



Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi
Turkish Journal for the Spiritual Counselling and Care

Sayı: 10 • Aralık 2024 • 87-130
Issue: 10 • December 2024 • 87-130



Manevi Danışmanlık ve Rehberlikte Anadolu Bilgeliği Bağlamında Mesnevi Üzerine Terapötik Analizler

Therapeutic Analyses on the Masnavi in the Context of Anatolian Wisdom in Spiritual Counseling and Care



Muhammed Tosun

Dr.

Milli Eğitim Bakanlığı
Öğretmen

E-posta: m.ikbal87@hotmail.com

Orcid: 0000-0003-2539-7318

Isparta / Türkiye

PhD.

Ministry of National Education
Teacher

E-mail: m.ikbal87@hotmail.com

Orcid: 0000-0003-2539-7318

Isparta / Türkiye

<https://doi.org/1056432/tmdrd.1556828>

Türk Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi
Turkish Journal for the Spiritual Counselling and Care

Makale Türü • Article Type Araştırma • Research
Geliş Tarihi • Received 26 Eylül 2024 • 26 September 2024
Kabul Tarihi • Accepted 03 Aralık 2024 • 03 December 2024

Ö z e t

Bu makalede, Mevlânâ'nın Mesnevi adlı eserinin manevi danışmanlık ve rehberlik uygulaması süreçlerinde bibliyoterapi tekniği materyali olarak kullanılabilirliği ele alınmıştır. Anadolu bilgeliğinin önemli bir temsilcisi olarak görülen Mevlânâ'nın öğretilerinin, manevi danışmanlık ve rehberlik uygulamalarında bireylerin manevi ve psikolojik iyi olma durumlarına katkı sağlayabilecek zengin bir terapötik kaynak sunduğu ifade edilmiştir. Araştırmada, Mesnevi'de yer alan sevgi, sabır, yardımseverlik, iyilik, adalet, şükür ve hırsa kapılmama gibi temel değerlerin manevi danışmanlık ve rehberlik süreçlerinde nasıl kullanılabileceği incelenmiştir. Makalenin amacı, Mevlânâ'nın öğretilerinin bireylerin psikolojik iyi olma durumlarına olan olumlu terapötik etkilerinin analiz edilmesi ve bu öğretilerin manevi danışmanlık ve rehberlik uygulamalarıyla nasıl ilişkilendirilebileceğinin belirlenmesidir. Çalışmada, nitel araştırma yöntemlerinden içerik analizi tekniği uygulanmıştır. Bu teknik kapsamında, Mesnevi'de yer alan temel öğretiler tematik olarak incelenmiş ve bu temaların manevi danışmanlık ve rehberlik süreçlerinde uygulanma biçimleri araştırılmıştır. Elde edilen bulgular doğrultusunda, Mesnevi'nin manevi danışmanlık ve rehberlik uygulamalarında çok sık kullanılan bibliyoterapi tekniğiyle yapılan çalışmalarda materyal olarak kullanımının, bireylerin yaşam kalitelerini artırma ve duygusal dengesini iyileştirme potansiyeline sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Mevlânâ'nın öğretilerinin modern psikoloji kavramlarıyla ilişkisi incelenmiş ve bireylerin manevi gelişim süreçlerine katkıları psikolojik bir perspektiften değerlendirilmiştir. Bu bağlamda, "sevgi, sabır, şükür" gibi değerlerin, bireylerin ruhsal ve sosyal uyumlarını destekleyen unsurlar olduğu belirtilmiştir. Ayrıca, Mevlânâ'nın "şükür ve adalet" gibi temel değerlerinin bireylerin hem kendilerine hem de çevrelere yönelik daha pozitif tutumlar geliştirmelerine olanak sağlayabileceği öngörülmüştür. Sonuç olarak, Mesnevi'nin Türk manevi danışmanlık ve rehberlik uygulamalarında etkin biçimde kullanılan bibliyoterapi tekniğinde etkili bir materyal olarak kullanılabilirliği vurgulanmıştır. Çalışmada, Mevlânâ'nın öğretilerinin bireylerin manevi ve ruhsal gelişim süreçlerinde önemli bir araç olduğu ve bu öğretiler kapsamında makalede yer verilen temel değerlerin manevi danışmanlık ve rehberlik süreçlerine terapötik entegrasyonunun büyük katkılar sağlayabileceği ifade edilmiştir. Anadolu bilgeliği bağlamında Mevlânâ'nın terapötik değeri yüksek olan bu öğretilerinin, hem bireysel gelişimi destekleyen hem de toplumsal uyumu artıran yönleriyle Türk manevi danışmanlık ve rehberlik uygulamalarında önemli bir terapötik rol oynadığı sonucuna varılmıştır.

A n a h t a r K e l i m e l e r

Manevi danışmanlık ve rehberlik • Anadolu bilgeliği • Mevlana Mesnevi • Değerler psikolojisi

A b s t r a c t

This article examines the potential use of Mawlana's Masnavi as a bibliotherapy material in the processes of spiritual counseling and care practices. Mawlana, regarded as a prominent representative of Anatolian wisdom, offers a rich therapeutic resource through his teachings, which are suggested to contribute to individuals' spiritual and psychological well-being in counseling contexts. The research investigates how fundamental values found in the Masnavi—such as love, patience, benevolence, kindness, justice, gratitude, and freedom from greed—can be utilized in spiritual counseling and care processes. The aim of this article is to analyze the positive effects of Mawlana's teachings on individuals' psychological well-being and to explore how these teachings can be systematically integrated into spiritual counseling and care practices. The study employs qualitative research methods, particularly the content analysis technique, to thematically examine the teachings of the Masnavi and investigate their applicability in spiritual counseling and care processes. The findings reveal that the Masnavi holds significant potential as a bibliotherapy material in spiritual counseling and care, particularly in enhancing individuals' quality of life and improving emotional balance. Furthermore, the relationship between Mawlana's teachings and modern psychological concepts is analyzed, and their contributions to individuals' spiritual development are evaluated from a psychological perspective. Core values such as "love," "patience," and "gratitude" are identified as key elements supporting both spiritual harmony and social cohesion. Additionally, principles like "gratitude" and "justice" are posited to enable individuals to develop more positive attitudes toward themselves and their surroundings. In conclusion, the Masnavi is emphasized as an effective material for bibliotherapy techniques widely utilized in Turkish spiritual counseling and care practices. The study underscores that Mawlana's teachings serve as a significant tool in individuals' spiritual and emotional development. The therapeutic integration of the foundational values highlighted in the article into counseling and care processes offers substantial contributions. In the context of Anatolian wisdom, Mawlana's teachings, with their high therapeutic value, play a crucial role in Turkish spiritual counseling and care practices by supporting individual development and fostering societal harmony.

K e y w o r d s

Spiritual counseling and care • Anatolian wisdom • Mawlana Masnavi • Psychology of values

Giriş

Anadolu bilgelerinin temel amacı, bireylere İslam'ın gerektirdiği ibadet ve kulluk bilincini yerine getirmeyi öğretmekle birlikte, içsel dönüşümü tamamlayarak manevi iyi oluşu gerçekleştirmeyi sağlamaktır. Bu amaca ulaşmak için bireyin öncelikle “âlem-i sağır” olan kendi varlığından yola çıkması gerekmektedir. Zira “nefsini tanıyan Rabbini tanır” ilkesine dayanarak birey öncelikle içe dönük bir bakış açısına sahip olmalıdır (Kaval, 2013: 105). Bir başka deyişle Anadolu bilgeleri, insanın kendini tanımasını ve anlamasını hedeflemişlerdir. Dolayısıyla bu süreç insanın aşkın boyutunu da kapsamaktadır. Örneğin; Ahmet Yesevî, insanlara hoşgörü ile yaklaşmayı ve eğitim yoluyla kendini geliştirmeyi öğütlemiştir.

Bektaşilik yolu, insanın kendi gerçekliğini keşfetmesi ve insan-ı kâmil olabilmesi için bir rehberlik sunmuştur. “Her ne ararsan kendinde ara” sözüyle, insanın başarısının, başarısızlığının, sevilmesinin, sevilmemesinin, gelişiminin ve gerilemesinin kendi iradesinden kaynaklandığı vurgulanmıştır. Hacı Bayram Veli, Tanrı'nın insan gönlünde tezahür ettiğini ve olgun insanın kendi benliğinden sıyrılarak tanrısal varlığı kavraması gerektiğini savunmuştur (Özdoğan, 2008: 95). Bununla birlikte Anadolu bilgeleri dini bilimlerin yanı sıra ahlak, epistemoloji (bilgi), eğitim ve antropolojik felsefe (insan felsefesi) ile de ilgilenmişlerdir. Yunus Emre gibi düşünürler, yalnızca kuramsal felsefeyle ilgilenmekle kalmamış, bilginin, inancın ve aklın insanı erdemli kılması gerektiğini ve bu erdemin günlük yaşama yansımalarının önemini vurgulamışlardır (Polat, 2017: 30).

Mevlâna'nın felsefesinde ise insanın bilinç sahibi bir varlık olarak değerlendirilmesi büyük önem taşır. Bu bağlamda insanda iki tür “ben” bulunmaktadır: Bireysel benlik (özel ben) ve aşkın benlik (aşkın ben). Bireysel benlik, her bireyde farklılık gösterir ve kişiye özgü nitelikler, mizaçlar, tutkular ve yapılarla tanımlanır. Öte yandan aşkın benlik, ilahi bir yeteneği temsil eder ve tüm insanlarda ortaktır. Başka bir deyişle, bireyler farklı kişisel özelliklere sahip olsa da aşkın benlik, tüm insanlarda ortak bir unsur olarak varlık gösteren ve insan doğasının evrensel özünden kaynaklanan bir boyuttur.

Aşkın benlik, bilincin derin bir hali olarak varoluşun anlamını ve hikmetini düşünür; bedenini arzularını yönetebilir; Tanrı'ya sevgi duyar ve barış, sevgi, dostluk gibi evrensel duygularla egemen olur. Bu alan felsefenin, sanatın ve dinin gerçek alanıdır. İnsan yaşamına aşkın benlik hâkim olduğunda, bireyin davranışları erdemli hale gelir. Ancak geniş öl-

çüde bedeninin tutkularına bağlı olan bireysel benlik insan üzerinde ege-
men olursa, bu durumda davranışlar olumsuz yönde gelişir. Dolayısıyla
insanı yücelten ve erdemli kılan asıl unsur aşkın benliktir (Çubukçu,
1983: 107). Bu perspektiften bakıldığında Mevlâna'nın felsefesi bireyin
bilinçli farkındalığını derinleştirerek erdemli bir yaşam sürdürmesini teş-
vik eder ve insanın manevi gelişimini vurgular.

Mevlânâ ayrıca bireyin mutluluğuna vurgu yapar. Ona göre mutlu-
luk, bireyin kendi özüne dönmesi, bir bütünlük bilincine ulaşması ve iç
huzuru ile sükûneti sağlamasıdır (Ayvaz, 2018: 106). Nitekim mutluluk,
kişinin içsel farkındalık ve kendilik bilincini geliştirmesi, içsel uyum ve
dengeyi yakalamasıyla elde edilir. Mevlânâ'nın felsefesi, bireyin benlik
bütünlüğüne ulaşarak kendisiyle ve evrenle barış içinde yaşamasını vur-
gular.

Mesnevi, insanın hem bireysel hem de toplumsal ve evrensel hu-
zuru ve başarıyı elde edebilmesi için gerekli olan değerleri etkili bir üs-
lupla ifade eder. Mevlâna, bu değerleri kazandırmak için çeşitli anlatım
tekniklerinden yararlanmıştır. Geçmişteki kıssaları, diğer canlılardan alı-
nan dersleri, ayet ve hadisleri, sert ve caydırıcı uyarıları kullanarak birey-
lerin bu değerleri içselleştirmesini sağlamaya çalışmıştır. Ayrıca günlük
hayattan basit fakat çarpıcı hikâyeler anlatmak, benzetme ve karşılaştır-
malar yapmak, somut örnekler vermek, övmek ve eleştirmek gibi yön-
temler de Mevlâna'nın bu değerleri benimsetmek için başvurduğu yollar
arasında yer alır (Çağlar & Arslan, 2020: 336).

Bu anlatım tarzı, bireylerin bilinçli farkındalık geliştirmelerine, dav-
ranışlarını gözden geçirmelerine ve olumlu yönde değişim göstermele-
rine katkı sağlar. Mesnevi'nin anlatımındaki çeşitlilik, bireylerin psikolo-
jik ve sosyal gelişim süreçlerinde etkili bir rol oynar ve onların hem ken-
dileriyle hem de çevreleriyle daha uyumlu ve anlamlı ilişkiler kurmalarına
yardımcı olur.

Mevlânâ'nın eserlerinde dile getirdiği görüşlerinden yola çıkarak,
bireyin alt benliğinin çıkar ve menfaate dayalı beklentilerinden uzaklaşa-
maması durumunda, içsel barışı ve dolayısıyla sosyal uyumu sağlamasının
mümkün olmadığı ifade edilebilir. Bu bağlamda alt benliğin kendi çıkar
ve menfaatlerinden arınması, manevi özgürlüğün elde edilmesiyle doğ-
rudan ilişkilidir (Işıtan, 2018: 33). Bu doğrultuda, bireyin alt benliğinden
arınarak manevi özgürlük elde etmesi, manevi danışmanlık ve rehberlik
uygulamalarının odaklandığı anlam, amaç, umut ve inanç gibi temel kav-
ramların ele alınmasında kritik bir rol oynamaktadır.

Manevi danışmanlık ve rehberlik, bireylerin manevi ihtiyaçlarına

bütüncül bir yaklaşım sunan önemli bir bileşen olarak kabul edilmektedir. Bu ihtiyaçlar genellikle hayatın anlamı ve amacı, umut ve inançlarla bağlantılı konuları kapsamaktadır (Caldeira & Hall, 2012: 1070-1071). Manevi danışmanlık ve rehberlik, bireyin bu tür manevi gereksinimlerinin karşılanmasına yönelik çeşitli yöntemleri içermektedir. Bu doğrultuda manevi danışmanlık ve rehberlik bireyin inançları, değerleri, davranışları ve deneyimleriyle ilgili sorunların ele alınmasını gerektirir (Sinclair vd., 2012: 319). Manevi gereksinim hisseden bireyin inandığı dinin temel kaynaklarından hareket edilerek bu kaynaklardaki ilkeler insan merkezli olarak yorumlanır. Böylece bu yorumlar bireyin hayatının içinde uygulamada yerini bulur (Özdoğan, 2005: 151).

Bu noktada Mesnevi'nin bibliyoterapi için kullanımı, bireylerin manevi ve psikolojik sorunlarına yönelik derinlemesine bir anlayış ve çözüm sunma potansiyeline sahiptir. Fakat bibliyoterapiyle sağlanan destek, "doğru zamanda, doğru kişiyle, doğru kitabı bir araya getirerek bireyin rahatlamasına katkıda bulunmayı" amaçlar. Bibliyoterapi sürecinde danışan için en uygun eser önerilir ve bu sayede bireyin yaşamında zorlandığı noktalarda öngörü ve içgörü kazanmasına destek sağlanır. Süreçte danışanın, kendi bakış açısı doğrultusunda ihtiyaç duyduğu mesajları alması beklenir. Bu süreçte, kitabın bireyin yaşadığı durumlara bir yansıma sunması, olayları daha az yargılayarak kabul etmesini kolaylaştırabilir (Ak vd., 2014: 134).

Manevi danışmanlık ve rehberlik uygulamalarında, uygulayıcılar süreci yalnızca tek bir yöntemle değil, birden fazla yöntem ve teknikle etkili bir şekilde yönetirler. İçerik sunumu, yorumlama, metaforlaştırma, kıssa ve hikâye anlatımı, beyin fırtınası, drama, örnek olay ve bibliyoterapi gibi yöntemler; soru-cevap, sunum, video ve basılı materyal kullanımı gibi tekniklerle desteklenerek uygulanabilir. Bu çeşitlilik, manevi danışmanlık ve rehberlik sürecini bireylerin ihtiyaçlarına uygun şekilde özelleştirmeyi mümkün kılar. Bu bağlamda, bibliyoterapi, manevi danışmanlık ve rehberlik süreçlerinde başvurulan etkili yöntemlerden biri olarak değerlendirilebilir.

Modern psikoloji ve sağlık hizmetlerinde giderek artan bir şekilde manevi danışmanlık ve rehberliğin önemi kabul edilmekte ve bu bağlamda farklı kültürel ve tarihsel kaynaklardan faydalanılmaktadır. Anadolu bilgeliği, bu kaynaklar arasında özel bir yere sahiptir ve tarih boyunca bireylerin manevi gelişiminde önemli bir rol oynamıştır. Özellikle Mevlânâ Celâleddîn-i Rûmî'nin Mesnevi adlı eseri, Anadolu bilgeliği geleneğinin manevi danışmanlık ve rehberlik uygulamalarında potansiyel barındıran önemli bir eserdir.

Bu makale, Mevlânâ'nın Mesnevi isimli eseri temel alınarak, Anadolu bilgeliğinin manevi danışmanlık ve rehberlik süreçlerinde bibliyoterapi tekniğinde terapötik bir materyal olarak nasıl kullanılabileceğini araştırmayı amaçlamaktadır. Mesnevi'nin içeriği ve Mevlânâ'nın öğretileri, bireylere farkındalık kazandırma, manevi güçlenme ve içsel dönüşüm süreçlerine katkı sağlama potansiyeli açısından ele alınmıştır. Çalışmada, Mevlânâ'nın öğretilerinin manevi danışmanlık ve rehberlik uygulamalarındaki uygulanabilirliği ve bu yaklaşımların bireylerin manevi ve psikolojik iyilik hali üzerindeki etkileri değerlendirilmiştir. Zengin manevi ve psikolojik içeriklere sahip olan Mesnevi, manevi danışmanlık ve rehberlik süreçlerinde önemli bir kaynak olarak ele alınmış ve bu alanlara katkı sunmayı hedefleyen bir inceleme gerçekleştirilmiştir.

a. Literatür Değerlendirmesi

Konuya ilişkin gerçekleştirilen çalışmalara bakıldığında, literatürün genel olarak manevi danışmanlık ve rehberliğin teorik temelleri, uygulama yöntemleri ve Mevlânâ'nın öğretilerinin modern psikoloji ile pozitif psikoloji bağlamında nasıl ilişkilendirilebileceğine odaklandığı tespit edilmiştir.

Yüksel'in (2011) çalışmasında, Mevlânâ'nın hikâyelere atfettiği iyileştirici, kavrayışı kolaylaştırıcı ve özdeşleşmeyi destekleyici özelliklere vurgu yaptığı ifade edilmiştir. Mevlânâ'nın hikâye kullanımıyla ilgili açıklamalarının ve değerlendirmelerinin, günümüz psikoterapi yaklaşımlarında öne çıkan unsurlarla önemli ölçüde paralellik taşıdığı sonucuna ulaşılmıştır.

Atasever'in (2024) çalışmasında, Mevlânâ'nın günümüzde uygulanmakta olan modern psikoterapi sürecini son derece sade ve anlaşılır bir şekilde ele aldığı belirtilmiştir. Çalışmada ayrıca, Mevlâna'nın varoluşçu psikoterapinin odaklandığı temel problemlere sunduğu çözümlerin, bu alanda çalışanlar için önemli bir kaynak niteliği taşıdığı vurgulanmıştır.

Doğan'ın (2022) çalışmasında, rehberlik ve psikolojik danışmanlık alanında, danışan ve danışman arasında gerçekliğin yapılandırılmasında Mesnevi'deki ney metaforunun terapötik bir araç olarak kullanılmasının olumlu sonuçlar doğurabileceği teorik olarak ele alınmıştır. Çünkü Mevlânâ, Mesnevi'de pek çok konuyu iyi bir şekilde kavratmak için nesneleri metaforik biçimiyle onun psikolojisini, erdemlerini kullanarak anlatmaktadır.

Damar'ın (2020) çalışmasında, Mesnevi'de yer alan hikâyelerin, ele aldıkları konular ve aktardıkları mesajlar açısından manevi danışmanlık

ve rehberlik uygulamalarıyla uyumlu olduğu ifade edilmiştir. Manevi danışmanlık ve rehberlik süreçlerinde dua ve sabrın, hem bireyin yaşadığı sorunlarla başa çıkmasında hem de psikolojik iyilik halinin desteklenmesinde önemli bir rol oynadığı vurgulanmıştır. Ayrıca, hikâyeler aracılığıyla gerçekleştirilen manevi danışmanlık ve rehberlik uygulamalarının daha etkili sonuçlar doğurabileceği belirtilmiştir.

Ak'ın (2023) çalışmasında, Mevlânâ'nın eserlerinde düşünce, duygu ve davranış arasındaki ilişkiye vurgu yapan, bireylerin çeşitli ruhsal sıkıntılardan kurtulabilmeleri için farkındalık ve bilişsel değişimi öneren pek çok tavsiyeye yer verildiği belirtilmiştir. Mevlânâ'nın şüirleri ve öykülerinde, bilişsel kuramlarla ilişkilendirilebilecek pek çok unsurun bulunduğu ifade edilmiş; bu unsurların, psikoterapi uygulayıcıları tarafından danışanların dayanıklılığını artırmak ve bilişsel değişim süreçlerine katkıda bulunmak amacıyla kullanılabileceği öne sürülmüştür.

Belen'in (2014) çalışmasında, Mevlânâ'nın eserlerinde insan hayatında karşılaşılabilecek acı, dert, bela ve hastalık gibi problemlere olumlu bir bakış açısı sunduğu belirtilmiştir. Ayrıca, Mevlânâ'nın, bireyin cevap aradığı ontolojik sorunlara yanıtlar vererek dünya hayatını anlamlandırma sürecine önemli katkılar sağladığı ifade edilmiştir.

Kara'nın (2020) çalışmasında, Müslüman danışanların bilişsel süreçlerini düzenlemeye yönelik olarak, kendi kültürel kavramlarının yanı sıra uygun hikâye ve metaforların kullanılabileceği vurgulanmıştır. Bu bağlamda, psikoterapi süreçlerinde Mesnevi'nin içerdiği zengin hikâye ve metaforik anlatımların sıkça tercih edildiği ifade edilmiştir.

Bu bağlamda Anadolu bilgeliğini yansıtan Mesnevi, bireylerin varoluşsal sorunlarına anlam kazandırarak psikolojik dayanıklılıklarını güçlendiren ve manevi iyilik hallerini destekleyen önemli bir kaynak olarak değerlendirilebilir.

b. Yöntem

Bu makalede, Mevlânâ'nın *Mesnevi* adlı eserinin manevi danışmanlık ve rehberlik uygulamalarında nasıl kullanılabileceğini incelemek amacıyla *nitel* araştırma yöntemleri kullanılmıştır. Araştırmanın ilk aşamasında, *içerik analizi* yöntemiyle Mesnevi'deki temel temalar, motifler ve öğretiler belirlenmiş, bu unsurlar manevi danışmanlık ve rehberlik bağlamında değerlendirilmiştir. İçerik analizi sürecinde, hikâyeler, kıssalar, metaforlar ve Mevlânâ'nın manevi öğretileri dikkatle incelenerek bireylerin manevi ihtiyaçlarını karşılayacak şekilde sınıflandırılmıştır. Mesnevi'deki en çok vurgu yapılan ve bireylerin en fazla ihtiyaç duyduğu de-

ğerler üzerine odaklanılmış, bu değerlerin manevi danışmanlık ve rehberlik süreçlerinde nasıl ele alınabileceği açıklanmıştır (Tavşancıl & Aslan, 2001).

İkinci aşamada, belirlenen temalar (sevgi, sabır, yardımseverlik, iyilik, adalet, şükür, hırsa kapılmamak), günümüz psikoloji ve din psikolojisi verileriyle yorumlanmıştır. Bu temalar, bireylerin ruh sağlığı, manevi gelişim, duygusal denge ve yaşam doyumu gibi psikolojik kavramlarla ilişkilendirilerek değerlendirilmiştir. Ayrıca Mevlânâ'nın öğretilerinin bireylerin manevi ihtiyaçlarını karşılama ve psikolojik iyilik hallerini artırma potansiyeli araştırılmıştır.

Bu yöntemsel yaklaşım, Mesnevi'nin manevi danışmanlık ve rehberlik uygulamalarında etkin ve sistematik bir şekilde kullanılabileceğine dair kapsamlı bir anlayış sunmuştur.

c. Manevi Danışmanlık ve Rehberlik Uygulamalarında Mesnevi'nin Terapötik Değeri

İnsana hizmet sunan her bireysel ve kurumsal girişim, insanı beden, zihnen ve ruhen bir bütün olarak ele almalı ve tüm boyutlardaki gelişimini destekleyecek bir yaklaşım benimsemelidir (Düzgüner & Ayten, 2020: 36). Bu çerçevede manevi danışmanlık ve rehberlik, bireylerin güçlenmesine (Özdoğan, 2019), iyilik hallerinin desteklenmesine (Düzgüner & Ayten, 2020), değerlerin içselleştirilmesine (Düzgüner & Soykök, 2020) ve bireysel ile toplumsal barışın tesisine (Özdoğan, 2010) önemli katkılar sunmaktadır.

Manevi danışmanlık ve rehberlik uygulamalarının temel hedeflerinden biri olan “paylaşılan değerlerin bireyin yaşamına yansımaları,” ancak bireyin kendisiyle barışık bir hale gelmesi, kendini sevmesi ve keşke'lerinden arınmasıyla mümkün olabilmektedir. Bu doğrultuda, Anadolu bilgeliği, bireyin manevi danışmanlık ve rehberlik sürecinde kendini kabul etme, kendini sevme ve yaşantılarını anlamlandırma süreçlerine rehberlik edebilecek önemli bir kaynak olarak değerlendirilmektedir (Özdoğan, 2007b). Bu doğrultuda Mevlânâ'nın öğretilerinin bireylerin farkındalıklarını artırabileceği ve manevi iyi oluşlarını destekleyebileceği ifade edilebilir. Mesnevi'deki hikâyeler ve öğretiler, bireylerin yaşamlarında karşılaştıkları zorluklarla başa çıkmalarına yardımcı olarak moral ve motivasyon sağlamada etkili olabilir.

Sevgi, hoşgörü ve insanlık değerleri temelinde şekillenen bu öğretiler, manevi danışmanlık ve rehberlik süreçlerinde bireylerin olumlu tutum ve davranışlar geliştirmesine katkı sunabilir. Ayrıca, Mesnevi'nin bireylerin kendi benliklerini ve ruhsal durumlarını anlamalarına rehberlik

ederek daha derin bir manevi farkındalık geliştirmelerini destekleyebileceği öngörülmektedir. Bununla birlikte, Mesnevi'nin sevgi ve hoşgörüyü dayalı mesajlarının, bireylerin sosyal ilişkilerinde daha uyumlu ve barışçıl bir yaklaşımı benimsemelerini teşvik edebileceği değerlendirilmektedir.

d. Mesnevi'de Terapötik İçerikli Değerler

Makalenin bu bölümde ise araştırmacı tarafından bireylerin en çok ihtiyaç duyduğu ve Mesnevi'de sıkça vurgulanan değerler örnek olarak seçilmiştir. Araştırmacı bu seçimi yaparken bireylerin manevi danışmanlık ve rehberlik süreçlerinde destekleyici olabilecek ve Mesnevi'deki öğretilerle uyumlu olan değerleri belirlemeye odaklanmıştır.

d.a. Sevgi

Sevgi, “insanın kendisinin ve bir başkasının ruhsal gelişimini desteklemek amacıyla benliğini genişletme arzusudur” (Özdoğan, 2007a: 108). Algılanan üstünlük, erdem veya mükemmellekle birleşme arzusunu ifade eder. Başka bir deyişle bu durum üstün nitelikleri, erdemleri ve yetkinlikleri talep etmektir (Demirkol, 2015: 418). Sevginin değersiz olduğunu ifade eden bir görüş bulunmamaktadır; zira sevgi, insan ilişkilerinde temel bir değer olarak kabul edilmektedir (Fromm, 1985: 11). Hırs ise her türlü mahrumiyetin, sefaletin, maddi ve manevi hastalığın sebebidir (Özdoğan, 2007a: 26). Dolayısıyla aşırı hırsla sevgi arasında olumsuz bir ilişki vardır. Aşırı hırs, bireyin içsel sevgi duygusundan uzaklaşmasına ve diğer insanlara yönelik sevgi hislerinin zayıflamasına yol açabilir (Aral & Kadan, 2022: 14-15).

Kin, nefret, öfke ve şiddetin olduğu yerde sevgisizlik ve korku hâkimdir (Kayadibi, 2002: 34). Dolayısıyla toplumsal şiddet, nefret, korku, açlık ve sefalet gibi unsurlar, sevginin yetersiz olduğu durumlardan kaynaklanır. Bu eksiklik giderilmezse, toplumlar mutluluk, refah ve huzur bulma konusunda zorluk yaşayabilir. Sevgi eksikliğinin giderilmesi ise dünyayı insanların huzur içinde yaşayabileceği bir yer haline getirir. Bununla birlikte sevgi, insanlara güç ve enerji vererek, güzellik adına adım atılması gereken temel bir motivasyondur (Ekici, 2006: 11-12). Mevlânâ bu konuda “Sevgi ve korku birbirinin zıddıdır...” (Mevlânâ, 2015: 1/83), “İnâyet dışında gözü kim açar? Sevgi dışında öfkeyi ne dindirir?” (Mevlânâ, 2015: 3/335) ve “Sevgi, acıları tatlıya çeker; çünkü sevgilerin aslı, doğru yola götürmektir” (Mevlânâ, 2015: 1/125) ifadelerini dile getirmiştir.

Bu sözler, sevginin içsel bir yol gösterici olarak acıları hafifletici bir etkiye sahip olduğundan, öfke ve benzeri olumsuz duyguların yatıştırılmasının ancak sevgi ile mümkün olduğundan ve olumsuz duyguların

hâkim olduğu yerlerde sevginin eksikliğinden bahsetmektedir.

Duyarlı sevgi, bireyin yakın çevresine, yabancılara veya genel olarak tüm insanlığa karşı beslediği önem, ilgi, duyarlılık ve özellikle diğer insanların acı çektiği durumlarda, yardıma ihtiyaç duyduklarında destek sağlama, yardım etme ve diğer insanların duygusal durumlarını anlama odaklı duygusal, bilişsel ve davranışsal bir tutum olarak tanımlanmaktadır (Akın & Eker, 2012: 77).

Mevlânâ sevgiyi sadece kişisel bir duygu değil, aynı zamanda insanın çevresine ve genel insanlık durumuna yönelik duyarlılık, ilgi ve yardımseverlikle özdeşleşmiş bir tutum olarak anlatır. “Sevgiden acılar tatlı olur. Sevgiden bakırlar altın olur. Sevgiden tortular berrak olur. Sevgiden dertler şifa bulur. Sevgiden ölümler dirilir. Sevgiden padişah köle olur” (Mevlânâ, 2015: 2/229). Mevlânâ, sevginin insanlar arasındaki bağları güçlendirerek acıları hafifletme, sorunlara şifa olma ve insanlar arasında köprüler kurma potansiyelini vurgulamaktadır. Bu bakımdan sevgi kavramı, bireyin duygusal, bilişsel ve davranışsal katılımıyla derinlemesine anlamlar kazanır ve insanların duygusal ve sosyal ihtiyaçlarını anlama ve karşılama biçiminde önemli bir rol üstlenir.

Kişinin çevresiyle olan etkileşimini sevgi temelli kurması, bireyin bireysel mutluluğunu artırabilir. Bu sebeple filozofların önerdiği sevgi türü değişmez ve iyiliği amaçlayan bir niteliğe sahiptir (Akyol, 2012: 12). “Bütün sevgilere, sevgi cinsinden ad tak...” (Mevlânâ, 2015: 6/880) ifadesiyle Mevlânâ genel bir sevgi anlayışını ve sevginin kapsamlı, evrensel bir nitelik taşıdığını belirtmekte ve bu noktada katıksız sevgiden bahsetmektedir:

“Katıksız sevgi, adalet ve rahmet olup Hak gibi sebepsiz ve rüşvetsiz [yardım edici]dir” (Mevlânâ, 2015: 2/242). Mevlânâ'nın bu ifadesi sevginin asıl yapısını, adalete ve merhamete dayalı özünü ön plana çıkarmaktadır. Bu ifade sevginin sadece bireyin iç dünyasında var olan bir duygu olmadığını, aynı zamanda dış dünyaya da adil, merhametli ve özverili yardımlar sunma amacı taşıdığını ifade etmektedir. Dolayısıyla sevginin içsel zenginliğinin yanı sıra, dış dünyaya olan etkisinin adaletli, hakça ve beklentisiz bir yardım anlayışını içerdiğini ifade eder.

Sevgi, bir eylemdir ve edilgen bir duygu değildir. Sevgi, bir şeyin içinde olmak anlamına gelir; bir şeye kapılmak değil, *verme eylemidir*. En genel anlamıyla sevginin etken yapısı, almak değil öncelikle vermektir. Vermek, vazgeçmek veya bir şeyden yoksun kalmak anlamına gelmez. Vermenin erdemi, özveriyi kabul etmektedir. Verme sırasında birey, gücünü, zenginliğini ve yetkinliğini hisseder. Bu, yüksek bir enerji ve güç

hissi vererek bireyi sevgiyle doldurur. Verme eylemi, almakla kıyaslandığında daha coşkulu bir deneyim sunar (Fromm, 1985: 30-31). Bu bağlamda Mevlânâ şunları dile getirmektedir:

“Sevgi ve incelik insanlık göstergesidir...” (Mevlânâ, 2015: 1/120), “Sevgi, düşünceden ve anlamdan ibaret olsaydı, orucunun, namazının da şekli yok olurdu. Dostların birbiriyle hediyeleşmeleri, dostluk içinde şekilden başka bir şey değildir. Ola ki hediyeler, gizlilik içinde saklı sevgilere tanıklık eder. Çünkü görünüşteki bağışlar, gizli sevgilerin tanığıdır ey değerli kişi” (Mevlânâ, 2015: 1/127).

Mevlânâ’ya ait bu cümleler, sevgi ve dostluk gibi soyut kavramların somut eylemler aracılığıyla ifade edilmesine odaklanmaktadır. Sevgi, zihinsel bir kavramın ötesinde, özveri içeren somut eylemlerle ifade bulan duygusal bir bağdır. Bu açıdan gerçekleştirilen eylemlerin, duygusal bağların bir yansıması olduğu söylenebilir.

Sevginin toplumsal boyutları; bilinçli sevginin, sempatinin, dostluğun ve dayanışmanın ifadesidir. Sevgi, sosyal ve psikolojik düzlemde parçalanmayı ve ayrılığı engelleyerek bencillığe karşı koruyucu bir rol oynar ve sürekli olarak etkisini gösterir (Düzgün, 2011: 21). Fromm’a göre de sevgi, kişiyi diğer insanlardan ayıran duvarları yıkan, onu diğerleriyle birleştiren, insanın içindeki etkin güçtür (Fromm, 1985: 29). Mevlânâ birlikte yaşamın temelini oluşturan sevgi ve dayanışmanın önemini dostluk ve iyilik üzerine vurgu yaparak açıklamaktadır. Toplumsal boyutlardaki sevgi ve dostluk, bireylerin kendi çıkarlarının ötesine geçerek, toplumsal ilişkilerde ve insanlar arasındaki etkileşimlerde yardımlaşma, destek olma ve anlayış gösterme konusunda temel bir rol oynar:

“Bizlik ve benlik güderek dostu incitme ki dost sana düşman ve hasım olmasın. İnsanlara ya Rabbin için ya da kendi canının rahatı için iyilik et. Böylece bakınca hep dost görürsün ve gönlünde düşmanlık yüzünden kötü görüntüler belirmez. Düşmanlık yaptığında sakın ve sana sevgi besleyen dostlara danış” (Mevlânâ, 2015: 4/544).

Sevgi, dış dünyaya ve içsel düşüncelere yönelik bir duygu olarak kabul edilir. Başkalarına yardımcı olabilmek için bireyin öncelikle kendi iç dünyasında sevgiyle dolu olması gerekmektedir. Ayrıca sevgi, insanları oldukları gibi kabul etmeyi ve onların ihtiyaçlarına duyarlı olmayı içerir (Aral & Kadan, 2022: 6). Mevlânâ insanların birbirlerine karşı tutumlarına odaklanarak bir insanın kendisi gibi inanmayan birine karşı önyargılı olmaması ve insani değerlerin tüm insanları kucaklaması gerektiğini belirtir. Bu, sevginin insanların farklılıklarını kabul etme ve herkese duyarlı olma gerekliliğini vurgular. “Hiçbir kâfire hor gözle bakmayın, umulur ki

Müslüman olarak ölür. Ömrünün sonundan ne haberin var ki ondan tamamen yüz çeviriyorsun?” (Mevlânâ, 2015: 6/862). Mevlânâ, insanlığa karşı sevgi, barış ve hoşgörü konusunda büyük bir cömertlikle davranmıştır. Hayatı boyunca bu amaçla büyük çaba göstermiş ve toplumda sevgi temelli barış ve huzur ortamını sağlama konusunda kararlılıkla adımlar atmıştır (Kayadibi, 2007: 8).

Mesnevi’deki sevgi değerine ilişkin veciz ifadeler, yukarıda yapılan açıklamalar ve benzer değerlendirmeler ışığında, manevi danışmanlık ve rehberlik süreçlerinde sevgi konusunda gereksinimi olan bireylerin duygusal ve sosyal gereksinimlerini karşılamak, içsel barışı sağlamak ve toplumsal uyumu güçlendirmek amacıyla kullanılabilir.

Sevginin, bireylerin kendilerini ve başkalarını kabul etmeleri, özverili davranışlarda bulunmaları ve öfke, kin gibi olumsuz duygularla başa çıkmaları konusunda rehberlik etme potansiyeli bulunmaktadır. Mevlânâ’nın sevgiye dair öğretileri, manevi danışmanlık ve rehberlik sürecinde bireylerin manevi gelişimlerini destekleyerek, hayatlarında daha fazla huzur ve anlam bulmalarına katkı sağlar. Dolayısıyla Mesnevi’deki sevgi değeri ile ilgili açıklama ve sözlerin manevi danışmanlık ve rehberlik uygulamalarında kullanımı hem bireysel hem de toplumsal düzeyde olumlu değişimlere zemin hazırlayarak daha sağlıklı ve uyumlu bir yaşam sürdürülmesine yardımcı olabilir.

d.b. Sabır

Sabır, bir zorluk veya sorunla karşılaşıldığında önce onu kabul etmek, ardından çözüm yolları üzerinde çaba harcamak ve bu çözüm sürecinin sonuçlarını beklemektir. Bu bağlamda sabır etkin bir süreç olarak nitelendirilir (Özdoğan, 2007a: 29). Sabır, bireyin yaşamındaki değerlerle uyumlu bir tutum sergilemesini sağlar ve doğru yönlendirilmiş enerjiyle verimli bir yaşam sürmesine yardımcı olur.

Sabırsızlık ise bireyin değerlerini dikkate almamasına yol açabilir. Ayrıca sabırsızlık, yaşamda plansızlık yaratır ve üretken bir hayata katılımı engelleyebilir (Baltaş, 2018: 85). İnsanın sağlığına kavuşması, içsel dengeyi ve duygusal bütünlüğü sağlama süreciyle yakından ilişkilidir. Bu bağlamda sabırlı olmak, iyileşme sürecinde önemli bir faktördür (Çelimli & Güldal, 2016: 113). Sabır, bireyin olayları anlamlandırma ve değerlendirme sürecinden başlayarak, her aşamada etkili olabilen bir karakter gücüdür (Doğan, 2017: 136).

Sabrın temel bileşenleri arasında acelecilikten kaçınmak ve sabır gerektiren durumlarda uygun eylemlerde bulunmak vardır (Demirci, 2002: 265). Bu bağlamda Mevlânâ “Eğer büsbütün zora, dara düştüysen

sabret. Sabır, genişliğin anahtarıdır” (Mevlânâ, 2015: 1/137). “Sıkıntıdan dolayı ağlama, sabret, çünkü sabır genişliğin anahtarıdır” (Mevlânâ, 2015: 6/912). “Bunun için sabretmek zor değildir pek. Sabret, “sabır rahatlığın anahtarıdır” (Mevlânâ, 2015: 3/316) ve “İsteği sabır elde ettirir, acele değil; sabret, doğrusunu en iyi Allah bilir” (Mevlânâ, 2015: 1/174) diyerek sabır, zorluklar karşısında bireylere geniş bir bakış açısı sağlayan önemli bir nitelik olarak ele alınmaktadır. Sıkıntılı anlarda sabırla beklemek, olayların daha geniş ve derin bir perspektiften değerlendirilmesine olanak tanımaktadır. Mevlânâ, ulaşılmak istenen hedefte aceleci olunmaması gerektiğini vurgulamaktadır. Asıl hedefe götüren en önemli unsurun sabır olduğunu ifade etmektedir.

Sabır, dini ve ahlaki bir değere sahip olmasının yanı sıra, zorluklarla karşılaşıldığında duygusal direnç gösterip problemlerin üstesinden gelmek için çaba sarf edilen olumlu bir başa çıkma sürecidir (Seyhan, 2015: 69). Bu bağlamda sabır, pasiflik veya yalnızca katlanma gibi olumsuz tutumlarla eş tutulamaz. Aksine sabır, zorluklarla başa çıkmak için etkin bir strateji olarak kullanılır ve bireyin değişime ve gelişime uyum sağlama sürecinde aktif bir duruş sergilemesini sağlar. Aynı zamanda bireyin kişisel ve manevi gelişimine katkıda bulunarak hayatın önemli bir parçası haline gelir (Doğan, 2014: 97-98).

“Cihatsız, sabırsız zafer mümkün mü?” (Mevlânâ, 2015: 3/315), “...sabır sayesinde başarıya ulaşırlar” (Mevlânâ, 2015: 4/511), “... Sabır demir kalkandır. Hak, kalkana: ‘Zafer geldi’ yazmıştır.” (Mevlânâ, 2015: 5/704). Mevlânâ bu sözleriyle bir amaca veya başarıya ulaşma hedefine yönelik olarak gayret gösterilirken sabırlı olmanın da bu sürecin önemli bir parçası olduğuna işaret etmektedir. Bu bağlamda sabır eylem ve gayretle birlikte belirlenen hedefe ulaşmada önemli bir rol oynar. Başka bir deyişle sabır, hedefe ulaşmak için karşılaşılan zorluklarla mücadele ederken kararlılıkla ve istikrarlı bir şekilde ilerlemeyi mümkün kılar.

“Güzel düşünceyle sabır tatlılaşır. Çünkü sabırla, genişlik veren düşünceler baş gösterir” (Mevlânâ, 2015: 2/198). “...sabır, göğsü açar genişletir” (Mevlânâ, 2015: 6/824). “... nerede bir gönül varsa sabır onu saflaştırır” (Mevlânâ, 2015: 6/847). “...Sabır düşünen aklı kendine önder eyle” (Mevlânâ, 2015: 6/914). “Sabır, gönül kandili ve ışığıdır” (Mevlânâ, 2015: 6/912) şeklindeki sözleriyle de sabrın güzel düşüncelerle birleştirilmesiyle yaşamın daha verimli hale geleceği, olumlu düşüncenin sabır sürecine entegre edilmesinin kişisel gelişimde ve duygusal dengenin korunmasında önemli bir rol oynayacağı, bireyin sabır sayesinde düşünce süreçlerini daha dengeli ve mantıklı bir şekilde yürüteceği ayrıca sabrın

bireyin iç dünyasını aydınlayacağı ve içsel huzur kaynağı olacağı ifade edilmiştir. Sabır, iradeyi güçlendirerek bireye problem çözme yeteneği kazandırır. Güçlü iradeye sahip olan kişi, yaşadığı zorluklar karşısında motivasyonunu kaybetmez ve umutsuzluğa kapılmaz (Necati, 1998: 259). Sabır, olumsuz yaşam olayları karşısında isyan etmeme, umutsuzluğa ve yılgınlığa kapılmadan dirençli olmayı ifade eder. Bu nedenle metanet, sabrın önemli bir unsuru olarak öne çıkar (Karşlı, 2020: 55).

“Sabretmek, senin tesbihlerine candır. Sabret; işte gerçek tesbih budur. O dereceye erişemez hiçbir tesbih. Sabret, ‘Sabır, genişliğin anahtarındır.’ Cennete götüren Sırat köprüsü gibidir sabır. Her güzelin yanında çirkin bir lala vardır. Laladan kaçtığın sürece kavuşma yoktur. Çünkü lala, sevgiliden ayrılmaz” (Mevlânâ, 2015: 2/283). “Göz perdeleri için sabır ilacı gerek. Hem yakar hem onarır, hem gönlü açar” (Mevlânâ, 2015: 2/181).

Mevlânâ'nın bu sözlerinde sabrın kişinin manevi gelişiminde ve ruhsal yolculuğunda kilit bir rol oynadığı, zorlukları aşmanın ve olgunlaşmanın anahtarının sabır olduğu, Sırat köprüsü metaforuyla sabrın cennete götüren bir yol olduğu, “lala” metaforuyla da sabrın yanında zorlukların olduğu ve varılmak istenen amaca zorluklara rağmen sabrederek ulaşılabileceği vurgulanmaktadır. Mevlânâ yaşın veya yaşamın hangi aşamasında olursa olsun, bireyin sabır gerektiren durumlarla karşılaşabileceğini ve sabrın her dönemde önemli olduğunu şu sözlerle ifade etmektedir: “O, ister yüz yaşında, ister yirmi otuz yaşında olsun, sabır yükünü taşımalıdır” (Mevlânâ, 2015: 2/203).

Sabır, karşılaşılan olumsuz durumlar karşısında gösterilen dayanıklılık ve olumlu tutumla baş etme yeteneğini ifade eder. Bu durum genellikle zorlu ve meşakkatli bir süreci içerir (Solmaz, 2021: 1662). Bununla birlikte bireyin yaşamı anlamlandırma sürecinden başlayarak ömür boyu süren yaşamsal mücadelesinde ona destek sağlayan, denge ve uyum arayışında rehberlik eden sabır, bireyi başarıya yönlendiren ve sonrasında mutluluk hedefine ulaşmasına katkı sağlayan psikolojik bir olgudur (Doğan & Gülmez, 2014: 264).

“Saman değilim; hilim, sabır ve adalet dağıyım. Kasırğa dağı nasıl sökecek?” (Mevlânâ, 2015: 1/167). “...Sabır, amaca daha çabuk ulaştırır. ... Sabır kuşu tüm kuşlardan daha iyi uçar. ... Sabır her üzüntüyü engelleyip yok eden güzel bir nefestir. [Allah] sabrı hak ile eş kılmıştır. ‘Ve'l-Asr'ın sonunu bilinçlice oku. Hak yüz binlerce iksir yaratmıştır, [ama] insan sabır gibi [etkili] bir iksir görmemiştir” (Mevlânâ, 2015: 3/370).

“Sabrın kılavuzluğu sana kanat olunca can arş ile kürsünün zirvesine çıkar. İşte bak, sabrı Burak olup Mustafa’yı gök katmanlarının üstüne götürmüştür” (Mevlânâ, 2015: 6/914).

Mevlânâ’ yukarıdaki sözleriyle sabrın amaca ulaşmayı hızlandıran, üzüntüleri engelleyip yok eden, son derece değerli ve etkili bir erdem olduğunu vurgulamaktadır. Ayrıca, sabrın ruhsal gelişim üzerindeki olumlu etkisini, bireyin içsel derinliğine ve olgunluğuna olan katkısını da ortaya koymaktadır. Bununla birlikte sabrın Allah katındaki önemine ve insanın karşılaştığı zorluklara etkili bir çözüm sunabileceğine işaret etmektedir.

Mesnevi’deki sabır değeri ile ilgili veciz ifadeler, yukarıda yapılan açıklamalar ve benzer değerlendirmeler ışığında, manevi danışmanlık ve rehberlik süreçlerinde sabrın erdemine gereksinim duyan bireylerin zihinsel ve duygusal direncini artırmak, içsel huzuru sağlamak ve sosyal ilişkilerdeki dengeyi güçlendirmek amacıyla kullanılabilir. Sabır, bireylerin zorlayıcı durumlarla başa çıkmalarına, duygusal tepkilerini kontrol etmelerine ve aceleci veya yıkıcı davranışlardan kaçınmalarına rehberlik etme potansiyeline sahiptir.

Mevlânâ’nın sabırla ilgili öğretileri, manevi danışmanlık ve rehberlik sürecinde bireylerin ruhsal olgunlaşmalarını destekleyerek, hayatlarında daha derin bir anlam ve denge bulmalarına katkı sağlar. Bu bağlamda, Mesnevi’deki sabır değeri ile ilgili açıklama ve sözlerin manevi danışmanlık ve rehberlik uygulamalarında kullanımı, bireylerin hem kişisel direncini artırarak hem de sosyal ilişkilerde daha sabırlı ve anlayışlı olmalarına yardımcı olarak, daha sağlıklı ve dengeli bir yaşam sürdürmelerine zemin hazırlayabilir.

d.c. Yardımseverlik

Yardımseverlik, karşılıksız bir şekilde, içtenlikle ve gönülden gelecek gerçekleştirilen, tevazu ve sevgi temelinde şekillenen bir paylaşma eylemidir. Bu eylem, diğer kişinin çıkarlarını gözetme, egosantrik duygulardan arınma ve özveri prensiplerini içerir. Eylemin temel amacı, başkalarına fayda sağlamak olabilir. Ancak sonuç olarak muhatabın menfaati karşılanmasa dahi eylemin gerçekleştirildiği süreçteki iyi niyet esastır (Gültekin, 2021: 31). “Dememiş miydin, köre yolda yardım eden, Allah’tan yüz sevap ve ecir kazanır, diye? Körün kırk adım yürümesine yardım eden, bağışlanıp doğru yolu bulur” (Mevlânâ, 2015: 4/527) şeklindeki ifadeleriyle Mevlânâ yardımseverliğin manevi bir boyutu olan, içtenlikle ve gönülden gelerek gerçekleştirilen bir eylem olduğuna vurgu yapmaktadır. Bu bağlamda yardımseverliğin tevazu, sevgi ve özveri gibi de-

ğerleri içermesi Mevlânâ'nın öğretileri ile bağdaşan bir yaklaşımı ifade etmektedir.

Ayrıca yardımseverlik, Mevlânâ'ya göre sadece maddi yardımı değil aynı zamanda merhamet, sabır ve karşılık beklemeden yardım etme gibi manevi özellikleri de içermelidir. Yani Mevlânâ'nın betimlediği yardımsever kişi, ahlaki niteliklere sahip olarak şefkat, merhamet ve karşılık beklemeden yardım etme ilkesine uygun bir şekilde hareket eder: “Hakk'ın kulları, işleri düzeltmede Hakk'ın ahlâkına sahip olup merhametli ve sabırlıdır. Zor durumda ve sıkıntılı günde şefkatli ve yardım edici olup karşılık gözetmezler” (Mevlânâ, 2015: 3/383). Dolayısıyla bireyler, başkalarına yardım ederken hiçbir karşılık beklemeden yalnızca o kişiye iyilik yapma amacıyla yardımda bulunabilirler. Bu tür yardım etme davranışına “diğerkâmlık (özgeci)” adı verilmektedir. Diğerkâm yardım, para, övgü, veya karşılık beklemeden hayır kurumlarına veya bireylere yardımda bulunma eylemini içerir (Ayten, 2009: 19).

Leibniz de yardımseverliği, sevgi ya da şefkat gösterme alışkanlığı olarak tanımlamaktadır. O'na göre sevgi ya da şefkat göstermek, başka birinin mutluluğundan haz almak veya başkasının mutluluğunu kendi mutluluğu olarak kabul etmektir. Adaletli bir birey sadece diğerlerine karşı yardımseverlik hissi gütmez. Aynı zamanda diğerlerinin iyiliği için aktif olarak girişimlerde bulunur (Kahveci, 2008: 263, akt. Sarıyer, 2011: 257).

“Yardım güneşi parlamıştır da ümitsizleri kendisiyle aydınlatmıştır” (Mevlânâ, 2015: 6/856). “Âlemde mazlumların imdadına yetişen aslan yürekli adamlar vardır. Onlar, mazlumların sesini duyduklarında hemen Hakk'ın rahmeti gibi yardıma koşarlar. Dünyanın çökmesine engel olan bu sütunlar, gizli hastalıkların bu tabipleri... Katıksız sevgi, adalet ve rahmet olup Hak gibi sebepsiz ve rüşvetsiz [yardım edici]dirler. Durup dururken neden ona yardım ediyorsun, dense, der ki onun çaresizliği ve acısı yüzünden” (Mevlânâ, 2015: 2/242).

Yukarıda yer verilen Mevlânâ'nın ifadelerinde yardımseverlik eylemleri, insani erdemlerin zirvesi olarak görülür ve ilahi rahmetin bir yansıması olarak değerlendirilir. Bu bağlamda adalet ve merhamet anlayışını, insanın etik ve manevi gelişiminin temel taşları olarak ortaya koyar.

İnsanlar arasındaki yardımlaşmanın temelinde verme bilinci kritik bir rol oynamaktadır. Bu bilinç, yalnızca finansal katkı ile sınırlı dar bir bakış açısından değil zaman, enerji, bilgi, mal gibi çeşitli unsurları geniş bir perspektifte sunma eylemiyle değerlendirilebilir (Fersahoğlu, 2001: 145). Aynı zamanda iyilik ve yardım etme davranışı bireyin mutluluğuna

katkı sağlamaktadır (Karsh, 2022: 60). Bu bağlamda Mevlânâ'nın "Neşenin canımızla bir araya gelmesinden iyilik ve yardımlarımız doğar" (Mevlânâ, 2015: 2/215) ifadesinde temelde insanlar arasındaki yardımlaşmanın özünde içtenlik ve bireylerin duygusal zenginliğinin bulunduğu vurgulanmaktadır. Bu, sadece finansal yardımı değil aynı zamanda insanların içsel zenginliği, sevgi ve neşe paylaşımını içeren bir yardımlaşma anlayışını yansıtmaktadır.

"Yardımanın seni geliştirir onu değil..." (Mevlânâ, 2015: 5/700) ifadesinde ise bireyin başkalarına yardım etmesinin, bu davranışın bir sonucu olarak kişinin duygusal ve manevi yönden zenginleştiği, bu süreçte kendi mutluluğunu artırdığı bir perspektifi yansıtmaktadır. Dayanışma halinde olmak, insanlara yardım yapmanın gerekliliğini içerir ve bu bağlamda yardımseverlik değerinin temelinde insan sevgisi vurgulanır (Güzel Candan & Ergen, 2014: 153-155).

Toplum içinde bireyler arasındaki bağlılığı güçlendiren, eksiklikleri gideren ve boşlukları dolduran duygu, yardımseverliktir. Yardımseverlik, toplumda dayanışmanın ve bağlılığın bir sonucu olarak ortaya çıkan bir dizi davranış bütünüdür ifade eder. Bir toplumun sürdürülebilirliği, toplum içindeki dayanışmanın ve bireylerin yardımseverlik değerini sergileyerek bu değeri davranışa dönüştürmelerine bağlıdır. Esas olan çok vermek değil, bu yardımsever eylemleri gönülden ve içten bir şekilde gerçekleştirmektir (Aktepe, 2010: 65-66).

"Duvarların yardımı olmasa evler ve ambarlar nasıl yükselir? Her duvar birbirinden ayrı olsa, tavan havada asılı olarak nasıl durur? Mürekkebin, kalemin yardımı olmasa kâğıtların üstüne nasıl yazı yazılır?" (Mevlânâ, 2015: 6/793). Mevlânâ bu bağlamda metaforlar aracılığıyla, birbirinden ayrı unsurların işbirliği yaparak bir bütünlük oluşturması gerekliliğini ifade eder. Duvarlar, evleri destekler; duvarlar birbirine bağlıdır ve bir arada durmaları, bir yapıyı oluşturmaları gerekmektedir. Benzer şekilde mürekkep ve kalem, birlikte çalışarak kâğıda anlam ve ifade katmaktadır. Dolayısıyla Mevlânâ'nın bu sözleri, toplumsal dayanışmanın önemini vurgulayarak bireylerin birbirine yardım etmesi gerektiği fikrini beyan etmektedir.

Mesnevi'deki yardımseverlik değeri ile ilgili veciz ifadeler, yukarıda yapılan açıklamalar ve benzer değerlendirmeler ışığında, manevi danışmanlık ve rehberlik süreçlerinde yardımseverlik konusunda gereksinimi olan bireylerin hem içsel huzurunu hem de toplumsal dayanışma ruhunu güçlendirmek amacıyla kullanılabilir. Yardımseverlik, bireylerin başkalarının ihtiyaçlarına karşı duyarlılığını artırarak, bencilce veya kayıtsız davranışlardan kaçınmalarına ve empati ile hareket etmelerine rehberlik

etme potansiyeline sahiptir. Mevlânâ'nın yardımseverlikle ilgili öğretileri, manevi danışmanlık ve rehberlik sürecinde bireylerin ruhsal ve ahlaki gelişimlerini destekleyerek, hayatlarında daha derin bir anlam ve toplumsal uyum bulmalarına katkı sağlar. Bu bağlamda, Mesnevi'deki yardımseverlik değeri ve ilgili öğretilerin manevi danışmanlık ve rehberlik uygulamalarında kullanımı, bireylerin hem kişisel gelişimlerine hem de sosyal ilişkilerinde daha anlayışlı ve duyarlı olmalarına yardımcı olarak, daha empatik ve anlamlı bir yaşam sürdürmelerine zemin hazırlayacaktır.

d.d. İyilik

Bireyler arasında olumlu bir atmosferin oluşturulması, toplumun barışçıl, hoşgörülü ve iyiliksever bir yapıya sahip olabilmesi için temel unsurlardan biridir. Toplum huzurunu sağlamak, bireylerin birbirlerine sevgi dolu bir bakış açısıyla yaklaşmalarına bağlıdır. Bu noktada iyilik, ihtiyacı olanlara karşı karşılık beklemeden, herhangi bir menfaat gözetmeksizin gönüllü olarak maddi ve manevi yardımda bulunma eylemini ifade eder (Aktepe & Aktepe, 2009: 198).

Mevlânâ'nın “düşman bile olsa, bu iyilik güzeldir. Çünkü iyilik sayesinde birçok düşman dost olmuştur. Dost olmasa bile düşmanlığı azalır. Çünkü iyilik düşmanlığın merhemidir” (Mevlânâ, 2015: 2/249) sözü insanların birbirine pozitif ve iyiliksever bir şekilde yaklaşmasının önemine vurgu yapmaktadır. Bu ifade toplumsal ilişkilerde olumlu bir atmosferin oluşturulabilmesi için yapılan iyiliklerin sadece dostluğa değil düşmanlık durumlarında dahi olumlu etkiler yaratabileceğini anlatmaktadır. Öyle ki insanların karşılıklı hoşgörü, sevgi ve iyilikle birbirlerine yaklaşmaları, düşmanlıkları azaltabilir ve hatta dostluğa dönüştürebilir. Bu bağlamda iyilik yapmanın toplumsal barış ve huzurun temelini oluşturabileceği düşünülür.

İyilik, aynı zamanda dayanışma ve yüce bir erdem olarak değerlendirilmektedir (Kaya, 2023: 69). Başkalarına karşı iyi davranmak, iyi ve güzel işlere öncülük etmek ve faydalı düşünceleri hayata geçirmek erdemli davranışlardan kabul edilir (Bulut, 2015: 72; Tel, 2020: 42). Mevlânâ iyilik yapmanın ve erdemli davranışlarda bulunmanın bireyin içsel huzurunu ve esenliğini artırdığına dikkat çekmektedir: “İyilik ettiğinde görürsün ki dirlik ve esenlik içinde yaşamaktasın. Ama bir kusur işleyince, bir kötülük edince, o dirlik ve zevk gizleniyor” (Mevlânâ, 2015: 6/897).

İyilik yapmak, sadece başkalarına yardım etmekle kalmaz aynı zamanda kişinin kendi iç dünyasını da zenginleştirir. Bu davranışlar insanın ruhsal denge ve huzurunu sağlar. Mevlânâ'nın ifadesinde geçen “dirlik ve esenlik içinde yaşamak” ifadesi, iyilik ve erdemli davranışların bireyin

yaşam kalitesini artırdığı, içsel bir dinginlik ve huzurun kaynağı olduğu fikrini yansıtır. Aynı zamanda Mevlânâ'nın bu sözü, kusurlu veya kötü davranışların ise içsel huzuru bozabileceğini, bu tür eylemlerin insanın yaşamındaki güzellikleri gizleyebileceğini ifade eder.

Bireyler bilgi, tecrübe, emek gibi maddi ve manevi kaynaklarını kullanarak çeşitli iyiliklerde bulunabilirler. Bu bağlamda iyilik ve menfaatin sevgiyle ve içtenlikle gerçekleştirilmesi önem arz etmektedir (Adıgüzel, 2014: 70). “O [tohum] yokluktan gelip yeşerecek [diye ummaz mı?]. Manadan haberin varsa, anla bunu. Sen de her an, yokluktan bir anlayış, bir tat, bir huzur, bir iyilik bulmayı ummadasın” (Mevlânâ, 2015: 5/649). Tohumun yokluktan gelip yeşermesi metaforuyla Mevlânâ, iyilik ve güzelliklerin, zorluklar veya yokluklar içinde bile doğabileceğine işaret eder. Bu durum manevi bir derinlik ve anlayışa sahip olanların, her an içinde buldukları koşullardan güzellikleri fark edebilecekleri ve iyilik yapmayı umut edebilecekleri anlamına gelir. Mevlânâ'nın ifadesi sadece dışsal koşullara bağlı kalmadan, içsel bir maneviyat ve anlayışla yaşamayı ve başkalarına sevgiyle, istekle iyiliklerde bulunmayı önerir. Bu düşünce, insanın yaşamında var olan yoklukları, zorlukları aşarak içsel bir huzur ve anlam bulabilmesini vurgular.

Tanrı'nın emirlerini yerine getirmek ve yasaklarından kaçınmak, temelde insanın kendini yokluğa düşmekten kurtarmak istemesiyle ilgili rasyonel bir tercih olarak değerlendirilebilir. Bu perspektife göre, başkalarına iyilik yapan birey aslında kendi iyiliği için olumlu bir eylemde bulunmuş olur (Erdem, 2020: 484-485).

“İyilik yapanlar öldüler, iyilikleri kaldı. İyilik binitini sürenlere ne mutlu. Zalimler öldüler, zulümleri kaldı. Hile ve dalavere yapan cana yazıklar olsun. Peygamber dedi, dünyadan göçüp de kendisinden geriye iyi işler kalana ne mutlu. İyilik eden öldü, ama iyiliği ölmedi. Allah katında din ve iyilik basit bir şey değildir” (Mevlânâ, 2015: 4/518). Mevlânâ, bu sözyle şu hadise işaret etmektedir: “İnsan ölünce şu üçü dışında bütün amellerinin sevabı kesilir; Sadaka-i câriye yani faydası kalıcı hayır, kendisinden istifade edilen ilim ve arkasından dua eden hayırlı evlât” (Müslim, Vasiyyet, 14).

Mevlânâ'nın ifadesinde, iyilik yapan kişinin aslında sadece başkalarına yardım etmekle kalmayıp, aynı zamanda kendi içsel huzurunu ve iyiliğini artırdığı düşüncesi ön plana çıkmaktadır. Bu, insanın kendisi için iyi olanı gerçekleştirdiği takdirde bu iyiliklerin geride kalacağı ve ölümsüzleşeceği fikrini içermektedir. Ayrıca zalimlerin ve hile yapanların öldüklerinde ancak kötü eylemlerinin geride kalacağına da dikkat çekmektedir. Mevlânâ'nın perspektifine göre Allah katında din ve iyilik, basit ve küçük

bir değer değildir. Aksine derin bir anlam ve öneme sahiptir.

İyilik yapma ve başkalarına faydalı olma hedefine yönelik en önemli erdemlerden biri, cömertlik ve infaktır (Yaşaroğlu, 2015: 96). “Ey iyilik yolunu tutan, cömertlik dalı seni çekip özüne dek yükseltir” (Mevlânâ, 2015: 2/221). Mevlânâ’nın sözünde geçen “iyilik yolunu tutan” ifadesi, bireyin hayatta iyilik yapma amacını benimseyen, cömertlik ve infak erdemlerini ön planda tutan bir karaktere sahip olduğunu; “cömertlik dalı seni çekip özüne dek yükseltir” şeklindeki ifade ise cömertliğin bireyin ruhsal derinliklerine etki ettiğini ve kişinin kendi özüne, içsel güzelliklerine daha fazla ulaşmasına olanak tanıdığını ifade etmektedir. Cömertlik, sadece maddi paylaşımlarla sınırlı kalmayıp bireyin içsel gelişimine de katkıda bulunan bir erdem olarak öne çıkmaktadır.

İslam’ın varlık, insan ve ahlak anlayışı, iyilik kavramının temelini oluşturmuştur. İslam’ın “iyilik tasavvuru”, aşkın ve metafizik değerlerle, insan onuruyla, fayda ve maslahatla, sorumluluk bilinciyle, hayatın nihai anlam ve gayesiyle birlikte şekillenmiştir. İyilikseverlikle ilişkilendirilen kavramlar temelde ‘verme’ eylemiyle ilgili olabilirken, aynı zamanda derin ve ahlaki bir çağrışıma da sahiptir (Görmez, 2015. 7-9). Mevlânâ, “Bilir misin evlat, iyiliğin karşılığı nedir? Lütuf, iyilik ve muteber bir sevaptır” (Mevlânâ, 2015: 2/263). “Peygamber der ki ‘Gelecekteki ödülün emin olan geçmişte iyilik yapar.’ Bir iyiliğe yüz karşılık olduğunu bilen, bu amaçla hemen iyilikte bulunur” (Mevlânâ, 2015: 3/447) diyerek iyilik yapmanın sadece maddi bir katkı değil, aynı zamanda manevi bir değer kazandırdığını ve Allah’ın lütfuna erişmeyi amaçladığını ifade etmektedir.

İslam’ın öğretileri çerçevesinde gelecekteki ödülü uman bir müminin, geçmişte iyilik yaparak bu ödüle ulaşma çabasında olduğunu belirtmektedir. İslam’ın iyilik anlayışında, iyiliğin karşılığının bu dünyada ve ahirette mümkün olduğu vurgulanır. Sonuç olarak, İslam’ın iyilik tasavvuru, Mevlânâ’nın sözleri ışığında, maddi ve manevi boyutları bir araya getirerek, insanın kendisi, toplumu ve Allah ile olan ilişkisi üzerinde olumlu etkiler bırakan bir dünya görüşünü yansıtmaktadır.

İhsan kavramı, insanlara yönelik iyilikte önemli bir rol oynamaktadır. İhsan, bireyin ebeveynine, eşine, çocuklarına, komşularına, akrabalarına ve genel olarak tüm insanlara iyi davranmayı, onların haklarına saygı göstermeyi ve kusurlarını bağışlamayı içerir. Karşılıksız bir şekilde hemcinslerine veya diğer yaratılmışlara iyilik yapmayı da kapsayan ihsan, Allah’ın tüm varlıklara olan iyiliğiyle benzer bir genişlikte ele alınır. Aynı zamanda ihsan, kötülüğe iyilikle karşılık verme ilkesini de barındırır. Bu yaklaşımın uygulanmasının zorluğu açıktır; ancak ihsan makamına ulaşmanın da kolay olmadığı bilinmektedir (Kara, 2014: 136-137).

“Kötülüğe karşılık sen iyilik ver” (Mevlânâ, 2015: 2/238). “...müminin yenilgisinde iyilik vardır. Misk ve amberi kırarsan bütün bir âlemi güzel kokularla doldurursun” (Mevlânâ, 2015: 3/461). Mevlânâ, bu ifadeleriyle insanın olumsuz davranışlara, haksızlıklara veya kötülöklere maruz kaldığında bile iyilikle mukabele bulunmasını ve müminin karşılaştığı olumsuz durumlarda bile içsel bir güzellik ve iyilik taşıması gerektiğini ifade etmektedir. Bu bağlamda Mevlânâ'nın sözleri, ihsan kavramının içsel bir erdem olduğunu ve kötülöklere karşı iyilikle karşılık verme prensibini benimseyerek, insanın kendisini ve çevresini olumlu bir şekilde etkileyebileceğini ifade etmektedir.

Mesnevi'deki iyilik değeri ile ilgili veciz ifadeler, yukarıda yapılan açıklamalar ve benzer değerlendirmeler ışığında, manevi danışmanlık ve rehberlik süreçlerinde iyilik konusunda gereksinimi olan bireylerin hem içsel huzurunu hem de toplumsal bağlarını güçlendirmek amacıyla kullanılabilir. Mevlânâ'nın öğretileri, iyiliği yalnızca ahlaki bir görev olarak değil aynı zamanda bireylerin ruhsal ve duygusal olgunluğa ulaşmaları için bir araç olarak sunmaktadır. Mesnevi'de iyilik, insanların birbirlerine duydukları sevgi, saygı ve şefkatin bir yansıması olarak görülür. Bu ise bireylerin sosyal ilişkilerinde denge ve uyumu güçlendirir.

İyilik değerine dair ifadeler, bireylerin karşılıksız iyilik yaparak hem kendileriyle hem de başkalarıyla daha derin bir bağ kurmalarını teşvik eder. Bu yaklaşım bireylerin yalnızca kendi çıkarlarını değil, toplumsal yararı da gözeterek hareket etmelerini sağlar. Manevi danışmanlık ve rehberlik süreçlerinde, Mesnevi'nin iyilik anlayışı, bireylerin başkalarının ihtiyaçlarına karşı duyarlılığını artırarak duygudaşlık, şefkat ve hoşgörü gibi erdemleri geliştirmelerine yardımcı olur. Böylece bireyler arasında dayanışma ve ortak bir aidiyet duygusu güçlenir. Bu da bireylerin daha sağlıklı ve dengeli bir yaşam sürdürmelerine katkı sağlayabilir.

d.e. Adalet

Adalet bir değer yargısı, bir ölkü ve bir amaç olarak temelde toplumsal yaşamın gerçeklerinden kaynaklanan bir duyguya dayanmaktadır (Çeçen, 2020: 24). Toplum içinde farklı hedeflere sahip olan bireylerin varlığı bazılarının kişisel tatmin, bazılarının ekonomik güç veya toplumsal statü arayışı ve bazılarının ise iyilik ve dostluk arayışı, çatışma ve haksızlık riskini artırabilir. Dolayısıyla adalet erdemli toplumda haksızlıkları azaltmak ve uyumlu bir yaşamı desteklemek adına hayati öneme sahiptir (Çilingir, 2018: 85).

“Adalet, paylaştıracı ve bölüştürücüdür. Şurası şaşırtıcıdır ki

[bunda] cebir ve zulüm yoktur” (Mevlânâ, 2015: 4/533). Mevlânâ bu ifadeyle adaletin toplumsal yaşamın gerçeklerinden kaynaklanan bir duygu olduğunu vurgulamaktadır. Bu bağlamda adalet toplumda haksızlıkları en aza indirerek uyumlu bir yaşamı desteklemek adına kritik öneme sahiptir. Nitekim adalet, paylaşımcı ve eşitlikçi bir kavram olarak değerlendirilirken Mevlânâ'nın ifadesinde vurgulandığı gibi zorbalık ve haksızlıkla bağdaşmayan bir prensiptir. Bu nedenle adalet toplum içindeki dengesizlikleri azaltmak ve bireyler arasındaki uyumu sağlamak için temel bir rol oynar. Adalet kavramının tanımlarında genellikle hukukla bağlantılı olduğu gözlemlenmekle birlikte bu kavram sıklıkla iyi/güzel, eşitlik, hak, hukukun temel amacı, bireysel ve toplumsal mutluluk gibi kavramlarla ilişkilendirilmiştir (Seyman Çakar, 2013: 265).

“Adalet nedir? Ağaçlara su vermek. Zulüm nedir? Dikene su vermek. Adalet bir nimeti yerli yerine koymaktır; su çeken her köke [su vermek] değil. Zulüm nedir? [Bir şeyi] uygunsuz yere koymak. Buysa ancak belâya kaynak olur” (Mevlânâ, 2015: 5/652). “O [gün] adalet günüdür ve adalet, uygun olan hükmü vermektir; ayakkabı ayak için, külah da baş içindir” (Mevlânâ, 2015: 6/842).

Mevlânâ'nın ifadeleri, adalet ve zulmü net bir şekilde tanımlayarak adalet kavramının doğasını açıklamaktadır. Adaletin, doğru yerde doğru eylemleri gerçekleştirme ve herkesin hak ettiği hakkı almasını sağlama anlamına geldiğini vurgulamaktadır. “Ağaçlara su vermek” metaforuyla, adaletin iyiliği ve yaşamı destekleyici eylemleri ifade ettiği dile getirilmektedir. Bu, adaletin toplumun refahı için gerekli olan eşitlik ve hakkaniyeti sağlama amacına işaret etmektedir. Öte yandan zulmün “Dikene su vermek” olarak tanımlanması, haksızlık ve adaletsizliğin zararlı sonuçlarını vurgulamaktadır. Adaletsizlik ve haksızlık toplumda belirsizlik, çatışma ve huzursuzluğa neden olur. Adaletin “bir nimeti yerli yerine koymak” ve “uygun olan hükmü vermek” olduğu ifadesi herkesin hak ettiği değeri görmesini ve hukukun temel amacı olan eşitliği sağlamasını betimlemektedir. Adaletin olmaması durumunda, toplumda huzursuzluk ve hoşnutsuzluk gibi olumsuz sonuçlar ortaya çıkar. Zulmün ise “uygunsuz yere koymak” olarak tanımlanması haksızlık ve eşitsizlik nedeniyle ortaya çıkan olumsuz sonuçları vurgulamaktadır.

Adalet, insanlık için temel bir değerdir ve insan yaşamının vazgeçilmez bir unsuru olarak kabul edilir. Bu kavram yüce ve mükemmel olanın arayışını temsil eder ve insanların içinde barındırdığı evrensel ve zamansız nitelikleri ifade eder (Demir, 2020: 3470). Rawls, adalet ilkelerini açıklarken, genellik ve evrensellik gibi iki temel özelliği vurgular. Adalet

ilkelerinin evrensellik açısından ele alınmasının, bireylerin hakları, özgürlükleri ve eşitlikleri gibi potansiyel mağduriyetleri ve kayıpları önlemeye yönelik olduğunu belirtir (Akt. Bağder, 2020: 114).

“Çağlar geçti, bu yeni bir çağdır. Ay, aynı aydır, ama su aynı su değil. Adalet, aynı adalettir, fazilet de aynı fazilet, ama o çağlar ve ümetler değişmiştir” (Mevlânâ, 2015: 6/886-887). Mevlânâ'nın bu sözü adalet kavramının evrensel ve zamansız niteliklerini vurgulayarak insanlık için temel bir değer olduğunu ifade eder. Bu değer, insan yaşamının ayrılmaz bir parçasıdır ve yüce ve mükemmel olanın arayışını temsil eder. Adalet, değişen çağlar ve toplumlara rağmen insan doğasının evrensel özelliklerini yansıtır. Adalet kavramıyla birlikte vurgulanan ilkeler insan hakları, özgürlükleri ve eşitlikleri gibi temel prensiplerini koruma çabasını yansıtır. Bu perspektiften bakıldığında adaletin evrensel boyutu, bireylerin potansiyel mağduriyetlerini ve kayıplarını önlemeye yöneliktir.

Adalet, farklı kültürler ve toplumlar arasında ortak bir anlayışı teşvik eder ve insanların temel hak ve özgürlüklerini güvence altına alır. Bu açıdan adalet insanlığın ortak bir arayışı olan yüce ve mükemmel olanın ifadesidir. Dolayısıyla insanların içinde barındırdığı evrensel ve her zaman geçerli olan nitelikleri yansıtır. Adaletle bağlantılı her şey yüce, kutsal ve Tanrısal olanla ilişkilendirilir (Demir, 2020: 3470). Bu bağlamda İslam dini, sağlam ve mutlu bir toplumun kurulabilmesi için adalet kavramına büyük önem atfetmektedir (Kayaoğlu, 1985: 201). Kur'an ve sünnette adalet; “düzen, denge, denklik, eşitlik, gerçeğe uygun hükmetme, doğru yolu izleme, takvaya yönelme, dürüstlük ve tarafsızlık” gibi anlamlarda kullanılmıştır (Çağrı, 1988: 341).

“Hak, şahnenin gönlüne, adalet için şöyle bir şekil ver diye ilham eder. Böylece sen de bilir ve adaletli olursun. Yoksa kadı, uygunsuz bir hükmü ve cezayı nasıl verir? Hâkim bile seçimini böyle yaparsa, hâkimlerin en üstünü olan [Allah] nasıl hükmeder? [Orasını var sen düşün]. Arpa ekersen arpadan başka bir şey bitmez. Borçlanan sensin, [borcu veren] başka kimden rehin ister? Kendi suçunu bir başkasına yüklemeye; aklını da kulağını da bu işin karşılığına ver” (Mevlânâ, 2015: 6/789) ve “Yaratıcının adalet ve lütfu, bir gülün diken önünde secde etmesini hiç uygun bulur mu?” (Mevlânâ, 2015: 2/289).

Mevlânâ'nın sözlerinde adalet kavramı, insanın iç ve dış dünyasında denge ve uyumu sağlaması gereken bir ilke olarak vurgulanmaktadır. Adalet, sadece dış dünyadaki ilişkilerde değil aynı zamanda insanın kendi iç dünyasında da gereklidir. Kişi, adaleti sağlamadan kendi iç dünyasında da huzura ve dengeye ulaşamaz. Bu bakımdan orta yolu sağlayan adalet erdemi, insanlık tarihinde en önde gelen ve vazgeçilmez bir nitelik

olarak kabul edilmektedir (Ocakzade, 2019: 38).

Mevlânâ, insanın içsel adaletini sağlamasının, dışsal dünyada da adil ve dengeli bir hayat sürmesinin temelini oluşturduğunu ifade etmekte, adaletin evrensel ve Tanrısal bir ilke olduğunu da vurgulamaktadır. Adalet, insanın yaratılışında ve evrenin düzeninde yansıyan yüce bir prensiptir. Bu nedenle adaletin sağlanması, insanın yaratılış amacına uygun bir şekilde yaşamasını ve evrensel dengeyi korumasını gerektirir. Mevlânâ'nın "Delinin elinden silahı al ki adalet ve iyilik, senden hoşnut olsun" (Mevlânâ, 2015: 4/526) şeklindeki ifadesi zarar verici veya haksız eylemleri gerçekleştiren kişilerin bu eylemlerinden alıkonması gerektiğini ve adaletin tesisiyle iyilik duygusunun artacağını vurgulamaktadır.

İslam dininde de adalet kavramı, insan haklarına saygı, eşitlik ve adil davranışlarla bireysel ve toplumsal düzende denge sağlamayı içermektedir. Dolayısıyla Mevlânâ'nın ifadesi İslam'ın adalet anlayışıyla uyumlu bir şekilde adaletin toplumsal huzur ve refah için hayati bir öneme sahip olduğunu vurgulamaktadır. Sevgi içermeyen adalet duygusu öfkeyi beslemektedir. Çünkü bilinç, reaksiyonda bulunmaz. Ancak sevgi ile vicdan beraber bulunursa yapılan değerlendirmede bilinç ortaya çıkar. Nitekim bilinçte ölçüp tartma söz konusudur (Özdoğan, 2007a: 143).

Fârâbî'ye göre de adalet sevgiye tabi olup, adaletin temel ve genel gayesi, insanın mutluluğa ulaşmasını sağlamaktır (Akşit, 2018: 23). Sevgi ve yardımseverlik başlıklarında da belirtildiği gibi Mevlânâ'nın (2015: 2/242) "Katıksız sevgi, adalet ve rahmet olup Hak gibi sebepsiz ve rüşvetsiz [yardım edici]dirler" sözü insan ilişkilerinde adaletin önemini de vurgulamaktadır. Bu ifade adaletin sevgi ve merhametle iç içe olduğunu, yardım ederken karşılık beklemeden yapılan davranışların gerçek adalet ve rahmet olduğunu dile getirmektedir. Adaletin sadece kurallar ve yasalarla değil sevgi, merhamet ve vicdanla da şekillenmesi gerektiği ifade edilmektedir. Bu perspektiften bakıldığında toplumda huzur ve mutluluk için adaletin sağlanması ve sevgiyle desteklenmesi gerektiği ifade edilebilir.

Mesnevi'deki adalet değeri ile ilgili veciz ifadeler, yukarıda yapılan açıklamalar ve benzer değerlendirmeler doğrultusunda, manevi danışmanlık ve rehberlik süreçlerinde adalet konusunda bilgiye ihtiyaç duyan ve adalet arayışında olan bireylerin adil ve dürüst kararlar almasını teşvik ederek bireysel içsel huzuru ve toplumsal uyumu güçlendirir. Manevi danışmanlık ve rehberlik süreçlerinde adalet değerinin işlenmesi bireylerin önyargılardan uzaklaşarak daha eşitlikçi ve dengeli bir yaklaşım geliştirmelerine yardımcı olur. Bu bağlamda Mevlânâ'nın adalet anlayışı, birey-

lerin hem kişisel hem de sosyal düzeyde daha adil ve uyumlu ilişkiler kurmalarını destekleyebilir.

d.f. Şükür

Şükür, Yaratıcı veya insanlar tarafından sunulan nimet ve iyilikler karşısında duyulan minnettarlık duygusunun ifadesidir. Bu, elde edilen veya erişilen nimetlere söz ve eylemle karşılık vermeyi içerir. Şükür, Allah'a itaat ederek günahlardan kaçınmak ve bireyin sahip olduğu nimetlere uygun şekilde davranmak olarak da kendini gösterir (Çağrı, 2010: 259). Bir başka ifadeyle şükür bir eylemin niyetinin takdir edilmesinden ve bu eylemin kendi için arzulanabilir veya değerli olduğu zaman yaşanan memnuniyetten kaynaklanan bileşik bir duygudur (Tsang, 2006: 199). "Sözün faydası yoksa söyleme; varsa itirazı bırak da şükürü ara. Allah'a şükretmek her boynun borcudur. Kavga etmek, yüz ekşitmek [şükür] değildir. Şükretmek sadece yüz ekşitmekse eğer, o zaman hiç kimse sirke gibi şükredici değildir" (Mevlânâ, 2015: 1/87).

Mevlânâ, Mesnevi'de Sebelilere öğüt vermek üzere Allah tarafında peygamberler gönderildiğini söyledikten sonra şu ifadesine yer vermektedir: "Oraya on üç peygamber geldi. Hepsi de yoldan sapanlara kılavuzluk etmekteydi. [Peygamberler dediler] nimet arttı, peki şükürü hani? Şükür bineğini uyursa hareketlendirin. Nimet verene şükretmek akılca vâciptir. Yoksa [Allah], sonsuz gazap kapısını açar. Kendinize gelin de keremi görün! Böyle bir nimete karşılık kim bir şükürle yetinir? Baş bağışlayıp şükür olarak bir secde ister. Ayak bağışlayıp şükür olarak bir "oturma" (ka'de) ister" (Mevlânâ, 2015: 3/399).

Mevlânâ'nın ifadesinde şükür sadece sözle yapılan bir teşekkür değil aynı zamanda içsel bir duygu ve tutumun davranışlarla ifadesidir. Bu, bireyin yaşamındaki iyilikleri fark etmesi ve takdir etmesiyle birlikte bu iyiliklere layık olmak adına doğru davranışlar sergilemesini içerir. Şükür, sadece duygusal bir tepki değildir. Bununla birlikte niyetin takdir edilmesinden kaynaklanan memnuniyetin bir ifadesidir. İnsanın iç dünyasında olumlu bir etki yaratarak manevi ve psikolojik iyilik hali üzerinde olumlu bir etkiye sahiptir. Bu duygu, içtenlikle duyulan bir minnettarlık hissiyle birlikte nimetlere layık olmak adına Yaradan'a itaat etme ve doğru davranma şeklinde de tezahür eder.

Nitekim şükür, duygusal ve bilişsel koşullar kategorisine ait bir durumdur ve bir duygu, bir tutum, bir ahlaki erdem, bir alışkanlık, bir kişilik özelliği veya başa çıkma davranışı olarak kavramsallaştırılabilir. Nezaket, cömertlik, hediyeler, vermenin ve almanın güzelliğiyle veya bir şeyi karşılıksız almayla ilişkilendirilebilir. Şükür, temel olarak bir özveri şeklinde

sunulmuş bir armağanın tanınması veya takdir edilmesi ile ilgilidir; duygunun ve bilişin belirgin olduğu bir durumdur (Emmons & McCullough, 2003: 377-378).

Şükür duygusuna sahip olmak, hayata olumlu ve değer verici bir bakış açısıyla ilişkilidir. Dolayısıyla sosyal durumları olumlu bir şekilde yorumlamayı içermektedir. Şükür duygusuna sahip olmak yaşamda olumlu bir yönelimi temsil eder. Bu açıdan da temelde olumlu psikolojik bir niteliktir (Wood vd., 2008). Şükretme eğilimi, mevcut durumun olumlu yönlerini fark ederek anın hayrını keşfetmeyi ve takdir etmeyi içerir (Özdoğan, 2007a: 50).

“[Allah] toprağa renk, özellik ve [değerli] taşlar verip çocuk huylularını bunun için savaştırır. Hamurdan deve ve aslan pişirirler de çocuklar bunlara ihtirastan ellerini ısırlırlar. Aslanla deve ağızda ekmek olur, [desen de] bu söz çocuklara etki etmez. Çocuk, bilgisizlikle zan ve kuşku içindedir. Şükür ki en azında [çocuğun] gücü azdır. Çocukların yüz türlü kavga ve âfeti vardır. Şükür ki [çocuklar] beceriksiz ve güçsüzdür. Bu edepsiz yaşlı çocuklardan yandık! Güçleri nedeniyle koruyuculara bela olurlar. Silahla cehalet bir araya gelince dünyayı yakan bir Firavun olup çıkar. A yoksul adam, noksanlarına şükret. Firavunluktan ve kâfirlikten kurtuldun çünkü. Şükür ki mazlumsun, zâlim değilsin. Firavunluktan ve her türlü fitneden güvendesin” (Mevlânâ, 2015: 6/940).

Mevlânâ'nın ifadesindeki “çocuk huylular” terimi, yaşça değil huy ve davranış bakımından çocuksu niteliklere sahip olanları temsil etmektedir. Bu kişiler olgunluğa erişmemiş, bilgisizlikle hareket eden ve doğru kararlar verme veya olumlu ilişkiler kurma konusunda eksiklikler yaşayabilirler. Dolayısıyla bu durum, yaşamlarında çeşitli kavgalar ve sıkıntılar yaşanmasına neden olabilir.

Çocukların güç ve kuvvetinin yetişkinlere göre az olması, aslında ortaya çıkabilecek problemlerin engellenmesi bakımından bir nimet olarak değerlendirilebilir. Eğer çocuklar, yetişkinler gibi güçlü olsalar çok daha büyük problemlerin ortaya çıkmasına neden olabilirlerdi. Dolayısıyla çocuk huyluların güçsüz olması, olası sorunların önlenmesi açısından bir şükür konusu olabilir. Bu bağlamda sahip olunan yoksulluk ve eksiklikler için bile şükredilmesi gerektiği önemle vurgulanmaktadır. Yaşanan olumsuzluklara rağmen sahip olunan değerleri ve potansiyeli fark etmek, duygusal iyilik halini artırır ve genel refahı güçlendirir. Bu nedenle şükür, hayata değer verme ve olumlu bir perspektifle sosyal durumları yorumlama pratiği olarak ifade edilebilir.

Bireyin dini bir başa çıkma stratejisi olarak zorluklarla karşılaştığında şükretmesi ve yaşadığı olayları kişisel bir deneyim vesilesi olarak algılaması yaşam memnuniyetini etkileyebilecek faktörler arasında değerlendirilebilir (Ayten vd., 2012: 70). “A bahtiyar, iraden olmadan sıkıntıya düşersen yoluna baş koy, şükür sadakası ver. Hak sana o sıkıntıyı verdi diye şükret. Sen yapmadın, O seni “ol” emriyle çekti” (Mevlânâ, 2015: 3/424). Mevlânâ’nın ifadesinde vurgulanan zorluklarla karşılaşıldığında şükretme eylemi, bir dini başa çıkma stratejisi olarak görülebilir. Bu bakış açısı kişinin yaşadığı olayları sadece bir sıkıntı olarak değil aynı zamanda bir deneyim ve öğrenme vesilesi olarak algılamasını içerir. Zorluklarla karşılaşan birey, bu durumu Allah’ın iradesi olarak kabul ederek şükreder. Mevlânâ’nın “Hak sana o sıkıntıyı verdi diye şükret” ifadesi, yaşanan zorlukların da güzellikler gibi insan için olduğunu görmeyi ve bu durumu kabullenmeyi tavsiye etmektedir.

Yukarıdaki perspektiften bakıldığında, bireyin yaşadığı her zorluk veya sıkıntı, onun manevi gelişimi için bir fırsat olabilir. Bu durum bireyin içsel gücünü artırabilir ve onun kişisel olgunluğuna katkıda bulunabilir. Şükür ve takdir etme kavramları genellikle birbirinin yerine kullanılırken, şükür daha geniş bir anlam çerçevesinde ele alınmaktadır. Dini başa çıkma ile şükür arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Pozitif dini başa çıkma stratejileri şükür düzeyini artırırken, negatif dini başa çıkma stratejileri ise şükür düzeyini olumsuz etkilemektedir. Bu durum, pozitif dini başa çıkma becerileri arttıkça bireylerin şükretme eğilimlerinin de yükseldiğine işaret etmektedir (Korkmaz vd., 2023: 753).

Şükür duygusuna sahip bireylerde üç belirgin özellik öne çıkar: (a) Mutluluk ve iyi oluş, (b) Prososyal davranışlar, (c) Maneviyat. Araştırmalar, şükür duygusuna sahip bireylerin daha yüksek seviyede olumlu duygulara ve yaşam doyumuna, daha düşük seviyede depresyon, kaygı ve kıskançlık gibi olumsuz duygulara sahip olduklarını; aynı zamanda daha empatik, affedici, yardımsever ve destekleyici oldukları için toplum odaklı davrandıklarını göstermektedir (McCullough vd., 2002: 113-114).

“Nimete şükretmek, nimetten daha tatlıdır. Şükre tutkun olan nimet ardınca gider mi hiç? Şükür nimetin canı, nimet kabuk gibidir. Çünkü şükür seni sevgilinin diyarına getirir. Nimet gaflet, şükür bilinç getirir. Sultana şükür tuzağıyla nimet avla. Şükür nimeti seni gözü tok ve saygın kılar da yoksula yüzlerce nimet saçarsın” (Mevlânâ, 2015: 3/406).

Mevlânâ’nın bu ifadesi, şükür duygusunun insan üzerindeki etkilerini ve sahip olduğu önemi vurgulamaktadır. Şükretmenin, nimetin kendisinden daha değerli olduğu ve şükür duyanın nimetin değerini daha iyi

anladığı ifade edilmektedir. “Şükür, seni sevgilinin diyarına getirir” düşüncesi, şükür duygusunun insanın ruhsal ve manevi yönünü güçlendirerek onu daha derin bir anlam arayışına yönlendirdiği şeklinde ifade edilebilir. Bu durumda şükretmenin bir tür bilinç ve farkındalık eylemi olduğu, kişiyi sevgilinin diyarına, yani içsel huzur ve bütünlüğe taşıdığına işaret edilir. Bu noktada şükür, nimetin gerçek değerini anlama ve yaşamın anlamını derinleştirme sürecinde bir kılavuz olarak işlev görür.

İnsanın doğasında karşılaştırma yapma eğilimi bulunmaktadır. Bu karşılaştırmalar genellikle az-çok, iyi-kötü gibi kavramlar üzerinden gerçekleşir. Birey, yaşadığı olayları, karşılaştığı durumları, diğer insanları ve kendisini çeşitli standartlara göre değerlendirir. Bu değerlendirme sürecinde birey, mevcut güzellikleri fark etmek ve sahip olduklarına şükretmek yerine, eksikliklere odaklanabilir. Ayrıca, başkalarıyla kıyaslayarak kendini daha iyi hissetme eğiliminde olabilir ve bu durumda, sahip olduklarını değerlendirirken mukayeseli bir şükretme tutumu sergileyebilir. Ancak, şükür asıl olarak mevcut anın değerini takdir etme ve bu değeri ifade etmeyle ilgilidir (Göcen, 2012: 53). Mukayeseli şükür eğilimi, bireye geçici bir tatmin duygusu sunsa da aslında şükür kavramının derinliğini azaltabilir (Özdoğan, 2007a: 50).

“Tövbeleri kabul eden [Allah] yine düğümü çözüp sakın, dedi, bu yana yönelme, kaç. Tekrar unutkanlık keleşti geldi de canınızı ateşe doğru sürükledi. A keleşti, pek unutkan ve kuşkucu olma. Yanmış kanadına bir kez olsun bak. Kurtuluşun zaman [kurtuluşun] şükürü, [tuzaktaki] yemlere meyletmemektir. Şükrettiğinde O sana düşmanın tuzak ve korkusundan uzak rızıklar verir. Sizi âzat eden nimete şükür olarak Hakk'ın nimetini anmak gerekir” (Mevlânâ, 2015: 3/406).

Mevlânâ'nın sözündeki “[tuzaktaki] yemlere meyletme” ifadesi, bireyin dikkatini ve ilgisini, yanıltıcı veya geçici tatminler sunan unsurlardan uzaklaştırmaya yönelik bir çağrıyı ifade etmektedir. Bu ifade, insanın içinde bulunduğu çeşitli durumları, diğerlerinin sahip olduklarıyla karşılaştırarak, eksikliklerine odaklanma eğiliminden kaynaklanan bir tuzak olarak yorumlanabilir.

Bazen birey, sahip olmadığı şeylere odaklanarak ve başkalarının daha iyi durumda olduğunu düşünerek kendi sahip olduklarını göz ardı edebilir. Bu durum, maddi veya manevi tatmin arayışında olan bireyleri, asıl önemli olan değerlerden uzaklaştırabilir. Mevlânâ'nın bu ifadesi, bu tür yanıltıcı veya geçici tatminlerin bireyi gerçek mutluluktan ve huzurdan uzaklaştırabileceğine dikkat çekmektedir. Hâlbuki önemli olan kişinin sahip olduklarıyla mutlu olması, *an*'ın değerini takdir etmesiyle mümkündür. Ayrıca Mevlânâ'nın vurguladığı *nimetin/kurtuluşun şükürü* ve *nimeti*

anmak kavramları, şükürün yalnızca kıyaslamalarla geçici tatmin arayışına kapılmak yerine, mevcut olanın değerini takdir etmekle ilgili olduğunu göstermektedir.

Şükür, insanın her durumda memnuniyetini ve kabullenişini göstermesi, bu tutumuyla Yüce Allah'a hamd etmesi ve övgüler sunmasıdır (Bulut, 2020: 344). Kur'an-ı Kerim'de de, bolluk içinde nimetlerin değerini bilerek şükredenlerin nimetlerinin artacağı ve ahirette de bu şükürlerinin karşılığının bolca verileceği müjdelenmektedir (İbrahim 14/7). Şükürü hayatlarının her alanında bir ilke olarak benimseyen bireyler, sadece kendi psikolojik huzurlarını sağlamakla kalmaz aynı zamanda toplumdaki diğer bireylere de bu konuda örnek olur ve onların mutluluğuna katkıda bulunurlar (Bulut, 2020: 349).

“Ona şükretme kazancının bir eşini daha göremiyorum. Çünkü Allah'ın rızıkına şükür, rızıkı artırır” (Mevlânâ, 2015: 5/703), “A güvenir dostlar, şükür sayesinde [nimetler] artar. Nitekim bitkinin içinde başka bitkiler var” (Mevlânâ, 2015: 6/934). Mevlânâ'nın bu ifadeleri, Kur'an'da da sıkça vurgulanan şükretme temasının derin bir anlayışını yansıtmaktadır. Şükretmek, bolluk içindeki nimetlerin farkında olarak onların değerini bilmek ve bu tutumun nimetlerin artmasına yol açacağını kabul etmektir. Aynı zamanda ahirette bu şükürlerin bolca karşılık bulacağı inancını da içermektedir. Mevlânâ'nın sözleri şükürün insan hayatındaki önemini ve bu duygunun hem dünyada hem de ahirette olumlu sonuçlar doğurabileceği fikrini ifade etmektedir.

Şükür, bireyin sahip olduğu nimetleri fark etmesi, bunların değerini takdir etmesi ve elindekilerin sabit kalması veya artması için gereken tutumları sergilemesidir (Demirci, 2002: 273). “Şükür, elde edileni elde tutmak için bir bağ ve çoğaltmak için bir av demektir” (Mevlânâ, 2015: 4/476). Benzer şekilde Mevlânâ, Fihî Ma Fih adlı eserinde “Şükür, bir manevî mucizedir ki, nimeti sıkıntının önüne geçirir. Şükreden bir kul, zekâsı ve kurnazlığıyla Allah'ın nimetlerinin artışını izler. O, şükredip nimetlerin artışını izledikçe, şükürü daha da çok artar.” ifadesinde bulunmaktadır (akt. Sayın, 2022: 314). Mevlânâ'nın ifade ettiği şükür kavramı, elde edilen nimetlerin korunması ve çoğaltılması için bir araç olarak tanımlanmaktadır. Bu kavram sahip olunan nimetlere değer verme, onları koruma ve artırma amacını taşımaktadır. Dolayısıyla şükretmenin sadece mevcut nimetlere değer vermekle kalmayıp gelecekteki nimetlerin artmasına da katkı sağladığı belirtilmektedir.

Mevlânâ, şükürün peygamberlerin yolu olduğunu ifade etmektedir: “O küfür inadı, maymunun âdetidir; şu şükür ve hamd edişse peygam-

berin yoludur” (Mevlânâ, 2015: 6/840). Kur’an-ı Kerim’de Nuh peygamber (İsrâ 17/3) ile İbrahim peygamberin (Nahl 16/121) şükreden bir kul olduğu vurgulanmaktadır. Mevlânâ’nın bu ifadesi ayrıca küfür ve şükür arasındaki farka vurgu yapmaktadır. “O küfür inadı, maymunun âdetidir” ifadesi, küfretmenin, inatlaşmanın ve reddetmenin bir türü olan küfrün, insanın içindeki düşük eğilimleri temsil eden bir tavır olduğunu ifade eder. Bu, insanın nankörlük ve inkâr etme eğilimiyle ilişkilendirilebilir. Öte yandan, “şu şükür ve hamd edişse peygamberin yoludur” ifadesi ise şükür ve hamd etmenin peygamberlerin rehberliği ve öğretileriyle uyumlu olduğunu belirtir.

Kur’an-ı Kerim’de Nuh ve İbrahim peygamberlerin, şükreden ve hamd eden kişiler olarak geçmeleri bu olumlu niteliklerin önemini vurgulamaktadır. Onlar nimetleri fark edip Yaradana minnettarlıkla yaklaşan ve doğru yolu takip eden örnek insanlar olarak tasvir edilir. Dolayısıyla Mevlânâ’nın ifadesi, insanın iki farklı tutumu temsil ettiğini ve bu tutumların sonuçlarının da farklı olacağına işaret etmektedir.

Mesnevi’deki şükür değeri ile ilgili veciz ifadeler, yukarıda yapılan açıklamalar ve benzer değerlendirmeler ışığında, manevi danışmanlık ve rehberlik süreçlerinde şükür gereksinimi duyan bireylerin sahip olduklarına değer vermeleri ve bu nimetlerin farkına varmaları için fırsat sunar. Şükür duygusu, bireylerin içsel huzur ve tatmin düzeylerini artırarak genel yaşam kalitelerini olumlu bir şekilde etkiler. Bu duygu, kişilerin kendilerini yeterli ve dengede hissetmelerini sağlar, psikolojik refahı destekler. Ayrıca şükür duygusu sosyal ilişkilerde de önemli bir rol oynar. Sahip olunan nimetlere karşı duyarlılık geliştirir ve empati ile anlayış seviyelerini artırır. Bu durum bireylerin çevreleriyle daha uyumlu ve olumlu ilişkiler kurmalarına katkıda bulunur.

Toplumsal düzeyde ise şükür duygusu dayanışma ve yardımlaşma eğilimlerini artırarak toplumsal bağlılık ve yardımlaşma ruhunu güçlendirir. Bu bağlamda Mevlânâ’nın şükür anlayışı, bireylerin hem kişisel tatminlerini hem de sosyal ilişkilerindeki olumlu dinamikleri artırarak daha dengeli ve anlamlı bir yaşam sürdürmelerine destek olabilir.

d.g. Hırs Kapılmamak

Hırs, TDK’da (2024): “Bir şeyi elde etmek için duyulan, önüne geçilmez derecede kuvvetli istek, aşırı tutku, öfke” olarak tanımlanmaktadır. Bu tanım hırsın bireyin karakterinde olumsuz bir özellik olarak yer alabileceğini göstermektedir. Hırs, kişinin bencilce davranışlar sergilemesine ve diğer insanlara karşı saldırgan bir yaklaşım geliştirmesine yol açar.

Aynı zamanda kibir gibi diğer olumsuz niteliklerle birleşerek bireyin insanlara karşı kibirli bir tutum sergilemesine neden olur. Hırs, bireyin kendi çıkarları ile başkalarının çıkarlarının makul bir şekilde dengelenmesini engeller (Barsukova, 2015: 8).

Mevlânâ'nın "Senin hırsın, kötü iş konusunda ateş gibidir. Köz, ateşin güzel rengi sayesinde güzeldir. Kömürün siyahlığı ateşte gizlidir. Ateş sönünce siyahlık da açığa çıkar. Kara kömür senin hırsın sayesinde köz oldu. Hırs gidince, değersiz kömür kalır. O zaman kömür köz gibi görünürken, işin içinde güzellik değil, hırs ateşi vardı. Hırs, senin yaptıklarını allayıp pullamıştı. Hırs gitti ve yaptıkların kararip kaldı. Aptal olan, şeytanın süslediği koruğu olmuş zanneder. Can onun tadına bakıp deneyince, dişi kamaşıp kesmez olur. Aşırı istek yüzünden tuzak yem görünür, oysa hırs şeytanının yansımasıdır. Kendi de hamdır. Din ve iyilik işinde hırslan. Din ve iyilik,] hırs kalmayınca da güzel görünür. İyilikler, başkasından dolayı değil, özde güzeldir. Hırsın parlaklığı yitip gitse de iyiliğin parlaklığı yitmez. Dünya işindeki hırsın parlaklığı kaybolduğunda, közden geriye sıcak kömür kalmıştır" (Mevlânâ, 2015: 4/515) şeklindeki ifadelerinde hırs, geçici ve yanıltıcı bir motivasyon kaynağı olarak tanımlanmaktadır.

Yukarıdaki metinde geçen ateş metaforu, hırsın başlangıçta çekici ve motive edici bir güç olduğunu, ancak uzun vadede bireyin psikolojik ve sosyal sağlığı üzerinde olumsuz etkiler yarattığını ifade etmektedir. Hırs, bireyin davranışlarını manipüle ederek onları olduğundan daha değerli gösterir. Ancak bu yanılsama sona erdiğinde geriye sadece değersiz izler kalır. Mevlânâ, din ve iyilik işlerinde hırsın motive edici bir güç olabileceğini ve bu tür işlerin hırs olmadan da özünde değerli olduğunu belirtmektedir. Dolayısıyla hırsın dünya işlerinde yanıltıcı ve geçici bir motivasyon kaynağı olduğu, ancak kalıcı değer ve tatminin iyilik ve maneviyatta/dinde bulunduğu ifade edilmektedir.

Hırs, bireylerin günlük yaşamında etkili bir duygu olarak ortaya çıkar. Bu duygu bazen bireyleri kontrol edebilir bazen de bireyler tarafından kontrol edilmeye çalışılır. Hırsın akıl yoluyla yönetilmesi önemlidir. Aksi takdirde bu duygu olumsuz sonuçlara neden olabilir. Başarıya ulaşmada güçlü bir etken olabilir ancak kontrol edilmediğinde birey üzerinde zararlı etkilere neden olabilir. Çünkü hırslı insanlar hedeflerine ulaşamadıklarında hayal kırıklığına uğrarlar ve mutsuz olurlar. Hırslı bireyler hedeflerine ulaşamadıklarında hayal kırıklığı ve mutsuzluk yaşarlar. Ayrıca mevcut durumlarıyla yetinmeyip daha yüksek statü ve başarı arayışına girerler (Akyüz, 2019).

“Geçmiş ümmetlerin helak oluşu hep sandal ağacını öd ağacı sanmalarındandır. Aslında ayırt etme yetileri vardı, ama hırs ve açgözlülük onları kör ve sağır etti. Körlerin körlüğü uzak değildir rahmetten. Mazur sayılmayan, hırs körlüğüdür” (Mevlânâ, 2015: 4/535). “Kanaat yüzünden hiç kimse canından olmadı; hırs yüzünden de hiç kimse padişah olmadı” (Mevlânâ, 2015: 5/702).

Mevlânâ'nın sözleri, hırsın bireyin bilişsel ve duygusal işleyişine yönelik olumsuz etkilerini vurgulamaktadır. Hırs, insanın gerçekliği algılama kapasitesini zayıflatarak bireyleri yanıltıcı hedefler peşinde koşmaya sevk eder. Bu durum bireylerin irrasyonel ve zararlı davranışlar sergilemelerine neden olabilir. Mevlânâ, hırsın insana sağduyusunu kaybettirdiğini ve sonuç olarak bireyin felakete sürüklendiğini ifade etmektedir. Hırs, doyumsuzluk ve açgözlülük ile birleştiğinde bireyin tatminsizlik ve hayal kırıklığı yaşamasına yol açar. Buna karşın kanaatin, yani mevcut durumu kabullenmenin ve şükretmenin, bireyin psikolojik sağlığını koruduğu ve daha dengeli bir yaşam sürmesini sağladığı söylenebilir. Bu bağlamda hırsın kontrolsüz bir şekilde bireyin yaşamını domine etmesi, psikolojik sıkıntılara ve toplumsal uyumsuzluklara neden olabilirken, kanaat erdemini, bireyin içsel huzurunu ve toplumsal uyumunu destekler.

Alfred Adler'in bireysel psikolojisinde hırs, kendini ifade etme biçimlerinden biridir. Anti-sosyal hırs, tüm insanlığın mutluluğunu ve kültürünü yok eden kötülüklerden biridir. Hırsın temeli, başarılı olma, durumun üstesinden gelme arzusuna yol açan güç (üstünlük) arzusu ve aşağılık duygusudur (Barsukova, 2015: 9). “Hırs, gözünü kör eder, mahrum eder seni” (Mevlânâ, 2015: 5/667). Mevlânâ'nın ifadesi de hırsın bireyin gerçeklik algısını nasıl bozduğunu ve kişinin sağlıklı karar verme yetisini nasıl engellediğini vurgulamaktadır. Hırs, bireyin gözünü kör ederek, onu mantıklı düşünme yetisinden mahrum bırakır. Bu durum, bireyin hem kişisel hem de sosyal yaşamında çeşitli olumsuz sonuçlara yol açabilir. Hırsın etkisi altında kalan bireyler, kendilerini ve çevrelerini doğru değerlendiremez hale gelir. Bu da onların duygusal ve sosyal refahını olumsuz etkiler. Adler'in de belirttiği gibi hırsın temelinde yatan üstünlük arzusu ve aşağılık duygusu, bireyin sağlıklı bir şekilde kendini gerçekleştirmesini engeller.

Hırs duygusuna kapılan bir birey, dini ve ahlaki değerleri ihlal edebilir, toplumsal psikolojiyi etkileyebilir ve sosyal düzeni bozabilir. Hırs, bireyin etik normları ve toplumsal sorumlulukları göz ardı ederek yalnızca kendi çıkarlarını ön planda tutmasına yol açabilir. Bu durum, bireyin toplumsal bağları zayıflatmasına ve sosyal uyumu tehlikeye atmasına

neden olabilir. Aynı zamanda aşırı hırs, bireyin empati yeteneğini zayıflatarak diğer insanların ihtiyaçlarını ve duygularını dikkate almadan hareket etmesine sebep olabilir. Bu bağlamda hırsın kontrolsüz bir şekilde artması toplumun psikolojik ve sosyal yapısında derin yaralar açabilir (Dündar, 2022: 635). “Hırs, çirkinleri güzel gösterir” (Mevlânâ, 2015: 5/663). “Deniz ortasında otursam da testi suyunda da gözüm var benim. Dâvud gibiyim; doksan koyunum varken arkadaşımın koyununa göz diktim Aşkında hırslı olmak övünç ve yüceliktir. Senden başkası konusunda hırs ise utanç ve mahvoluştur” (Mevlânâ, 2015: 3/374).

Mevlânâ, aşk ve manevi arayışlar bağlamında hırsı övünç ve yücelik olarak nitelendirirken, dünyevi arzular ve başkalarının malı konusundaki hırsı utanç ve mahvoluş olarak tanımlamaktadır. Bu, hırsın yönlendirildiği hedefin önemini vurgulamaktadır. Aşk ve manevi değerler peşindeki hırs, bireyin kendini gerçekleştirme ve yücelme yolunda olumlu bir motivasyon kaynağı olabilir. Ancak, başkalarının malı ve dünyevi kazançlar konusundaki hırs, bireyin ahlaki değerlerini zayıflatarak toplumsal sorumluluklarını ihmal etmesine ve sosyal düzeni bozmasına yol açar. Bir başka ifadeyle Mevlânâ bu sözleriyle hırsın doyumsuzluğunu ve aşırılığını simgelemektedir. Bu, bireyin sahip olduklarıyla tatmin olmamasını ve daha fazlasını elde etme arzusunu ifade eder.

İnsanlar, yaratılışları gereği “hırs, arzu, istek, ihtiras ve öfke” gibi duygulara sahiptir. İslamiyet, bu duyguların tamamen yok edilmesini değil, kontrol altına alınmasını ve bu duygularda orta yolu benimsemeyi teşvik etmiştir (Karlı, 2012: 60). Rousseau’ya göre de “kibir, hırs ve ihtiras” gibi duygulanımlar, insanı kendini beğenme ve üstün kılma çabası içinde olan narsist bir bireye dönüştürmekle kalmaz aynı zamanda bu bireyin doğasına, topluma ve devlete yabancılaşmasına da neden olur (Evren, 2021: 215).

“Sakin, hırsın yüzünden teraziyi bırakma. Hırs ve açgözlülük seni saptıran bir düşmandır. Hırs, hepsini ister, ama hepsinden de yoksun kalır...” (Mevlânâ, 2015: 5/664). Mevlânâ’nın bu ifadesinde hırsın bireyin dengesini bozduğunu ve akıl yoluyla kontrol edilmediğinde bireyi saptıran bir düşman olduğunu belirtmektedir. “Teraziyi bırakmamak” bireyin içsel ve dışsal dengeyi koruması gerektiğini ifade eder. Hırs ve açgözlülük, bireyi daha fazlasını istemeye iterken sonuçta bireyin sahip olduklarından da mahrum kalmasına neden olur. Bu, bireyin hırsı uğruna mevcut değerlerini ve kazanımlarını kaybetmesine yol açan paradoksal bir durumu işaret eder. Dolayısıyla hırsın bu şekilde kontrolsüz kalması, bireyin psikolojik dengesini bozar ve narsistik eğilimlerin güçlenmesine neden olur.

Eski Uygur Türkçesi metinlerinde hırs kelimesi psikolojik olarak ‘hastalık’ olarak tanımlanmış ve buna bağlı olarak ‘hırs hastalığı sebebiyle acı çekmek’ anlamında cümleler kullanılmıştır (Polat, 2022: 135). “Utandırdı utanmasına, ama hırsı utancını götürdü; hırs ejderhadır, küçük bir şey değil” (Mevlânâ, 2015: 5/615). Mevlânâ’nın bu ifadesi hırsın bireyin içsel denge ve duygusal sağlık üzerinde oluşturduğu tehdidi ortaya koymaktadır.

Utancı, bireyin davranışlarını düzenleyen bir ahlaki ve sosyal kontrol mekanizması olarak işlev görür. Ancak hırs bu utancı aşarak bireyin sağduyusunu ve etik değerlendirmelerini gölgeler. Bu durum, hırsın içsel kontrol mekanizmalarını devre dışı bırakma ve dolayısıyla sağlıklı duygusal işleyişi bozma etkisini açıklamaktadır.

Hırsın en yıkıcı sonucu; sabır, şükür ve kanaati engellemesidir (Tunç, 2011: 158). Hırs sahibi kişiler ben merkezli olup, sonuca ulaşabilmek için her şeyi göze alır. Bu kişiler hedeflenen sonucu elde edemediklerinde psikolojik olarak bir takım sıkıntılar yaşayabilir. Ayrıca hırs, kin ve düşmanlık gibi afektler, başkalarına zarar verme ve bu kişileri öldürme gibi olumsuz olaylara da sebep olabilir (Necati, 1998: 82-83). “Hırs ise kördür; insanların kusurlarını inceden inceye görüp tek tek söyler” (Mevlânâ, 2015: 3/397). Hırs ve heves yüzünden ihtiyatı terk eden kuşun durumunun vehameti:

“Yine bir kuş, bir duvarın üstüne konmuş, bir tuzaktaki yemlere göz dikmişti. Bir yandan ovaya bakarken bir yandan da hırs bakışı onu yeme çekiyordu. Bu bakış öbür bakışla mücadele edip birden bire onu akıldan yoksun bıraktı. Bir başka kuşsa bu ikirciği bırakarak [yemden] bakışlarını ayırıp ovaya yöneldi. Ne mutlu onun kanatlarına, bravo ona! Bütün özgürlere önder oldu sonunda. Onu önder edinen kurtulup güven ve özgürlük makamına yerleşir. Çünkü onun kalbi, uzak görüşlülerin sultanıdır. Gül bahçesiyle kırlar onun konağıdır. İhtiyat ondan razı, o ihtiyattan razı. [Sen de] karar vereceksen böyle karar ver. Defalarca hırs tuzakına düşüp boynunu kılıca teslim ettin... Yine de tövbeleri kabul eden lütuf sahibi, tövbeni kabul ederek seni azat edip sevindirdi” (Mevlânâ, 2015: 3/405). “Gıda ve ekmek, canın dayanağı olduğu için insan önce ekmek peşinde koşar. Hırs ve istekle canını dişine takarak kazanmak ve gasbemek için çabalayıp yüz türlü hileye başvurur” (Mevlânâ, 2015: 4/517). “...hırsı çok olanın yarası da çok olur” (Mevlânâ, 2015: 5/654).

Mevlânâ’nın ifadeleri, hırsın bireyin algılarını çarpıtarak başkalarının kusurlarını abartılı şekilde görmesine neden olduğunu vurgulamaktadır. Bu durum, empati yeteneğini zayıflatır ve sosyal ilişkilerde eleştirel bir tutumun benimsenmesine yol açar. Hırs, bireyin sağduyusunu devre

dışı bırakır ve onu riskli durumlara sürükler. Ayrıca, geleceği gözetken kararlar almayı engelleyerek kısa vadeli kazançlara odaklanmasına neden olur. Hırs aynı zamanda bireyi etik olmayan davranışlara yönlendirir ve kişisel ahlakını göz ardı etmesine sebep olur. Sonuç olarak aşırı hırs tatminsizlik, stres ve kaygı düzeylerinin artmasına neden olabilir.

Bencil kişilik özellikleri arasında hırs ve kıskançlık öne çıkmaktadır. Rekabetçi ortamlarda, bireyler genellikle hırslı davranışları tercih etmektedirler. Bu durum, insanların hırs ve kıskançlık eğilimlerinin, rekabetçi koşullarda daha belirgin hale geldiğini göstermektedir (Ardıç, 2019: 62-63).

“Onlar altın hırsıyla acele içinde koşuyorlar, akıllarıysa hayır, daha yavaş olun diyordu. Hırs boşu boşuna seraba doğru koşar. Akılsa, iyi bak, o su değil der. [Ama] hırs galip gelmiş, altın can kesilmişti. Aklın feryadı o anda duyulmaz olmuştu. Hırsları, gürültü patırtıları yüz kat artmış, aklın hikmeti ve işareti gizlenmişti. Böylece aldanma kuyusuna düşecek, işte o zaman hikmetin kınayışını duyacaklardı” (Mevlânâ, 2015: 5/689).

Mevlânâ'nın ifadeleri, hırsın mantıklı düşünme süreçleri üzerindeki etkilerini ve kişiyi yanıltıcı hedeflere yönlendirme eğilimini ortaya koymaktadır. Hırs, bilişsel süreçleri bozarak, bireyi aceleci ve dikkatsiz davranışlara sevk eder. Bu durum mantıklı düşünme ve akıl yürütme yeteneklerini zayıflatır. Dolayısıyla bireyin olayları objektif bir şekilde değerlendirmesini engeller. Sonuç olarak birey hatalı kararlar alabilir ve pişmanlık yaşayabilir. Hırs, bireyi yanıltıcı hedeflere yönlendirerek mantıklı düşünme süreçlerinden uzaklaştırır ve kişiyi kişisel arzularına odaklanmaya yönlendirir.

Aşırı hırs, bireylerin sevgi ve empati duygularını olumsuz yönde etkiler. Bu duygu, bireylerin sevgi ve bağlılık hislerinden uzaklaşmalarına neden olarak toplumsal ilişkilerdeki derinlik ve anlamı azaltır (Aral & Kadan, 2022: 14-15). “Gözü arkada kalış, hırs ve açgözlülüktendir. Yüzünü yola çevirmekse doğruluk ve duadandır” (Mevlânâ, 2015: 2/238). Mevlânâ'nın bu sözü, hırsın bireyin içsel denge ve toplumsal ilişkiler üzerindeki etkilerini ortaya koymaktadır.

Hırsın, kişinin başkalarıyla olan ilişkilerini olumsuz yönde etkileyerek duygusal bağlarını zayıflattığı ifade edilmektedir. Bireylerin hırslı olması, diğer insanlara karşı duyulan sevgi ve saygıyı gölgeleyebilir ve kişinin kendi çıkarlarını ön planda tutma eğilimini artırabilir. Aşırı hırs, bireyin etik değerlere uygun davranış yeteneğini zayıflatabilir. Mevlânâ, bu ifadeyle bireyin içsel dengeyi korumak için hırsı kontrol altında tutması gerektiğini vurgular. Bu bağlamda, hırsın sevgi ve doğruluk gibi olumlu

duygularla uyumlu bir şekilde dengelenmesi, kişinin sağlıklı ve dengeli ilişkiler kurmasına katkıda bulunabilir.

Mesnevi'deki hırs ile ilgili veciz ifadeler, yukarıda yapılan açıklamalar ve benzer değerlendirmeler ışığında manevi danışmanlık ve rehberlik süreçlerinde bireyleri hırs yerine azimle hareket etmeye sevk edebilir. Hırsa yerine azimle hareket etmek bireylerin daha objektif ve dengeli kararlar almasını sağlar. Bu da onların psikolojik iyi oluşlarını artırır ve stres ile kaygı düzeylerini azaltır. Azimde insanlığa hizmet duygusu baskınken, hırsta kendine hizmet duygusu baskındır (Özdoğan, 2007a). Mevlânâ'nın hırsa kapılmamak anlayışı, bireylerin kendi içsel huzurlarını koruyarak, sağlıklı ve sürdürülebilir ilişkiler kurmalarını teşvik eder. Bu bağlamda hırs yerine azimli davranışlar sergilemek bireylerin hem kişisel tatminlerini hem de sosyal uyumlarını artırarak daha dengeli ve anlamlı bir yaşam sürmelerine katkı sağlar.

Manevi danışmanlık ve rehberlik uygulamalarında erdem ve değerlerin bireylere aktarımı ikili görüşmeler ve değer odaklı grup toplantıları şeklinde gerçekleştirilmektedir. Bu uygulamalarda, bireylerin manevi ihtiyaçlarını karşılamak için belirlenen değerler ön plana çıkarılmaktadır. Erdem ve değerlerin bireye aktarımı, manevi danışmanlık ve rehberlik sürecinde hem içsel huzurun sağlanmasına hem de bireyin yaşamına anlam katmasına katkı sağlamaktadır. Bu tür uygulamaların, bireylerin iyi oluşlarını desteklemek, duygusal dayanıklılıklarını artırmak ve manevi yönden güçlenmelerine destek olmak açısından önemli bir rol oynadığı görülmektedir (Dağcı, 2020; Niyazibeyoğlu, 2021; Başar, 2021; Şeker, 2022; Gürbüz, 2023).

S o n u ç

Bu makalede, manevi danışmanlık ve rehberlik süreçlerinde Mevlânâ'nın Mesnevi adlı eserinin temel bir kaynak olarak kullanımı, sahip olduğu terapötik değer kazandırma potansiyeli bağlamında ele alınmıştır. Manevi danışmanlık ve rehberlik uygulamalarında disiplinlerarası bir yaklaşımla ayetlerin ve hadislerin yorumlanması, metaforların, kıssaların ve hikâyelerin kullanılması, değerlerin birlikte yorumlanması gibi yöntemlerin yanı sıra sanatsal çalışmalar, bibliyoterapi, grup ve bireysel çalışmalar gibi farklı tekniklerin uygulanabilirliği tartışılmıştır. Bu bağlamda, Mesnevi'de yer alan hikâyelerin, veciz sözlerin ve öğretilerin manevi danışmanlık ve rehberlik süreçlerinde nasıl kullanılabileceği ve Anadolu bilgeliliğinin bu alandaki rolü detaylı bir şekilde incelenmiştir.

Makalede, Mevlânâ'nın öğretilerinin bireylerin manevi güçlenme

ve içsel dönüşüm süreçlerine katkı sağlama potansiyeli, manevi danışmanlık ve rehberlik perspektifinden değerlendirilmiştir. Anadolu bilgeliği geleneğiyle uyumlu olarak, manevi danışmanlık ve rehberliğin bireylerin içsel huzur, ruhsal denge ve toplumsal uyumu geliştirme üzerindeki etkisine vurgu yapılmıştır. Bu kapsamda, Mesnevi'deki öğretilerin bireylerin manevi ve psikolojik iyi oluşlarını destekleme sürecinde değerlerin nasıl bir aracı rol üstlenebileceği ortaya konmuştur.

Çalışmanın yöntem kısmında literatür taraması, içerik analizi ve psikolojik yorumlama teknikleri kullanılarak manevi danışmanlık ve rehberliğin teorik temelleri ile uygulama yöntemleri incelenmiş, Mevlânâ'nın öğretilerinin manevi danışmanlık ve rehberlik süreçlerine entegrasyonu değerlendirilmeye çalışılmıştır. Bu bağlamda, bireylerin yaşamlarına anlam katmayı, güçlü yönlerini keşfetmelerini sağlamayı ve psikolojik iyilik hallerini geliştirmeyi hedefleyen bir yaklaşımın önemine dikkat çekilmiştir.

Pozitif psikolojinin temel hedefleriyle uyumlu olarak, bu çalışma, bireylerin yaşamlarının olumlu yönlerini geliştirerek daha tatmin edici bir hayat sürmelerine olanak tanıyacak bir materyal içeriği önerisi sunmaktadır. Mevlânâ'nın sevgi, sabır, yardımseverlik, iyilik, adalet, şükür ve hırsa kapılmamak gibi öğretilerinin bireylerin içsel dönüşüm süreçlerini ve psikolojik sağlıklarını desteklemedeki potansiyeli vurgulanmıştır. Bu değerlerin, bireylerin yaşam kalitesini artırmada ve içsel dengeyi sağlamada etkin bir yöntem olarak kullanılabilirliği belirtilmiştir.

Sonuç olarak, Mevlânâ'nın *Mesnevi* adlı eserindeki öğretiler, manevi danışmanlık ve rehberlik uygulamalarında bireylerin hem kişisel gelişimlerine hem de toplumsal uyumlarına katkı sağlayabilecek özgün ve etkili bir yöntem olarak değerlendirilmektedir. Bu bağlamda, manevi danışmanların bireylerin ihtiyaç analizine dayalı olarak uygun değer seçimleri yapmaları ve içerikler hazırlamaları, danışmanlık süreçlerinin etkililiğini artırabilir. Mevlânâ'nın felsefesinin, bireylerin etik ilkelere uygun davranış geliştirme, toplumsal uyum sağlama ve yaşam tatmini düzeylerini artırmada bir rehber olarak benimsenmesi önerilmektedir.

Kaynaklar

Adıgüzel, A. (2014). İnsanlık onurunu koruma ve kırma arasında hayırseverlik anlayışı. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 1(1), 69-92.

Ak, M. (2023). Mevlana'nın eserlerinde bilişsel terapi. *Selcuk Medical Journal*, 39(4), 198-205.

Ak, M., Eşen, E., & Özdemir, F. (2014). Mevlana penceresinden bilişsel terapiler. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 3, 133-141.

Akın, A., & Eker, H. (2012). Duyarlı Sevgi Ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 25(1), 75-85.

Akşit, M. (2018). Fârâbi düşüncesinde bir erdem olarak adalet. *İğdır Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 15, 23-40.

Aktepe, V. (2010). *İlköğretim 4. sınıf sosyal bilgiler dersinde "yardımseverlik" etkinliği temelli öğretimi ve öğrencilerin tutumlarına etkisi*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Aktepe, V., & Aktepe, L. (2009). Öğrencilerde iyilik yapma bilincini yerleştirmede kullanılacak metotlar ve öneriler. *I. Ulusal İyilik Sempozyumu Bildiri Kitabı* (Elazığ, 20-21 Haziran 2009), (ss. 197-203). Elazığ Millî Eğitim Müdürlüğü Yayınları.

Akyol, A. (2012). Ahlâk-ı Nâsırî'de ahlak ve siyaset ilişkisi: Sevgi erdemi merkezli bir okuma. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 10(24), 7-30.

Akyüz, A. (2019). *Passion and ambition in great expectations by Charles Dickens*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Kafkas Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Aral, N., & Kadan, G. (2022). Günümüzde azalan sevgi ve saygının evrim (transcendence) filminden yola çıkılarak incelenmesi. *2. Uluslararası Sinema Sempozyumu Bildiri Kitabı* (8-11 Mart 2022). (ss. 3-19). Lefkoşa: Yakın Doğu Üniversitesi Yayınları.

Ardıç, M. (2019). *Modernite ve bencillik*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Atasever, A. N. (2024). Varoluşçu psikoterapi ve Mevlâna Celâleddin-i Rumi. *Eğitim ve Toplum Araştırmaları Dergisi*, 11(1), 100-124

Ayten, A. (2009). *Prososyal davranışlarda dindarlık ve empatinin rolü*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Ayten, A., Göcen, G., Sevin, K., & Öztürk, E. E. (2012). Dini başa çıkma, şükür ve hayat memnuniyeti ilişkisi: hastalar, hasta yakınları ve hastane çalışanları üzerine ampririk bir araştırma. *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 12(2), 45-79.

Ayvaz, M. (2018). Mevlânâ Celâleddîn Rûmî'nin ahlak öğretilerinde mutluluk. *Sinop Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(1), 87-108.

Bağder, M. M. (2020). John Rawls'un adalet düşüncesinin oluşum şartları üzerine. *Felsefe Arkivi*, 53, 105-121.

Baltaş, A. (2018). *Hayalini yorganına göre uzat*. Remzi Kitabevi.

Barsukova, O. V. (2015). Bad ambition. *Journal of Process Management-New Technologie*, 3(4), 8-11.

Başar, S. (2021). *Gebelik sürecinde kadınlara yönelik olarak hastanede manevi bakım uygulamaları (İzmir örneği)*. (Yayınlanmış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Belen, F. Z. (2014). *Manevi danışmanlıkta bibliyoterapi tekniği ve uygulanması*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Bulut, H. (2020). Kur'an bağlamında sabır ve şükür ilişkisi. *Bingöl Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 16, 338-355.

Bulut, H. İ. (2015). Semavi dinlerin ortak ahlak değerleri ya da evrensel değerler. *Yakın Doğu Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 1(1), 65-81.

Caldeira, S., & Hall, J. (2012). Spiritual leadership and spiritual care in neonatology. *Journal of Nursing Management*, 20(8), 1069-1075.

Çağırıcı, M. (1988). 'Adalet' maddesi. Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi-1, (ss. 341-343). TDV Yayınları.

Çağırıcı, M. (2010). 'Şükür' maddesi. Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi-39, (ss. 259-261). TDV Yayınları.

Çağlar, E., & Arslan, M. A. (2020). "Değer" tasnifi ve Mevlânâ'nın Mesnevisinde değerler. *International Journal of Language Academy*, 8(4), 324-338.

Çeçen, A. (2020). *Adalet kavramı*. (5. Baskı). Astana Yayınları.

Çelimli, Ç., & Güldal, Ş. T. (2016). Manevi yönelimli danışmanlık ile psikoterapi yöntem ve teknikleri: Doğu ve Batı'dan örnekler. [içinde] *Manevi Yönelimli Psikoterapi ve Psikolojik Danışma*. Ed. H. Ekşi ve Ç. Kaya. (ss. 99-122). Kaknüs Yayınları.

Çilingir, L. (2018). Platon'dan Tusi'ye sevgi siyaseti. *Temaşa Erciyes Üniversitesi Felsefe Bölümü Dergisi*, 8, 73-96.

Çubukçu, İ. A. (1983). Mevlana ve felsefesi. *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 26(1-4), 97-118.

Dağcı, A. (2020). *Huzurevi yaşlılarının manevi gereksinimlerinin belirlenmesi ve değer odaklı manevi bakım programının umut, psikolojik iyi oluş ve tanrı algısı düzeyleri üzerindeki etkililiğinin değerlendirilmesi*. (Yayınlanmış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Damar, M. (2020). *Mesnevî hikâyelerinde manevi bakım unsurları*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Demir, A. (2020). Hangi adalet, kime göre neye göre?. *International Journal of Social and Humanities Sciences Research*, 7(62), 3470-3486.

Demir, R., & Türk, F. (2020). Pozitif psikoloji: Tarihçe, temel kavramlar, terapötik süreç, eleştiriler ve katkılar. *Humanistic Perspective*, 2(2), 108-125.

Demirci, M. (2002). Kur'an-ı Kerim ışığında sabır kavramı. *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(12), 263-285.

Demirkol, M. (2015). Barışın inşasında sevgi ve adaletin gücü. *International Journal of Sport Culture and Science*, 3(4), 416-424.

Doğan, M. (2014). Dinlerde ve İslam kültüründe sabır. *Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 3(5), 93-130.

Doğan, M. (2017). Karakter gücü olarak sabır ve psikolojik iyi oluş ilişkisi. *Journal of Happiness & Well-Being*, 5(1), 134-153.

Doğan, M., & Gülmez, Ç. (2014). Sabır Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Atatürk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 42, 263-280.

Doğan, S. (2022). Psikolojik danışmanlık ve rehberlikte ney (Mevlânâ'nın Mesnevî'sinde) metaforu ile telkin. *Kalem Uluslararası Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi*, 12(1), 87-105.

Dündar, M. (2022). Kur'an'da "Kâbil-Hâbil kıssası" bağlamında hırs meselesinin tahlili. *Journal of Islamic Research*, 33(2), 617-636.

Düzgün, Ş. A. (2011). Sevginin istismarı ve sevgide aşırılık (kültürler). *KADER Kelam Araştırmaları Dergisi*, 9(2), 19-40.

Düzgüner, S., & Ayten, A. (2020). *Manevi danışmanlık ve rehberlik hizmetleri temel bilgiler kılavuzu*. Ed. S. Düzgüner ve A. Ayten. Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları.

Düzgüner, S., & Soykök, M. (2020). *Gençlere yönelik manevi danışmanlık ve rehberlik hizmetleri*. Ed. S. Düzgüner. Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları.

Ekici, M. (2006). *Hıristiyanlık'ta ve İslam'da sevgi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2003). Counting blessings versus burdens: an experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(2), 377-389.

Erdem, E. (2020). İyilik ve sonsuzluk: Mâtürîdî ve Debûsî'nin metafiziğinde ölüm ve hayatın anlamı. *Kader*, 18(2), 470-487.

Esed, M. (1999). *Kur'an Mesajı: Meal-Tefsir*. (5. Basım). (Çev. C. Koytak ve A. Ertürk). İşaret Yayınları.

Evren, M. (2021). Jean Jacques Rousseau'da uygarlığın duygulara negatif yansımaları. *Felsefe Dünyası*, 1(73), 208-226.

Fersahoğlu, Y. (2001). Yetişkinlerin din eğitim ve öğretiminde yardım etme bilinci. *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 20, 145-159.

Fromm, E. (1985). *Sevme sanatı* (çev. I. Gündüz). Say Yayınları.

Göcen, G. (2012). *Şükür ve psikolojik iyi olma arasındaki ilişki üzerine bir alan araştırması*. (Yayınlanmış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Görmez, M. (2015). Ramazan ve iyilik. [çinde] *İyilik -Bu Ramazan ve Her Zaman-*. Ed. Y. Salman. (ss. 7-11). DİB Yayınları.

Gültekin, M. (2021). *Yardıms severlik değeri ve psiko-sosyal işlevleri: Kur'an ayetleri bağlamında bir inceleme*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Karabük Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

Gürbüz, A. (2023). *Almanya'da yaşayan Türk göçmen ailelerin 18-28 yaşlarındaki çocuklarına yönelik değer odaklı manevi güçlenme ve bakım programının etkililiğinin incelenmesi: Frankfurt Viernheim örneği*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Güzel C. D. & Ergen, G. (2014). 3. sınıf hayat bilgisi ders kitaplarının temel evrensel değerleri içermesi bakımından incelenmesi. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(1), 134-161.

İştan, İ. (2018). Hz. Mevlâna düşüncesinde barış kavramının sûfi psikolojisi açısından tahlili. *Türkiye İlahiyat Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 23-40.

Kahveci, K. (2008). Erdemlerin belirlenmesinde aklın ve Tanrı'nın rolü. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(40), 263-270.

Kara, E. (2020). Farkındalık ve kabullenme psikoterapilerinin temel stratejileri ve İslam. *Eskişeyni*, 40, 377-406.

Kara, İ. (2014). Din hizmetlerinde kalite bağlamında "ihsan" şuurunun yeri ve önemi. *Diyanet İlmî Dergi*, 50(2), 131-144.

Karşlı, N. (2012). Dindarlık ve öfke kontrolü ilişkisi üzerine tecrübî bir araştırma. *EKEV Akademi Dergisi*, 16(50), 57-70.

Karşlı, N. (2020). Üniversite öğrencilerinde sabır ve dindarlık ilişkisi. *Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 17, 52-72.

Karşlı, N. (2022). Genç ve yetişkinlerde yardıms severlik ve dindarlık. *Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 21, 60-84.

Kaval, M. (2013). Yunus Emre ve Mevlâna'nın eserlerinde insan ve tekâmülü. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(2), 101-122.

Kaya, S. (2023). Türklerde adalet ve iyilik (faydacılık) değerleri üzerine bir inceleme (X-XI. Yüzyıl). *Katre International Human Studies Journal*, 8(2), 60-73.

Kayadibi, F. (2002). Sevgi faktörünün eğitim verimliliği üzerine etkisi. *Journal of Istanbul University Faculty of Theology*, 5, 33-50.

Kayadibi, F. (2007). Mevlâna'da sevgi, birlik ve barış. *Journal of Istanbul University Faculty of Theology*, 16, 1-20.

Kayaoğlu, İ. (1985). İslâm'da adalet mefhumu. *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 27(1-4), 201-206.

Korkmaz, S., Akyürek, R., & Karaçalı, M. (2023). Dini başa çıkma, şükür, takdir etme, endişe ve anksiyete ilişkisi. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 10(2), 738-766.

McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. A. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(1), 112-127.

Mevlânâ, Celaleddin Rumi. (2015). *Mesnevî-i Ma'nevî* (çev. D. Örs & H. Kırılancı). Türkiye Yazma Eserler Kurumu Başkanlığı Yayınları.

Müslim, Ebü'l-Hüseyn Müslim b. el-Haccâc. (1956). *el-Câmi' u's-Sabih*. nşr. Muhammed Fuâd Abdülbâki. Dâru İhyai't-Türasi'l-Arabiyye.

Necati, M. O. (1998). *Kur'an ve psikoloji*. (çev. H. Aydın). Fecr Yayınevi.

Niyazibeyoğlu, T. (2021). *İç-dış başarı ve maneviyat ilişkisi*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Ocazkade, H. H. (2019). Tûsî ve Kınalızâde'de bir devlet ahlakı olarak sevgi erdemi. *Talim*, 3(1), 31-48.

Özdoğan, Ö. (2005). Ruhsal yaklaşım ve insan: Türkiye'de bir uygulama örneği. *Tasavvuf: İlmi ve Akademik Araştırma Dergisi*, 6(15), 137-152.

Özdoğan, Ö. (2007a). *Mutluluğu seçiyorum*. (3. Baskı). Özdenöze Yayınları.

Özdoğan, Ö. (2007b). *İsimsiz bayatlar*. (3. Baskı). Ankara: Özdenöze Yayınları.

Özdoğan, Ö. (2008). İnsana manevi-psikolojik yaklaşım. *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 49(2), 77-102.

Özdoğan, Ö. (2010). *Aşkın yanımız maneviyat*. (2. Baskı). Özdenöze Yayınları.

Özdoğan, Ö. (2019). Değer odaklı manevi güçlenme ve bakım programının geliştirilmesi ve uygulanması. [içinde] 5. *Uluslararası Sosyal Bilimler Kongresi Kitabı*. Ed. Özcan Güngör (ss. 913- 918). Sageya Yayınları.

Polat, M. (2017). Yûnus Emre düşüncesinde bir eğitim modeli olarak "insân-ı kâmil": Konuya öğretim programlarının kültürel ve felsefi temelleri bağlamında bir yaklaşım. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(1), 29-42.

Polat, Ü. (2022). Eski uygurcada ağız, ig, kegen, kem, tikiğ, toğa "hastalık, ağrı, sızı": soklık: hırs, hastalıkların en şiddetlisidir. *TURÜK Uluslararası Dil, Edebiyat ve Halkbilimi Araştırmaları Dergisi*, 10(29), 129-149.

Rawls, J. (2009). *A theory of justice*. Harvard University Press.

Sarıyer, N. (2011). Hayırsever tüketici davranışı: Çanakkale örneği. *Girişimcilik ve Kalkınma Dergisi*, 6(2), 255-268.

Sayın, E. (2022). Tasavvufî düşüncenin modernizmin ürettiği psiko-sosyal düşünce akımlarına karşı alternatif anlayış tarzları. *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 22(2), 308-324.

Seligman, M., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.

Seyhan, B. Y. (2015). *Dindarlık ve kişilik açısından sabır*. Emin Yayınları.

Seymen Çakar, A. (2013). Adalet mülkün temeli midir? *Türkiye Barolar Birliği Dergisi*, 106, 261-276.

Sinclair, S., Bouchal, S. R., Chochinov, H., Hagen, N., & McClement, S. (2012). Spiritual care: how to do it. *BMJ Supportive & Palliative Care*, 2(4), 319-327.

Solmaz, S. (2021). En büyük kâr “sabır”. *Akademik Dil ve Edebiyat Dergisi*, 5(4), 1646-1667.

Şeker, Ş. (2022). *Göçmenlere değer odaklı manevi güçlenme ve bakım programının uygulanması: Almanya örneği*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Tavşancıl, E., & Aslan, A. E. (2001). *İçerik analizi ve uygulama örnekleri*. Epsilon Yayınları.

TDK. (2024). *Hırs*. <https://sozluk.gov.tr>.

Tel, M. (2020). İyilik ve spor. *Spor Eğitim Dergisi*, 4(2), 42-52.

Tsang, J. A. (2006). The effects of helper intention on gratitude and indebtedness. *Motivation and Emotion*, 30, 198-204.

Tunç, S. (2011). Mesnevi’de rahmet kapısını kapatan hırs. *Selçuk Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 25, 157-180

Wood, A. M., Maltby, J., Gillett, R., Linley, P. A., & Joseph, S. (2008). The role of gratitude in the development of social support, stress, and depression: Two longitudinal studies. *Journal of Research in Personality*, 42(4), 854-871.

Yaşaroğlu, M. K. (2015). Gönülden gelen paylaşım: Bir iyilik türü olarak cömertlik ve infak. [içinde] *İyilik -Bu Ramazan ve Her Zaman*. Ed. Y. Salman. (ss. 81-100). DİB Yayınları.

Yüksel, A. Ş. (2011). *Psikoterapötik bir teknik olarak hikâye ile tedavi: Mevlânâ'nın Mesnevi'si örneği*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.