlığı ve Din”, 178; Stephanie Winkeljohn Black vd., “Disclosure During Private Prayer as a Mediator Between Prayer Type and Mental Health in an Adult Christian Sample”, *Journal of Religion and Health* 54/2 (Nisan 2015), 540-553; Brandon L. Whittington - Steven J. Scher, “Prayer and Subjective Well-Being: An Examination of Six Different Types of Prayer”, *The International Journal for the Psychology of Religion* 20/1 (01 Ocak 2010), 2.

tür acı hislere karşı kişinin duygusal olarak yumuşamasına, sakinleşmesine ve içsel çatışmalarını çözüme kavuşturmasına yardımcı olmaktadır.⁶³ Duanın insan psikolojisinde meydana getirdiği etkileri başa çıkma yöntemi açısından değerlendiren Levine, bireyin problemlerine karşı aktif bir başa çıkma metodu olduğunu savunmaktadır.⁶⁴ Yapılan araştırmalarda duanın depresyon, kaygı gibi ruhsal sıkıntılarla başa çıkmada kişiye destek olduğu ve iyimserliği artırdığı ortaya konulmaktadır.⁶⁵ Ayrıca çalışmalar, içsel dindarlık ve duanın daha fazla yaşam doyumuyla ilişkilendirildiğini göstermektedir.⁶⁶

Dua stresli olaylarla baş etmede en sık bahsedilen dini yöntemdir. Aynı zamanda faydalı bir uygulama olduğu konusunda da geniş ölçüde bir kabul vardır.⁶⁷ Güvensizlik, belirsizlik ve endişe içindeki insanın ıstırapına devadır. Kişi Allah’a dua ettikçe bilincinde O’na yer açmış olur. Bilincinde Allah’a yer açtıkça O’nu daha iyi tanımaya başlar. Tanındıkça da daha çok bağlanır ve daha çok sever. Sevdikçe daha çok güvenir. Bu güven duygusu da bireyin belirsizlikten kaynaklanan endişelerini, kaygı ve korkularını bertaraf eder.⁶⁸

Dua, Allah’a bağlılığın hissedildiği en yalın manevi hâldir. Yaratıcı’yla kurulan bu bağlılık ise hastalık sürecinde kişiye büyük bir güç ve moral kaynağı olmaktadır.⁶⁹ Kronik hastalığı olan hastaların başa çıkmaları üzerine yapılan nitel bir araştırmada bireyler, duanın kendilerine Allah ile bağ kurma hissi verdiğini ifade etmişlerdir.⁷⁰ Bağlanma kuramına göre de kişinin ilerleyen yaşlarında Allah, bağlanma figürünün yerini almaktadır.⁷¹ Bunun neticesinde kişi, mutlak iyilik, güzellik, sevgi, şefkat ve merhametin kaynağı, gücün ve

⁶³ Huxley, *Kalıcı Felsefe*, 102.

⁶⁴ Levine, “Prayer as Coping”, 85.

⁶⁵ Horozcu, “Ruh Sağlığı ve Din”, 219; James W. Anderson - Paige A. Nunnolley, “Private Prayer Associations with Depression, Anxiety and Other Health Conditions: An Analytical Review of Clinical Studies”, *Postgraduate Medicine* 128/7 (Eylül 2016), 635-641; Claire Hollywell - Jan Walker, “Private Prayer as a Suitable Intervention for Hospitalised Patients: A Critical Review of the Literature”, *Journal of Clinical Nursing* 18/5 (2009), 637-651; Amy L. Ai vd., “The Role of Private Prayer in Psychological Recovery Among Midlife and Aged Patients Following Cardiac Surgery”, *The Gerontologist* 38/5 (Ekim 1998), 591-601; Black vd., “Disclosure During Private Prayer as a Mediator Between Prayer Type and Mental Health in an Adult Christian Sample”. *The Gerontologist* 38/5 (Ekim 1998)

⁶⁶ John M. Salsman vd., “The Link Between Religion and Spirituality and Psychological Adjustment: The Mediating Role of Optimism and Social Support”, *Personality and Social Psychology Bulletin* 31/4 (Nisan 2005), 522-535.

⁶⁷ Kate Miriam Loewenthal, *Din Psikolojisi: Kısa Bir Giriş*, çev. Mustafa Ulu (Kayseri: Kimlik Yayınları, 2017), 29.

⁶⁸ Bozdağ, “Dua Mutluluk Kaynağıdır”.

⁶⁹ Tuncay, “Kronik Hastalıklarla Başetmede Tinsellik”, 14; Levine, “Prayer as Coping”, 88.

⁷⁰ Narayanasamy - Narayanasamy, “The Healing Power of Prayer and Its Implications for Nursing”, 243.

⁷¹ Loewenthal, *Din Psikolojisi*, 35.

kudretin sahibi olarak gördüğü Allah’a yönelme arzusu hissetmektedir.⁷² Bu duruma aracılık eden dua, kendini güvende hissetmeye, bağlanma ve yakınlık ihtiyacını gidermeye kaynaklık etmektedir. Nitekim Mevlana da Mesnevi’inde duadan bahsederken Allah ile kişi arasında kurulan ilişkiyi, çocuğun annesiyle olan iletişimine benzeterek açıklamaktadır.⁷³

Murray, duayı isteklerimizi elde etmek için yapılan bir eylem olarak değil de kişiyi kendi manevi doğasının eksenine yöneltme olarak görür.⁷⁴ Kişi manevi doğasıyla karşılaştıkça öz-yeterlik (self efficacy) hissinin bir öz aldatma (self-deception) olduğunu fark eder. Duanın insanın manevi doğasına yönlendiriciliği sayesinde birey, kendi gerçekliğiyle karşılaşır, güçsüzlüğünü ve eksikliğini itiraf eder. Böylelikle de daha üstün bir güce bağlanma ihtiyacını daha açık bir şekilde hisseder.⁷⁵ Dua, kişinin benliğinde oluşan büyükleme yanılgısını bertaraf eder ve bilincinde benliğine verdiği yer ne kadar küçülürse, Allah içte o kadar büyür.⁷⁶ O’nun güç ve kudretinin idrakiyle hasta, üstesinden gelemeyeceği sorunlarla boğuşmanın sonuç vermediğini anlayarak Allah’a daha çok yönelir. Allah ile kurulan bu bağıllık da kişiye sığınacağı güvenli bir liman olur. Bu durumun kişiyi pasif bir boyun eğişe sürüklediği düşünülmemelidir. Zira kişi, duayla güç yetiremediği olaylar içerisinde çaresiz bir halde umutsuzluğa sürüklenmek yerine hayatına anlam ve umut katacak yönleri keşfeder ve motive olur.

Logoterapi tekniklerinden biri olan düşünce odağını değiştirme (dereflection), bizde korku, endişe ve kaygı uyandıran olaylara karşı uygulanacak yöntemlerden biridir. Bu tekniğe göre hasta kendinde korku, kaygı, panik haline sebep olan hastalık durumlarına karşı düşünce odağında bir değişiklik meydana getirmeye teşvik edilir ve böylece panik meydana getiren durumdan hastanın odağı uzaklaştırılır.⁷⁷ Dolayısıyla dua tam da bu yönetime hizmet eder niteliktedir. Bu bakımdan kişiyi yaşamının ve eylemlerinin sorumluluğunu almaya teşvik eder.⁷⁸ Bu da tam bir aktif eylem, çaba ve odaklanma gerektiren bir durumdur. Böylelikle duayla hasta eylemsizliğe değil aktif bilişsel bir çaba ve mücadeleye davet edilmiş olur.

Dini ritüeller kişinin dünyadan el-etek çekmeksizin şahsi şuurunda değişiklik

⁷² Huxley, *Kalıcı Felsefe*, 218.

⁷³ Hicabi Kırılancık, “Mesnevi’de Dua”, *Mevlânâ Araştırmaları*, ed. Adnan Karaismailoğlu, Araştırma-inceleme 56, 62 (Ankara: Akçağ Yayınları, 2007), 241.

⁷⁴ Baş, “Manevi Danışmanlıkta Duanın Bir Destekleme Metodu Olarak Kullanımı”, 164.

⁷⁵ Loewenthal, *Din Psikolojisi*, 35.

⁷⁶ Huxley, *Kalıcı Felsefe*, 222.

⁷⁷ Victor E. Frankl, *Duyulmayan Anlam Çılgılığı*, çev. Selçuk Budak (İstanbul: Totem Yayıncılık, 2019), 153-157.

⁷⁸ Huxley, *Kalıcı Felsefe*, 219.

ve yenilenme sağlamasına aracılık etmektedir. Kişinin şuurunu dinamik tutan ibadetler, yaşanan “an”ın durumuna uygun şekilde kişide bir değişim meydana getirmeyi hedefler.⁷⁹ Kişinin hastalık gibi sıkıntılı durumlar karşısında hissettiği panik halinden uzaklaşması çok zordur. Tüm odağı bu durum üzerine kilitlenmiştir ve bilinci hayatının diğer yönlerine adeta sırt çevirmiştir. Yaratıcı’yla özel bir ilişkinin ifadesi olan dua, geniş anlamda murakabe ve tefekkür halini ifade etmek için de kullanılır. Kişinin şahsi şuuruna tam bir yönelimin ifadesi olan murakabe ve tefekkür, çeşitli zor durumlar karşısında daralmış durumdaki şuurumuzda bir genişlik, değişim ve dönüşüm meydana getirir.⁸⁰ Bu boyutuyla da dua, kişinin felaket durumuna kitlenmiş olan bilincini genişletmeye yardımcı olur. Ona hayatının göremediği yanlarını görmesini sağlayacak bir perspektif sunar. Hastanın odağını yaşadığı sıkıntılı durumdan uzaklaştırır. Dua, kişinin mevcut durumunu değiştirmese bile, durumu algılama ve yorumlama biçimini değiştirir. Birey, kurmuş olduğu iletişim ve hissettiği yakınlık duygusu sayesinde başedemediği problemini Allah’a havale etmiş olur. Bu durum, problemin verdiği yükün kişinin üzerinden kalkmasını, bir süreliğine de olsa yaşanan durumun ortaya çıkardığı baskının askıya alınmasına yardımcı olur. Dua, ortaya çıkan duygusal mola sayesinde kişinin problemini başka bir biliş düzeyinde çözebilecek ortam elde etmesine olanak sağlar.⁸¹ Destek olması adına kendisine sunulabilecek teklifleri değerlendirmeye ve kabule daha açık bir hale gelir. Duanın verdiği güven ve bağlılık hissiyle olay ve olgulara farklı bir bakış açısı geliştirir. Kişi Allah ile kurduğu ilişki ve dostluk sayesinde O’nun yarattığı her şeye dostluk ve şefkat hisleriyle yönelir. Çevresinde baktığı her şey ona farklı görünmeye başlar. Kuşları başka, çiçekleri bir başka sever artık, gökyüzüne bakışı başkalaşır. Hastalık ve sıkıntısı devam etse de artık onun için tek odak noktası bu değildir. Olay ve olgular farklılaşmış, his ve duyguları başka bir yöne akmıştır.⁸²

Hastalık halindeyken hislerimiz de hasta hale gelir. Hasta kişinin zihni de hisleri de kendi bedeniyle meşguldür. Bu meşguliyet kayıplarının yerini alabilecek, onları telafi edebilecek yeni yönelimlere engel olur.⁸³ Dua, zihinsel bir bütünlük sağlayarak stres faktörlerine karşı rahatlama sağlar. İlişkiler ve meydana gelen olaylar hakkında sakın bir değerlendirme yapabilecek dengeli

⁷⁹ Parlar Selahattin, “İslâm’da Dua”, *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi* (İstanbul, 1994), 534.

⁸⁰ Vergote, *Din, İnanç ve İnançsızlık*, 245.

⁸¹ Baş, “Manevi Danışmanlıkta Duanın Bir Destekleme Metodu Olarak Kullanımı”, 171.

⁸² Bozdağ, “Dua Mutluluk Kaynağıdır”.

⁸³ İbn Sina, *Ahvalu’n-Nefs*, çev. İsmail Hanoğlu (Ankara: Elis Yayınları, 2019), 100,102.

bir düşünce zemini kurmaya yardım eder.⁸⁴ Yaşanan acı tecrübelerle karşı kişiye manevi, hissi bir tatlılık ve doyum sunar.⁸⁵ Allah ile sağlanan güvenli ilişki zemini, kişiye mevcut halinin ötesinde bir anlam imkânı sunar. Kişi her şeyi bilen, gören Allah ile karşılaştıkça, kendini sorguladıkça geniş bir gerçekliğin içinde asıl ihtiyaç duyduğu şeylerin bilgisine varır. Bu anlam zemini çatışma halindeki kişiliklerimizi entegre ederek, bütüncül ve sağlıklı bir benlik algısının oluşumuna katkı sağlar. Gerilimlerin, kaygı ve korkuların yerine inanç ve ümidin geçmesini sağlar.⁸⁶ Dua ederek Allah'ın yardımına sığınan bir kişi stres, kaygı, korku, yalnızlık gibi ruh sağlığını olumsuz yönde etkileyen duygularıyla başa çıkabilecek bir güç kaynağı elde eder.⁸⁷

SONUÇ

En geniş anlamıyla kişiyi Allah ile karşılaştıran her duygu, düşünce ve davranışı dua kapsamında değerlendirmek mümkündür. Dua eden kişi, bedeninin çağrısına odaklanmayı bırakıp daha yüce bir çağrıya cevap vermeye yönelir. Kendi dar algısından sıyrılmak suretiyle daha geniş bir gerçeklik içerisinde yerini keşfeder. Hastanın olayları yeniden kavramlaştırmasını⁸⁸ sağlayan dua, çeşitli sıkıntılar içerisinde hapsolmuş bireyi problemlerinin odağından uzaklaştırmada başvurabileceği önemli bir kaynaktır. Bu uzaklaşma, hastanın durumunu inkâr etmesine yol açmaz. Hastalığının verdiği ağır strese karşı “duygusal bir mola” imkânı sunar.⁸⁹

Manevi destek sürecinde hastalara duanın çok boyutlu, geniş anlamının sunulması sağlıklı bir ruh haline geçişte bireylere katkı sağlayacaktır. Manevi destek personeli, hastalıkla başa çıkma sürecinde hastayı duanın terapötik etkisine yönlendirebilirse hastanın Allah ile derin, güvenli bir bağ kurmasına katkı sağlayabilir. Duanın faydalarından, her an destekleyici, koruyucu ve kollayıcı yönlerinden bahsedilebilir. Yeri geldiğinde talep doğrultusunda hastayla birlikte dua edilebilir. Kişinin hastalık odaklı dar algısından kurtulması için yaşadığı dua tecrübesi üzerinde konuşularak onun hastalık dışındaki hislere odaklanması sağlanabilir. Manevi destek uzmanının bu konuda çeşitli uygulamalara işaret etmekten başka hastaya karşı zorlayıcı bir tavrı olmaması gerekir. Zira dua, kişinin bilinci üzerinde bir odaklanma gerektirdiğinden istek ve iradesini buna

⁸⁴ G. Rainville, “The Interrelation of Prayer and Worship Service Attendance in Moderating the Negative Impact of Life Event Stressors on Mental Well-Being”, *Journal of Religion and Health* 57/6 (01 Aralık 2018), 2156. {Journal of Religion and Health} 57/6 (01 Aralık 2018)

⁸⁵ Huxley, *Kalıcı Felsefe*, 250-262.

⁸⁶ Loewenthal, *Din Psikolojisi*, 35-37.

⁸⁷ Albayrak, *Gençlerde Dua Psikolojisi*, 81.

⁸⁸ Levine, “Prayer as Coping”, 85.

⁸⁹ Levine, “Prayer as Coping”, 86.

yöneltmesi önemlidir. Ele aldığımız yönleriyle dua, hastanın sağlıklı bir ruh haline geri dönmesine yardımcı olabilir. Daha önce üzerinde durulduğu üzere güçlü ve sağlıklı bir ruh sağlığı beden direncinin artmasına yardımcı olmaktadır. Bundan dolayı dua hem beden hem de ruhen sarsılmış, güçsüz düşmüş ve savunmasız kalmış hastaya uzatılabilecek güçlü bir destek metodudur. Birey duanın gücüyle acılarını dinlemek yerine kendi içine, manevi yanına odaklanmaya yöneldiği gibi çaresiz ve güçsüz oluşunun farkındalığıyla kendinden daha üstün bir güce, Yaratıcı'sına sığınır. Nihayetinde kişi, O'nun gücü, yardım ve şefkatiyle buluşmasına köprü olan duayla hastalığın vermiş olduğu ruhsal ve fiziksel zararı hafifleterek bu süreçle aktif bir şekilde başa çıkmış olur.

KAYNAKÇA

Ai, Amy L. vd. "The Role of Private Prayer in Psychological Recovery Among Midlife and Aged Patients Following Cardiac Surgery". *The Gerontologist* 38/5 (Ekim 1998), 591-601. <https://doi.org/10.1093/geront/38.5.591>

Albayrak, Ahmet. "Dindarlık Tipleri Açısından Dua Formları". *Marife Dini Araştırmalar Dergisi* 7/2 (01 Ekim 2007), 189-202.

Albayrak, Ahmet. *Gençlerde Dua Psikolojisi*. İstanbul: Düşünce Kitabevi Yayınları, 2013.

Albayrak, Ahmet vd. "Kanser Hastalarında Yaşam Kalitesini Etkileyen Din ve Maneviyat Üzerine Teorik Yaklaşımlar". *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 21/40 (15 Aralık 2019), 349-376. <https://doi.org/10.17335/sakaifd.605552>

Altaş, Nurullah. "Hastanelerde Dini Danışmanlık Hizmetleri (Türkiye Uygulaması Üzerine Deneysel Bir Araştırma)". *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 39/1 (01 Nisan 1999), 599-659.

Anderson, James W. - Nunnolley, Paige A. "Private Prayer Associations with Depression, Anxiety and Other Health Conditions: An Analytical Review of Clinical Studies". *Postgraduate Medicine* 128/7 (Eylül 2016), 635-641. <https://doi.org/10.1080/00325481.2016.1209962>

Argyle, Michael. *Psychology and Religion: An Introduction*. London: Routledge, 2000. <https://www.taylorfrancis.com/books/e/9780203980453>

Ayten, Ali. *Din ve Sağlık*. İstanbul: Marmara Akademi Yayınları, 2018.

Ayten, Ali - Düzgüner, Sevede. *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Hizmetleri Temel Bilgiler Kılavuzu*. ed. Ali Ayten - Sevede Düzgüner. Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, 2. Basım, 2020.

Ayten, Ali - Köse, Ali. *Din Psikolojisi*. İstanbul: Timaş Yayınları, 10. Basım, 2019.

Baş, Selma. “Manevi Danışmanlıkta Duanın Bir Destekleme Metodu Olarak Kullanımı”. *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 52/52 (15 Haziran 2017), 161-198.

Baygeldi, Merve R. “Türkiyede Modern Sorunlara Dini Bir Çözüm Olarak Manevi Danışmanlık Uygulaması”. *SETA* 234 (2018).

Black, Stephanie Winkeljohn vd. “Disclosure During Private Prayer as a Mediator Between Prayer Type and Mental Health in an Adult Christian Sample”. *Journal of Religion and Health* 54/2 (Nisan 2015), 540-553. <https://doi.org/10.1007/s10943-014-9840-4>

Bozdağ, Muhammed. “Dua Mutluluk Kaynağıdır”. Erişim 23 Mayıs 2020. <https://www.sezgiler.com/makale/dua-mutluluk-kaynagidir-muhammed-bozdag-1133.html>

Cadge, Wendy - Daglian, M. *Religion and Culture*. “Blessings, Strength and Guidance: Prayer Frames in a Hospital Prayer Book”. *Poetics* 36/5 (01 Ekim 2008), 358-373. <https://doi.org/10.1016/j.poetic.2008.06.011>

Carrel, Alexis. *Dua*. çev. M. Alper Yücetürk. İstanbul: Yağmur Yayınları, 5. Basım, 2018.

Cilacı, Osman. “Dua”. *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi*. 9/529-530. İstanbul: TDV Yayınları, 1994.

Çelik, Muhammet. “Alışkanlıkların Kişi ve Toplum Ahlakını İnşa Etmedeki Etkin Rolü”. *Yetkin Düşünce: Hakikatin Kaynağına Yolculuk* 4 (2018), 51-62.

Ekşi, Halil vd. “Maneviyat ve Psikolojik Danışma”. *Manevi Yönelimli Psikolojik Danışma*. ed. Halil Ekşi. 1-24. Ankara: Nobel Yayıncılık, 2020.

Emmons, Robert A. - Paloutzian, Raymond F. “Din Psikolojisi: Dün, Bugün ve Yarın”. çev. Ali Ayten. *Din Psikolojisi: Din ve Maneviyata Psikolojik Yaklaşımlar*. ed. Ali Ayten. 13-43. İstanbul: İz Yayıncılık, 4. Basım, 2017.

Frankl, Victor E. *Duyulmayan Anlam Çılgılığı*. çev. Selçuk Budak. İstanbul:

Totem Yayıncılık, 2. Basım, 2019.

Frankl, Viktor Emil. *İnsanın Anlam Arayışı*. İstanbul: Okuyan Us Yayınları, 44. Basım, 2018.

Friedlander, Shems. *Toynak Sesini Duyunca Zebra Gelsin Aklına*. İstanbul: Sufi Kitap Yayınları, 4. Basım, 2017.

Han, Abdurrahman. “Diyanet İşleri Başkanlığının Hastanelerde Yürüttüğü Manevi Destek Hizmetleri”. *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik*. ed. Ali Ayten vd. 2/91-107. İstanbul: Dem Yayınları, 2. Basım, 2018.

Hollywell, Claire - Walker, Jan. “Private Prayer as a Suitable Intervention for Hospitalised Patients: A Critical Review of the Literature”. *Journal of Clinical Nursing* 18/5 (2009), 637-651. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2702.2008.02510.x>

Horozcu, Ümit. *Din Psikolojisi Açısından Dünyevi İstek Duaları*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, 2010.

Horozcu, Ümit. “Ruh Sağlığı ve Din”. *Din Psikolojisi El Kitabı*. ed. Mustafa Doğan Karacoşkun. 177-190. Ankara: Grafiker Yayınları, 4. Basım, 2017.

Hökelekli, Hayati. *Din Psikolojisi*. Ankara: Diyanet Vakfı Yayınları, 11. Basım, 2015.

Huxley, Aldous. *Kalıcı Felsefe*. çev. Latif Boyacı. İstanbul: İnsan Yayınları, 2. Basım, 2003.

Izutsu, Toshihiko. *Kur'an'da Allah-İnsan (İslam Düşüncesinde Islah)*. çev. Süleyman Ateş. İstanbul: Yeni Ufuklar Neşriyat, 2011.

İkbal, Muhammed. *İslam'da Dini Tefekkürün Yeniden Teşekkülü*. İstanbul: Qraf Yayınları, 11. Basım, 2017.

James, William. *Dinsel Deneyimin Çeşitleri*. çev. İsmail Hakkı Yılmaz. İstanbul: Pinhan Yayıncılık, 2017.

Karaaslan, Selda. “Manevi Bakım Hizmetlerinde Etik Kurallar ve Profesyonel Standartlar (ABD, Kanada ve İngiltere Örnekleri)”. *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik*. ed. Ali Ayten vd. 1/281-302. İstanbul: Dem Yayınları, 2. Basım, 2018.

Kılınçer, Hatice. “Manevi Danışmanlık ve Rehberlik (MDR) Üzerine: Psikoloji, İlahiyat ve Tıp Alanlarında Maneviyat ve MDR Algısı”. *Manevi Danışmanlık ve Rehberlik: Teori ve Uygulama Alanları*. ed. Ali Ayten. 19-60. İstanbul: Dem Yayınları, 2017.

Kırlangıç, Hicabi. “Mesnevi’de Dua”. *Mevlânâ Araştırmaları*. ed. Adnan Karaismailoğlu. 239-253. Araştırma-inceleme 56, 62. Ankara: Akçağ Yayınları, 1. baskı., 2007.

Levine, Murray. “Prayer as Coping: A Psychological Analysis”. *Journal of Health Care Chaplaincy* 15/2 (29 Ağustos 2008), 80-98. <https://doi.org/10.1080/08854720903113424>

Loewenthal, Kate Miriam. *Din Psikolojisi: Kısa Bir Giriş*. çev. Mustafa Ulu. Kayseri: Kimlik Yayınları, 2017.

Narayanasamy, Aru - Narayanasamy, Mani. “The Healing Power of Prayer and Its Implications for Nursing”. *British Journal of Nursing* 17/6 (2008), 394-398. <https://doi.org/10.12968/bjon.2008.17.6.28907>

Pargament, Kenneth vd. “The Brief RCOPE: Current Psychometric Status of a Short Measure of Religious Coping”. *Religions* 2/1 (2011), 51-76. <https://doi.org/10.3390/rel2010051>

Phillips, D. Z. *The Concept of Prayer*. Oxford: Seabury Press, Ny, New Ed edition., 1981.

Rainville, G. “The Interrelation of Prayer and Worship Service Attendance in Moderating the Negative Impact of Life Event Stressors on Mental Well-Being”. *Journal of Religion and Health* 57/6 (01 Aralık 2018), 2153-2166. <https://doi.org/10.1007/s10943-017-0494-x>

Salsman, John M. vd. “The Link Between Religion and Spirituality and Psychological Adjustment: The Mediating Role of Optimism and Social Support”. *Personality and Social Psychology Bulletin* 31/4 (Nisan 2005), 522-535. <https://doi.org/10.1177/0146167204271563>

Selahattin, Parlar. “İslâm’da Dua”. *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi*. 530-535. İstanbul, 1994.

Sina, İbn. *Ahvalu’n-Nefs*. çev. İsmail Hanoğlu. Ankara: Elis Yayınları, 2019.

Taylor, Elizabeth Johnston. “Prayer’s Clinical Issues and Implications”. *Holistic Nursing Practice* 17/4 (2003), 179-188. <https://doi.org/10.1097/00004650-200307000-00004>

Tuncay, Tarık. “Kronik Hastalıklarla Başetmede Tinsellik”. *Sağlık ve Toplum Dergisi* 2 (2007).

Uludağ, Süleyman. “Tasavvufta Dua Anlayışı”. *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi*. 535-536. İstanbul: TDV Yayınları, 1994.

Vergote, Antoine. *Din, İnanç ve İnançsızlık*. İstanbul: Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Vakfı Yayınları, 1999.

Vitorino, Luciano Magalhães vd. “The Association Between Spirituality and Religiousness and Mental Health”. *Scientific Reports* 8/1 (Aralık 2018), 17233. <https://doi.org/10.1038/s41598-018-35380-w>

Weber, Samuel R. - Pargament, Kenneth I. “The Role of Religion and Spirituality in Mental Health”. *Current Opinion in Psychiatry* 27/5 (Eylül 2014), 358-363. <https://doi.org/10.1097/YCO.0000000000000080>

Whittington, Brandon L. - Scher, Steven J. “Prayer and Subjective Well-Being: An Examination of Six Different Types of Prayer”. *The International Journal for the Psychology of Religion* 20/1 (01 Ocak 2010), 59-68. <https://doi.org/10.1080/10508610903146316>

Yalom, Irvin D. *Güneşe Bakmak: Ölümle Yüzleşmek*. çev. Zeliha Babayiğit. İstanbul: Pegasus Yayınları, 2017.

Yılmaz, Pınar Kütük. “Kanser Hastaları ve Yakınlarına Yönelik Maneviyat ve Anlam Odaklı Psikoterapi”. *Psikoterapi ve Psikolojik Danışmada Maneviyat: Kuramlar ve Uygulamalar*. ed. Halil Ekşi. 311-329. İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2017.

Zinnbauer, Brian J. - Pargament, Kenneth I. “Dindarlık ve Maneviyat”. çev. Sevde Düzgüner. *Din ve Maneviyat Psikolojisi: Temel Yaklaşımlar ve İlgi Alanları*. ed. İhsan Çapcıoğlu vd. Ankara: Phoenix Yayınevi, 2013.

Ek Beyan / Declaration

Makalenin tüm süreçlerinde İLSAM'ın araştırma ve yayın etiği ilkelerine uygun olarak hareket edilmiştir.

Bu çalışmada herhangi bir potansiyel çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Yazar bu çalışma için finansal destek almadığını beyan etmiştir.

Bu çalışma, dışarıdan ve bağımsız hakemler tarafından değerlendirilmiştir.

In all processes of the article, İLSAM's research and publication ethics principles were followed.

There is no potential conflict of interest in this study.

The author declared that this study has received no financial support.

This study has been evaluated by external and independent reviewers.