

Türk İslâm Medeniyeti Akademik Araştırmalar Dergisi
Journal of the Academic Studies of Turkish-Islamic Civilization
timad

Cilt / Volume: 17 - Sayı / Issue: 33 - Yıl / Year: 2022
Şubat / February

ISSN: 1306-4223

Manevî Danışmanlıkta Tasavvuf Terapisi

Sufistic Therapy in Spiritual Consultancy

Esmâ SAYIN

Doç. Dr., Balıkesir Üniversitesi İlahiyat Fakültesi, Temel İslam Bilimleri Bölümü
Assoc. Prof. Dr. Balıkesir University, Faculty of Theology, Department of Basic Islamic
Sciences

esmasayin16@gmail.com

orcid.org/0000-0001-9420-700X

Makale Bilgisi / Article Information

Makale Türü / Article Types: Derleme / Review

Geliş Tarihi / Received: 02.11.2021

Kabul Tarihi / Accepted: 31.12.2021

Cilt / Volume: 17, Sayı / Issue: 33, Sayfa / Pages: 65-75

Atıf / Cite as: Sayın, E. (2022). Manevi Danışmanlıkta Tasavvuf Terapisi [*Sufistic Therapy in Spiritual Consultancy*], *Türk İslâm Medeniyeti Akademik Araştırmalar Dergisi*-*Journal of the Academic Studies of Turkish-Islamic Civilization*, 17/33: 65-75.

İntihal / Plagiarism: Bu makale, en az iki hakem tarafından incelendi ve intihal içermediği teyit edildi./ *This article has been reviewed by at least two referees and scanned via a plagiarism software.*

Manevî Danışmanlıkta Tasavvuf Terapisi

Öz

İnsan, beden ve ruh yapısıyla bir bütündür. Modern dünya, insanın bedenî ihtiyaçlarını karşılamaya öncelik vererek, manevî ihtiyaçlarını göz ardı etmiştir. Oysa insanın huzur ve mutluluk içerisinde yaşaması, manevî yönüyle bütünleşmesine bağlıdır. Modern kültürün etkisiyle bireyselleşen, bencilleşen ve bunlara bağlı olarak yalnızlaşan bireyler, huzuru ve mutluluğu yakalayamamakta, bu nedenle yeni arayışlara ve inanışlara yönelmektedirler. İnsanı manevî yönüyle topluma kazandırmak ve insanın iç dünyasında özünü bulması için tasavvuf merkezli manevî danışmanlık, son yıllarda önem kazanmıştır. Manevî danışmanlık çalışmaları, 'manevî destek/bakım' çalışmaları olarak yaşlı ve kimsesizlere yönelik olarak başlamış, genişletilerek tüm toplum bireyelerine ulaşılması hedeflenmiştir. Bu makalede manevî danışmanlıkta tasavvuf terapisinin imkânları araştırılmaktadır. Manevî danışmanlıkta tasavvufî anlayış tarzının tasavvufî, psikolojik ve terapik etkileri ele alınmaktadır. Bu noktada manevî danışmanlıkta murâkabe anlayışının davranış kontrolü, takvâ anlayışının benlik kontrolü, istikâmet anlayışının duygu durum bozukluğu, tövbe anlayışının umut ve kendini yenileme bilinci, tevekkül anlayışının sevgi ve ümit duygusu üzerindeki etkileri incelenmektedir.

Anahtar kelimeler: Manevî Danışmanlık, Tasavvuf Terapisi, Murâkabe, Takvâ, İstikâmet, Tövbe, Tevekkül.

Sufistic Therapy in Spiritual Consultancy

Abstract

Man is a whole with his body and soul structure. Modern world has ignored man's spiritual needs by prioritizing man's physical needs. However, being able to live in peace and happiness depends on integrating with one's own spiritual side. Modern culture has made people more individualized, self-centred, and consequently, lonelier, hence modern individuals find it difficult to achieve happiness and are seeking new experiences and beliefs. In recent years it has become popular to integrate a person into the society with his spiritual side and to provide Sufism-centred spiritual consultancy so that one can reach his inner essence. At the beginning, spiritual consultancy services were launched under the title of 'spiritual assistance/care works' and they targeted elderly and lonely people, were extended so that it could reach out to every member of the society. In this article, the opportunities of Sufistic therapy in spiritual counselling are investigated. The article will also be addressing the mystic, psychologic and therapeutic impact of Sufistic approach in spiritual consultancy. In this sense, the effects of self-control on attitude control, effects of piety on ego-control, effects of steadfastness on emotional disorder, effects of repentance on hope and awareness of self-renewal, and the effects of trust on love and hope will be reviewed.

Keywords: Spiritual Consultancy, Sufistic Therapy, Self-Control, Piety, Steadfastness, Repentance, Trust.

1. Giriş

Manevî değerlere önem veren insanlar, problemlerinin çözümünü yine bu değerlerde aramakta ve sorunlarının çözümü için psikolog, psikoterapist veya psikolojik danışmanların yanı sıra din görevlilerine de yönelmektedirler. Bu bağlamda Diyanet İşleri Başkanlığının yürüttüğü manevî danışmanlık hizmeti ve İlahiyat Fakültelerinin yürüttüğü tasavvuf, din psikolojisi ve manevî danışmanlık yüksek lisans ve doktora programları, bu alanda akademik çabanın ne kadar yaygınlaştığını göstermesi açısından önemlidir.

“Maneviyat, içsel ve özgün olarak ortaya konulan, insanı aşkın varlıkla bütünlüğe, sevgiye ve anlama ulaştıran yaşamsal bir enerji kaynağıdır.” (Frame, 2003, s. 3). “Gerçek maneviyat, evrenseldir ve birtakım bireysel manevî tecrübelerle dayanır.” (Grof, 2002, s. 296). Dolayısıyla maneviyat, tüm insanların içinde doğuştan var olan ilahî varlıkla bütünlük kurduran bir gerçekliktir.

Bu noktada maneviyat, insanın yaratılıştan getirdiği Rabbi'nin ilahî isim ve sıfatlarıyla yakaladığı bütünlük duygusu olması nedeniyle insanın anlam arayışında vazgeçilemez bir değere sahiptir. İnsan için bu kadar önemli bir yere sahip olan maneviyatı güçlendirmek için manevî danışmanlık da, son derece önemlidir. Bu noktada manevî danışmanlığın en önemli kaynağı, İslam'ın manevî yönü, tasavvufî bilgi ve anlayış tarzıdır.

“Manevî danışmanlık ve rehberlik hizmetleri bireye yönelik, bireyin manevî yönde kendini gerçekleştirme çabasını destekleyen, temelde stres ve kaygıyla başa çıkmayı sağlamaya yönelik bir danışmanlık türüdür. Bu danışmanlıkta amaç, kişilerin kendi kendilerini değiştirmesine ve geliştirmesine yardımcı olmaktır.” (Bosbyshell, 1970, s. 4). Tasavvufta müşit ve mürid arasındaki bağlantıyı manevî danışmanla danışan arasındaki bağlantıya benzetebiliriz. Aynı zamanda müşit, müridin manevî ve akademik danışmanı gibidir.

2. Manevî Danışmanlıkta Tasavvuf Terapisinin İmkânı

“Manevî danışmanlık, manevî danışma ve (klinik) manevî psikoterapi olmak üzere iki grupta ele alınır. Manevî danışma, normatif dinî bilgiler ışığında, yapılandırılmış oturumlarda sürdürülen kişisel, mesleki, sosyal ve eğitsel konularda insanları sakinleştirmeye dayalı bir programdır.” (Murdock, 2012, s. 147-148).

Bu bağlamda üniversitedeki akademisyen, nasıl lisans, yüksek lisans ve doktora öğrencilerine manevî ve akademik danışmanlık hizmeti veriyorsa; müşit de müridine manevî danışmanlık hizmeti vermektedir. Bu bağlamda manevî danışman, bireyin hem manevî ve psikolojik sıkıntılarına hem kişilik bozuklarına tasavvufî bakış açısıyla manevî destek uygulamaktadır.

Mesela sabır anlayışı, başa çıkma davranışı üzerinde etkilidir. Tövbe anlayışı, kişinin kendini yenileme bilinci üzerinde etkilidir. Söz-davranış tutarlılığı da olan istikâmet anlayışı, bilişsel ve davranışsal tutarlılık üzerinde

etkilidir. Ana odaklamak olan ibnü'l-vakt anlayışı, stres depresyon ve kaygı bozukluğu üzerinde etkilidir.

3. Manevî Danışmanlıkta Tasavvufî Anlayış Tarzının Terapik Etkileri

3.1. Manevî Danışmanlıkta Murâkabe Anlayışının Davranış Kontrolü Üzerindeki Etkisi

Psikolojide dinî inanç ve manevî değerlerin öneminin fark edilmesine ve bu değerlerin insan hayatındaki öneminin bilinmesine rağmen, danışmanlık eğitim programlarında dinî inanç ve manevî değerlere uzun süre yeterince yer verilmemiş ve dolayısıyla da danışmanlık alanında yeterince kullanılmamışlardır (Kelly, 1994, s. 227). Bu nedenle sadece psikolojik danışmanlık, dinî inanç ve manevî değerlere uzun zaman yer vermediği için danışanlara ruhsal ve manevî fayda sağlayamamıştır.

“Murakabe Arapça bir kelime olup, tasavvuf istilahında terim olarak; her ne kadar kişi Allah'ı görmese de O'nu görüyormuşçasına ibadet etme şuuru içinde hayatını yaşamasıdır. Başka bir ifadeyle devamlı surette kalp ile Allah'a bakmaktır” (Yıldız, 2019, s. 110). Manevî danışmanlık, sadece psikolojik merkezli danışmanlığa göre, danışanın duygularını daha fazla murâkabe anlayışı sayesinde kontrol etmesini sağlayarak davranış kontrolünü de sağlayabilir.

“Kalp, Arapça bir kelimedir. Sözlükte bir şeyi bulunduğu hâlden bir başka hâle çevirmek anlamına gelmektedir.”(Yıldız, 2019, s. 129). İnsan, kalbini, Allah'ın kalbi sürekli denetlediği anlayışıyla kontrol ederse önce duygu kontrolünü sonra davranış kontrolünü sağlayabilir.

“Seküler eğitim alan terapistler çeşitli ruhsal rahatsızlıkların tedavisinde daha çok psiko-analitik yaklaşıma dayalı, danışan-odaklı ve davranışsal yönelimli yöntemleri kullanmaktadırlar.” (Genia, 1994, s. 395-398). Bu nedenle seküler terapi süreçlerinin insanı tüm yönleriyle ele aldığını söylemek mümkün görülmemektedir.

“Yapılan bir araştırmada, terapide manevî unsurları kullanmanın maneviyatı ve ruh sağlığını geliştirdiği ifade edilmiştir.” (Richards, 2005, s. 457-469). “Ülkemizde yapılan bir çalışmada da bilişsel davranışçı tekniklerle bütünleştirilmiş bir dinî danışmanlık çalışmasının insanlardaki kaygı düzeyini azalttığı tespit edilmiştir.”(Kaymakçan, 2013, s. 111-148). Bu nedenle terapistlerin seanslarında dinî inanç ve manevî değerleri kullanmaları önem arz etmektedir.

Kaygıyı azaltan ve ruh sağlığını geliştiren bir anlayış da, murakabe anlayışıdır. Bu bağlamda murakabe anlayışı; insanın gönlüne ve duygularına Allah Teâlâ'nın hâkim olduğunu bilmesi ve bu sebeple kalbini Allah Teâlâ'yı anmaktan alıkoyacak kötü düşüncelerden temizlemesidir. Tasavvufî merkezli

bir danışmanlık, manevî ve dinî bir bakış açılı danışmanlık olduğu için kalbi ve ruhu tedavi etmektedir.

“Kişinin kendi güdü ve eylemlerinin farkına varmasına ‘iç görü’ denilir. O yüzden bu amaca dönük terapilere ‘iç görü terapileri’ adı verilir.” (Yalom, 1965, s. 42). Bu bağlamda kalp kontrolü denilen murâkabe merkezli manevî danışmanlık, insanının kendisinin merkezde olduğu bir iç görüyü değil; Allah merkezli bir iç görü ve eylem terapisini de en üst düzeyde içerebilir.

İnsan, kendisini doğru tanımada, derin düşünme denilen ‘tefekür’, kendini-sorgulama denilen ‘muhasabe’, kendini-gözetleme denilen ‘murâkabe’ gibi psikolojik ve tasavvufî tekniklerden yararlanabilir. Kişinin kendini gözetlemesi, dikkatini yalnızca kendi derin benliği üzerine yoğunlaştırması demektir.

Bu noktada murâkabe vasıtasıyla insan, hem kendi içindeki ilahî özü fark ederek kendini tanır; hem de dikkatini ve zihnini olması gereken düşünceler üzerine yönlendirebilir. Böylece kişide duygu, düşünce ve davranış kontrolünü ön gören öz-denetim sistemi gelişir.

3.2. Manevî Danışmanlıkta Takvâ Anlayışının Benlik Kontrolü Üzerindeki Etkisi

“Manevî danışmanlık, zorlu ve sıkıntılı dönemlerinde başkalarının bakımıyla ilgilenmek anlamına gelir.” (Patton, 2005, s. 17-19). Saygı, sevgi ve kendisinden daha çok başkalarının bakımıyla ilgilenmek gibi anlamları olan manevî danışmanlık, tasavvuftaki takva anlayışını insana hatırlatır. Çünkü takva, sevgi merkezli korku ve saygı kavramlarını içeren bir anlam derinliğine sahiptir. Dinin sınırlarını ve emirlerini korumak, iyi niyet ve samimiyetin kapılarını açar. İyi niyet ve samimiyet, içerisinde hayatı barındırır ve bunlar, hayatın özünü oluşturur.

Sorumluluk ve sevgi hissi, Allah Teâlâ’ya bağlılığı arttırırken ‘korkuya dayalı itaat’ yerine ‘sevgiye dayalı itaat’ duygusunu merkeze koyar. “Manevî danışmanlık ve rehberlik, bireyin kendi karakteristik özelliklerini daha iyi fark etmesini sağlayan sistematik bir destektir.” (Özoğlu, 2007, s. 222). Bu bağlamda tasavvuftaki takvâ anlayışı da Allah’a karşı sorumluluk, saygı ve sevgi duygularını güçlendirmesi neticesinde toplumsal ve ahlâkî değerleri içselleştirir.

“Manevî danışma ve rehberlik, insanların kendi imkânlarıyla aşamayacakları sıkıntıları çözmek için onlara destek verir.” (Cebeci, 2010, s. 55). Manevî danışmanlık, bir merhamet işidir. Takva anlayışı da, manevî danışmanlık gibi bireyin karakterinin olgunlaşmasını ve dinî kaynakları kullanarak kişinin manevî problemlerini çözmesine yardımcı olur. “Bu anlamda takvâ, kulun kalbinin bir an olsun Allah-u Teâlâ’dan ayrılmamasına dikkat etmesidir.” (Sühreverdî, 1966, s. 629).

Takva, O'nun azabının korkusundan O'na isyan etmeyi terk etmektir. O'nun hoşuna gitmeyen şeylerden vazgeçmektir. Takva, Allah' ı içinde hissetmektir. Manevî danışmanlığın amaçladığı gibi takva anlayışı, Allah'ın hoşuna gitmeyen tutum ve davranışlardan kaçınarak, kişinin duygu ve davranışlarını dengede tutarak aynı zamanda benlik-kontrolü yapmasını sağlar. Benlik-kontrolü; duygu, düşünce ve dürtülerin kontrolünün sağlanması hususunda da önemli bir faktördür.

Bu bağlamda manevî danışmanlığın sağladığı iyilik hareketi ve saygı duygusu, takvâ duygusunda da bulunmaktadır. Manevî danışmanlığın amaçladığı gibi takvâ anlayışının desteklediği benlik-kontrolü, davranış kontrolü ve benlik değeri üzerinde etkilidir. "Çünkü psikolojik anlamda anormal tanısı koyulan bireyler arasında değersizlik, yabancılaşma ve kabul edilmeme hisleri yaygındır." (Atkinson, Atkinson ve Hilgard, 1995, s. 614).

3.3. Manevî Danışmanlıkta İstikâmet Anlayışının Duygu Durum Bozukluğu Üzerindeki Etkisi

"Manevî danışmanlık yapacak olan kişilerde meslekî uzmanlık yanında sevgi, hoşgörü gibi insanî özelliklerinde bulunması gereklidir." (Bülbul, 2013, s. 621). Bu noktada doğruluk, tutarlılık ve Allah'a sadakatli sevgi anlayışı içerisinde bağlanma duygusu olan istikâmet anlayışı, manevî danışmanlığın özünü temsil eder. "Burada hâkim olan duygu, Yaratanı sevmek, Yaratan'dan ötürü" felsefesidir.

"Arapça'da düzeltmek, bir şeyi doğrultmak anlamına gelen istikâmet; ıstılahta taate sarılmak yoluyla günahattan kaçınmak anlamına gelmektedir." (Yıldız, 2019, s. 278). Doğruluğun kaynağı olan istikâmet, öncelikle söz ve ifadelerinde 'gerçeği' söylemektir.

Doğruluğun bir diğer boyutu ise, söz ve davranışlar arasında bir tutarlılığın olmasıdır. İstikâmet; her durum ve şartta aşırılığa kaçmamak ve orta yolu tutmaktır." (Ankaravî, 1869, s. 254). Allah'a sadakatle, tutarlılıkla, doğrulukla, devamlılıkla bağlanma davranışı olan istikâmet anlayışı, manevî danışmanlığın amaçladığı gibi hayatın zorluklarına karşı kişiyi güçlü kılmaktadır.

"Allah'a bağlılık duygusu içinde iman eden, hayatı anlamlandıran ve hayata umutla bakan insanların sıkıntıların üstesinde gelmesi mümkündür." (Seyyar, 2008, s. 260). İstikâmet, özünde duygusal ve zihinsel dengenin olduğu dürüstlük, doğruluk ve istikrarlı tutumdur. "Hakiki doğruluk, insanın sözüne vefa göstermesi, her hususta ifrat ve tefrit denilen uç sınırlardan sakınmasıdır." (Uludağ, 1999, s. 278).

İstikâmet anlayışı, manevî danışmanlığın amaçladığı gibi iki yüzlülük ya da kişilik bölünmesi diye ifade edilen söz ve davranış çelişkilerinden insanı kurtararak söz-davranış uyumsuzluklarını tedavi ve terapi eder. "Duygu durum bozukluğu ve depresif durumları yaşayan kişi, üzüntüye boğulmuş ve günlük

birtakım faaliyetlere ilgisiz kalmıştır. Aşırı suçluluk ya da değersizlik hisleri gibi başka bazı belirtiler de gösterir.” (Atkinson ve Hilgard, 1995, s. 622).

“Hastaları tedavi ederken ruh sağlığı kadar beden sağlığı da önemlidir.” (Horozcu, 2010, s. 225). Bu nedenle hastaya manevî danışmanlık yapan kişi, onun ruh sağlığı kadar beden sağlığına da katkıda bulunur. İstikâmet, manevî danışmanlığın amaçladığı gibi doğru bir davranış modeli ve kişilik bütünlüğü yakalamaktır. Bunun zıddına yalan söz ve davranış tutarsızlığı, istikamet anlayışını zedeler. İstikâmetin sağladığı söz-davranış bütünlüğü, uyumu ve tutarlılığı ortadan kalkarsa kişide, duygusal uyumsuzluk, çatışma ve bozukluklar meydana gelebilir. Kişi ümitsizliğe düşer.

3.4. Manevî Danışmanlıkta Tövbe Anlayışının Umut ve Kendini Yenileme Üzerindeki Etkisi

“Manevî danışmanlıktaki manevî destek, hastayı merkeze almak suretiyle ve onun ihtiyaçlarından hareketle sürdürülen psikoterapi modelidir.” (Koç, 2016, s. 330). Bu tedavi metodu, hastayı kendi hatalarıyla yüzleştirerek onları ortadan kaldırmaya ve onu tövbe etmeye yönlendirir.

“Tövbenin üç basamağı vardır. Birincisi yapılan günahlardan pişmanlık duymak, ikincisi günahları terk etmek, üçüncüsü ise bu günahu bir daha işlememek için çaba sarf etmektir. Bunlardan üçünü de, yerine getirmek gerekir.” (Yıldız, 2017, s. 257). Bu anlamda tövbe sayesinde insan, manevî danışmanlığın öngördüğü terapi modelini kişinin ruh dünyasında gerçekleştirir.

“Manevî danışmanlıktaki teselli metodunu uygulayan kişi, danışanın acılarını dinler ve onun yerine kendini koyup onun yaşadıklarını fark etmeye çalışır.” (Söylev, 1997, s. 204-205). Bu noktada danışanın sıkıntılarının ortadan kaldırılmasında tövbe çok önemlidir. Tövbe de içerisinde hayatın içerisindeki anlamları yorumlama ve açıklama halini kişinin gerçekleştirmesi yoluyla manevî danışmanlığın üçüncü modeli olan teselli modelini içerir. Bu anlamlarıyla tövbe vasıtasıyla manevî danışmanlığın öngördüğü şekilde şahsiyetin yeniden yapılanması söz konusudur.

Manevî danışmanlıkta insana şefkat duygusuyla yardımda bulunmak söz konusudur. Aynı zamanda danışma sürecinde kişinin sıkıntılarını kendisinin çözmesi yolunda da ona destek sağlanır. Bu noktada şefkat duygusu beraberliğinde manevî danışmanlığın özü olan hatalardan dönme denilen tövbe, üretkenlik ve yenilenme bilincini getirir.

“Üretken insan, aynı zamanda gelecek kuşağı yetiştirme konusuna eğilmeye başlar. Ailenin dar sınırlarını aşarak öteki kişilerle, gelecek kuşaklarla ve onların içinde yaşayacağı toplum ve dünya ile ilgilenmeye yönelir.” (Hökekleli, 2009, s. 60). Aynı zamanda manevî danışmanlık, gelecek kuşağın üretken insanlarını yetiştirme hususunda destek sağlar.

Bu bağlamda şefkat duygusu merkezli manevî danışmanlık, kendini yenileme bilinci denilen tasavvuftaki tövbe anlayışını destekler. Tövbe; yenilenme bilinci, umut duygusu, üretkenlik anlayışı ve insanın kendisini tanıması yeteneği ile ruh sağlığının anahtarı ve itici gücüdür.

3.5. Manevî Danışmanlıkta Tevekkül Anlayışının Sevgi ve Ümit Duygusu Üzerindeki Etkisi

“Manevî danışmanlığın acılar karşısında iyileştiricilik rolü vardır. Manevî danışmanlığın, bunalımlı ve gerilimli zamanlarda yardımcılık ve çaresizlik anlarında yol göstericilik rolü vardır.”(Lartey, 2003, s. 68). Bu bağlamda danışmanlığın, bunalımlı ve gerilimli zamanlarda yardımcılık ve çaresizlik anlarında yol göstericilik rolünü sağlıklı bir şekilde yürütmesi için tasavvuftaki Allah’a her durum ve şartta güvenme anlamını taşıyan tevekkül anlayışına ihtiyacı vardır.

Ruh-kalp ve beden bütünlüğü içerisinde Allah’a güven ve teslimiyet halinin en samimi hali, tevekküldür. ‘Allah bana yeter’ diyerek ruhsal bir tatmin sağlamak, Allah Teâlâ’nın verdiği şükretmek, vermediğine ise sabretmek, tevekkülün gerekliliklerindedir. Bu manada tevekkül, ‘hayatı bir güne indirip’ yarının endişesini gönülden silmektir. Kulun kendisini Allah Teâlâ’nın ilâhî iradesine teslim etmesidir.

Manevî danışmanlık, insanın manevî olarak üstesinden gelemediği durumlarda da kişiye destek verir. “Manevî danışmanlığın ilkelerine baktığımızda onun ilk ilkesi, güven telkin etmektir. Böylece danışmanın davranış ve tutumlarıyla danışana güven vermesi önemlidir.” (Jordans, 2003, s. 77). “İnsanın Allah’a tevekkül anlayışı içerisinde güvenmesi ve bunun sonucu olarak yaşama olumlu yaklaşması, sıkıntılarının çözümünde çok önemlidir.” (Pazarlı, 1972, s. 196).

"Danışmanın danışanını anlaması ve onaylaması yönünde etkin bir dinleyici olması gereklidir." (Jordans, 2003, s. 79). Böylece manevî danışman, aktif dinlemeyle danışana güven ve ümit verir. Böylece manevî danışmanlık esnasında danışman, danışanın sıkıntılarının çözümünde Allah’a güven ve ümit duyma olan tevekkül anlayışına ihtiyaç duyar.

Ümit duygusu güçlü olan insanlar, başka insanlara karşı güçlü duygusal bağlar geliştirirler. Çünkü böyle kimselerin varlığı, psikolojik rahatlama ve içsel huzur sağlar. İnsanın bir başkasına güven ve ümit içerisinde bağlanması sonucu ortaya çıkan kendini güvende hissetme hali, onun dış dünyaya açılmasında ve başka insanlarla olumlu ilişkiler kurmasında önemli bir yer tutar.

Güven ve ümit duygusu içerisinde bağlanma, bağlanan insan açısından sevilme ya da seilmeyi hissetmek olduğu kadar başkalarının da kabul edici ve destekleyici oldukları anlamına gelmektedir.”(Hökelekli, 2009, s. 74). Bununla beraber manevî danışmanlığın ihtiyaç duyduğu tevekkül anlayışı sayesinde kişi,

umutsuzluk ve isteksizlik yerine hayata, insanlara ve en önemlisi Rabbine karşı umut ve güven duyguları içerisinde bağlanır.

6. Sonuç

“Modern dönemde kutsal olan ile seküler olan iç içe geçmiş durumdadır. İnsanın varlığını anlamlandırması ve evreni tanımlamasında bir yol gösterici olan maneviyat ve din, insana sosyal yaşamında bir kimlik kazandırarak, çeşitli amaçlarını gerçekleştirmek ve hayatına yön vermek için güvenli bir sığınak olmaya devam etmektedir” (Küçükcan, 2005, s. 109-128). Bu bağlamda tasavvuf merkezli manevî danışmanlık, insanın hem anlam arayışında hem de toplumsal başarısında ona önemli imkânlar sunar.

Manevî danışmanlık ise; bir profesyonel tarafından sözel ve sözel olmayan psikolojik yöntemler aracılığıyla insanların ruhsal sorunları ya da davranış bozuklukları ile ilgili var olan belirtileri ortadan kaldırmak, bozuk davranış kalıplarını düzeltmek ve pozitif kişilik özelliklerini geliştirmek gibi hususlarda manevî destek sağlar.

Manevî danışmanlık, tasavvufî anlayış tarzından da etkilendiği için kalp ve duygu dönümü ve kontrolü merkezlidir. Bu bağlamda tasavvufa göre kalp, manevî ve ilahî merkezli sevginin kaynağıdır. Kalbin merkezindeki hakiki sevgi, ilahî sevgidir.

Bu sevgi, insanın Allah'ı sevme durumudur. Bu nedenle Allah sevgisi, içerisinde bütün sevgileri barındıran ve bütünleştiren tek ve gerçek sevgidir. Bu bakış açısıyla insan, manevî anlamda kendini tasavvufun manevî danışmanlığıyla tedavi ve terapi edebilir.

Tasavvuftaki takvâ anlayışı da insanın ihtiyaç duyduğu saygıyı, sevgiyi, samimiyeti ve ilgiyi içinde barındırır. Tövbe vasıtasıyla insan, manevî danışmanlığın amaçladığı şekilde ilahî sevgiyle kendisini ve kâinatı kuşatır. Bu sevgi, tövbe anlayışının kişiye kazandırdığı umut ve insanın kendisini yenileme enerjisini ona sunar.

Gelecek kaygısı, rızık endişesi ve geleceğe dair korkular gibi birtakım ruhsal sıkıntıları insanın kalbine güven, teslimiyet ve huzur duyguları vererek tedavi eden ruhsal güç, tevekküldür. Bu bağlamda manevî danışmanlık, güvensizlik duygusu ve kaygıların üstesinden gelinmesinde tevekkül anlayışından istifade etmek durumundadır.

7. Kaynaklar

- Ankaravî, İ. (1869). *Minhâcü'l-Fukârâ*. İstanbul: Rıza Efendi Matbaası.
- Atkinson, R., Atkinson, R.C., Hilgard, E.R. (1995). *Psikolojiye Giriş II*, (çev. Kemal Atakay, Mustafa Atakay, Aysun Yavuz), İstanbul: Sosyal Yayınları.
- Bosbyshell, W.A. (1970). *Some Correlates of Empathic Counseling Behavior of Episcopal Clergymen*. Florida: University of Florida Press.
- Bülbül, M. (2013). *Almanya'da Hastanelerde Yapılan Manevi Bakım ve Din Hizmeti, Vaaz ve Vaizlik Sempozyumu*, Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları.
- Cebeci, S. (2010). Bir Din Öğretimi Yaklaşımı Olarak Dini Danışma ve Rehberlik. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 8(19), 53-69.
- Frame, M.W. (2003). *Integration Religion And Spirituality in Counseling*. New York: Brooks/Cole.
- Genia, V. (1994). Secular Psychoterapist and Religious Clients: Professional Considerations and Religious Considerations. *Journal of Counseling & Development*, 72, 395-398.
- Grof, S. (2002). *Geleceğin Psikolojisi*. (çev. Sezer Soner), İzmir: Ege Meta Yayınları.
- Horozcu, Ü. (2010). Tecrübî Araştırmalar Işığında Dindarlık ve Maneviyat ile Ruhsal ve Bedensel Sağlık Arasındaki İlişki. *Milel ve Nihal*, 7(1), 209 - 240.
- Hökelekli, H. (2009). *Psikolojiye Giriş*. İstanbul: Düşünce Kitabevi.
- Jordans, M. J. D. (2003). *Training Handbook on Psychosocial Counselling for Children in Especially Difficult Circumstance*. Nepal: Unicef Publishing.
- Kaymakçan, R., Şirinh, T. (2013). Bilişsel-Davranışçı Psikoterapi Yaklaşımı ile Bütünleştirilmiş Dini Danışmanlık Modeli'nin Din Eğitimi Alan Erkek Üniversite Öğrencilerinin Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeylerine Etkisi. *DED*, 11(26), 111-148.
- Kelly, E.W. (1994). The Role of Religion And Spirituality in Counselor Education: A National Survey. *Counselor Education And Supervision*, 33(4), 227-237.
- Koç, M. (2016). Diyanet İşleri Başkanlığı'nın Hastanelerdeki Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Hizmetleri (1995-2015): Sınırlılıklar ve Bir Eğitim Programı Önerisi, Manevi Danışmanlık ve Rehberlik içinde, ed. Ali Ayten, Mustafa Koç ve Nuri Tınaz, 1: 321362, İstanbul: Dem Yayınları.
- Küçükcan, T. (2005). Modernleşme ve Sekülerleşme Kuramları Bağlamında Din, Toplumsal Değişme ve İslâm Dünyası. *İslâm Araştırmaları Dergisi*, 13, 109-128.

- Lartey, E.Y. (2003). *In living Color, An Intercultural Approach to Pastoral Care an Counseling*. New York: Jessica Kingsley Publishing.
- Murdock, N.L. *Psikolojik Danışma ve Psikoterapi Kuramları*, (çev. Füsün Akkoyun), Ankara: Nobel Yayınları.
- Özoğlu, S.Ç. (2007). *Eğitimde Rehberlik ve Psikolojik Danışma*. Ankara: Ankara Üniversitesi Basımevi.
- Patton, J. (2005). *Pastoral Care in Context: An Introduction To Pastoral Care*. Kentucky: Westminster John Knox Press.
- Pazarlı, O. (1972). *Din Psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Richards, P. S. (2005). Development and Validation of the Theistic Spiritual Outcome Survey, *Psychotherapy Research*, 15(4), 457-469.
- Seyyar, A. (2008). *Bakıma Muhtaç Özürlülere Dönük Manevi Bakım Uygulamaları 1, Din Hizmetleri Sempozyumu*, Ankara: Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları.
- Söylev, Ö.F. (1997). *Türkiye’de dini danışma ve rehberlik: alanları, imkânları ve yöntemleri, diyanet işleri başkanlığı örneği* (Doktora Tezi), Uludağ Üniversitesi, Bursa.
- Sühreverdî, E.H. (1966). *Avârifü’l-Maarif*. Beyrût: Dâru’l-Kitabî’l-Arabiyyi.
- Uludağ, S. (1999). *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*. İstanbul: Marifet Yayınları.
- Yalom, J.F. (1965). *Theory and Practise of Group Psychotherapy*. New York: Paulist Press.
- Yıldız, M.A. (2017). *Akşemseddin’de Allah, Kâinat ve İnsan*. Ankara: Kalem Neşriyat.
- Yıldız, M.A. (2019). Elmalılı Hamdi Efendi’nin Bazı Tasavvufî Görüşleri. *Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 14, 111-143.
- Yıldız, M.A. (2019). Mystical Wiefs of Elmalılı Hamdi in Accordance With Some Concepts, *İlahiyat Alanında Araştırma ve Değerlendirmeler*, Gece Akademi.
- Yıldız, M.A. (2019). Hacı Hasan Dinç ve Bazı Tasavvufî Görüşleri, *Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, Mart, 2019, Sayı 14, 266-288.