



"Allah'tan bağımsız anlam arayışlarının gideceği bir yer yok. Allah yoksa anlam da yok!"

Bu ayki kapak konumuzun muhtevası; pozitif psikoloji, psikoloji, psikiyatri, ilm-i nefis vb. alanlardan müteşekkil idi. İbn Haldun Üniversitesi Psikoloji Bölüm Başkanı Prof. Dr. Meda'im Yanık, aradığımız en ideal isimdi bizim için. Kendisi hem çok iyi bir psikiyatrist hem çok iyi bir psikolog hem de çok iyi bir Müslüman olduğuna şahit olduğumuz bir isim... Mevzubahis konularda konuşmadığımız bir nokta kalmadı. Elbette bu ve benzeri konular çok uzun uzadıya anlatılabilecek konulardır ama "Bu işin özü nedir?" diye genel bir soru sorulduğunda alacağınız cevaplar röportajımızda... ▶ 36

ÖZEL
RÖPORTAJ

Açık Medeniyet "Dergilik"te...

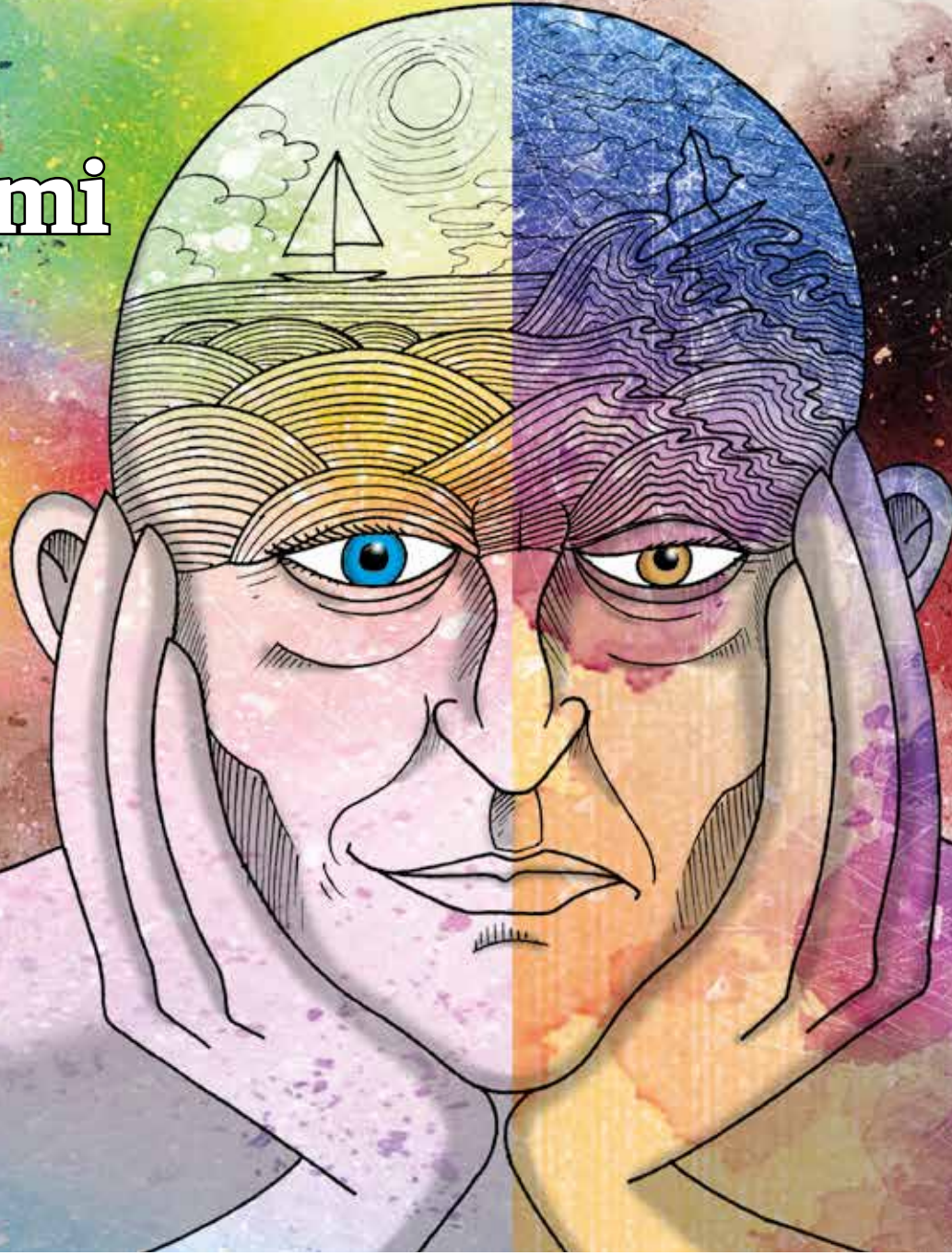
Gazetemizi bundan böyle Turkcell'in Dergilik uygulamasından takip edebilirsiniz... Hem de tüm geçmiş sayılarıyla birlikte...



açık medeniyet



Pozitif psikoloji mi negatif psikoloji mi?



Hakkı Öcal
Güzel bakan güzel görür

▶ 3

Noraini M. Noor
Religion and women's well-being



▶ 16



Tayfun Doğan
Hayatın anlamı ve pozitif psikoloji

▶ 26

Muhyiddin Şekûr'a göre tasavvuf ve psikoloji

Psikoloji, tasavvufa nüfuz edemez. Tasavvuf; çok daha kadim, çok daha eski, çok daha bütün bir şey. Kıyas götürecek bir şey değil. İmam Gazzâlî Hazretleri koşullu öğrenmeyle ilgili bilgileri Pavlov'dan 1000 yıl önce söylemiştir. Fakat psikolojinin şöyle bir avantajı var. Psikolojiyle ilgilenen kişiler bir potansiyel taşır. Çünkü psikolojinin alanı da kendini keşif sürecidir.



Muhyiddin Şekûr

▶ 20



Malik Badri

"Happiness: A repressed concept in Western psychological thought

Happiness is a deeper and much more complex phenomenon than the definitions given for it in Western dictionaries and academic references. All of these sources speak about the happy-go-lucky kind of momentary joy of gladness because of a fortunate or lucky incident.

▶ 10

دراسة.. التفكير بإيجابية يساعد الحوامل علي إنجاب أطفال متفوقين في الرياضيات والعلوم

▶ 13

Gazetenizle birlikte Açık Kitap eki ve Hasan Aycın çizgi posterini hediye...



İSMET ADEMİYYETLEDİR

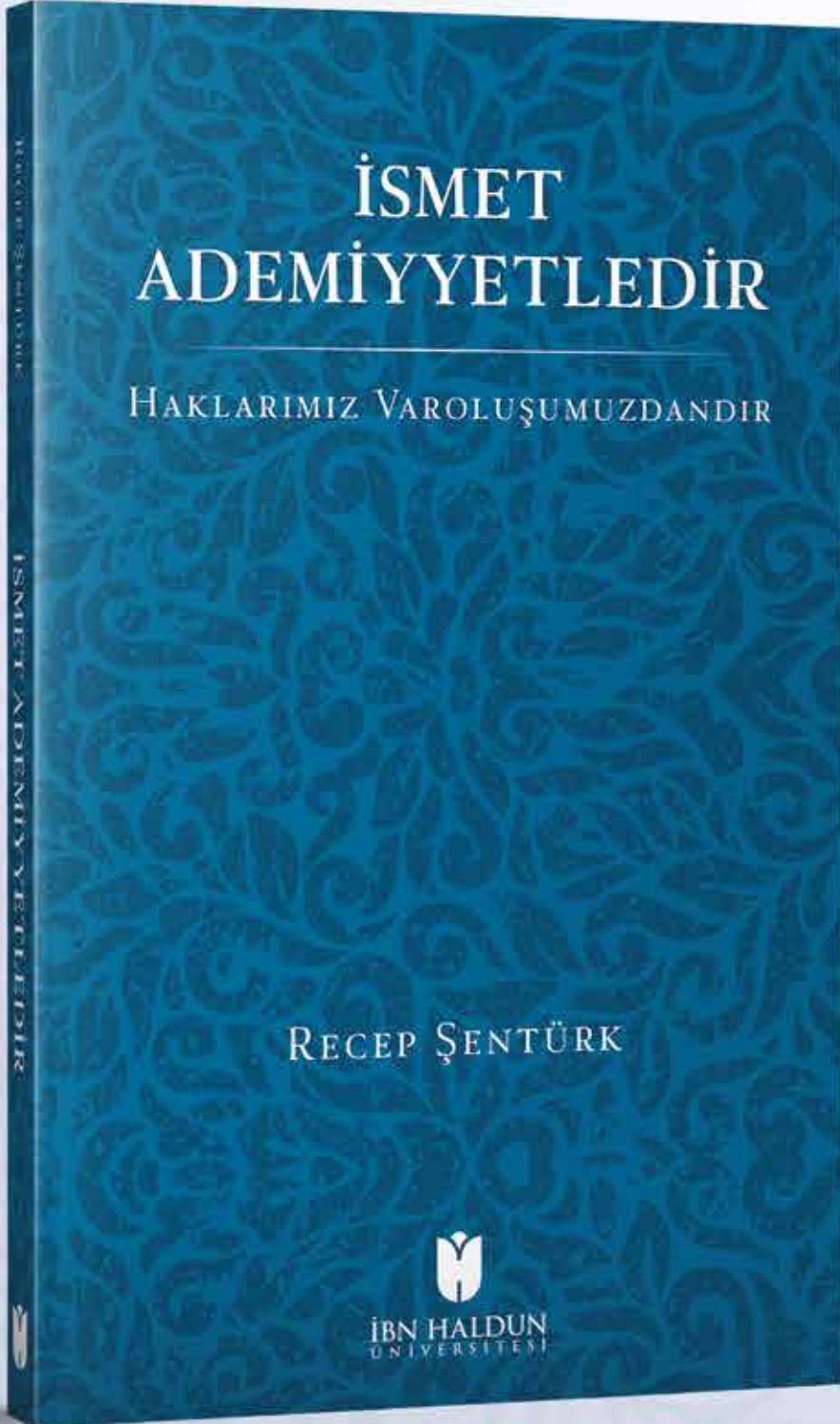
HAKLARIMIZ VAROLUŞUMUZDANDIR

RECEP ŞENTÜRK



İBN HALDUN
ÜNİVERSİTESİ
YAYINLARI

"Fikrî Bağımsızlık"



Günümüzde "ismet ademiyetledir" ilkesinde ifadesini bulan evrensel İslâm ve insan hakları anlayışı artık unutulmuştur. Bunu yeniden diriltmeye hem Müslümanlara hem de tüm dünya insanlarına yeniden anlatmaya acil ihtiyaç vardır. Maalesef on dört asır boyunca Hindistan'dan, Balkanlara ve Endülü's'e kadar geniş bir coğrafyada uygulanan ve oralarda yaşayan tüm insanlara mezhep, din, ırk ve cinsiyet ayrımı yapmadan adalet, barış ve huzur içinde yaşamayı mümkün kılan bu anlayışı artık hiçbir grup veya kurum tarafından temsil edilmektedir. Bu durum sadece İslâm için değil tüm beşeriyet için büyük bir kayıptır.

Günümüzde hem İslam dünyasında hem de dünyanın tüm coğrafyalarında "ismet ademiyetledir" ilkesine son derece ihtiyaç vardır. Bu gün yaşadığımız bir çok zulüm, ayrımcılık, ırkçılık ve adaletsizliğin temelinde böyle bir ilkenin unutulmuş olması yatmaktadır.

144 Sayfa • 13,5 x 21 cm • Karton Kapak

YAKINDA

Güzel bakan güzel görür

HAKKI ÖCAL *



Bizim evde psikoloji en başköşede yer tutmuştur. Bu sözümün ontolojik önemini, karısı veya kocası psikolog/psikiyatr olan okuyucularımız kadar kimse takdir edemez.

Hele benim gibi eşinin lisans, lisansüstü ve doktora çalışmalarında, her türlü test, teşhis ve tedavi teşebbüslerine hedef olmuş kişiler, konunun epistemolojik önemini de fark edeceklerdir.

Bu konuyu burada bırakalım ve İHÜ bünyesinde bir psikolog/psikiyatr eşleri sosyal etkinlik kulübü kurulursa, meseleyi tartışmaya orada devam edelim!

Şaka bir tarafa; psikoloji-psikiyatri bilim dalı, İkinci Dünya Savaşına kadar akıl hastalıkları tedavi etme, normal yaşam kalitesini artırma ve normalüstü becerileri olan bireyleri ortaya çıkartarak onların bu yeteneklerinin yararlı bir şekilde kullanılmasını sağlama gibi dar bir alana hapsedilmişti. Belki de İkinci Dünya Savaşı ateşinin tarumar ettiği dünyada bu işlevlerden birincisi çok önem kazandığı için, son iki alan ciddi şekilde ihmale uğradı. Bunun psikoloji lisans eğitimindeki etkisini, diğer iki alanın uğradığı ihmalin kötü sonuçlarının giderilmesi için öğrencilere yapılan müfredat ve müfredat dışı—tabir yerinde ise—baskının birinci elden tanıdığı oldum.

Özellikle ABD'deki psikoloji araştırmalarının tedaviden önce, bir tür koruyucu hekimlik çabası olarak

niteleyebileceğimiz çabalara doğru kaydığını, sıradan bir kişinin bile gözlemlemesinin mümkün olduğunu söylemek isterim. Psikoloji bilimi de psikologlar da "Hastalık Modeli" denen bu çıkmazdan kurtuldular; dikkatlerini insanlar hastalanmadan yapılacak "olumlu" işlere çevirdiler. Artık "Psikoloğa gidiyorum!" diyen dostumuza, "Neyin var?" diye sormuyoruz. Psikolog görmek için insanın illa bir şeyi, bir hastalığı olması gerekmiyor.

Eşimin; 50 yıllık bir gazetecilik yaşamının sonunda her şeyin altında bir kötülük, her köşede bir hin-oğlu-hinlik aramayı hayat tarzı olarak benimsemiş olan bendenize sık sık yaptığı bir uyarıyı, bir tavsiyeyi sizinle paylaşmak isterim:

"Nasıl ki başka birinin sana söylediği olumlu-olumsuz bir sözü kulağın (beynin) duyuyor, zihnin işleminden geçiriyor ve sonuçta sana bir etki yapıyorsa, aynen o şekilde kendi kendine söylediğin olumlu-olumsuz bir ifade de seni etkiliyor. Olumlu konuş kendinle. Olumlu bak başına gelenlere... Kendini olumlu etkile!"

Klasik örnektir: "Değişmez bir kural olarak başıma ama sadece benim başıma ve daima kötü bir şey gelir." Bu bir öğrenilmiş kötücüllük: "Daima, değişmez bir kural olarak ve şahsen beni bulur kötü şeyler!"

Kötü şeylerin sizi bulması diye bir yasa yok; bu değişmez de değil. Sizin bir hatanız veya başka birinin ihmali söz konusu. Örneğin otomobilinizi kötü yere park ettiğiniz için, aracınıza çarpmışlardır mesela. Bu sadece sizin başınıza gelmiyor ki! Ayrıca hayatınızda ilk kez belki aracınıza çarpılıyor. Sigortanız da var, şükür ki!

Özetle dünya yıkılmadı ve siz altında kalmadınız. Özetle, "Hoşça bak zatına..." Şeyh Galib'in dediği gibi, ki dünyayı pozitif göresin.

* İbn Haldun Üniversitesi Rektör Danışmanı ve Medya ve İletişim Bölümü.

Türkiye'de yayımlanan kitap sayısı artıyor



Türkiye genelinde geçen yıl 61 bin 265 kitap yayımlandı. Geçen yıl yayımlanan toplam materyal sayısı da önceki yıla göre yüzde 11,3 artarak 67 bin 135'e ulaştı.

Türkiye İstatistik Kurumu tarafından geçen yıla ilişkin uluslararası standart kitap numarası (ISBN) istatistikleri açıklandı.

Buna göre, yayımlanan materyallerin sayısı 2018'de bir önceki yıla göre yüzde 11,3 artarak 67 bin 135'i bulurken, kitap sayısı ise 61 bin 265 olarak kayıtlara geçti.

Özel sektör tarafından yayımlanan materyal sayısı geçen yıl yüzde 10,7 artışla 61 bin 607 oldu. Bu dönemdeki materyallerin yüzde 91,8'i özel sektör, yüzde 5,8'i kamu ve eğitim kurumları, yüzde 2,5'i de sivil toplum kuruluşları tarafından yayımlandı.

Yayıncılar tarafından geçen yıl 61 bin 265 kitap, 391 elektronik kitap (DVD, VCD, CD), 5 bin 177 web tabanlı elektronik kitap, 28 konuşan kitap (kaset, CD, DVD) ve 274 diğer olmak üzere toplam 67 bin 135 materyal için ISBN alındı.

En fazla artış akademik materyallerde

Konularına göre incelendiğinde, 2018'deki materyallerin yüzde 32,2'si eğitim, yüzde 17,4'ü yetişkin kültür, yüzde 16'sı akademik, yüzde 15,8'i yetişkin kurgu edebiyat, yüzde 13,9'u çocuk ve ilk gençlik, yüzde 4,7'si inanç alanlarında yayımlandı.

Akademik materyallerin sayısı 2018'de, önceki yıla göre yüzde 32 artarak 10 bin 751'e ulaşırken, eğitim alanındaki eserler de yüzde 26,1 artışla 21 bin 628 oldu.

Yayımlanan materyallerin yüzde 92,1'inin dilinin Türkçe, yüzde 4,7'sinin İngilizce, yüzde 3,2'sinin ise diğer diller olduğu belirlendi.

Tarihi Andaval Kilisesi turizme kazandırıldı

Hristiyanların kutsal hac yolu üzerinde bulunan ve 1977'de meydana gelen patlamada büyük bölümü zarar gören Andaval Kilisesinde restorasyon çalışmaları tamamlandı.

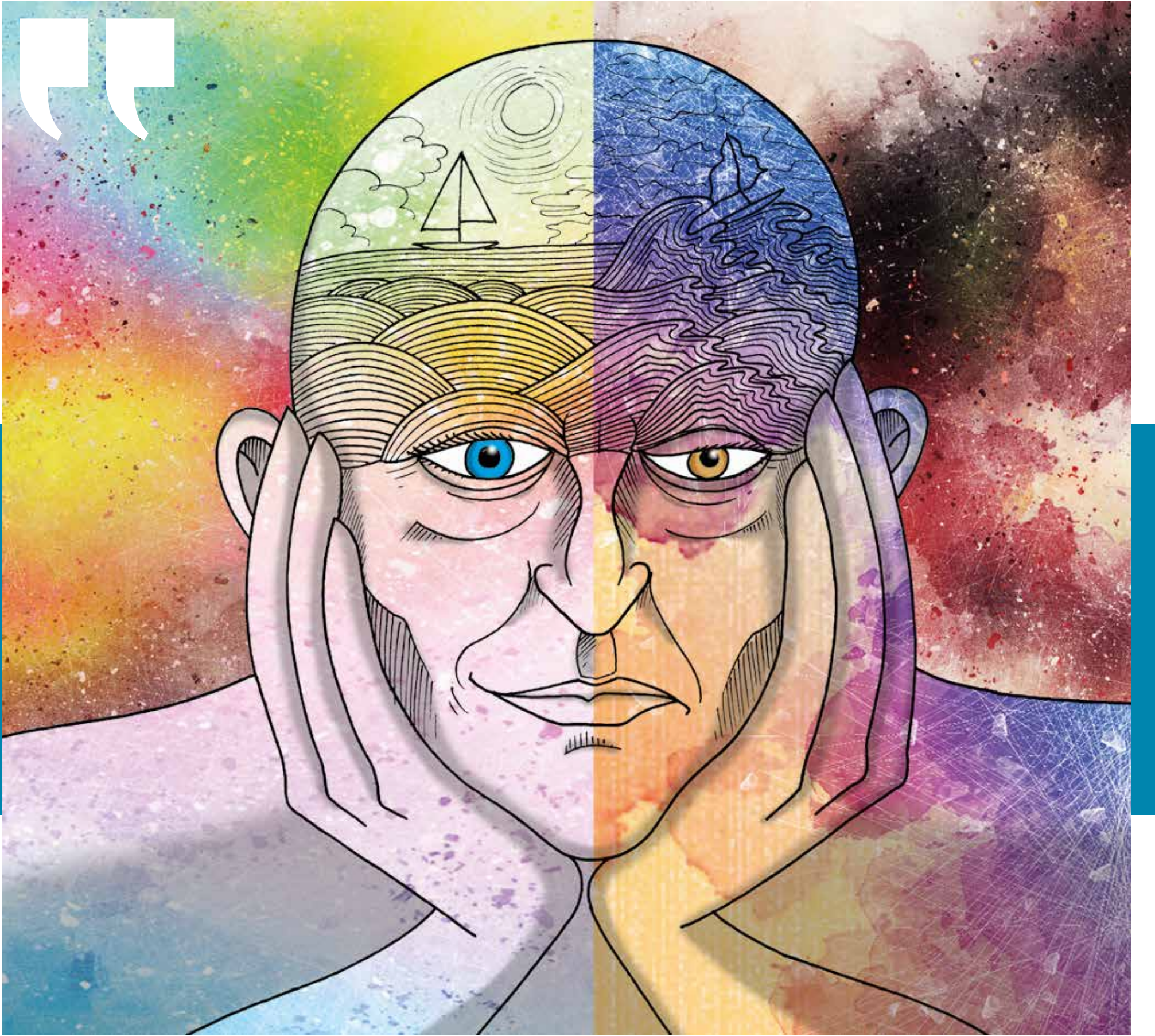
Niğde Valisi Yılmaz Şimşek, merkez Aktaş beldesindeki ören yeri ve kilisenin açılışında yaptığı konuşmada, kentin tarım ve sanayisinin yanında turizmde de büyük

potansiyeli olduğunu söyledi. Şimşek, "Bu ören yerinin açılmasıyla Gümüşler Manastırından sonra Niğde ikinci bir ören yerine kavuşacak, bu anlamda ziyaretçiler için alternatif bir ziyaret noktası olacaktır." dedi. Merkez Aktaş beldesinde, Roma İmparatoru Konstantin'in annesi Helena adına 6. yüzyılda yaptırılan ve 1977 yılında meydana gelen patlamayla büyük bölümü zarar gören

kilisede, 1996 yılında kazı ve restorasyon çalışmalarına başlandı. Kilisede yaklaşık 23 yıldır devam eden çalışmalarla çevre düzenlemesi, ziyaretçiler için yürüyüş yolu yapıldı.

Duvarlarında Hz. İsa'nın (a.s.) hayatından kesitler bulunan kilise, zamanında Fransa'nın Bordo kentinden başlayıp Kudüs'e kadar uzanan kutsal hac yolunda bulunuyordu.





Pozitif psikoloji mi negatif psikoloji mi?



Üzeyir Ok *

Pozitif psikoloji denince ilk akla gelen isim kuşkusuz Martin Seligman'dır. Seligman, doğrudan bu akımın kurucusu olarak takdim edilir. Dolayısıyla pozitif psikolojiyi onun bakış açısından sunmak en az riskli iş olabilir. Seligman'ın pozitif psikoloji çalışmasına yol açan psikolojinin tarihiyle ilgili gözlemi şöyledir:

Psikoloji, özellikle 1945'lerden sonra insanlardaki ruhsal hastalıkları ve hasarları onarma ve iyileştirme işine ağırlık vermeye başlamıştır. Ruhsal hastalıklarla uğraşan psikoloji; böylece insanı ruhsal bakımdan sağlıklı ve mutlu yapan ve onlara doyum veren bölümünü bir kenara atmış olmaktadır. Psikoloji, kendini adeta sağlığın bir alt alanı olarak görmeye başlamıştı. Oysa psikoloji, hem hastalıkları anlayarak ondan kaçınmayı öğrenebilir hem de ruhsal bakımdan güçlü ve mutlu insanın özelliklerini öğrenerek onun güçlenmesine katkıda bulunabilirdi. Pozitif psikolojinin çıkış noktası budur. Yani Seligman ve arkadaşları psikoloji akımının psikolojiyi daha ziyade hastalık modeli üzerinden ele almasının ortaya çıkardığı boşluğu, insanı güçlü yapan sağlıklı özelliklerinin ne olduğunu ele alarak doldurmak ve konuyu dengelemek istemelerinden doğmuştur.

Pozitif psikoloji nedir?

İyi olma hâli, başarılı bir şekilde gelişmenin bir ürünüdür. İnsanı güdüleyen şey gelişme (*flourishing - gelişip serpilme*) arzusu olarak isimlendirilir ve bu da "bir pozitif ruh sağlığı durumu olarak, olgunlaşma, maddî refahı artırma, ruhsal bozukluktan uzak biçimde yaşam mücadelesinde başarı gösterme, duygusal bakımdan güçlü olma ve özel ve sosyal alanlarda etkili olma, öz saygısı yüksek olma, iyimserlik, dayanıklılık, güçlü/aktif/enerjik olma, davranışlarını kendisi belirleyici olma ve pozitif ilişkiler kurma gibi kelimelerle dile getirilir. Bu türden gelişme gösterenler eğitimde başarılı olur, yaşamları için iyi hedefler koyabilir, yüksek öz kontrol ve zorluklarla mücadele ruhuna sahip olurlar.

Pozitif psikoloji; bir insanın kendi donanım, imkân ve potansiyeli çerçevesinde ulaşabilecek olduğu en üst düzeyde yüksek kaliteli bir yaşama, kendine ve çevresindeki insanlara yararlı hâle gelecek koşullara nasıl ulaşabileceğini ele alan bir yaklaşımdır.

Demek ki pozitif psikoloji, insanların zevk ve doyum aldığı bir hayatı yaşayabilmeleri için gerekli güç kaynaklarını, bunların nasıl işlediğini ve bunları başka hangi faktörlerin etkilediğini anlamaya çalışmaktadır. Pozitif psikoloji, sadece insanların değil grupların ve kurumların gelişmesine ve üst düzeyde işlevde bulunmasına katkıda bulunan süreçlerin ve koşulların ne olduğunu da araştırır. Kısaca, pozitif psikolojinin amacı ruhsal bozukluğu iyileştirme amacının yanında insanların daha verimli ve doyurucu yaşamlarına yardımcı olmak, onların yeteneklerini belirleyip gelişmesini desteklemektir.

Seligman, insanların en üst düzeyde doyum almış olarak yaşamlarını ifade etmek için mutluluk (*happiness*) kelimesini yetersiz bulur. Nedeni şudur: Mutluluk, neşeli (*cheerful*) olma duygu durumunu ifade eder. Yani mutluluk sadece pozitif duyguları içerir. Mutlu olmak çoğu kez anlıktır, bilemedin dönemlidir. Mutlulukta olumlu duygular biraz insanın nefesine hoş gelen şeylerden ibarettir. Mutluluk, böyle anlaşılırsa örneğin dışa dönük ve sosyal ortamlarda sürekli neşeli gözüken insanlar pozitif duygu bakımından içe dönüklerden daha avantajlı görülür ama şevkle iş yapmayı ve yaptığını anlamlandırmayı mutluluğun içine eklersek o zaman sadece dışa dönükler değil aynı zamanda içe dönükler de hayattan memnun olanlar kervanına katılmış olurlar.

Sonuçta Seligman, mutluluk yerine iyi olma hâli yani "*wellbeing*" kelimesini tercih eder. Buna göre iyi olma hâline odaklanan pozitif psikolojinin amacı pozitif duyguyu, şevkle iş yapmayı (*ki ben ona kendini işe kaptırma veya kısaca kaptırma diyeceğim*), yaşamı anlamlandırmayı, insanlarla olumlu ilişkiler kurmayı ve bir işi başarmaktan elde edilen doyumunu kapsamış olmaktadır.

Pozitif psikolojinin konu/konuları nedir?

Pozitif psikoloji; iyilik hâli, öznel olarak (*geçmişle ilgili*) mutluluk ve doyum, (*geleceğe yönelik*) ümit ve iyimserlik ve (*şimdiki hâldeki*) kaptırma ve mutluluk gibi değerli görülen bireysel deneyimleri ele alır. Bireysel düzeyde sevme ve çalışma kapasitesi, cesaret, kişilerarası beceri, estetik duyarlılık, sebat, bağışlama, orijinallik, gelecek yönelimlilik, maneviyat, üstün yetenek ve erdem gibi olumlu bireysel güçlendirici özellikleri konu edinir. Grup düzeyinde ise bireyleri; sorumluluk, ilgi-bakım, diğerkâmlık, medeni olma, aşırılıklardan kaçınma, hoşgörü ve iş ahlakı gibi daha iyi vatandaşlar yapan medeni erdemlere ulaştırır. Pozitif psikoloji; iyi oluşu, mutluluğu, kaptırmayı, kişisel sağlımlıkları, erdemi, yaratıcılığı, imgelemeyi ve grupların ve kurumların özelliklerini ele alır. Kısaca bireyleri ve toplulukları geliştiren onları güçlendiren konuları ele alır.

Pozitif psikolojinin tarihi...

Pozitif psikolojinin kurucusu Martin E. P. Seligman olarak gösterilir. 1999'da APA'nın başkanı olarak yaptığı bir konuşmada gündeminin mevcut psikopatoloji güdümlü psikolojinin gidişatını düzeltmek olduğunu belirtmiştir. Ardından, pozitif psikoloji bu tarihten sonra hızla gelişti. Konuyla ilgili bilimsel toplantılar düzenlendi. Dünyada lisans düzeyinde yüzlerce pozitif psikoloji dersi okutulmakta ve uygulamalı mastır programları açılmıştır. Akım, 2006'da Journal of Positive Psychology adıyla kendi hakemli dergisini çıkarmıştır.

Aslında pozitif psikoloji hep vardı ancak bütüncül ve birbiriyle entegre hâlinde oluşu bu dönemdeki kadar bilinip yeterince takdir edilmemiştir. Bununla birlikte bugünkü pozitif psikolojinin temel başarısı şimdiye kadar hayatı yaşamayı değerli kılan şeyler olarak bildiklerimizi bir araya getirmek, güçlendirmek ve sistemli hâle getirerek ayağa kaldırmak olmuştur.

Örneğin genel anlamda pozitif psikoloji Rogers'ın (1961) tam olarak işlev gören kişi ve Maslow'un kendini gerçekleştirme ve sağlıklı bireyler (1968) kavramlarının

da olduğu gibi hümanistlik psikolojinin yaygın bir ilgi alanı olmuştur. Hatta aşağıda Maslow'un psikolojinin hastalık ve işlev bozukluğu ile ilgilenmesi konusundaki ifadesi 1954'te dile getirilmiştir:

Şimdiye kadar psikoloji pozitif konulardan ziyade olumsuzluklar üzerinde başarılı olmuştur. Daha çok insanların eksiklikleri, hastalıkları, günahları üzerinde daha az bir şekilde de onların potansiyelleri, erdemleri ve başarılabili ümitleri veya tam psikolojik donanımları üzerinde durmuştur. Sanki psikoloji, kendini gönüllü bir biçimde insanın iki bölümünden sadece karanlık ve hastalıklı yönüyle sınırlamıştır.

Mutluluk...

Pozitif psikoloji; gerçek mutluluğu, hedonic (*hazcı*) ve eudemonic iyiliğin bir karışımı olarak almıştır. Hazcı mutluluk, öznel yaşam doyumunun yanında yüksek düzeyde pozitif duyguyu ve düşük düzeyde de negatif duyguyu kapsarken, eudemonic iyilik hâli ise yaşamda anlam ve amaç oluşturmayı önceler ve insan potansiyelinin gerçekleştirilmesini hedefler. Zira mutluluk ve iyi yaşam sadece zevk (*pleasure*) deneyiminden ibaret olamaz.

Bu da insanların davranışlarının onların gerçek benliğini geliştirmeye yönelik olması, yaptıklarını kendi içinde değerli olduklarına inanarak yapması ve kişinin kendinden daha geniş olan kurumlara ait olmak ve onlara hizmet etmek gibi kendi köklü değerleriyle uyumlu olduğunda gerçekleşir. Böylece Seligman'a göre mutluluk, zevk verici bir yaşam ile içinde kendini kaptırma ve anlamın yer aldığı bir yaşamın birleşmesinden oluşmaktadır.



Pozitif psikoloji; bir insanın kendi donanım, imkân ve potansiyeli çerçevesinde ulaşabilecek olduğu en üst düzeyde yüksek kaliteli bir yaşama, kendine ve çevresindeki insanlara yararlı hâle gelecek koşullara nasıl ulaşabileceğini ele alan bir yaklaşımdır. .





Pozitif psikolojide ruhsal hâli iyi olan insanların özellikleri nelerdir?

Seligman, kuramını oluşturmaya 2002'de mutluluğun üç unsuru olduğunu dile getirerek başlamıştır.

(1) Olumlu duygu: Bu; keyif, yoğun zevk, kendinden geçme, sıcaklık, rahatlık vb. gibi kısaca "keyifli yaşam"ı betimleyen daha çok hazcı yönü ağır basan kavramlardan oluşmaktadır. Mutlu (*pleasant*) yaşam, yüksek düzeyde pozitif duygu ve doyum içermektedir. Burada daha ziyade kısa vadeli yüksek pozitif duyguların (*hazcı*) varlığı söz konusudur.

(2) Kaptırma/sürüklenme/kendinden geçme (*engagement, flow*): İyi yaşam; sürekli ele aldığın konuya kendini kaptırmayı, meşguliyeti ve yaparken kendinden geçmeyi içerir. Müzikle bütünleşme, zamanın durması, sürükleyici bir etkinlik sırasında ben-farkındalığını yitirme bunun örneklerinden sayılır. Kısaca "sürükleyici yaşam" olarak da nitelendirilebilir. Kaptırmada o anda ilgilendiğiniz şeyle veya nesneyle bütünleşme söz konusudur. Kaptırma esnasındaki dikkatin yoğunluğu, duygu ve düşünceyi oluşturan bilişsel ve duygusal kaynakları etkisi altına almaktadır. Görüldüğü gibi bu, yukarıda geçen pozitif duyguyla aynı anlama gelmemektedir.

Kaptırma deneyiminin iş ortamında oluşabilmesi için birtakım özellikler gereklidir. Kaptırma oluşabilmesi için insanlara sunulan aktivitenin hedefleri belirli (*kuralları ve açık çerçevesi olan*) biçimde yapılandırılmış olması ve katılımcıların ihtiyaç hâlinde anlık geri bildirim alması gerekir (*belirsizlikler stresin en önemli kaynağıdır bu arada*). İkincisi beceri ile iş zorluğu arasında ince bir denge olması gerekir. Aşırı zorluk kaygıya yol açarken; iş, çok basit olunca da sıkıcı olur. Hem beceri hem de zorluk olmayınca (*oturup TV izlemek gibi*) insanlarda apati (*ilgisizlik, isteksizlik*) oluşur. Üçüncüsü, tam bir konsantrasyon sağlanabilmelidir. Bütün dikkatler iş üstündedir. Dördüncüsü, yapılanlar üzerinde bir kontrol duygusu olmalıdır. Beşinci kural ise zaman akımı dakikalar geçmiş gibi zannederken saatlerin geçmiş olmasıdır. Altıncı ve son olarak ise kişinin içsel merak, sebat, az ben merkezlilik, içsel ödül ile güdülenmiş olmak gibi kişilik özellikleri sergilemesidir.

(3) Anlam: Çok sevdiğiniz bir oyun oynarken kendinizden geçebilirsiniz. Ancak oyundan ayrıлып aynaya baktığınızda kendinizi ölünceye kadar oyalanıp duran biri olduğunuzu düşünüp kaygılanabilirsiniz. Yani insan; hayatında, bir anlam ve amaç arar. Anamlı yaşam, kendinden büyük olduğuna inandığın bir şeye ait hissetmek ve ona hizmet etmek demektir. Din, politik partiler, çevreciler, aile vb. kurumlar bu amaca aracılık edebilirler.

Buraya kadar anlatılanlardan son ikisi eudaimonia şemsiyesi altındadır. Eudaimonic olan uzun vadede anlam ve değer duygusu verir. Seligman bu üç kavrama sonradan iki kavram daha katar: Başarma ve olumlu ilişkiler.

(4) Başarma: Başarı; tamamlama, kazanma, bir işi iyi yapma anlamına gelir. Sadece kazanmaya yönelik bir başarma güdüsü değildir. Örneğin bir oyunu sa-

dece kazanma amaçlı değil kaptırma ve pozitif duygu amaçlı oynayanlar kaybetse de bundan doyum alabilirler. Başarmak için başarmak, başarıya yönelimli yaşayanlar kendilerini yaptıklarına kaptırırlar, başardıklarında zevk alırlar, bunu daha yüksek bir amaca hizmet olarak yaparlar (*örn. Allah için, Allah yardım etti, çocuklarımızın geleceği için vb. ifadeler*).

(5) Pozitif ilişkiler: Pozitif psikolojinin konusu iki kelimeyle özetlenmesi gerekirse bu, "diğer insanlar" şeklindedir. Pozitif psikolojide yalnızken olan nadirdir. Diğer bütün unsurlar (*pozitif duygu, kaptırma, anlam, başarı*) diğer insanların bulunduğu çevrede gerçekleşir. Sağlıklı ilişkiler hayatın bütün olumsuzlukları için panzehirdir. Başkasına yardım etmenin insanın iyilik hâlini artırdığına dair bilim insanlarının bilimsel olarak gösterdiği en güvenli delildir.

Uygulamalı pozitif psikoloji ve pozitif psikoterapi

Uygulamalı pozitif psikoloji, insanların mevcut iyilik hâlini daha da iyileştirme ve yaşamın zorluklarına karşı güçlendirme bilimi ve uygulaması olarak görülür. Önleme ve terapötik sürecin niteliği pozitif psikoterapinin içeriğini oluşturabilir. Pozitif psikoloji, danışanda yukarıda geçen özellikleri geliştirmeye çalışır. Örneğin minnet duygusu ile ilgili Seligman'ın önerdiği bir egzersiz: Yıllar önce sana iyilik yapan ve hayatını etkileyen birine otur bir mektup yaz, o kişiyi bul ve sohbet sırasında bu mektubu ona oku. Bu etkinliğin bir ay boyunca sizi daha az depresif yapacağını göreceksiniz.

Yine örneğin yarın biri (*leri*)ne beklenmediği bir iyilik yapın ve bunun duygu durumunuzu nasıl güzelleştirdiğini gözlemleyin. Hayatınızda sabahın dördünde telefon edip sıkıntınızı anlatabileceğiniz biri varsa, olmayanlardan daha fazla yaşama potansiyeline sahipsiniz demektir.

Terapötik Süreç: Seligman, terapide etkili olan unsurun ümit aşlamak ve önleyici güçlendirmeler geliştirmek olduğuna vurgu yapmıştır. Bunlar da örneğin cesaret, kişilerarası ilişkilerde beceri kazanma, rasyonel düşünmeyi öğrenme, sorunlar konusunda içgörü kazanma, iyimser düşünmeyi öğrenme, dürüst kalma, sebat/sabır/direnmeye alışma, gerçekçi davranma, zevk alma kapasitesini artırma, sorunları başka açılardan ele alma, geleceğe yönelik planlar yapma, amaç edinme, kişinin sorununu anlatması (*narration*) gibi konulardan oluşur. Pozitif psikoloji, özellikle bu konuları ele alabilecek en ilgili disiplinlerden biridir.

Önleme: Ruhsal bozukluklara karşı olumlu özelliklerden oluşan bir dizi önleyiciler bulunmaktadır. Seligman, reddetme/karşı çıkma becerisinin öğrenilmiş iyimserliğin temelini oluşturduğu görüşündedir. Danışanlara düşünme biçimlerinin ne kadar yıkıcı olduğu gösterilmiş ve reddetme becerisine sahip olmaları öğretilmiştir. Sonuçta bunun depresyon ve kaygıyı önlediğini gözlemlemiştir. Ona göre gelecek merkezli düşünen, kişilerarası iletişim becerisi gelişmiş, spordan zevk alan bir gencin uyuşturucu kullanma riski yoktur. Etkili kişilerarası beceri geliştirilmiş, güçlü iş ahlakına sahip ve zorluklar karşısında direnmeyi öğrenen kişinin şizofren olma riski de azalmaktadır. Bu işler birer önlemedir.

Pozitif kurumlar

Pozitif psikoloji, insanın en iyi işlevsel oluşunu geliştiren veya onu engelleyen faktörlerin üzerinde de durur. Bu faktörler; bireyin kendinden, ilişkilerinden, iş ortamından, partiler gibi organizasyonlardan, üniversite gibi kurumlardan, cemaatler gibi içinde yaşanılan topluluklardan ve hayatımızı etkileyen daha geniş sosyal, kültürel ve ekonomik sistemler olabilir. Ailelerle, öğrencilerle ve dini cemaatlerle çalışanların bu güçlü yönleri besleyen ortamları geliştirmeleri beklenir. Sonuçta, başarıya gücü kazanmak ve dayanıklılık (*resilience*) öne çıkmış olmaktadır.

Topluluk bazında, kurumlar daha iyi vatandaş olabilmeleri için bireylere sorumluluk, bakım/ilgi/alaka, diğerkâmlık, medenilik, aşırılıktan kaçınma, tolerans ve iş ahlaki konuları öğretebilir. Pozitif kurumlar; üyelerine yol gösteren, onlara ilham veren, uyumlu değerleri ve felsefeleri sunabilirler ve bu ve benzer sonuçlara ulaşmak için mekanizmaları devreye sokarlar.

Geleceğe yönelik hedefler

Pozitif olanı öne çıkarma ve olumsuz olanla bütünleşme-dengeleme: Pozitif psikoloji bulguları ileri vadede insan deneyiminin olumsuz yönleriyle entegre olma misyonunu sürdürmek için bir zemin oluşturacaktır. Zira geçmişte erdem, minnettarlık, tevazu, yaratıcılık, merak ve duygusal zekâyı çalışan araştırmacılar bu kavramları tek bir zeminde ele almak için çok enerji harcamışlardır.

Pozitif psikoloji pozitif-negatif yönler konusunda bir denge sağlamıştır; psikolojinin farklı alanları arasında iletişim ve anlamayı sağlayacak dil ve yapı sunmuştur. Sonuçta pozitif psikoloji, ruh sağlığı için olumlu ve olumsuz konuları birlikte sentezleyebilir. Hem travmaya ve acı çekmeye hem de varoluşsal konulara nasıl yaklaşılması gerektiğini gösterebilir. Bunun için psikolojinin diğer alanlarıyla bağlantısını sürdürür. Örneğin pozitif psikologlar travma sonrası stres bozukluğunu, travma sonrası gelişme kavramı ile birlikte ele almışlar ve böylece insanın iki yönü de ihmal edilmemiş olmuştur.

Uygulama Alanları Açma: Pozitif psikoloji, kurumsallaşarak günlük yaşamın içinde olan güçlü paydaşlara ve uygulama alanlarına ulaşabilir. Politikacılara, fabrika çalışanlarına, eğitim alanlarına inebilir oranlarda araştırma ve güçlendirme uygulamaları yapabilir.

Betimsel ve "Reçeteci" mi?: Pozitif psikoloji betimsel mi yoksa insanların ruhsal bakımından iyi olmaları için "reçete" mi oluşturmalıdır? Pozitif psikoloji, temelde mutlu olmak için insanların ne yapmaları gerektiğini değil ne yaparak mutlu olduklarını dile getirir (*Seligman/Flourishing*). Betimsel olmak; basitçe tanımlamayı, açıklamayı, bulguları delillendirmeyi gerçekleştirmek demektir. Bu yaklaşım, uygulama konusunda karar vermeyi ve neyin nasıl kullanılması gerektiğini bir tarafa bırakmayı gerektirir. Fakat pozitif psikoloji, isminden de (*pozitif olan iyidir varsayımı*) anlaşılacağı gibi değerlerden arınık değildir. Kuşkusuz bulgulara bağlı öneri ve müdahale sunma olmadan pozitif psikolojinin insanlara faydasından söz etmek mümkün değildir. Ne var ki, pozitif psikoloji gerekli eleştirel düşünmeyi yapmadan "reçete" yazma hatasına ve bir pozitif psikolojik konunun her yerde ve zamanda herkese iyi gelebileceği yanılgısına düşmemelidir.

Son söz niyetine...

Pozitif psikoloji, pozitif ve hedonistik duygularla birlikte anlam ve başarı gibi erdemleri de içinde barındırıyor olsa da temelde insan merkezliliği öne çıkarmaktadır. Bu Carol Ryff'in öznel iyilik modelinde bireysel özgürlük (*otonom*), kişisel gelişim (*personal growth*) ve kendini kabul (*self-acceptance*) kavramları daha da belirgindir. Oysa bazen bireyler sūfi gelenekte olduğu gibi benliklerini benimsedikleri dünya ve yaşam görüşü içinde en üst çekirdek değerde kaybederek (*fena felsefesi*) mutluluğu hedefleyebilmektedirler. Kendilerini değerine emanet bırakabilmektedirler. Batı felsefesinde birey ve onun pozitif duyguları merkezde iken Doğu felsefesinde birey, kendinden daha büyük gördüğü değerde kendini kaybetmek veya manevî algısıyla örtünmek suretiyle kendini bulmaktadır.

Her kültürün ve bağlamın pozitif psikolojisi dağarcığı kendi içinde doğal olarak gelişir. Bizim kültürümüzde de insana güç ve pozitif duygular verecek erdemlerin ruh sağlığı bakımından incelenerek ve bilimsel olarak sağlam biçimde sistemleştirilerek yerel uygulamalı psikolojiye önemli bir katkı sağlayabileceği gibi uluslararası pozitif psikoloji biliminde de katkıda bulunabilir. Bununla birlikte atalardan kalan her şey gelişim için iyi olmayabilir. Kültürel erdem kelime dağarcığında biriken kavramlar zorunlu olarak ruh sağlığı için işlevsel olanlar değil, "idealize" edilmiş olarak ve görülmek istenenler olabilir. Bunlar da vicdanı ve suçluluk duygusunu temsil edebilir ve bireyi bunlara zorlamak gelişmeyi engelleyebilir.

Yararlanılan Kaynaklar

- Seligman, M. (2011). *Flourish*. Australia: William Heinemann
- Seligman, M. E. P. & Csikszentmihalyi (2000). *American Psychologist*, 55, 5-14
- Seligman, M. E. P. (2002). *Positive psychology, positive prevention, and positive therapy*. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (eds.). *Handbook of positive psychology*. Oxford: Oxford University Press.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Oxford: Oxford University Press.
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2002). *The future of positive psychology: A declaration of independence*. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (eds.). *Handbook of positive psychology*. Oxford: Oxford University Press.
- Hefferon, K., & Boniwell, I. (2011). *Positive psychology: Theory, research and application*. Berkshire: Open University Press.
- Linley, P. A., Joseph, S., Harrington, S. & Wood, A. M. (2006). *Positive psychology: past, present, and (possible) future*. *The Journal of Positive Psychology*, 1(1), 3-16.d.

* İbn Haldun Üniversitesi Psikoloji Bölümü.



Pozitif psikoloji; iyilik hâli, öznel olarak (geçmişle ilgili) mutluluk ve doyum, (geleceğe yönelik) ümit ve iyimserlik ve (şimdiki hâldeki) kaptırma ve mutluluk gibi değerli görülen bireysel deneyimleri ele alır. Bireysel düzeyde sevme ve çalışma kapasitesi, cesaret, kişilerarası beceri, estetik duyarlılık, sebat, bağışlama, orijinallik, gelecek yönelimlilik, maneviyat, üstün yetenek ve erdem gibi olumlu bireysel güçlendirici özellikleri konu edinir.



Dünyada ve Türkiye’de pozitif psikolojinin gelişimi



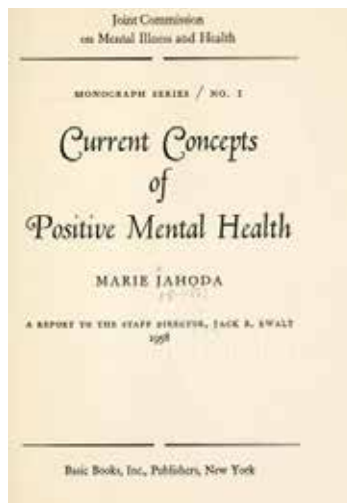
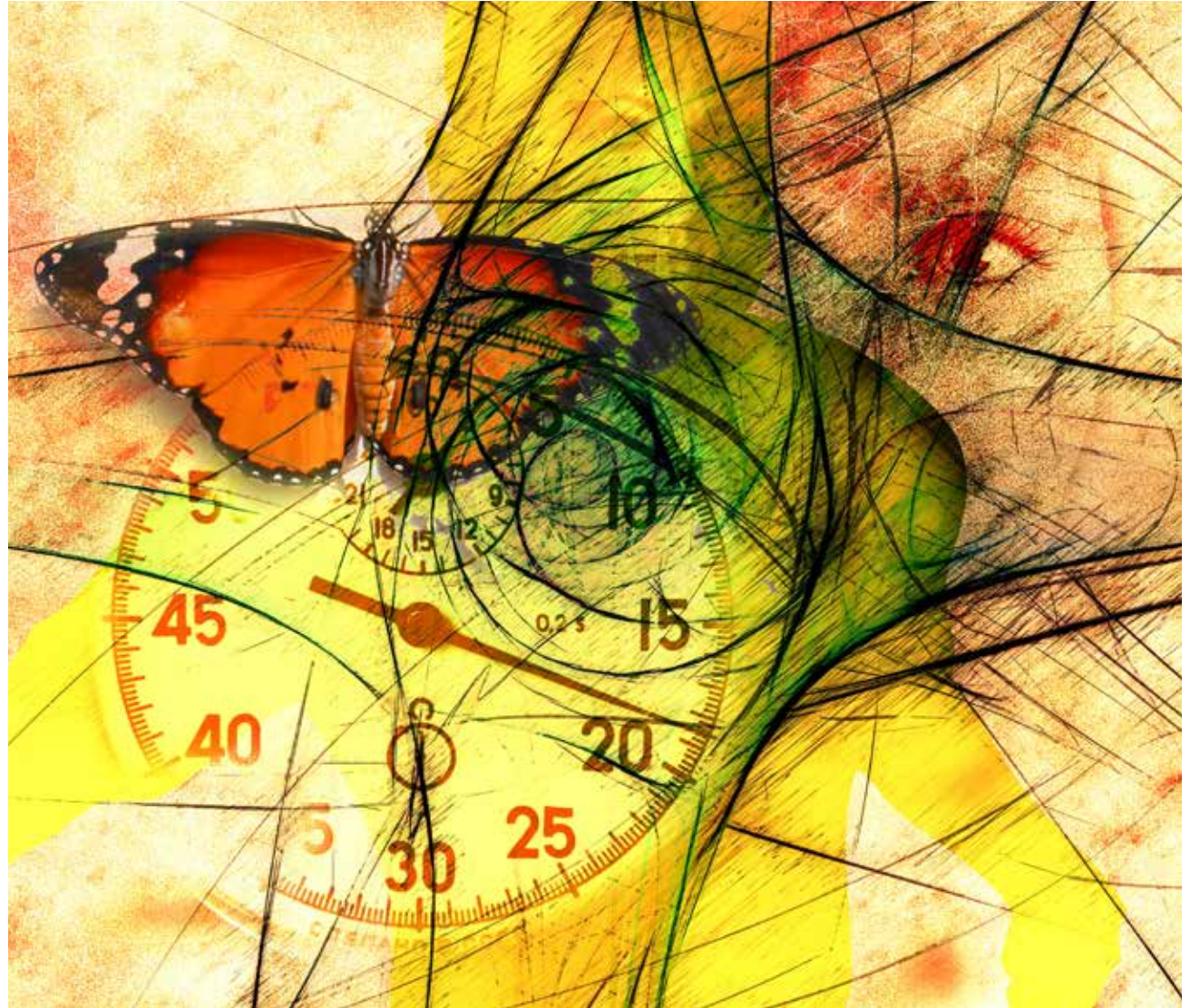
Haber: Tayfun Doğan *

Pozitif psikoloji yaklaşımının başlangıç tarihi 1998 yılına, Prof. Dr. Martin Seligman’ın Amerikan Psikoloji Birliği başkanlığı yaptığı döneme dayanır. Ancak insanların olumlu özelliklerini ve güçlü yanlarını inceleme işi çok daha gerilere gider. Bu konuyla ilgili en çarpıcı ve belki de ilk girişim, psikolojinin dâhi çocuğu William James’in çabalarıdır. Amerikan Psikoloji Birliği Başkanlığı da yapmış olan William James’in (1842-1910), *The Energies of Men (İnsanın Güçleri)* adlı kitabı dikkate değer bir çalışmadır. James, neden bazı insanların kaynaklarını ve tam kapasitelerini kullanabilirken, diğerlerinin bunda başarısız olduğunu sorgulamıştır. Bunu anlamak için de şu iki soruya cevap verilmesi gerektiğini ifade etmiştir: (1) İnsan enerjisinin -gücünün- sınırı nedir?

(2) Bu enerji -güç- nasıl harekete geçirilebilir ve açığa çıkarılabilir ki en iyi şekilde kullanılabilirsin? Henüz psikolojinin yeni yeni modern bir bilim olarak kabul edildiği bir dönemde, böyle bir vizyona ve öngörüye sahip olmak gerçekten takdir edilesi bir durum diye düşünüyorum.

James’in bu girişiminden sonra, uzun süre insanların olumlu yönlerine odaklanan çalışmalarda bir azalma görüyoruz. Ancak 1940’lardan itibaren yeniden bu konularda bir kıpırdanmanın olduğuna şahit oluyoruz. Özellikle bu tarihlerden itibaren ortaya çıkan hümanist psikoloji yaklaşımı da tam olarak insanın olumlu yönlerine ve potansiyellerine odaklanan bir yaklaşımdır. Hümanist yaklaşımın, psikoloji bilimine yaptığı katkı ve getirdiği yeni bakış açısı da paha biçilemez. Hümanist yaklaşımın önde gelen temsilcilerinden Abraham Maslow (1908-1970), “pozitif psikoloji” kavramını ilk kullanan bilim adamıdır. “*Motivasyon ve Kişilik*” (*Motivation and Personality*, 1954) adlı kitabının son bölümünün başlığını “*Pozitif Psikolojiye Doğru*” (*Toward a Positive Psychology*) olarak koymuştur.

Yine bu tarihlerde, pozitif ruh sağlığı alanında önde gelen araştırmacılardan olan Marie Jahoda da (1958) bu konuda “*Pozitif Ruh Sağlığının Güncel*

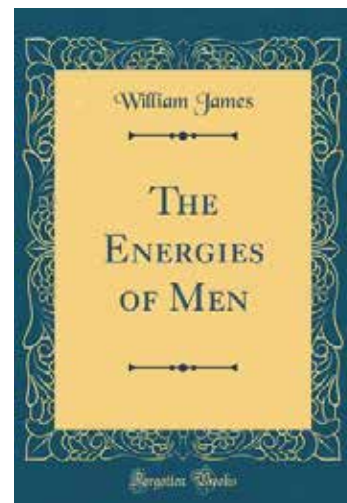


Kavramları” (*Current Concepts of Positive Mental Health*) adlı bir kitap yazmıştır. Yazar söz konusu bu kitabında, bugünkü psikolojik iyi oluş kavramının (*eudaimonic well-being*) temellerini atmıştır.

Bunlara ek olarak Viktor Frankl’ın Logoterapi ekolü ve 90’lara geldiğimizde gündemi ciddi oranda belirleyen duygusal zekâ

çalışmaları da psikoloji tarihi içerisinde pozitif psikolojiyle ilişkili olarak değerlendirilebilir.

Türkiye’ye baktığımızda ise, pozitif psikoloji ile ilgili çalışmalar daha çok Psikolojik Danışma ve Rehberlik bölümlerindeki akademisyenlerin yürüttüğünü görüyoruz. Psikolojik danışma alanının ruhuna uygun olarak, yapılan pek çok çalışmanın ve araştırılan konunun bugün pozitif psikoloji yaklaşımı içerisinde ele alınan



konularla uyduğunu görüyoruz. Örneğin, öz-saygı, umut, iyimserlik, sosyal destek, özgeciliğin ve sosyal-duygusal zekâ gibi konular pek çok araştırmaya ve teze konu olmuştur.

Dünyada pozitif psikoloji yaklaşımının ivme kazanmasıyla birlikte, Türkiye’de de bu konuda girişimler başlamıştır. Konuyla ilgili kitaplar yazılmış, dergiler çıkartılmış ve birçok çeviri kitap yayımlanmıştır. Bunlara ek olarak pek çok üniversitede “*Pozitif Psikoloji*” dersleri müfredata

konulmuştur. Ayrıca Üsküdar Üniversitesi bünyesinde pozitif psikoloji ile ilgili uluslararası kongreler düzenlenmiştir. Avrasya Pozitif Psikoloji Kongresi olarak adlandırılan bu kongrelere akademisyen ve öğrenciler büyük ilgi göstermiştir. Kongrelerde uluslararası alanda pozitif psikolojiye önemli katkılar yapmış bilim insanları konferanslar vermiş, paneller düzenlemiş ve atölye çalışmaları yapmışlardır.

Pozitif psikoloji alanı tanındıkça, bu alana olan ilginin daha da artacağını öngörebiliriz. Daha şimdiden pozitif psikolojinin eğitim alanına, iş yaşamına ve sağlık alanına uygulanması ile ilgili önemli çalışmalar yapıldığını görmekteyiz. İlerleyen süreçte konu üzerinde daha önemli ve yüz güldürücü çalışmalar yapılması dileğimizdir.

* Üsküdar Üniversitesi Psikoloji Bölüm Başkanı.



Multiplex human ontology

RECEP ŞENTÜRK *



My purpose here is to provide my readers with an alternative account of human ontology to the widespread dualistic approach. I aim to convince my readers to differentiate between the mind and soul while sometimes the soul is reduced to the mind. I believe it is a common mistake to do so. I argue otherwise: mind and soul cannot be reduced to each other because they belong to different levels of existence. Because my specific purpose here is to establish the multiplexity of human ontology, I am not going to indulge in the discussion of different levels and their particular roles and interrelations. We need to go beyond the present common dualism between mind and body by including the soul as a third layer of existence. From this perspective, human beings consist of three components and their interrelations: body (*badan*), mind (*dhihn*) and soul (*rûh or qalb*). In the multiplex ontology of Islam, the first two belongs to the physical world, the world of *mulk*, while the latter belongs to the metaphysical world, the world of *malakût*. Thus, a human being belongs to both the material level of existence via the body and to the immaterial level of existence via the soul. The two levels are coupled through the intermediary role of the mind to make up the human being.

Rational and empirical scientific methods may be used to study body and, to a certain extent, the mind as well as their interrelations. However, the soul belongs to the metaphysical world and thus falls beyond the scope of empirical and rational scientific study.

Therefore, in Islamic civilization, neither the medical science which relies on empirical methods nor theology (*kalaam*) which relies on rational methods is concerned with the study of the soul. Instead, Tasawwuf as a discipline is dedicated to specializing in the study of the soul or spiritual heart and its health, the diseases of the heart, their reasons, and the methods to cure them as well as the health of the heart and the ways to gain it.

Both in Islam and the West, theologians, psychologists and psychiatrists explore the body, the mind or both, but Sufis focus exclusively on the spiritual heart, its actions, health and diseases, the system of operation and relations with the body and mind. One can observe that Tasawwuf, as a discipline, adds a new dimension to human ontology and psychology and thus compliments the discipline of Psychology. Tasawwuf focuses on the "health of the heart," which is related but quite different than "psychological health and well-being." Tasawwuf aims healthy health which is the prerequisite for a health reasoning free from the defects caused by the control of excessive desires, attachments and passions emanating from internal and external social, psychological and metaphysical factors (*nafs and Satan*).

The most important internal factor which poses a source of risk to the health of the heart is called *nafs* (*ego, the source of desires and base motivations*) while the most important external source of risk is society and Satan. The demands originating from *nafs*, society and Satan should be filtered

and controlled by intellect which is a function of the spiritual heart. Otherwise, hearts suffer from illnesses and get polluted. Sufis diagnose a heart as ill when it is not controlled completely by intellect. In other words, a healthy, spiritual heart is the one that is controlled by intellect (*which is a faculty of the heart*) but not by *nafs* or the appetitive self.

From the Tasawwuf perspective, intellect (*aql*) and ego or appetitive self (*nafs*) are two faculties of the heart competing for the control of the heart which is the ultimate command center of human beings above the mind, brain and consciousness.

Sufis categorize personality types (*maratib al-nafs*) depending on which force controls a person's heart: It ranges from the one completely controlled by ego to the one completely controlled by intellect and the types in between them which reflect the ongoing conflict for control between intellect and ego. The Sufi practices to purify the heart and aims to subjugate the appetitive self, Satan and social demands completely to the intellect. It is important to notice that social demands are mediated through the appetitive self and Satan. Thus, the health of the heart is different from psychological health but closely related to it.

In conclusion, I will propose that integrating the present psychological research with the Sufi approach as two separate levels with different methodologies within the framework of a multiplex human ontology (*body, mind and soul*) and psychology may have a significant potential for our present understanding of human beings, their actions, health and well-being.

* President of Ibn Haldun University.

"Teröre sanatla cevap vereceğiz"

"Türkiye'nin en önemli hattatlarından, Cumhurbaşkanlığı Kültür Sanat Büyük Ödülü sahibi Hattat Hüseyin Kutlu, "Tüm dünyada artan terör ve İslamofobiye karşı, medeniyetimizin en güçlü silahı olan 'sanat'la cevap vereceğiz." dedi. Kutlu yönetimindeki Bıksad Derneği, hem Avrupa hem de Anadolu'da geleneksel sanatlar alanında geniş çaplı kurs çalışmaları başlattı.

İslam'ın terör, acı ve gözyaşıyla anıldığı, İslamofobinin tüm dünyayı sarmakta olduğu bu günlerde, İslam Medeniyetinin sanat, mimarî ve birçok güzelliğini daha çok vurgulamamız gerekiyor.

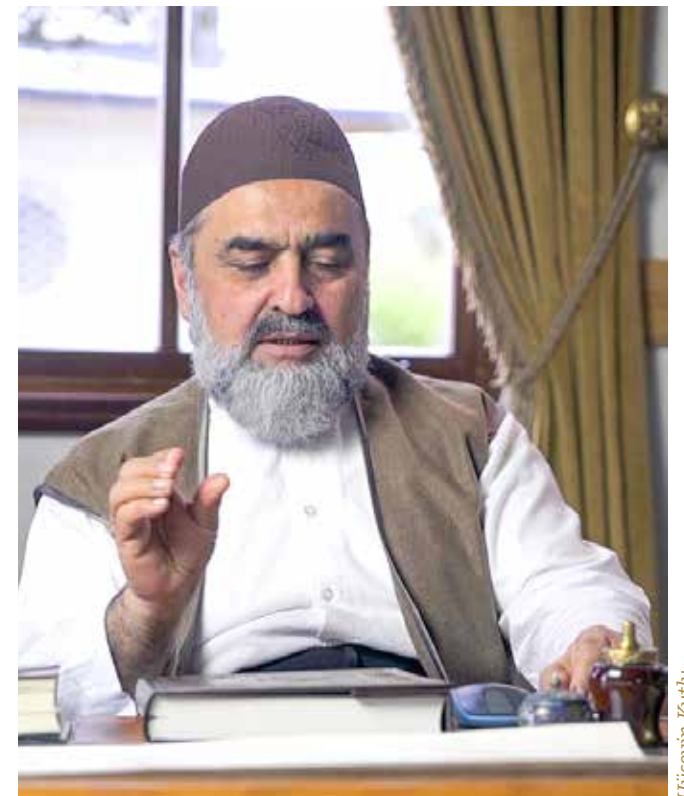
İslam Medeniyetini yaşatmaya ve dünyaya tanıtmaya kendini adanmış Bıksad, bu yılda da medeniyetimizin sanat unsurlarıyla ilgili kurslar vermeye devam ediyor. Hattat Hüseyin Kutlu'dan icazetli "gelenekli sanatlar" ustaları ve alanında yetkin sanatkarlar, Bıksad (*Bilim Kültür ve Sanat Derneği*) çatısı altında hem

üretime hem eğitime devam ediyor. Hüsn-ü Hat'tan minyatüre, klasik kemençeden Osmanlı Türkçesine kadar gelenekli sanatların her kolundan, uzman ve seçkin bir ekip yeni eğitim dönemi için hummalı hazırlıklarını sürdürüyor.

Çocukların sanat eğitimi çok önemli

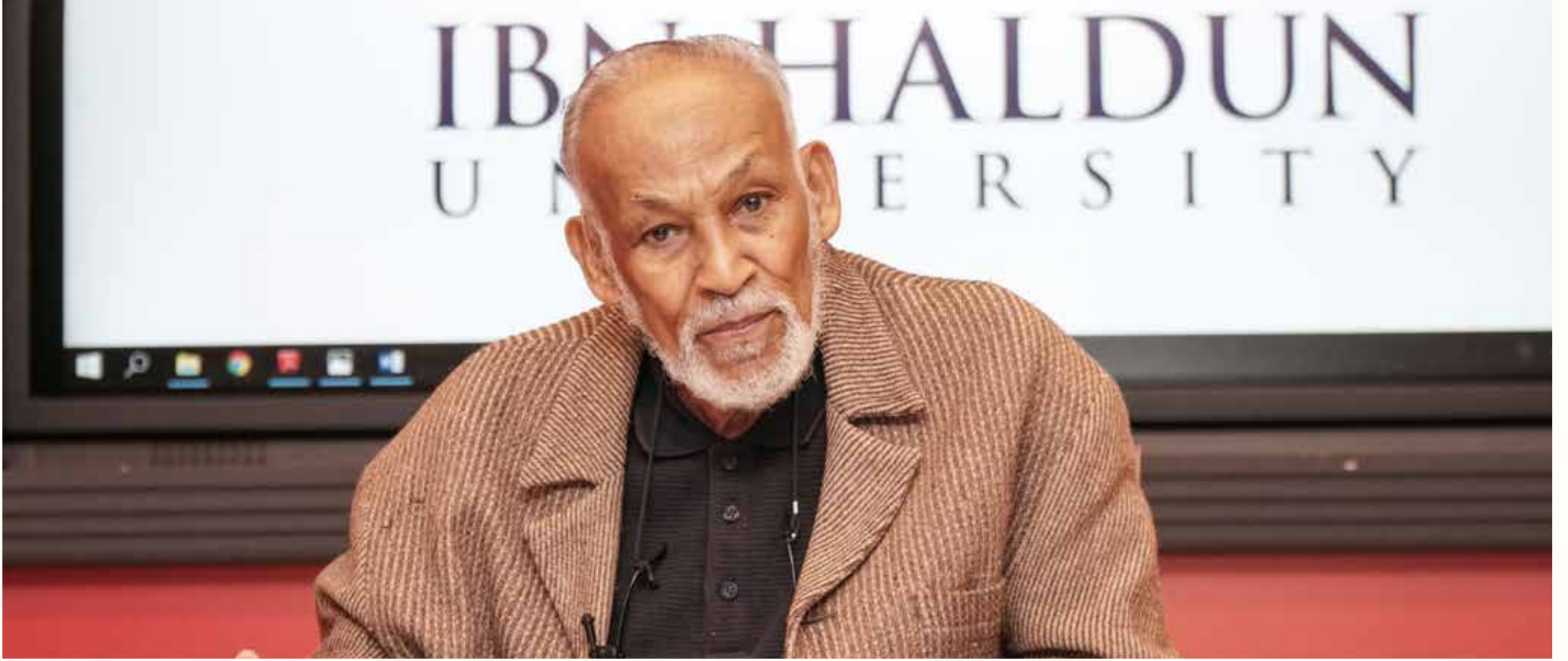
Her yıl Bıksad çatısı altında Hattat Hüseyin Kutlu önderliğinde verilen gelenekli sanat eğitimleri çerçevesinde hat sanatı eğitiminde Hüseyin Kutlu, Erol Dönmez, tanbur dersinde Özer Özel, kanun ustası Reha Sağbaşı, neyzen Ahmed Şahin ve Yasin Özçimi ve diğer ustalar kendi alanlarında "meşk" usulü eğitim gerçekleştiriyorlar.

Çocukların sanat eğitimlerine çok önem veren Bıksad, bu yıl çocuklar için ebru, bendir, bağlama ve çocuk korosu sınıfları da açıyor.



Hüseyin Kutlu

Happiness: A repressed concept in Western psychological thought



Matik Bacri

What do we mean by the term “happiness”?

Happiness is a deeper and much more complex phenomenon than the definitions given for it in Western dictionaries and academic references. All of these sources speak about the happy-go-lucky kind of momentary joy of gladness because of a fortunate or lucky incident. In its deep meaning, happiness is a much more complex concept which is intertwined with one's conception about human nature and his or her worldview. For happiness to outshine these momentary pleasures and to become, more or less, a permanent attribute of a person, irrespective of the sickness of health, poverty or richness, fame or obscurity, it must transcend the secular materialistic self-imposed imprisonment of this world. Such a spiritually laden conception of happiness would obviously be an unwelcome notion in modern Western secular sciences and philosophy.

Measurement of “happiness” in Western psychology

Happiness in its colossal deep psycho-spiritual dimensions has been greatly distorted and dwarfed by Western psychology's secularization and reductionism. Earlier studies have perceived happiness in terms of adjustment and satisfaction and unhappiness as maladjustment or dissatisfaction. This vague concept is further divided and subdivided into smaller “bits” of behavior. Thus, we have to study one's happiness or satisfaction in his marital adjustment, social adjustment, vocational adjustment, parental adjustment, etc.

This is obviously a cumbersome and fruitless approach.

First, psychology itself has been defined in some schools as the sciences of adjustment. So to study one's adjustment in all areas of his life studying the total gestalt of his psychology. Secondly, adjustment and satisfaction themselves are nebulous constructs



In general, all the various psychotherapeutic orientations, in spite of their grave differences, seem to agree on a few misconceptions about the nature of man and the nature of happiness, even its distorted conception.

which may have little harmony between their external “measurable” responses and their internal subjective cognition. Many “hypocrites” and people who are obliged to live under abhorrent condition may show very good external “happy” satisfaction and conceal their unhappiness and misery. Thirdly, maladjustment may be a symptom of a psychological disorder, and the afflicted person is really unhappy, but it may also be a sign of a healthy moral adjustment and internal happiness. A person may utterly refuse to adjust to the social and ethical forms of his morally sick society, and by so doing he may be the happiest person in his community. Think, in this respect, of the prophets and messengers of God who are not only dissatisfied and refuse to adjust, but they devote their holy lives to a complete ethical revision of their societies.

Because of this dissatisfaction with the concept of adjustment, a few Western psychologists interested in “happiness” have sought new ‘measurable’ factors. They claim to have empirically found a single measurable dimension of happiness which is

expressed by subjects either as the emotional side of feeling happy, e.g. in a good mood or having fun, or the cognitive reflective side like reporting satisfaction with life. In following its “scientific” tradition of atomizing constructs, satisfaction with work, health, marriage, self-fulfillment, etc. The emotional side of happiness has also been studied in terms of reporting specific emotions.

Attaining happiness through Western Techniques of Counseling and Psychotherapy

In general, all the various psychotherapeutic orientations, in spite of their grave differences, seem to agree on a few misconceptions about the nature of man and the nature of happiness, even its distorted conception. They all seem to equate unhappiness with psychiatric and psychological disorders and to equate unhappiness with mental health and the absence of such symptoms. Though there is a grain of truth in this conception, it is definitely quite a constricted view of happiness. It is true that physical and mental disorder can cause unhappiness, but to reverse the statement would be a serious misinterpretation. Many ‘normal’ people are in fact quite unhappy though they seem to possess all the wealth they need to buy all their worldly pleasures, while many so-called neurotic persons experience much happiness between the bouts of their anxiety.

In spite of all the new drugs and the new techniques in counseling, psychotherapy and stress management the graph of neurotics, drug addicts, divorces, suicides, crime, sexual deviations and all the disorders that are classified in abnormal psychology textbooks is rising like the side of a mountain. It is one of the few variables that increase faster than inflation!

The main reason for this should now be clear to us. It is the distorted secularized nature of man

upon which the whole Western society has built its civilization.

An Islamic perspective of happiness and how it can influence counseling and psychotherapy

Islamic happiness has a deep spiritual dimension linking this world with the Hereafter and fostering love and submission to the Almighty Allah. This gives the true faithful believer enduring joy and happiness in the face of all the problems and agonies of life. This is what a good Muslim therapist should try to inculcate in these patients and clients through a planned psycho-spiritual cognitive therapy. In my long years of practice as a psychotherapist and counselor, I could clearly see in dealing with my patients the truthfulness and benefit of spirituality in their mental health.

My humble experience has reassured me that happiness cannot be an enduring attribute of a person who has no faith in God and who believes that this world is the beginning and the end of his existence. In a matter of a few years of his "happy" birthday parties will only be a grim reminder of his encounter with nothingness. His vibrant health of youth in which he enjoyed all sorts of food and exercise deteriorates to permanent sickness in which delicious high cholesterol food is replaced by drab low-calorie diet and enjoyable exercise become an inconvenient doctor's prescription.

Materialistic secular society of the "here" and "now" very quickly breeds citizens who are deluded into believing that the uninhibited pursuit of worldly pleasures and material possessions as the fastest road to happiness.

Citizens in a secular materialistic society would view the endless pursuit of physical and psychological pleasures as a much more important practice than caring for the elderly and the astounding numbers of the young who succumb to psychological, mental and physical disorders of life crises. The only way such a society can give time and help to such a lonely and unhappy person is by making such a humanitarian endeavor a highly paid 'job'. That is, in fact, the main reason why counselors and psychotherapists continue, and will continue, to be in great demand in modern Western societies. Practically anybody, even without any professional training, can come up with any new kind of 'therapeutic fad' or cult to alleviate unhappiness in lonely desperate customers; however absurd these new techniques may be, the 'founder' would find many clients and may be rich in a very short time.

Why do Americans and Westerners, in general, continue to respond with eager optimism and to pay generously to any new therapeutic fad in spite of the successive failures or earlier claims? The answer is simply "because they don't have any other alternative". This is the sadly tragic situation since they are desperately looking for happiness within a secular non-judgmental psychotherapeutic setting in which will never be able to provide it since it is based on truncated world view and a deformed image of man; an image which sees man only as a biological psycho-cultural animal. The human soul is like the sun. it sends its spiritual rays of light to green plants so that they may change the hydrogen and oxygen with the carbon in carbon dioxide into sugar. Carbon, oxygen, and hydrogen will never

make sugar without the sublime energy of sunlight. Similarly, manipulating the biological, psychological and socio-cultural elements in man cannot bring about happiness without the light of the soul which interacts with each and every aspects of human existence.

The philosophy of Western modernity and secular humanism supported by modern social sciences practically denies the existence of this radiating sun; the human soul. This is because it has submitted to the new secular god of science and its technology. According to this secular, so-called, value-free non-judgmental approach in psychotherapy, appealing to the spiritual dimensions of clients carries the 'danger' of moralizing while any reference to talking about doing "good" and avoiding "evil" practices is a painful reminder of the unacceptable religious preaching of the Middle Ages which Western modernity came to tear up by the roots.

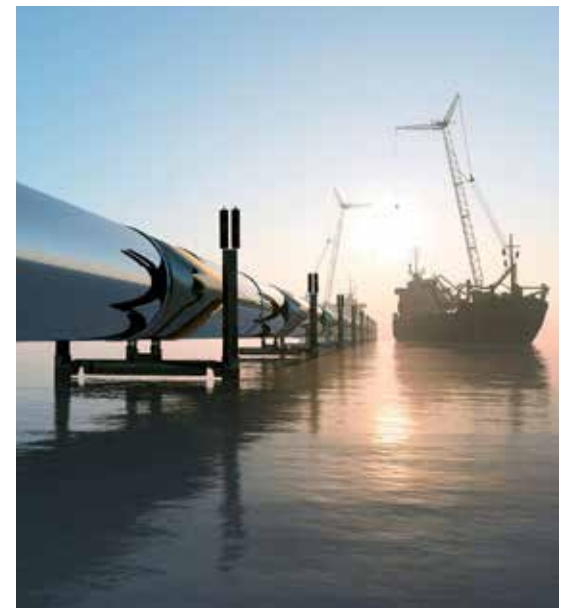


Islamic happiness has a deep spiritual dimension linking this world with the Hereafter and fostering love and submission to the Almighty Allah. This gives the true faithful believer enduring joy and happiness in the face of all the problems and agonies of life.

Moralizing, 'indoctrination' and the use of religious teachings and sentiments are considered detestable practices among modern Western psychotherapists as they carry the 'danger' of interfering with the right of people to do what they want with their lives. On the hand, using value-free non-religious psychotherapeutic means is not only more 'democratic', but it goes very well with the mechanistic concept of the nature of man as a machine as portrayed by early Western philosophers and scientists such as Descartes, Newton, and Locke, a machine totally determined by changes in his environment, his unconscious motivation or his biological determinants. This has naturally led to the development of psychotherapy without a soul that 'treats' a patient robbed from his soul!

* This article, with the permission of the author, is partially taken from the article: Badri, M. (2017). *Happiness: A repressed concept in Western psychological thought. Malik Badri, Cultural and Islamic adaptation of psychology: A book of collected articles, pp. 169-190. The original paper first presented at the annual conference of the Counselling Service Unit of the International Islamic University Malaysia in 1997. It was read again in 2003 at a conference in the University of Khartoum and published by ISESCO.*

TANAP'tan Avrupa'ya gaz temininde son aşamaya gelindi



Trans Anadolu Doğal Gaz Boru Hattının ikinci fazında son aşamaya gelindiği ve 15 Nisan itibarıyla boru hattına test amaçlı gaz verilmeye başlandığı bildirildi.

TANAP'tan yapılan açıklamada, Azerbaycan'ın Şahdeniz-2 sahasından çıkarılan gazın Avrupa piyasalarına ulaştırılmasına katkı sağlayacak Trans Anadolu Doğal Gaz Boru Hattı projesinin geçen yıl Haziran'da gerçekleştirilen törenle ilk fazının devreye alındığı ve Türkiye'ye gaz akışının başladığı anımsatıldı.

Projenin ikinci fazını oluşturan ve Eskişehir'den Edirne-İpsala'ya kadar uzanan ikinci fazında da son aşamaya gelindiği belirtilen açıklamada, "Avrupa'ya gaz temini için planlanan ikinci fazın devreye alınması kapsamında, 15 Nisan 2019 itibarıyla sisteme gaz almına başlandı. Sistemin tamamen devreye alınarak Haziran 2019'da Avrupa'ya test amaçlı gaz arzına hazır hâle gelmesi planlanıyor." ifadeleri kullanıldı. TANAP'ın Avrupa'ya gaz arzına hazır hâle gelmesinin ardından Güney Gaz Koridorunun son halkası olan ve Türkiye-Yunanistan sınırından başlayarak İtalya'ya kadar uzanan Trans Adriyatik Boru Hattının (TAP) inşaatının tamamlanarak gaz almına hazır hâle getirilmesinin bekleneceği bildirildi. Toplam bin 850 kilometre uzunluğa sahip olacak TANAP'tan yıllık 16 milyar metreküp doğal gaz taşınacak. Söz konusu miktarın 6 milyar metreküpü Türkiye'nin talebinin karşılanması için kullanılacak. Kalan 10 milyar metreküplük kısım ise Avrupa'ya gönderilecek.



Madalyonun diğer yüzü: Aşkın karanlık yanı

.....
DUYGU DİNÇER *



Pozitif Psikoloji Özel Dosyası için kaleme aldığım bu yazı, en çok yüceltilen ve bir o kadar da peşinden koşulan duygulardan biri olan “aşk” üzerine... Fakat bu yazıda aşkı, Birinci Dalga Pozitif Psikoloji üzerinden yalnızca pozitif yönlerine odaklanarak değil; İkinci Dalga Pozitif Psikoloji üzerinden pozitif ve negatif yönlerini bir bütün olarak ele alarak sunacağım. Bunu yaparken de sıkça Ivtzan, Lomas, Heeferon ve Worth tarafından yazılan Second Wave Positive Psychology (İkinci Dalga Pozitif Psikoloji, 2016) adlı kitaptan istifade edeceğim. Benim de bir parçası olduğum çeviri ekibinin çabasıyla yakın bir zaman sonra Türkçe literatüre kazandırılacak olan kitap, bu alandaki başvuru kaynağı eserlerden biri olarak raflarda yerini alacaktır.

İkinci Dalga Pozitif Psikoloji (2016:19–20); yaşamın aydınlık tarafları kadar karanlık tarafları da olduğunu, bu doğrultuda üzerimize düşen aslı görevin “karanlık yanlarımıza da aydınlık yanlarımız kadar kucak açmak ve bu karanlık yanların yaşam deneyimimizin bir parçası olmasına izin vermek” olduğunu savunmaktadır. Tabii söz konusu aşk olduğunda, karanlık ve aydınlığın dansı, kişi için, çok daha derin ve yoğun bir form kazanmaktadır. Çünkü aşk, kişinin en savunmasız olduğu duygular arasındadır. C. S. Lewis’in (1971) dediği gibi, “Aşk, her şeyden çok, savunmasız olmaktır. Bir şeyleri sevmeyegörün, kalbiniz muhtemelen incinmiş ve kırılmış olacaktır.” Özellikle hüsrana, ihanet ya da ayrılıkla sonuçlandığında aşk, son derece sıkıntı verici, sorun yaratıcı ve yürek paralayıcı bir hâl almaktadır. Kişinin benliğini bir çeşit erozyona uğratmakta ve kaybedilen sevgilinin ardından açık ya da örtülü bir yas duygusuna yol açmaktadır. Bununla birlikte kişi, muhtemeldir ki aşkın tam ortasında ve zirve noktasındayken de onun negatif taraflarıyla yüzleşmek zorunda kalmaktadır. Örneğin, ortaya çıkan bir rakibin varlığı kişide kaybetme korkusu yaratmakta ve onun içinde fırtınalar kopmasına yol açmaktadır. Bu yoğun korku kendini, sıklıkla, kıskançlık ve öfkeyle dışavurmaktadır.

Öte yandan Ivtzan ve arkadaşlarına (2016:20) göre, “aşk, yalnızca karanlık bir yana sahip değildir;

aynı zamanda bu karanlık, içinden çıkılmaz bir şekilde, aşkın daha güzel ve yüceltilen boyutlarıyla bağlantılıdır. Çünkü bunların temelinde yatan kırılganlık, C. S. Lewis’in (1971) belirttiği gibi, âşık olmak için girmemiz gereken koşuldur, bir madalyonun iki yüzü gibi birbirinden ayrılmazlar. Çünkü aşk, bir dereceye kadar, kalbimizi ve yazgımızı, eylemleri kontrol edilemeyen ve karşılıklı bir aşk talebinde bulunulamayan bir ‘öteki’nin eline vermek demektir. Bu ‘var olanların aşılabilir ikiliği’ Levinas’ın (1987, s. 88) ‘aşk acısı’ olarak adlandırdığı şeyi yaratmaktadır. Bu nedenle aşk ‘başkalıkla, sırlı bir ilişki’ye girmek demektir.”

Tüm bu özellikler, aşk ve acının ayrılmaz bir ikili olarak yan yana geldiğini ve aynı zamanda Ivtzan ve arkadaşlarının (2016:20) belirttiği gibi aşkın, bizi “ürkütücü ve sırlı bir geleceğe” davet ettiğini göstermektedir. “Bauman’ın etkileyici bir şekilde ifade ettiği gibi ‘sevmek, korkunun hazla karşılaşarak içindekilerin artık birbirinden ayırmaz bir alışım hâline geldiği, en yüce insanlık durumlarına açılmak demektir.” Ve aşk bize, en derin ve en yüce tecrübeleri yaşamak için tehlikeyi göze almak ve riske kucak açmak gerektiğini hatırlatmaktadır.

* İbn Haldun Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü.

İyi hissetmek için birkaç öneri...

Sigmund Freud, “Hayatta ümit edebileceğiniz en iyi şey acı çekmemek” ifadesini kullanırken; pozitif psikolojinin önde gelen isimlerinden Dr. Seligman çok daha iyisinin yapılabileceğini savunuyor. Seligman’a göre hayatı yaşamaya değer kılan şey endişe, stres ve olumsuzluklardan kurtulmaya çalışmak değil. Uzun dönemde gerçek mutluluğa ulaşmanın yolu, bireylerin, hayatın kendilerine zevk vermenin ötesinde bir anlamı olduğunu hissetmesinden geçiyor. Abartıya kaçmamak kaydıyla insanların kendisini iyi hissetmesini sağlayacak bazı öneriler sıralamak mümkün;

Güçlü yanlarınızı bulun

Bireyler kendilerini iyi hissettikleri zamanları düşünerek, o dönemde yaşadıklarının hikâyesini yazabilir. Bu hikâyenin her gün okunması ve “o dönemde neyi iyi yaptım? En güçlü yanımda neydi? Yardımseverlik mi? Yaratıcılık mı? Dürüstlük mü? Çalışmak mı?” soruları sorulabilir. Güçlü tarafların belirlenmesi ve hayatın bunları kullanmak üzere yeniden organize edilmesi işe yarayabilir.



Şükrettiğiniz 3 şeyin listesini yapın

Her gece yatmadan 5 dakika ayırın ve o gün iyi giden 3 şeyi yazın. Hemen yanına neden iyi gittiğini açıklayan kısacık bir not düşün. Şükran ve minnet hislerinin mutluluğu artıran en önemli unsurlardan biri olduğunu gösteren pek çok araştırma bulunuyor. Bu araştırmalara göre, dikkati sürekli kötü giden, kişiyi mutsuz eden şeylere vermek depresyon riskini artırıyor. Tam tersine, olumlu gelişmelere odaklanmak mutluluk seviyesini artırıyor.

Teşekkür notu yazın

Hayatınıza olumlu katkı sağlamış ancak teşekkür edemediğiniz birisini düşünün ve ona içten bir teşekkür notu yazın. Bu notu paylaşmak için o kişiyle buluşun. Pozitif psikolojinin kurucularından sayılan Dr. Seligman, 411 kişi ile yaptığı araştırmada bu deneyimi yaşayanların mutluluk seviyelerinde

ani bir yükseliş olduğunu ve etkisinin 1 ay boyunca devam ettiğini tespit etmiş.

Tepkilerde yapıcı olunmalı

Sosyal psikolog Shelly Gable, insanların önemli gördüğü kişilerin paylaştığı iyi haberlere “aktif yapıcı tepki” verilmesini öneriyor. Örneğin eşiniz eve döndüğünde o gün patronunun üzerinde çalıştığı projeyi çok beğendiğini anlatıyorsa, “çok iyi” deyip geçitirseniz bu pasif bir tepkidir.

“Beğenmesi güzel de, bu kadar çok çalışmaya maaşın ne zaman artıracak?” dersiniz bu pasif agresif bir tepkidir. Projesi ve patronunun söyledikleri ile ilgili sorular sorar, onun başarısı için sevindiğinizi hissettirirseniz aktif yapıcı bir tepki vermiş olursunuz. Shelly Gable, aktif yapıcı tepkilerin sevgi, bağlılık hisleri ve ilişkileri güçlendirdiğini belirtiyor.

Psikolojik sağlamlık

BURCU UYSAL *



Psikolojik sağlamlık Latince "resiliere" kökünden gelir ve kelime anlamı bir maddenin elastik olup, hızlı bir şekilde aslına dönebilmesidir.

Literatürde psikolojik sağlamlık üç temel anlam taşımaktadır. Birinci anlamı, zorlu koşulların üstesinden gelmektir. Burada daha çok zorlukları aşmak kastedilir, süreçte aktif bir rol oynama söz konusudur. İkinci anlamı ise stresli olaylar karşısında hızlı bir şekilde duruma adapte olmaktır. Burada durum veya olaya müdahaleden çok, kişinin kendi esnekliği ön plandadır. Üçüncü anlamı ise stresli olayların olumsuz tesirlerinden kurtulma, iyileşmedir. Yani aslında psikolojik sağlamlığı olan insanlar da incinebilir, ancak yaşanan zorluklara rağmen hayatını sağlıklı bir şekilde devam ettirebilen insanlar psikolojik sağlamlığı olanlardır.

Bu farklı açıklamalardan da anlaşıldığı gibi psikolojik sağlamlık tanımı çok kapsamlıdır. Ancak her bir yaklaşımın ortak paydası, psikolojik sağlamlıktan

söz edebilenin olmazsa olmazı stresli yaşam olaylarının veya risk faktörlerinin mevcut olmasıdır. Aksi takdirde psikolojik sağlamlıktan ziyade kişilerin başarıları veya yeterlilikleri söz konusu olur.

Psikolojik sağlamlık araştırmaları literatüre 1970'li yıllarda girmiştir. Ülkemizde ise bu alandaki çalışmalar daha çok 2000'li yıllarda artmıştır. Ancak İlm-i Nefs külliyatında irade, karakter eğitimi, ruhi mukavemet gibi kavramlarda karşılığının bulunduğu düşünülürse kendi kültürel mirasımızda geçmişinin çok daha eski olduğunu söylemek mümkündür.

Modern psikolojide geçmişi eski olmasa da, ruh sağlığında noksanlıklara odaklı paradigmaya yeni bir bakış açısı getiren pozitif psikoloji yaklaşımının en önemli kavramlarından biridir. Herhangi bir problem yaşanmadan bu sıkıntıyla karşılaşıldığında kullanılacak mekanizmaları geliştirmek, o sıkıntıyı aşma potansiyeline yatırım yapmak maddî manevî birçok kaynaktan tasarruf edilmesini sağlayabilir.

Bir dönem araştırmalar psikolojik sağlamlığın doğuştan gelen bir özellik olduğunu kabul ettiyse de bugün geliştirilebilir olduğu kabulü yaygındır. Sağlamlığın doğuştan gelen bir özellik olduğu kabulü sağlamlığı bütüncül bir şekilde ele almaz. Bu yaklaşım kişisel ilişkilerin ve kişi dışındaki birçok sistemin de psikolojik sağlamlığı etkilediği gerçeğini yadsır.

Psikolojik sağlamlıkta anahtar bir rol oynayan risk faktörlerinin yanı sıra koruyucu faktörlerin varlığından da bahsedilmesi gerekir. Risk faktörleri

kabaca bireysel, ailesel, çevresel risk faktörleri olarak gruplandırılabilir. Erken doğum, hastalıklar, anne babanın ayrı olması, çocuk ihmali, ekonomik zorluklar, doğal afetler gibi faktörler risk faktörlerine örnek verilebilir. Buna karşılık koruyucu faktörler ise karşılaşılan zorlukların etkisini azaltan ya da yok eden, kişinin uyum, yeterlilik ve problemleri aşma potansiyelini etkileyen faktörlerdir. Risk faktörlerinde olduğu gibi koruyucu faktörler de bireysel, ailesel ve çevresel faktörler olarak gruplandırılabilir. Zekâ, olumlu mizaç, yaşam hedeflerine sahip olma, geleceğe yönelik beklentilerinin olması, sağlık, destekleyici ebeveyn, iyi aile ilişkileri, olumlu akraba ilişkileri, okul, gençlik merkezleri gibi etkili toplumsal kaynaklar koruyucu faktörlere örnek gösterilebilir.

Risk faktörlerini mümkün olan en alt seviyeye indirmek, etkilerini azaltmak, yönetebilmek, diğer taraftan da koruyucu faktörlerin geliştirilmesi psikolojik sağlamlığın desteklenmesi için gereklidir.

Kaynakça:

- Masten, A. S. (1994). *Resilience in individual development: Successful adaptation despite risk and adversity*. (Ed: M.C. Wang ve E.W. Gordon) *Educational resilience in innercity America: Challenges and prospects*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Masten, A. S., & Cicchetti, D. (2016). *Resilience in Development: Progress and Transformation*. *Developmental Psychopathology*, 1-63.

* İbn Haldun Üniversitesi Psikoloji Bölümü.

دراسة.. التفكير بإيجابية يساعد الحوامل على إنجاب أطفال متفوقين في الرياضيات والعلوم

طفلا متفوقا في الرياضيات والمواد العلمية.

وثبت أيضا أن هذه الفئة من الأمهات أكثر حرصا على توفير نظام غذائي يعزز نمو أذهان أطفالهن، علاوة على أنهم أكثر إصرارا على سرد قصص على مسامعهم، وأكثر اهتماما بنجاحهم الدراسي، مقارنة بالنساء ذوات موضع سيطرة خارجي.

وقد تشير نتائج الدراسة إلى ضرورة بذل المزيد من الجهود حتى تُشعر الأمهات بأن سلوكهن يستطيع أن يبلور نتائج إيجابية لصالحهن ولصالح أطفالهن. ومن شأن هذه النتائج أن تساعد الأجيال القادمة على تربية أطفال يتمتعون بالصحة الجيدة، الثقة والاستقلالية.

وقال أستاذ علم النفس ستيفن نويكي -من جامعة إيموري في أتلانتا، وهو مؤلف مشارك- إنه عند توقع الأمهات أن نتائج أطفالهن مرتبطة بما يفعلنه في الواقع، فإن أطفالهن سيأكلون وينامون ويتحكمون في مشاعرهم بشكل أفضل، ويحقق هؤلاء الأطفال عادة إنجازات أكاديمية أفضل، ويواجهون صعوبات شخصية واجتماعية أقل.

موقع "ميديكال إكسبراس".

والأشخاص الذين لديهم "موضع سيطرة داخلي" يتميزون بالقدرة على التوجيه الذاتي، ويؤمنون بقدرتهم على التحكم في الأحداث التي تواجههم، أما الذين لديهم "موضع سيطرة خارجي" فيعتقدون أنه لا جدوى من بذل مجهود نظرا لأن ما يحدث لهم مرتبط بالحظ والظروف.

وقام الباحثون بدراسة "موضع السيطرة" بالاستعانة بالإجابات التي جمعوها من استبيانات شاركت فيها أكثر من 1600 امرأة حامل.

ودرس العلماء التقييمات المدرسية لمهارات أطفالهن الحسابية والعلمية، فضلا عن قدرتهم على حل المشاكل عند بلوغهم سن الثامنة و11 و13 باعتماد اختبارات مصممة خصيصا لهذا الغرض.

وكشفت النتائج عن أن الأمهات اللاتي يتميزن بموضع سيطرة داخلي قبل الولادة -أي اللاتي يؤمن بوجود صلة بين أفعالهن وما يحدث في حياتهن- تزيد فرص إنجابهن



أجرت جامعة بريستول البريطانية دراسة جديدة تشير إلى أن قناعات الأم وطريقة تفكيرها لها تأثير أيضا على طفلها.

وشملت معطيات حول سمة من سمات شخصية الوالدين تشير إلى تفكيره الإيجابي في الحياة وشعوره الداخلي بأنه ربان حياته، ويسيطر على مسيرته.

علميا تعرف هذه السمة باسم "موضع السيطرة"، وتمثل مقياسا نفسيا لمدى اعتقاد الأشخاص بأنهم يمسكون زمام الأمور في حياتهم، أو إذا كانوا يعتقدون أن العوامل الخارجية هي من تحدد مصيرهم، وذلك وفقا لمقال نشره

Is positive education another fad?

Positive education is a spin-off of positive psychology. Prominent psychologists such as Martin Seligman and Mihaly Csikszentmihalyi were instrumental in its creation, initially in 2000.

Positive psychology employs a strength-based approach to mental health and well-being. It focuses on a number of aspects such as resilience, general well-being, and happiness.

So, is positive education another fad in education? The answer is "perhaps", as nothing is static in education. But positive psychology research indicates long-lasting benefits for young adults.

What is positive education?

The concept has support from a range of prominent psychologists and practicing teachers. The idea is the well-being of students enhances learning and develops them as good citizens.

A good school doesn't just aim for its students to achieve their academic potential. It also aims to develop them as caring, responsible and ultimately productive members of society.

As a spin-off from positive psychology, positive education has been defined as "education for both traditional skills and for happiness". So, positive education is based on best teaching practices to help students achieve their best academic outcomes, paired with aspects from positive psychology that promote student safety and well-being.

It does work

Positive psychology interventions include decision-making, coping skills, problem-solving skills, relaxation, and creative brainstorming. Using these in positive education improves mental health and life satisfaction, reduces depression and anxiety and improves academic success and creative thinking.



International research indicates positive education does work. This has been conducted by reputable researchers through universities with good reputations. Research shows that positive psychology interventions support a strength-based approach for students. But school leadership needs to adopt a positive education perspective to help such interventions be available in schools.

Internationally, groups such as the International Positive Psychology Association and the International Positive Education Network exist to promote positive education.

Can it be implemented worldwide?

Generally, the published research has been conducted in schools that would be described as prestigious and/or in middle-to-upper-class locations. Students are generally from middle-to-upper-class families with access to good resources, and life isn't usually a daily battle for survival.

It's likely schools with many students from low socio-economic families or with traumatic backgrounds would benefit from positive education. The effects might be even stronger in those schools, assuming the schools provided appropriate support and training for staff and leadership.

It takes time to develop the school culture necessary to implement positive education effectively. Teachers have to be trained to work with positive psychology interventions. A stable school leadership with belief in positive education is needed to ensure its effective adoption.

The time and money required to introduce positive education may hinder its full introduction to every school. These challenges are likely to inhibit the development of positive education across the government school sector. That is unless state education departments take the concept on board and support it with appropriate training and resources.



تويتر يمكنه التنبؤ بمعدلات الإصابة بأمراض القلب

وسلبية بعد ترميزها والتي تمثل 1300 مقاطعة أمريكية تم عرضها في خريطة إلكترونية.

وقارن التدوينات بعشرة عوامل شهيرة في التنبؤ باحتمالية إصابة الفرد بأمراض القلب. هنا كانت المفاجأة أن التدوينات السلبية تنبأت باحتمالية إصابة سكان المقاطعات بأمراض القلب بمعدل إحصائي أكبر من النقاط العشر المتعارف عليها. وهذا يشير إلى أن الكلام السلبي يؤذينا ويشيع أجواء من الكآبة والمرض. ولذلك أكدت دراسة أخرى أنه حتى نزيل وقع الموقف السلبي علينا فإننا بحاجة إلى ثلاثة مواقف إيجابية لنساهم في محو أثر تلك السلبية وفي أحيان أخرى 5 مواقف إيجابية لنزيد تداعيات اجتماعية سلبية.

ولذلك يدعو البروفيسور سيليفمان لأن

المعلومات حول مخاطر الإصابة بأمراض القلب بدرجة أكبر من العديد من العوامل التقليدية مجتمعة، لأنه يصف أيضًا الحالة النفسية للمجتمع.

حيث توصل الباحثون إلى أن التعبيرات عن المشاعر السلبية مثل الغضب والإجهاد والتعب في تغريدات بلد ما ارتبطت بارتفاع مخاطر الإصابة بأمراض القلب. من ناحية أخرى، ارتبطت المشاعر الإيجابية مثل الإثارة والتفاؤل مع انخفاض خطر الإصابة.

والإيجابية علم يتربسح يوقا تلو الآخر في أبحاث اشتقت منها نظريات عززت الاعتقاد السائد بأن الكلام السلبي لا يجرح فحسب، بل قد يفرضي إلى أمراض خطيرة. فبعد أن جمع البروفيسور مارتن سيليفمان، رائد ومؤسس علم النفس الإيجابي، 100 مليون تدوينة في تويتر وصنفها إلى إيجابية

موقع التواصل الاجتماعي "تويتر" هو المسئول عن إسقاط حكومات، تداول الأخبار وتأسيس تكتلات اجتماعية، كل ذلك من خلال كونه أداة سهلة، مباشرة وفورية لمشاركة ما يدور في أذهان المغردين.

أظهر باحثون من جامعة بنسلفانيا أن هناك استخدامات أخرى لمنصة التواصل الاجتماعي هذه؛ فيمكن لـ "تويتر" أن يكون بمثابة مؤشر للرفاه النفسي للمجتمع ويمكن أن يتنبأ بمعدلات الإصابة بأمراض القلب.

وحددت دراسات سابقة العديد من العوامل التي تسهم في خطر الإصابة بأمراض القلب: كالعوامل التقليدية، مثل انخفاض الدخل أو التدخين، وكذلك العوامل النفسية، مثل الإجهاد. وأظهر الباحثون في الجامعة أن "تويتر" يمكنه التقاط مزيد من

نكتب يوميًا ثلاثة أمور إيجابية حدثت معنا طوال اليوم، حيث تبين أنه بعد ستة شهور مجرد تدوين هذه المواقف يوميًا قد أسهم في خفض معدل الاكتئاب ورفع معدل الرضا الحياتي.

وافترض الباحثون منذ فترة طويلة أن السلامة النفسية للمجتمعات مهمة للصحة البدنية، ولكن يصعب قياسها. في هذا السياق يوفر استخدام "تويتر" كنافذة إلى الحالة الذهنية للمجتمع أداة مفيدة في علم الأوبئة وقياس فعالية تدخلات الصحة العامة.

Dinlerin “erdem”i pozitif psikolojide arzı endam eyledi

Özellikle Yahudilik, Hristiyanlık ve İslam gibi ilahî dinlerde insan, Allah'ın yarattığı bir varlık olarak görülmüştür. Yine bu dinlere göre insan; akıl ve irade, Allah'ı bulma ve emirlerine iradî olarak uyma gibi özellikleriyle diğer varlıklardan üstün kılınmıştır. Ancak bu üstünlük; mutlak anlamda değişmez bir üstünlükten ziyade, kazanılabilecek potansiyel bir üstünlüğe işaret etmektedir. Çünkü insan, bu potansiyellerine ve ilahî yönlendirmeye uygun hareket etmediğinde bu değerini kolaylıkla kaybedebilmektedir. Buna göre insan, sahip olacağı potansiyelleri en üst düzeye çıkarabilirse övülen ve kendisinden beklenen seviyeye ulaşabilir. Söz konusu bu büyük dinlerde farklı nitelendirmelerle “ideal insan” ya da “kâmil insana” işaret edilmiştir. Bu insan, kendi eksikliklerini görebilen ve sahip olduğu potansiyel güçleri gerçekleştirerek dinlerin işaret ettiği değerleri kazanabilen kişidir. Kısacası “erdemli insan”dır.

Dinler, insanın kendini gerçekleştirme ve kâmil olma potansiyeli ve gayesi üzerinde durmaktadır. Onlara göre insanlar; sevgi, hoşgörü, hikmet, cesaret, dürüstlük, yardımseverlik, affedicilik vb. erdemleri hayatlarına yansıtarak bu gayeye ulaşabilir. Gerçek huzur ve mutluluk da bu erdemlerin hayatta yaşanılır kılındığı oranda mümkün görülmüştür. Erdemli hayat ve bunun insan sağlığına ve mutluluğuna ilişkin yansımaları filozoflar ve ilahiyatçılar tarafından hep dile getirilmiştir. Din ve felsefeyle ilgilenen düşünürler; erdemleri tanımlamış, tasnif etmiş ve erdemli hayatın temel unsurları üzerinde durmuştur. Mesela İbn Sina, “Bir engel olmadıkça her canlının temel özelliği kendi türüne ait kemalin zirvesine yükselmektir.” sözüyle insanın engellenmediği takdirde kendini geliştirme eğiliminde olacağını ifade etmiştir. Fârâbî, insanın kendini geliştirme sürecinde toplumsal ilişkilerin ve yardımlaşma gibi toplum yanlısı davranışların önemine işaret etmiştir. Ona göre, mutluluğa ulaşmak için birbirine yardım eden bireylerin oluşturduğu toplum erdemlidir. Fârâbî, erdemli toplumu bütün organları yerli yerince çalışan “sağlıklı bir bedene” benzetir. Tıpkı bu sağlıklı bedende olduğu gibi, erdemli toplumda her birey, sorumluluklarını en güzel şekilde yerine getirerek dayanışma içerisinde başkalarının ve kendisinin mutluluğuna katkıda bulunur. Gazzâlî ise “Mutluluğun Formülü” isimli eserinde, mutluluk konusunu ahlakla ilişkilendirerek ele almıştır. Gazzâlî, kişinin kendisini tanımasıyla mutluluk arasında bir ilişki kurar. Kendini tanımayla başlayan bu süreçte kalp temizliği ve ahlakî olgunlaşma yoluyla kazanılmak istenen en nihai hedef mutluluktur. Ona göre insanın mutluluğu kendisi için tabii olanı gerçekleştirmektir. İnsan için tabii olan şey ise Allah'ı bilmektir.

Dinler ve felsefe binlerce yıldır erdemli insan modeline vurguda bulunmaktadır. Psikolojide bu fikri 2000’li yıllarda ortaya çıkan pozitif psikoloji yaklaşımı savunmaya başlamıştır. Oysa 19. yüzyılın sonunda kurulan psikoloji, kuruluşundan sonra uzun bir süre değer ve erdemler konusunu felsefenin ve dinin ilgi alanında tutmaya gayret etmiştir. Pozitif psikoloji yaklaşımıyla birlikte psikolojide de erdem ve mutluluk ilişkisi üzerinde



Ali Ayten

durulmaya başlanmış ve binlerce yıldır dinlerin huzurlu ve mutlu bir yaşamın teminatı olarak görülen erdemler, tekrar psikolojinin ilgi alanına dâhil olmuştur. Bu çerçevede pek çok deneysel araştırma yapılmış ve erdemlerin insan hayatına getireceği katkılar üzerinde durulmuştur.

Pozitif psikoloji yaklaşımı 1998 yılında dönemin Amerikan Psikoloji Derneğinin başkanı olan Martin Seligman ve arkadaşları tarafından oluşturulmuştur. Peterson ve Seligman (2004) teologların, ahlak filozoflarının, eğitimcilerin ve tarihsel süreçte erdemle ilgili düşünce üretmiş müfekkirelerin eserlerine bakıp, onları kronolojik bir sıraya koyarak öncelikle bazı temel erdemleri belirlediler. Onlara göre bu temel erdemler; adalet, aşkınlık, cesaret, ölçülülük, insanlık ve hikmettir. Bunlar altı büyük erdemdir. Bunların dışında da affetme, şükür, alçakgönüllülük, dürüstlük, ümit vb. gibi 24 alt erdem yer almaktadır. Psikolojlara göre dinlerin olması gerekenler olarak dile getirdiği bu erdemlerin insan hayatına sağlık ve mutluluk yönünde önemli katkıları bulunmaktadır.

Pozitif psikoloji yaklaşımıyla psikolojide bir tür erdeme dönüş hareketi yaşanmıştır. Tabii ki psikoloji ile dinin erdemden anladığı aynı şey midir? Bu konu tartışmaya açıktır. Ayrıca psikoloji ile dinin “Neden erdemli insan olunmalıdır?” sorusuna verdiği cevaplar da birbirinden farklı olabilmektedir. Ancak pozitif psikoloji yaklaşımının erdem ve güçlere ve bunların mutlulukla ilişkisine yaptığı vurguyla din ve felsefeye yakınlaşma eğilimi gösterdiği açıktır. İnsanoğlunun hastalık, eksiklik ve kusurla sınırlı bir varlık olmadığını savunmaktadır pozitif psikoloji. Bu yönde ana akım psikolojiye de eleştiri getirmektedir. İnsanın mutluluk, huzur ve sağlığa ulaşmasında azim, şükür, yardımseverlik, alçakgönüllülük gibi erdemlerin rolü üzerinde ısrarla durmaktadır.

Martin Seligman, Mihaly Csikszentmihalyi, Christopher Peterson ve Robert Emmons gibi isimler bu yaklaşımın önemli figürleridir. Mesela Seligman, ana akım psikolojinin bir tür delilik ilmine dönüştüğünü ve asıl gayelerinden biri olan insandaki iyinin ve değerli olanın keşfedilip geliştirilmesi hususunu ihmal ettiğini belirtmiştir.

Eski bir davranışçı olarak öğrenilmiş çaresizlik deneyleriyle meşhur olan bu psikolog, çaresizliğin öğrenildiği gibi iyimserliğin de öğrenileceğini savunmuştur. “Öğrenilmiş İyimserlik” isimli meşhur eserinde iyimserliğin nasıl öğrenileceği ve bununla sağlık ve mutluluk açısından ne kazanılacağı üzerinde durmaktadır. Amerikan toplumundan yola çıkan Seligman, günümüz toplumlarında bireyselliğin ve bencilliğin artmasının ruh sağlığı açısından olumsuz sonuçlar doğurduğunu düşünmektedir. Bu olumsuz durumun giderilmesi için aynı kitabında ilginç bir teklifi de vardır Seligman’ın. Ona göre 1960’lardan itibaren refah seviyesi artan Amerikan toplumu daha fazla tüketmeye ve rahata alışmıştır. Ancak belli bir süre sonra bunun bir bedeli olarak obezite problemi ortaya çıkmıştır. Bu problemle mücadele etmek için hareketlilik önerilmiştir. İnsanlar koşmaya, spor yapmaya teşvik edilmiştir. Parklarda, ormanlarda, yollarda hep koşu yapılmaya başlanmıştır. Daha sonraki dönemlerde ise bireyselliğin artmasıyla birlikte insanların birbirinin derdiyle ilgilenmeye, erdemleri yerine getirmeye daha az rağbet ettikleri gözlenmeye başlamıştır. Bu nedenle Seligman’a göre bu problemin çözümü için de “ahlakî bir koşu”nun yapılması şarttır. İnsanlar; rahatlığından, refahından ve zamanından birazcık fedakârlık yaparak başkalarına yardım etmeyi öğrenmeli ve bunu daima uygulama, hayat felsefesi hâline getirmelidir. Gönüllü olarak insanların ihtiyaçlarını gidermeye, birbirini ziyaret etmeye ve birbiriyle vakit geçirmeye zaman ayırmalıdır. Kurtuluş başkasının derdiyle dertlenmekte aranmalıdır.

Yukarıda Amerika ve Avrupa toplumları için bir problem olarak görülen durum, Doğu toplumları ve İslam toplumu için ne kadar geçerlidir? Bu tür bir problem Doğu toplumları için ne derecede acildir? Bu sorular tartışılmaya değerdir. Bu konuda temel olarak iki tavrı sergileyebiliriz: Birincisi biz Doğu toplumuyuz, bireycilikten ziyade toplulukçuluk bizim değerimiz ve kültürümüzdür. O nedenle insanların birbiriyle ilgilenmesi, birbirine yardım etmesi, derdiyle dertlenmesi geçmişte olduğu gibi bugün ve yarın da bir sorun olmayacaktır. Bu tavrımızın haklılık payı da vardır. Ancak elimizde ne bu söylemi ne de aksini savunacak bilimsel veriler vardır. İkinci tavra göre ise modernleşme, şehirleşme ve dünyevileşme Doğu toplumlarını ve özellikle İslam toplumlarını da kaçınılmaz olarak etkilemeye başlamıştır. Gelecek 20 ya da 30 yıl içerisinde bu süreçlerin etkisi bu toplumlarda daha şiddetli bir şekilde görülecektir. Dolayısıyla bireycilik artacak ve toplumda erdemlerin eksikliği daha fazla hissedilecektir. Neticede Seligman’ın Amerikan toplumu için salık verdiği “ahlakî koşu” tavsiyesi bu toplumlar için de geçerli olacaktır. Kim bilir belki de bu ihtiyaç çoktan ortaya çıkmıştır. Yeter ki bizler araştırmaya ve etrafımızdaki sorunlara biraz daha fazla duyarlı olmaya gayret edelim. Görmek için bakmak yeterli değil belki de, ancak bakılmadan ve gözlem yapılmadan da görülemiyor ve tespit bululamaz.

* Marmara Üniversitesi Öğretim Üyesi Ali Ayten’in “Mutluluğun Peşinde” adlı kitabından alınmıştır.

Religion and women's well-being

.....
NORAINI M. NOOR *



The relationship between religion and well-being is not as straightforward as it first seems. While many studies tend to show that religion (*and its various indicators*) is positively related to well-being or positive mental health outcomes, others have suggested the opposite; that religious involvement has no effect and in some cases even negative effect on well-being outcomes. Currently, the work in this field has moved from attempting to verify whether religion is positively or inversely associated with well-being to identifying the mechanisms through which religion operates on well-being. There are currently two models regarding the mechanisms through which religion influences mental health. The first, known as the main or direct effects model, is based on the assumption that religion (*religious affiliation or religious involvement or experience*) is positively related to well-being. Studies showing a direct relationship between indicators of religiosity and well-being have been posited as supporting this model. Idler et al. (2017), for example, found a protective effect of religious attendance against all-cause mortality. In addition, there is evidence from past reviews (e.g., McCullough et al., 2000) to show that attendance at religious services is positively associated with reduced mortality in adult populations. This protective or direct effect of religion on well-being, however, may be mediated by factors such as social support or social ties and healthy behaviors (*religious people are less likely to smoke or use alcohol*). Religion may also be related with well-being via providing people with a sense of meaning in life. Usually, people with a greater sense of meaning tend to have goals in life that fosters a sense of optimism, which is positively associated with well-being in times of stress and adversity. Indeed, religion is integral to the meaning systems of many people. Religious meaning systems tend to shape the way people view the self, understand the world and interact with others. In this sense, religion satisfies the human need for meaning in life, offering comfort and solace in good and bad times, as well as identity. Viewed in this context, religion should be considered as one central social determinants of health and well-being.

But, other researchers have failed to corroborate these findings. The mitigating or cushioning model, on the other hand, suggests that religion may reduce or mitigate the impact of stress on distress by allowing people to change the nature of the stressful

role experience in certain ways or to use it as a coping strategy. Support for this model is provided by studies that examined how religion changes the relationship between stress and strain. For example, Williams et al. (1991) in a 2-year longitudinal study of a community sample found that attendance at religious services reduced the effects of increased numbers of undesirable life events on subsequent psychological distress. On the other hand, other studies have been less clear. Ellison (1991), for instance, constructed global scales of divine interaction and existential certainty and tested for the mitigating effects of religion on perceived life satisfaction. Mitigating effects emerged only for individuals who scored high on scales of overall existential certainty and who experienced traumatic life events. Ellison, however, failed to find religion to cushion individuals for subjective perceptions of divine interaction (*i.e., feeling close to God and frequency of prayers*).

Taken together, these results present a confusing picture and one can cite studies to support either the main or mitigating effect of religious involvement on health. One reason for the discrepancy in these findings may be due to the measures of religiosity used as well as its stress-related outcomes. Another explanation is that the different patterns of results may reflect individual styles of adaptation and responding due to age. Studies have shown that older people are more religiously involved than younger ones (e.g., Koenig, 1997) while others have failed to find an association between religion and well-being among undergraduates or younger adults (O'Connor et al., 2003). Wink and Dillon (2002), examining religious and spiritual development from childhood to old age using archived data from two birth cohorts found a significant increase in religiousness and spirituality from midlife to older adulthood, particularly among women. While a cohort effect may be operative to some extent, it cannot by itself explain the greater religiousness of older people.

Because the relationship between religion and mental health may reflect individual styles of adaptation and responding due to age, I carried out a study to examine the relationship between work experience and women's well-being (*measured by symptoms of psychological distress and life satisfaction*) to see how this relation is influenced by religiosity in younger and older women (Noor, 2008). I predicted that for younger women, work may compete with family demands more strongly because at this stage of life they have just started in their work role while at the same time are trying to negotiate family responsibilities (*building up the marital relationship and caring for young children*). As they grow older, work may be less stressful because they have become more established at work (*or if they are unsatisfied with work they*

would have left and seek other alternatives) and the family is also more matured. Thus, while younger women have to make more work-family tradeoffs, older ones are seen to be more secure in their jobs. On this basis, I hypothesized that the mitigating effect attributed to religious involvement may well be a function of women's age.

The results showed that religiosity was indeed a significant predictor for both measures of well-being contributing to substantial variability independently of the control variables, work experience and age. These findings are consistent with past studies showing religion and aspects of religion (e.g., *religious commitment, private religious activities like prayer*) to be associated with lower rates of depression and higher life satisfaction. The analysis carried out in the present study was more robust compared to previous studies because it controlled for certain variables that have been shown to confound the relationship between work, age, religiosity, and well-being. Even after controlling for these variables, religiosity was still predictive of both measures of well-being, implying the importance of this variable to the well-being of this group of Malay Muslim women. Islam, as all other religions, is associated with well-being because it provides one with a sense of purpose and meaning, which has been shown to be associated with a wide range of mental and physical health outcomes.

More interestingly, I found the relationship between work experience and well-being to vary with both age and religiosity. With psychological distress as the outcome measure, the results showed that younger and older women with high and low levels of religiosity responded differently to adverse work experience. In younger women, religiosity lessened the negative effects of adverse work experience on distress. In older women, however, religiosity and work experience were both beneficial. With respect to life satisfaction, the results showed that in younger women religiosity lessened the negative effects of low work experience on the outcome. However, in older women, religiosity interacted with work experience such that the relationship between religiosity and life satisfaction was significant only at high work experience, where those with high religiosity and high work experience had the highest satisfaction scores.

These findings suggested that younger and older women may not make use of religion in the same way, which subsequently affect their well-being differently. Therefore, the mixed findings regarding main and mitigating effects of religion in the past, to an extent, may be attributable to these age differences between respondents. Past studies have found that older women are more religious than younger ones. While a cohort effect may be possible (*where older women in the sample grew up during a period when religion had greater influence on*



society and the family), there is mounting evidence to show that aging itself may affect a person's interest in religion. Existential concerns at this time in life might prompt older women to reexamine their views about God or perhaps adopt a religious worldview to take into account of the changes in their lives. For these older women, religion is generally beneficial to their well-being. The findings of this study contributed to the literature in this area by showing that younger women, who are not usually associated with high religiosity, make use of religion to reduce negative work experience. Although this may be specific to the sample used in the present study, there is lately a trend whereby younger women are also increasingly turning toward religion. The different patterns of findings observed for the two outcome measures also reflect the issue of specificity in the stress-strain relations as well as the importance of using both positive and negative outcomes in studies of women's well-being. Although correlated, the

two outcome measures are distinct measures, each having different correlates. One practical implication here is that in trying to increase well-being one needs to consider the outcome measure chosen and to examine the perspective that describes the outcome. In addition, the inconsistent findings of main or mitigating effect of religion on well-being may be due to the stress-related outcome that is used.

References

- Ellison, C. G. (1991). *Religious involvement and subjective well-being*. *Journal of Health and Social Behavior*, 32, 80–99.
- Idler, E., Blevins, J., Kiser, M., & Hogue, C. (2017). *Religion, a social determinant of mortality? A 10-year follow-up of the Health and Retirement Study*. *PLoS ONE* 12(12), e0189134.
- Koenig, H. G. (1997). *Is religion good for your health?* Binghamton, NY: The Haworth Pastoral Press.

- McCullough, M., Hoyt, W., Larson, D., Koenig, H. & Thoresen, C. (2000). *Religious involvement and mortality: A meta-analytic review*. *Health Psychology*, 19(3), 211–222
- Noor, N. M. (2008). *Work and women's well-being: Religion and age as moderators*. *Journal of Religion and Health*, 47(4), 476–90.
- O'Connor, D. B., Cobb, J., & O'Connor, R. C. (2003). *Religiosity, stress and psychological distress: No evidence for an association among undergraduate students*. *Personality and Williams*, D. R., Larson, D. B., Buckler, R. E., Heckman, R. C., & Pyle, C. M. (1991). *Religion and psychological distress in a community sample*. *Social Science and Medicine*, 32, 1257–1262.
- Wink, P., & Dillon, M. (2002). *Spiritual development across the adult life course: Findings from a longitudinal study*. *Journal of Adult Development*, 9, 79–94.

* Ibn Haldun University Psychology Department.

İlk Müslüman psikologlar

Müslüman âlimler, felsefi veya fennî çalışmalar içerisinde psikolojik bazı konulara yer vermiştir. Bu âlimlerden ilki el-Kındî'dir (801–866). Kındî, psikolojiyle alakalı olarak uyku ve rüyalar, üzüntüyü yok etme yolları üzerinde incelemeler yapmıştır. Kındî; üzüntüyü, insanlarla iletişimi koparıcı, sevgiyi yok edici, psikoloji bozucu ruhsal bir problem olarak tanımlamıştır. “Üzüntüden Kurtulma Yolları” adlı eserinde denetimsiz öfke ve şehvî duyguların ortaya çıkardığı nevrotik problemlerden söz etmiş, bunlardan kurtulma yollarını göstermiştir.

Taberî (838–870) ise çocuk gelişimi ile ilgilenmiştir. Psikolojik sorunlar yaşayan hastalara temel psikoterapi tekniklerini uygulamış, hastalarına üzüntüden kurtulmaları, kendilerini daha iyi hissetmeleri için gülmelerini ve esprituél olmalarını tavsiye etmiştir. Taberî'nin uyguladığı bir diğer tedavi yöntemi modern psikolojinin klinik çalışmalarda sıkça kullandığı danışma terapisi yöntemidir.

Bir diğer önemli İslam âlimi Ebu Zeyd El-Belhî'ye (854–934) ilk psikiyatrist diyebiliriz. El-Belhî ilk defa psikolojik rahatsızlıkları nörotik ve psikotik olarak sınıflandırmıştır. Bunlar, korku ve anksiyete, kızgınlık ve agresiflik, üzüntü ve depresyon ve obsesyonudur. Bununla beraber fizyolojik ve psikolojik rahatsızlıkları da karşılaştırmış ve hastaların içsel (ruhsal) durumlarının fizyolojik belirtiler gösteren aslında psikolojik olan (psikosomatik) bazı durumlar ortaya çıkardığını göstermiştir.

Ebu Bekir El-Razi (864–932) hastalarına umut verme, onları yüreklendirme, kendilerini daha iyi hissetmelerini sağlama, bu şekilde hızlı bir dönüşüm kaydetmeyi hedeflemiştir. El-Razi, beklenmedik ve ani gelişen duygusal patlamaların hızlı gelişen psikolojik, psikosomatik ve organik bazı hastalıklara yol açabileceğini söylemiştir. El-Razi, “*el-Tıbb el-Ruhani*” adlı eserinde ruhsal temelli duygusal ve psikolojik bazı rahatsızlıkların hangi yollarla tedavi edilebileceğini ortaya koymuştur. Dinî inancın zihinsel rahatsızlıklarla baş etmede, kendini iyi hissetme önemli olduğunu söylemiştir.

Farabi (870–950) bilimsel çalışmalarını sosyal psikoloji alanında yapmıştır. Model şehir fikri bunlardan en meşhur olanıdır. Farabi, insanların birbirlerine ihtiyaç duyduğu fikrini savunmuştur. Farabi'ye göre bir kimse diğerlerinin yardımı olmadan tam mükemmel olamaz. Farabi, rüyaların sebepleri hakkında da eser vermiştir. Farabi'nin önemli psikolojik çalışması müziğin zekâ ve psikolojik tedavi üzerinde etkilerini inceleyen araştırmalarıdır.

Psikoloji ile ilgilenen diğer bir filozof da İbn Miskeveyh'dir (932–1030). İbn Miskeveyh, duygusal birçok problemin ruhsal problemlerle yakın ilişkili olduğunu söylemiştir. Miskeveyh'in çalışmaları, kendini pekiştirme ve tepkisel karşılık gibi bazı kavramları ortaya çıkarmıştır. Bu kavramlara göre eğer kişi nefsi emmareye uyar, yanlış bir harekette bulunursa bu,

günahlara olan eğilimlerini kendi kendini terbiye ederek ve zıt tepkiler vererek yok etmeye çalışır. Bu davranışlardan bazıları fakirlere para vermek veya oruç tutmaktır.

İbn Sina (980–1037), “*Şifa*” isimli eserinin birçok bölümünde zihnin beden, duyum ve algı üzerindeki etkilerinden söz etmiştir. İbn Sina; ruhsal hâllerin, çeşitli duyu ve heyecanların, beden üzerinde önemli etkilere yol açtığını tespit etmiştir. Bu tespit, İbn Sina'yı psikosomatik tıp dalının öncülerinden biri yapmıştır. İbn Sina'nın psikoloji ilmine bir diğer önemli katkısı ilişki testleri denen, psikanalizde bilinçaltı hatıralara ve geçmiş yaşantılara ulaşmak için kullanılan araştırma tekniğini Freud ve Bruner gibi psikanalistlerden önce kullanmış olmasıdır. Çocuklarda aşırı ruhsal tepkilerin tedavisi, stres ve ölüm korkusunu yenme üzerine, günümüzde de değerini koruyan kıymetli eserler vermiştir. İbn Sina genellikle psikolojik ve fizyolojik rahatsızlıklar arasında bir ilişkinin olduğunu söylemiştir. Günümüzde melankoli olarak adlandırılan bazı psikolojik rahatsızlıkların gelişen bir fobi olabileceğini söylemiştir.

Kaynaklar

- Hayati Hökelekli, *İslam Geleneğinde Psikoloji Kültürü*.
- Amber Haque, *Psychology from Islamic Perspective: Contributions of Early Muslim Scholars and Challenges to Contemporary Muslim Psychologists*.



Ebu Bekir el-Razi



Farabi



İbn Miskeveyh



İbn Sina



Kındî

Pozitivizmden pozitif psikolojiye din psikolojisinin serüveni

HASAN KAPLAN *



Dinî duygu, düşünce ve davranışı inceleyen Din Psikolojisi kendini pozitif bir bilim olarak tanımlayan Psikoloji ve beşerî bilimler sınıfında yer alan İlahiyat alanını birleştiren interdisipliner bir çalışma alanıdır. Ancak bu melez disiplin, doğduğu günden beridir hem psikoloji hem de ilahiyat camiasında bir üvey evlat muamelesi görür.

Bu olumsuz yaklaşımın önemli sebeplerinden biri Din Psikolojisinin her iki alanın yüzleşmekten sakındığı ve disiplinler kimlikleri için tehdit gördükleri konuları ele alıyor olmasıdır. Bundan daha önemli olan diğer bir faktör de disiplinin bilimsel oryantasyonudur; Din Psikolojisi yeterince pozitivist olmadığı için psikoloji camiasından kabul

görmezken, din ve İlahiyat camiası tarafından da fazlasıyla pozitivist bulunmaktadır.

Psikoloji çalışmaları uzun yıllar pozitivist iki ana akımın, Freud'un geliştirdiği psikanaliz ve Pavlov'la başlayıp Skinner'le zirveye ulaşan davranışçı ekolün etkisinde kalmıştır. İlk içgüdüsel (*nature*) ikincisi çevresel (*nurture*) determinizmi vurgulayan bu iki ekole tepki olarak 70'li yıllarda insanî değerleri öne çıkaran Carl Rogers ve Abraham Maslow gibi psikologların öncülük ettiği üçüncü bir yaklaşım, hümanist psikoloji ekolü ortaya çıkmıştır.

Psikoloji mutfağında olup bitenler doğal olarak Din Psikolojisi çalışmalarını da etkilemektedir. Aslında disiplinin kurucularından biri olan William James, Dini Tecrübenin Çeşitliliği adlı eseriyle bilimsel pozitivistlere karşı ilk hümanist/pozitif adımı atmaktadır. Ancak bu teşebbüs sonradan ortaya çıkan psikanaliz ve davranışçı ekolün gölgesinde kalır. Davranışçı ekol dinî konulara ilgisiz ve mesafeli olduğundan, din psikolojisi çalışmaları bir süre psikanalizin yörüngesinde yoluna devam eder. Psikolojide hümanist ekolün ortaya çıkıp ivme kazanması uzun süre psikanalizin kritik kısıcında sıkışmış olan din psikolojisi disiplinine yeni bir heyecan ve hareketlilik getirmiştir. Ancak, bu döneme tekabül eden literatür incelendiğinde bu heyecanın ampirik çalışmalardan yoksun, felsefi ve teorik bir açılımdan öteye gidemediği görülür.

Din psikolojisi açısından asıl kırılma noktası iki binli yılların başında pozitivist paradigmaya karşı "pozitif" bir paradigmanın ortaya çıkmasıdır. Martin Seligman, Christopher Peterson ve Mihaly Csikszentmihalyi gibi psikologların öncülük ettiği, adına "pozitif psikoloji" denilen bu yeni paradigmada din ve maneviyat, klasik psikolojik yaklaşımların aksine, ruh sağlığı, optimizm, mutluluk ve karakter formasyonu açısından önemli bir kaynak olarak kabul edilir.

Böylece, her ne kadar bazı psikologlar tarafından insan doğasını kavramada "naif" bulunarak temkinle karşılanırsa da araştırmalarında mutluluk, sevgi, neşe, ilham, kadirşinashlık, merhamet ve mukavemet gibi konuları öne çıkaran pozitif psikoloji ile benzer konuları dinî duygu, düşünce ve davranış bağlamında ele alan din psikolojisi disiplini arasında uzun zamandır arzu edilen bir yakınlaşma ve iş birliği imkânı ortaya çıkmıştır.

Sonuç olarak, bugün pozitif psikoloji, dinî çalışmalara yeni bir vizyon kazandırırken, üvey evlat sendromunu bir nebze atlatan din psikolojisi disiplini de sahip olduğu birikimle pozitif psikoloji araştırmalarına önemli katkılar sağlayacaktır.

* İbn Haldun Üniversitesi İslamî İlimler Fakültesi.

YTB'den KKTC'de "İyilik Festivali"



Yurtdışı Türkler ve Akraba Topluluklar Başkanlığınca (YTB), Kıbrıs Vakıflar İdaresi iş birliğiyle Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyetindeki (KKTC) 8 bölgede "İyilik Festivali" düzenlendi.

YTB'den yapılan açıklamaya göre YTB Başkanı Abdullah Eren, festival kapsamında KKTC'de çeşitli temaslarda bulundu.

KKTC Cumhurbaşkanı Mustafa Akıncı ile bir araya gelen Eren, Başbakan Tufan Erhürman ve Başbakan Yardımcısı ve Dışişleri Bakanı Kudret Özersay ile de görüşmeler gerçekleştirdi. Görüşmelerde iş birliği imkânları değerlendirilerek ortak çalışmalar hakkında fikir alışverişinde bulunuldu.

Festivaldeki programlar kapsamında TRT Çocuk kanalının sevilen çizgi filmi "Rafadan Tayfa" karakterleri Kıbrıslı çocuklarla buluşurken, ünlü klarnet virtüözü Hüsnü Şenlendirici de eserleriyle katılımcılara müzik ziyafeti sundu.

Festivale katılan çocuklara, ocak ayında yapılan Rafadan Tayfa Sinema Günlerinde ilkökul öğrencilerinin çizdiği resimlerden oluşan "İyilik Resmi" ile "İyilik Tohumları" adlı kitaplar hediye edildi.

YTB Başkanı Abdullah Eren, program kapsamında ayrıca KKTC Vakıflar İdaresinin 448. kuruluş ve Kıbrıs Türk İdaresine geri alınışının 63. yıl dönümü çerçevesinde Vakıflar Haftasında düzenlenen "iyilik" temalı törene de katıldı.

AÇIK MEDENİYET GAZETESİ

YIL: 2 SAYI: 13 MAYIS 2019 FİYATI 5 TL ISSN 2602-2699

açık medeniyet

Fikri Bağımsızlık | Intellectual Independence | الاستقلال الفكري
Açık Medeniyet Gazetesi, İbn Haldun Üniversitesinin aylık yayımıdır.

İBN HALDUN ÜNİVERSİTESİ
ADINA İMTİYAZ SAHİBİ
Prof. Dr. Recep Şentürk

GENEL YAYIN YÖNETMENİ
Hakkı Öcal

YAYIN KOORDİNATÖRÜ VE
SORUMLU YAZI İŞLERİ MÜDÜRÜ
Muhammed Akaydın

YAYIN KURULU
Recep Şentürk
Fahrettin Altun
Faruk Yaşlıçimen
Hakkı Öcal
Halil Berktaş
H. Hümeysra Şahin
İsmail Erkam Tüzgen
Muhammed Akaydın
Talha Köse

EDİTÖRLER
Gökhan Gökçe
Muhammet Furkan Alpat
Hazem Fayeek Jouda

YARDIMCI EDİTÖR
Hilâl Purde

FOTOĞRAF EDİTÖRÜ
Tevhid Yeni

KREATİF DİREKTÖR
Ali Vefa
REKLAM
0531 618 16 23

TASARIM
Design Monsters
Ahmet Altay

www.acikmedeniyet.com

f acikmedeniyet @acikmedeniyet
acikmedeniyet



İBN HALDUN
ÜNİVERSİTESİ

İletişim: İbn Haldun Üniversitesi, Ulubatlı Hasan Cad. No: 2 Başakşehir 34494 İstanbul | Basın Müşavirliği: 0531 618 16 23 acikmedeniyet@ihu.edu.tr
Basım: Kültür Sanat Basımevi, Litros Yolu 2. Matbaacılar Sitesi ZB-11 Topkapı, İstanbul Telefon: 0212 674 00 21-29-46 Faks: 0212 674 00 61 www.kulturbasim.com
Yayınlanan tüm yazı, haber ve fotoğrafların her türlü telif hakkı İbn Haldun Üniversitesine aittir. İzin alınıp kaynak gösterilerek alıntı yapılabilir. Yayınlanan yazıların dil, bilimsel içerik ve hukukî sorumluluğu yazarlarına aittir.

İkinci dalga pozitif psikoloji

İBRAHİM DEMİRCİ *



Pozitif psikoloji, insanın pozitif özelliklerini keşfetmesini ve geliştirmesini amaçlayan bir yaklaşımdır. Ancak pozitif psikolojinin sadece pozitif psikolojik durumlar üzerinde araştırmalar yaptığını düşünmek büyük bir yanılgı olacaktır. Çünkü pozitif psikoloji insanın psikolojik gelişimini ilgilendiren her türlü konu üzerinde çalışmaktadır. Özellikle bu yazımızın konusunu oluşturan İkinci Dalga Pozitif Psikoloji, bir duygunun ya da bir karakter özelliğinin pozitif ya da negatif olarak sınıflandırılmasının bazı sakıncaları olduğunu öne sürmektedir. Örneğin, kaygı birçok kişi tarafından olumsuz bir duygu durumu olarak sınıflandırılır. Ancak kaygının bizi tehlikelere karşı hazırlamak ve sorumluluklarımızı yerine getirmemiz için motivasyon oluşturmak gibi oldukça önemli başka işlevleri de olabilir. Yine suçluluk, utanma, pişmanlık, hayal kırıklığı ve öfke gibi duygular "negatif" olarak nitelendirilebilir. Oysa ahlakî açıdan yanlış bir davranış yapıldığında suçluluk, utanma ve pişmanlık hissedilmesi bir daha bu yanlış davranışın tekrarlanmasına engel olabilir. Benzer şekilde haksızlıklar karşısında öfkelenmek kişinin kendisinin ve başkalarının haklarını korumasına yardımcı olabilir. Yine iyimserlik, "pozitif" bir karakter özelliği olarak sınıflandırılrsa da bazı durumlarda iyimser olmak riskli davranışlarda bulunmaya neden olabilir. Örneğin, sigara içen insanların sigaranın sağlıklarına zarar vermeyeceği yönündeki "iyimser" inançları onlara zarar vermektedir. İşte bu tür olumlu ve olumsuz özelliklerin diyalektik yapısı İkinci Dalga Pozitif Psikolojinin temel araştırma konuları arasındadır. Çünkü İkinci Dalga Pozitif Psikolojiye göre negatif, pozitif; pozitif ise negatif olabilir. Bu anlayış, aslında

kültürümüze de hiç yabancı değildir. Hatırlanacağı üzere Kur'an-ı Kerim'de Bakara Suresinde, "Sizin hayır bildiklerinizde şer, şer bildiklerinizde hayır vardır!" ifadesi geçmektedir.

Hegel'in diyalektik felsefesinden yola çıkılarak psikoloji tarihine bakıldığında "geleneksel psikoloji" tez, "pozitif psikoloji" antitez, "ikinci dalga pozitif psikoloji" ise sentez olarak tanımlanabilir. Geleneksel psikoloji, insan doğasının kötü olduğunu söylerken pozitif psikoloji, insan doğasının iyi olduğunu söylemektedir. İkinci Dalga Pozitif Psikoloji ise insan doğasında olumlu ve olumsuz özelliklerin birlikte var olabileceğini kabul ederek sentez oluşturmaktadır. Bu sentez hem geleneksel psikolojinin hem de pozitif psikolojinin özelliklerini içerdiği gibi bunların yanında yeni şeyler de söylemektedir.

Pozitif psikolojinin en önemli amaçlarından birinin insanın daha mutlu olmasını sağlamak olduğunu söylemek mümkündür. Antik çağlardan bu yana mutluluk, birçok düşünür tarafından en yüce amaç olarak adlandırılmaktadır. Modern dünya, insanın mutlu olması gerektiğini her fırsatta vurgulamaktadır. Schmid, "Mutsuz Olmak" adlı kitabında mutlu olmak gerektiği yönündeki dayatmayı, "mutluluk diktatörlüğü" olarak isimlendirmektedir. Öte yandan mutluluğun peşinden koşmak ya da mutluluğa aşırı değer vermek paradoksal olarak insanı mutsuzluğa da sürükleyebilmektedir.

Her durumda mutlu olmak iyi midir? Bir arkadaşımızın derdini dinlerken ya da haksızlığa uğramış birinin hakkını savunurken mutlu görünürseniz ya da gülümserseniz muhtemelen yanlış anlaşılabilirsiniz. Karşınızdaki kişi kendisiyle dalga geçildiğini düşünebilir. Tabii ki arkadaşımızın derdini dinlemek ya da hak savunuculuğu yapmak hayatınıza anlam katar ve iyi hissedersiniz. Ancak hissettiğiniz şey "mutluluk"tan ziyade "huzur" olarak tanımlanabilir. Pozitif psikoloji, iki farklı mutluluk anlayışı olduğunu öne sürmektedir. Bunlardan ilki günlük hayatta mutluluk denildiğinde akla gelen heyecan verici olumlu duyguları, deneyimleri ifade eden hedonik yaklaşımdır. Bir diğeri ise iyi oluşun mutlu

hissetmekten daha üst düzey bir durum olduğuna vurgu yapan eudaimonik yaklaşımdır. Eudaimonik yaklaşımın Türkçede henüz bir karşılığı olmasa da huzur, bu karşılığa en yakın kelimelerden biridir.

Pozitif psikolojinin önemli araştırma konularından biri de bireyin yaşamını anlamlı kılan şeylerin belirlenmesidir. İkinci Dalga Pozitif Psikolojiye göre yaşamın anlamı; erdemli yaşam, dayanıklılık ve iyi oluş, iyi bir yaşamın dört temel yapı taşıdır. Viktor E. Frankl, "İnsanın Anlam Arayışı" adlı kitabında insanın, (a) bir iş yaparak, (b) bir insanla etkileşime geçerek ve (c) kaçınılmaz acıya karşı bir tavır geliştirerek yaşamın anlamını bulabileceğini vurgulamıştır. Maslow da, "İnsan Olmanın Psikolojisi" adlı kitabında acı, üzüntü ve keder gibi duyguların psikolojik gelişim ve kendini gerçekleştirme açısından faydalı olabileceğini, bu nedenle acı ve üzüntüden sürekli korunmaya çalışmaktan kaçınılması gerektiğini öne sürmüştür. Nietzsche, "Beni öldürmeyen acı, güçlendirir!" diyerek, "acının dönüştürücü gücü"ne vurgu yapmıştır. Bazı insanlar travmatik olaylar sonrasında psikolojik olarak kendini daha olgun ve gelişmiş hissedebilmektedir. Hayata daha farklı bir bakış açısıyla bakabilmektedir. İşte İkinci Dalga Pozitif Psikoloji, hayatın "karanlık yanı"yı kucaklayarak onun içgörü geliştirme, dönüşüm, iyileşme, psikolojik gelişim potansiyeline odaklanmaktadır.

Pozitif psikolojinin bir diğer varsayımı, insan psikolojisinin pozitif yönleriyle ilgili evrensel bazı sonuçlar ortaya koymaktır. Karakter güçleriyle ilgili sınıflama geliştirilirken bütün kültürlerde ve dinlerde ortak bazı karakter özellikleri bir araya getirilmiş ve popüler kültür ürünlerinden de yararlanılmıştır. Ancak evrensel ilkelere ulaşmaya çalışmak kimi zaman bazı yerel ve kültürel değerlerin yok sayılmasıyla da sonuçlanmıştır. Bu nedenle kültürel ve yerel özelliklerin dikkate alınması pozitif psikolojinin kendini aşması için yeni fırsatlar ortaya çıkaracaktır. Son zamanlarda pozitif psikoloji konusunda yapılan çalışmalar iyi oluşun kültürel, kültürlerarası ve diyalektik özelliklerine odaklanmaktadır.

* Sinop Üniversitesi Eğitim Bilimleri Bölümü.

Diyanet İşleri Başkanı Erbaş terör saldırısının mağdurlarıyla görüşti

Diyanet İşleri Başkanı Prof. Dr. Ali Erbaş, Yeni Zelanda'nın Christchurch kentindeki Nur ve Linwood camilerine geçen ay düzenlenen terör saldırılarında hayatını kaybedenlerin yakınlarının yanı sıra saldırıdan yaralı kurtulanlarla bir araya geldi. Erbaş, yakından ilgilendiği misafirlerine taziye ve başsağlığı dileklerini ilettili. Türkiye olarak Yeni Zelanda'ya binlerce kilometre uzakta olmalarına rağmen masum Müslümanlara karşı yapılan terör saldırısında mağdur olanların yaşadığı acıları yakından hissettiklerini vurgulayan Erbaş, "Buradaki siz Müslüman kardeşlerimizin başına gelen

bu olaydan dolayı çok büyük bir üzüntü hissettik. Şehitlerimize rahmet, yaralılarımızı acil şifalar diliyorum." dedi.

Tüm dünyada tepki çeken terör saldırısında teröristin ikinci hedefi olan Linwood Camisine girişini engelleyerek can kaybının artmasını önleyen ve kahraman olarak nitelendirilen Afganistan asıllı Abdul Aziz, ise "Diyanet İşleri Başkanlığı heyeti bu zamanda ihtiyaç duyduğumuz sevgiyi bizimle paylaştı, sayın başkana ailesini bırakıp, buralara kadar bizimle kederimizi paylaşmaya geldiği için teşekkür ediyoruz." diye konuştu.



Nur Camisinde yaralanan ve hâlen yoğun bakımda tedavi gören Zekeriya Tuyan'ın eşi, çocukları, anne ve babasının da katıldığı program, hayatını kaybedenler için okunan duanın ardından sona erdi.

Muhyiddin Şekûr'a göre tasavvuf ve psikoloji

Psikoloji, tasavvufa nüfuz edemez. Tasavvuf; çok daha kadim, çok daha eski, çok daha bütün bir şey. Kıyas götürecektir bir şey değil. İmam Gazzâlî Hazretleri koşullu öğrenmeyle ilgili bilgileri Pavlov'dan 1000 yıl önce söylemiştir. Psikolojinin şöyle bir avantajı var. Psikolojiyle ilgilenen kişiler bir potansiyel taşıyor. Çünkü psikolojinin alanı da kendini keşif sürecidir. Oraya bir giriş yapar. Farkındalık denilen kavram çok önemli. Ben kimim, bir insanın kendim dediği şey nedir? Psikoloji, bu sorulara cevap araması açısından çok büyük bir potansiyel

taşıyor. Buna bir de samimi bir ilgi eklenirse tasavvufu anlamak bir psikolog için çok daha kolay olabilir. Ancak şunu hatırlatalım ki, psikoloji biliminin bakış açısıyla tasavvuf tanınmaz. Tasavvuf, kitaplardan okuyarak öğrenilecek bir şey de değil. Tasavvuf, yaşanarak öğrenilecek bir şeydir.

Ben hiçbir zaman tasavvuf reçeteleri yazmadım, yazmıyorum da... Ancak kendim için yazabilirim. Hastalara bunu asla yapmıyorum. Çünkü ben telepatik süreçte kendimi iyileştirici olarak görmüyorum. İyileşme; benden gelen, benden kaynaklanan bir şey değil. Benim görevim, orada bulunmak, anlamaya çalışmak, derin bir empatiyle paylaşmaya çalışmak. Ben bunu yapmaya çalışıyorum. Şifa kaynağı ben değilim. İyileştirme sorumluluğu benim üzerimde değil. Allah'ın takdiri ile benim aracılığıyla geliyor olabilir ama benden bir şey değil.

Benim kendi değerlerimi empoze etmeye çalışmam doğru bir şey değil. Sadece insanların farkındalıklarını artırma yolunda girişimlerim olur. Kendi duygularına, kendi düşüncelerine, insanlarla olan ilişkilerine daha fazla odaklanmalarını sağlayabilirim.

Benim hastayla buluşma noktam onların buldukları yerdir. Onları, kendi bulunduğum yere çekmeye çalışmam. Dergâha gelirlerse tabii ki o farklı.

O zaman başka şeyler konuşabiliriz.

Hastam için dua edebilirim ama onlara dua etmelerini söylemem. Hastalarım

için namaz kılabilirim ama namaz kılmalarını söylemem. Çünkü herkesin seçme özgürlüğü var. Ne istediklerini öğrenmek bir terapistin görevidir ama istediklerini vermek terapistin görevi değildir.

Bizim alanımızdan örnek vermek gerekirse bazı terapistler tanı koyma, test yapma hususlarına o kadar odaklanırlar ki hastayı kaçırmalar. Hastayı duymazlar, görmezler. Hâlbuki hasta oradadır. Örneğin bir asansöre bindiğiniz zaman samimi bir merhaba demek birçok şeyi yapmaktan çok daha kuvvetlidir.

Şeyhim derki, "Tasavvufun, bir dergâhta oturup sabaha kadar tefekkür edip zikir yapmak olduğunu zannetmeyin, gerçek tasavvuf bu değildir. Tasavvuf, böyle olsaydı bugüne kadar sülûk diye bir şey kalmazdı. Hiçbirimiz sıkıntı çıkmasını, pürüz çıkmasını istemeyiz hayatımızda. İsteriz ki bir ikileme karşı karşıya kalmayalım hayatta. Ama iş böyle değil. Peygamber Efendimiz (s.a.v.), "Bir haksızlık gördüğümüz zaman onu elle düzelttin, bunu yapamıyorsan dille düzelttin, bunu da yapamıyorsan kalbinizle buğz edin." diyor ki bu sonuncusu imanın en zayıf olduğu nokta.

İnsanlık tarihi boyunca müşitler hep vardı. Tüm peygamberler Allah'ın er-Reşid, el-Hâdi isimlerinin yansımalarıdır. Artık peygamber gelmeyecek fakat her çağda O'nun vârisleri vardır. Bu çağda da... Onlar miras aldıkları şeye dayanırlar. Allah sana istediği şekilde rehberlik edebilir. Annen sana doğru yolu gösteriyorsa, Allah, sana onun aracılığıyla hidayet ediyordur. Küçük bir çocuk da müşidin olabilir. Yapmamız gereken tek şey samimi şekilde bu yola kendimizi adamak. Ben buna şahidim. Gerçekten istediğinizde olacaktır. Bana olduysa size olacağına da şüphe yok...

Muhyiddin Şekûr



Osmanlı'da akıl hastaları

19. asra kadar Avrupa'da akıl hastalarına, şeytan tarafından ruhu kabz edilmiş, ancak cismen insan olan bir varlık olarak bakılırdı. Osmanlı'ya göre ise bu insanlar meczuptu. Yani Allah katına "cezb edilmiş" hasta... Bu insanlara meczubun dışında; mecnun, şeyda, divane vb. de denilirdi fakat "deli" demekten kaçınılırdı. Osmanlı toplumunda hangi sebeple bu hastalığa yakalandığı bilinmez bu insanlara hakaret etmemeye özen gösterilirdi.

İki ayrı kültürün aynı konuya bu derecede farklı yaklaşımı, konunun objesi olan hastaya yapılacak muamelede de tabiatıyla zıt metotlar uygulanmasını zorunlu kılıyordu.

Batı'da tedavi yolu basitti: Akıl hastası ateşte yakılır, işkenceye uğrar, sonunda ruhları şeytandan kurtarılmış şekilde Tanrı'ya havale edilirdi.

Alman psikiyatrist Richard von Krafft-Ebing şöyle diyor: "Hristiyanlık, akıl hastalarına ilgi göstermiyordu. Onları şeytan tarafından ele geçirilmiş yaratıklar şeklinde algıyordu. Akıl hastalarını tedavi etmeyi Avrupa, Türklerden öğrendi. Türkler, bizden çok önce, akıl hastalarına mahsus hastaneler kurdular."

Osmanlı devleti, akıl hastalarına özel darüşşifa kurmak geleneğini, vârisi bulunduğu Selçuklulardan aldı. Bu hastanelere daha önceleri bîmâr-



hâne denilirdi (bu kelime halk dilinde "tumarhane" oldu ve küçümser anlamı zamanla ağır bastığı için şimdi terk edildi).

15. asır sonlarında İkinci Bayezid'in Edirne Darüşşifası, 16. asır başlarında Haseki Hürrem Sultan'ın Mimar

Sinan'a yaptırdığı Haseki Darüşşifası, dünya çapında ün yapmışlardı.

Osmanlı'nın mâl-i hülya dediği melankoli, kara sevda dediği histeri, ateh-i kable'l-mîad dediği şizofreni, ayrı metotlarla tedavi edilen akıl hastalıkları idi.

The “tyranny” of positive thinking can threaten your health and happiness



The adaptation of positive psychology for business management and even the armed forces has helped the approach spread into popular culture. But as it's grown more and more popular, positive psychology has taken on a new tone, a tone with a more simplistic message of “*positive thinking*.”

An article in the well-known magazine Newsweek, argues that since the movement's popularity grew, it started being used to shame people with depression, anxiety or even occasional negative feelings. Everyone knows the phrases like “*Just look on the bright side!*” or “*Happiness is a choice – so choose to be happy!*” And countless self-help books on choosing happiness line the shelves of bookstores. But according to Newsweek, the August and October issues of Motivation and Emotion, the official journal of the Society for the Study of Motivation in 2016, have studies that prove the shaming is real.

A study conducted by Karin Coifman and colleagues concluded that when people acknowledge and address negative emotions toward their relationships or chronic illnesses, it helps them adjust their behavior and have more appropriate responses. Those negative emotions, in turn, benefit their overall psychological health. Another study conducted by Elizabeth Kneeland and colleagues concluded that people who think emotions are easily influenced and changeable are more likely to blame themselves for the negative emotions they feel than people who think emotions are fixed and out of their control.

“Not the first to suggest positive psychology can be dangerous”

Newsweek argues that while these studies are important, they aren't the first to suggest positive psychology can be dangerous.

For years, psychologists have been studying emotions and how they affect everyday life, success and self-esteem. These studies found that even though positive psychology can help some people achieve happiness, it can be harmful to others, leading to feelings of failure and depression.

Despite these recent findings and years of research pointing out the negatives of positive psychology, the infatuation lives on. Some experts believe bombarding people with these bromides and self-help books that implicitly say they are at fault for not being happy may be a factor in the rise of depression rates, especially in the U.S.

A new tone of positive thinking

Since the former American Psychological Association President Martin Seligman established positive psychology in 1998, the adaptation of positive psychology for business management and the armed forces has helped the approach spread into popular culture. But as it's grown more and more popular, positive psychology has taken on a new tone—one with a more simplistic message of “*positive thinking*.”

Julie Norem, a psychology professor at Wellesley College, says that badly executed studies published in the name of positive psychology started showing up in many places after Seligman coined the term. Most of these claimed that optimism and positive thinking led to a happy life. But, as social psychologist Carol Tavris has argued, most of these studies have been shot down by better studies.

In recent years, critics have become concerned that this simplistic form of positive psychology can do more harm than good. It's “*the tyranny of the positive attitude (TPA)*,” says Barbara Held, a psychology professor at Bowdoin College. “*By tyranny of the positive attitude, I mean that our culture has little tolerance for those who can't smile and look on the bright side in the face of adversity.*” Even in cases of profound loss, Held says, people are supposed to get over their sadness within weeks, if not sooner. “*The TPA has two component parts: First, you feel bad about whatever pain has come your way, then you are made to feel guilty or defective if you can't be grateful for what you do have, move forward [or] focus on the positives. This is the double punch, and it's the second part that does the most serious damage.*”

Supporting research intensifies

Research bears that out. A 2012 study undertaken at the University of Queensland and published in the journal “*Emotion*” found that when people think others expect them to not feel negative emotions, they end up feeling more negative emotions. A 2009 study published in Psychological Science found that forcing people to use positive statements such as “*I'm a lovable person*” can make some feel more insecure. Further, New York University psychology professor Gabriele Oettingen and her colleagues have found that visualizing a successful outcome, under certain conditions, can make people less likely to achieve it.

Researchers have also found that people in a negative mood produce better quality and more persuasive arguments than people in a positive mood and that negative moods can improve memory.

“*The majority of positive psychology interventions are designed to help make people feel better, to improve their mood,*” says Norem. “*Just trying to raise the mood of people who are anxious may make them temporarily feel better, but it tends to lead to poor performance because it doesn't make their anxiety go away. The anxiety is there and has to be dealt with.*”

Psychiatrist Dr. Mark Banschick argues that positive thinking can become a way of avoiding necessary action. People might say everything is fine even when it isn't and avoid fixing the problems in their lives. Beth Azar wrote in an article published by the American Psychological Association that there is widespread and overblown confidence in the power of the positive, including the misperception that people can stave off illness with optimism.

The best way to combat the TPA, Held, and Norem say, is to acknowledge that there are no simple answers to the complex problems people face—especially the all-encompassing and ongoing pursuit of happiness.

Engendering psychological resilience through pre-emptive internalization of cognitive skills

HOOMAN KESHAVARZI *



In the modern era, the popularity of positive psychology has become of interest globally. The basic premises of positive psychology challenges the focus on illness and symptomology in the psychological literature and holds that this type of research is insufficient to promote psychological health. Instead, positive psychologists have focused on the identification of character qualities, traits, environmental conditions and cognitive aspects of the self that serve as a source of building psychological resiliency that can serve as a buffer to psychological distress. This line of thinking is consistent with many of the early writings of Muslim scholars of the past. In fact, Abu Zayd al-Bakhi, a 9th-century polymath has written an entire chapter on the prevention of psychological illnesses

in his celebrated treatise on, "the sustenance of the body and the psyche" (Badri, 2013). In this treatise written over 1000 years ago, he discusses how the field of preventative psychological medicine is something that is not only applicable to those who are sick but rather for everyone. He offers that it is inconceivable or rare that a human being will go through life and not face any hardships or situations that trigger intense emotional reactions or responses to these events. He also describes that psychological conditions and disorders are much more prevalent than medical conditions. As a result, he enumerates various approaches to promote and enhance the well-being of individuals outside of the clinical context. He devotes a considerable portion of his treatise to prevention and psychological well-being. Among some of the strategies he suggests is to promote positive cognitive orientation. He offers that individuals should internalize positive beliefs and have sufficient positive cognitive explanatory strategies that can act as a buffer to the inherent feeling of psychological distress during times of difficulty. Additionally, he offers that individuals should keep realistic expectations out of life and internalize the belief that the world will prove insufficient to be able to provide and meet all of one's desires and needs. This is consistent with modern existential psychology and positive psychology. Existential psychologists offer that

the healthiest individuals psychologically are those that are prepared for the natural ups and downs of life and embrace the struggle (Temple & Gall, 2016). Martin Seligman, the father of modern positive psychology has developed several programs designed to enhance human functioning through the promotion of cognitive skills that the terms, 'learned optimism'. Studies show that the degree of optimism in a person is associated with the size of their orbitofrontal cortex in the brain. The greater learned optimism, the larger this area of one's brain. This brain area can reverse and deactivate the areas of the brain that trigger negative emotions during distress (Dolcos et al. 2016). Therefore, the active teaching of optimism is associated with greater psychological well-being. One of the most powerful cognitive traits associated with optimism is a positive explanatory style. Thus, children who have been actively taught to maintain a positive explanatory style such as viewing glass as half full instead of half empty have been less likely to become depressed later (Gillham, Reivich & Shatte, 2001). Such modern studies reinforce the age-old wisdom of healthy early socialization and active psychological training that prepares individuals for the challenges of life.

* Director of Khalil Center (USA), Ibn Haldun University Psychology Department.

Pozitif psikoloji ve psikolojik sermaye ilişkisi

Pozitif psikoloji ve bu anlayıştan kaynaklanan yeni kavramlar, araştırmalarda bariz biçimde öne çıkmış durumda. Ancak pozitif psikoloji yaklaşımının insanın psikolojik olarak kavranmasının önüne büyük bir engel çıkartacağını ve çatışma alanlarını çözmeye çalışmak yerine Polyannacılığın bilim yerine sunulması gibi bir duruma yol açacağı eleştirileri de artmış durumda.

Prof. Dr. Erol Göka, Yeni Şafak gazetesindeki köşesinde yazdığı makalelerden birinde, "Geçmiş dönemde hipnoz, manyetizma, duyu-ötesi algı, NLP gibi kavramlar insan iradesini ve sorumluluğunu dışlayacak biçimde çareymiş gibi sunular, pozitif psikoloji kavramlarında bu çıkarıcı tabiatları için verimli bir vasat keşfetmekte gecikmeyeceklerdir." ifadesiyle bu tehlikeye dikkat çekiyor, ancak ekliyor; "Elbette çıkarıcılara ve zalimlere yüz vermemeliyiz ama tehlike var diye pozitif psikolojinin anlaşılmasına daha çok imkân tanıdığı insanın olumlu potansiyellerini konuşmaktan vazgeçmek de olmaz."

Organizasyon ve yönetim bilimleri ile pozitif psikoloji ilişkisi

Göka'nın da belirttiği gibi 1999'da Martin Seligman tarafından ortaya atılan pozitif psikoloji kavramında, insanın psikodinamiklerinin olumlu yanlarını ekleyerek ilerlemek önemli.

Pozitif psikoloji kavramının doğrudan etkide bulunduğu ve bakış açısını kökten değiştirdiği alanlardan birisi de "organizasyon ve yönetim bilimleri."

İş hayatı bireylerin ömürlerinin önemli bölümünü geçirdiği bir ortam. Üstelik kimileri için iş hayatı, aynı zamanda sosyal çevrelerini de oluşturuyor. Hâl böyle olunca, iş ortamında kendini geliştirmek için daha çok fırsat yakalayan bir çalışan, aynı zamanda organizasyonun verimine de olumlu yönde katkı sağlayacak hâle geliyor.

Pozitif psikoloji yaklaşımıyla kurum ve kuruluşlar bu durumun farkına varmış durumda ve bu çerçevede çalışanlarına daha fazla önem vermeye, buldukları ortamı iyileştirmek için önlem almaya ve yöntem geliştirmeye başladı.

"Organizasyon ve Yönetim" bilimleri alanında insan davranışlarının örgütsel stratejilere olan etkisini ve bazı strateji ve yetkinliklerin niçin diğerlerinden daha faydalı olduğunu anlamaya dönük çalışmalar yapılıyor. Tüm bunların sonucu olarak geleneksel finansal, fiziksel ve teknolojik sermaye türlerinin yanı sıra "pozitif psikolojik sermaye" kavramı öne sürülüyor.



Çalışma hayatının gelişimi için ölçülebilir, geliştirilebilir ve etkin bir şekilde yönetilebilir pozitif yönelimli olan insan kaynaklarına ilişkin güçlü yönler ve psikolojik kapasiteler üzerinde yapılan çalışma ve uygulamalar teşvik ediliyor.

Psikolojik sermayenin daha ziyade şu alanlarda kendini gösterip yoğunlaştığına inanılıyor. Çalışanın ve çalışma ekibinin zorlu işleri başarmak için gerekli çabayı gösterebileceğine güvenmesi (öz-yeterlilik)... Şimdi ve gelecekte başarılı olmaya dair olumlu beklentiler (iyimserlik)... Zorluklar ve sıkıntılar karşısında ayakta kalabilme ve her şeye rağmen başarıya ulaşma (dayanıklılık)... Ve son olarak hedeflere varabilmek için bıkmadan, azimle çabalama (umut)...

Pozitif psikolojinin doğuşu

SEFA BULUT *



Psikoloji bilimi Sigmund Freud'dan önce başladı ama en çok bilinen ve geleneksel psikolojiye en çok etki eden insanlardan birisi Freud oldu. Daha sonra onun ekolünden giden takipçileri oldu. Uzun süre Avrupa'da, Kuzey ve Güney Amerika'da ve dünyanın değişik yerlerinde psikoloji ve psikiyatri bilimini etkilemeye devam etti. Psikoanalitik ekol daha çok, insan savunmaları, iç çatışmalar, anne baba çocuk çatışması, aşâğılık duyguları, hastalık ve patoloji, cinsellik, cinsel istismar gibi konularına odaklandı ve hastalarında bu özellikleri aradı. Sanki teoriye teyit etmek için, hasta ya da danışan analizleri yapılıyordu. Bunun için serbest çağrışımlar ve rüya yorumları kullanılıyordu. Danışanı analiz etmek çok uzun bir zaman gerektiriyordu, bazen yıllarca analize giden, haftada bir, iki ya da üç kez analiz seansına katılan insanlar vardı. Bu hem çok maliyetliydi hem de çok zaman alıyordu ve de iyileşmenin miktarını ölçmek çok zor oluyordu, eğer oluyorsa?

Daha sonra buna tepki olarak Amerika'da davranışçı ekol ortaya çıktı. Davranışçılar da çok mekanikler ve içsel süreçler, içgörü ve duygularla

ilgilenmiyorlardı. Onlar sadece görünen ve ölçülebilen şeylerle ilgilenmek istiyorlardı. Bu da yetmezdi, ardından Bilişsel ekol çıktı ve bireylerin zihninde duygusal dünyalarında neler olduğunu anlamaya çalıştı. Bilimde ve özellikle sosyal bilimlerde yeni gelişmeler olurken, toplumsal yapı da bunu zorluyordu. 2. Dünya Savaşında milyonlarca kişi bir hiç yüzünden ölmüştü; evinden, yerinden, yurdundan edilen çok insan vardı. Dünya kısa bir süre sonra acıyla yeniden buluştu. Bu sefer de insan olmanın anlamını, değerini anlamaya çalıştı. İnsan hayatının anlamını ve değerini sorgulamaya başladı. Avrupa da anlam arama başladı. Aynı türden toplumsal gelişmeler Amerika'da da oldu. Savaş sonrası aşırı endüstrileşme, üretimin arması, aşırı alım gücü, kapitalizmin çok yoğun hissedilmesi, kadınların iş hayatına girmesi ve derken Vietnam Savaşı ve Çocuklar akımları, insan hayatının ve yaşamının amacını ve değerini bir kez daha sorgular oldular ve Maslow'un hümanistlik yaklaşımı doğdu.

Aslında pozitif psikoloji kavramını ilk defa 1954 yılında Maslow kullanmıştır. Maslow da daha çok insanın ihtiyaçları ve "kendini gerçekleştirebilecek" entelektüel ihtiyaçlardan bahsediyordu. Maslow, "en üst düzeyde işlev gören" kişiden bahsediyordu. Tüm kapasitesini ve potansiyelini kullanan çevresiyle ve kendisiyle barışık kendini seven ve kabul eden insanı tanımlıyordu. Daha sonra gelen Varoluşçu ekol ise, modern dünyada insanın yaşamış olduğu yalnızlık ve yabancılaşmayı ele alıyordu. İnsanlık, "var olmanın dayanılmaz hafifliğini" yaşıyordu. Bu teoriler aslında, teori değildi, toplumsal yaşamın yansımasıydı. Daha sonra 1998'de Martin Seligman da insanın güçlü ve dayanıklı yanlarına vurgu yaparak, pozitif psikoloji terimini kullandı. Psikoloji biliminin gelişimi biraz da toplumların gelişimine,

geçtiği evrelere ve yaşananlara bağlı olarak gelişmiştir.

En son gelinen nokta da ise, insanın değerli ve önemli olduğu, tek ve biricik olduğu, kendi içinde kendi kendine yetecek gücü olduğu, uygun ortamlar olursa bu potansiyellerini ortaya çıkarabilecek, üretken bir potansiyelinin olduğu noktaya gelindi. İnsan yaşamında deneyimlerin önemi arttı ve her deneyime olumlu yaklaşılması gerektiği anlaşıldı. Travma gibi olumsuz deneyimlerden sonra bile, travma sonrası büyüme ve affetme gibi değerlerin ortaya çıkabileceği anlaşıldı. İnsanoğluna daha huzurlu bir gelecek sunabilmek için bireysel dayanıklılık, direnç, umut ve mutluluk kavramları yeniden keşfedildi. Aslında bu kavram ve duygular her zaman vardı, insanoğlu biraz pozitivizmden uzaklaşıp kendi içine dönünce kendi doğasını ve özünü keşfetmeye başladı. Kendisi ve Yaratıcı ile olan ilişkisini yeniden keşfetti. Böylece tinsellik kabul gördü.

Kaynaklar:

- Wittels, F. (1931). *Frued and His Time*. Liveright Publishing Corporation, USA.
- Maslow, A. (1954). *Personality and Motivation*
- Seligman, M. (1998). *The President's address*. *American Psychologist*, 54,559-562.
- Seligman, M. (2002). *Authentic happiness*, New York: Free Press.

* İbn Haldun Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölüm Başkanı.

Vesvese, psikiyatrik bir hastalık mı?

Pamukkale Üniversitesi Tıp Fakültesi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı Öğretim Üyesi Prof. Dr. Hasan Herken, halk arasında vesvese olarak bilinen durumun kişiyi rahatsız edip, işlevselliğini bozması ve zaman kaybına neden olmasının psikiyatrik bir hastalığın belirtisi olduğunu söyledi.

Prof. Herken, Obsesif Kompulsif Bozukluk hastalığının, yaklaşık 50 kişiden birinde görüldüğünü, hastalığın uzun süreli olduğunu hatta ömür boyu devam edebildiğini belirtti.

Söz konusu hastalığa sahip kişilerin saçma gelen ama düşünmekten kendisini alıkoyamadığı birtakım takıntılı durumun yarattığı sıkıntıyı ortadan kaldırmak için bazı tekrarlayıcı davranışları, düşünsel eylemleri yaptığını ifade eden Herken, vesvesenin belli yaş gruplarında özellikle rastlanan bir yakınma olduğunu dile getirdi.

Bu durumun aslında psikiyatrik bir hastalığın belirtisi olduğuna işaret eden Prof. Herken, "Sadece basit bir hastalıkta, küçük şüpheler ve emin olamama duygusunda kalmırsa bunda sorun yok, psikiyatrik bir hastalık diyemeyiz. Halk arasında vesvese olarak bilinen durum, kişiyi rahatsız ediyor, işlevselliğini bozuyor ve zaman kaybına neden oluyorsa bu psikiyatrik bir hastalığın belirtisidir. Bunlar belli bir boyutu aştıysa rahatsızlık diyebiliriz. Yoksa bir miktar titizlik, ufak tefek takıntılar olan her insan rahatsız değildir."

Prof. Herken, kişideki vesvese hâlinin kimi durumlarda eli çok yıkama, tuvalet ve banyoda uzun süre kalma, herhangi bir konuyu çok takma, apartmanın katlarını sayma gibi belirtilerle de devam edebildiğini kaydetti.

Hastalığın, kişinin hayatının herhangi bir döneminde ciddi zorlanmalar sırasında da

gelişebildiğini ve tedavisinin kolay olmadığını anlatan Herken, şunları söyledi:

"Her hastanın durumu diğerinden farklıdır.

Hastanın takıntı yaptığı şeyler, hayatın herhangi bir döneminde değişiklik gösterebilir. Bugün olan semptom dizesiyle üç ay sonra hastalık alevlendikten sonraki semptom dizeleri birbirinden farklı olabilir. Vesvese, hastalığın şikâyetlerinden sadece biridir. Basit bir vesvese mi yoksa çok üst düzeye çıkmış bir takıntı mı olduğunu ancak hasta ile yaptığımız görüşmede anlayabiliyoruz. Bu rahatsızlık toplumda yüzde 1-2 arasında görülür. Hayatın belli bir döneminde gelen basit bir takıntı olduğu gibi sürekliliği olan, çok ağır boyutlara ulaşan yakınmalar da görülebilir."





Noraini M. Noor

The foundations of positive psychology with Noraini M. Noor



Interview: Ebru Morgül

In the field of psychology, we have a new wave called positive psychology, this approach is also getting popular among the Muslim psychologists. Looking from an indigenous perspective do you think this approach is compatible with us as Muslims, with our cultural-religious backgrounds? Maybe the word compatible is not the right word to use here. The way I looked at it, positive psychology is a branch of psychology. Basically, a branch of Western psychology.

If you ask people about happiness, of course everyone, including Muslim societies, talk about being happy. Happiness is important, everybody wants to be happy, but the understanding may not necessarily be the same. Psychological happiness is more hedonistic. From the Western approach, happiness is more about pleasure. The way happiness is defined in Islamic sources and the way Western psychology define it is not the same. The word is same, but the meaning is not. We need to differentiate between these two.

Western societies after the 17th century onwards has become very secular and there is no transcendent anymore. In this view, man is the ultimate reality, and nature of man is just a material man. Therefore, happiness here is purely based on self-interest and on pleasure. That's why the psychological definition of happiness is related to life satisfaction, which is a cognition, low negative effect and high positive effect.

On the other hand, Islam talks about eternal happiness. Happiness is to lead a life that is virtuous. If you look at islam, iman, and ihsan, ihsan is the goodness there. Happiness in Islam is not happiness at a moment in time. Happiness is accumulated over a person's lifetime for the salvation of one's soul. For the modern West, soul is no more in the picture. It is purely psychological happiness, so, it is totally hedonistic. But, before modern science, before the 17th century, the West also believed in about the same thing. They still had God in the picture. In other words, the foundation of modern man is very different. So, the foundation is different. If you talk about compatibility, everybody in life wants to be happy but how to happy in life is different. In the Western approach there is no afterlife, everything is in the here-and-now. In Islam, ultimate happiness is in the afterlife.

In this sense, can we say the concepts of positive psychology are applicable to Muslim cultures?

If we look at where positive psychology got these concepts from, Seligman (*the founder of positive psychology*) did his factor analysis on character strengths from words that he sourced from the past. From traditions, major religions, philosophies; and took from Aristotle his philosophic virtues. That is why he is talking about justice, wisdom, courage, moderation. But you see, virtues cannot be part of modern man. Modern man is just a material man; virtues, on the other hand, goes beyond the material self. So, there is conflation there, lots of confusion, but people don't see it because they assume positive psychology talk about virtues. But it is very difficult for material man to talk about virtues, because, where do we locate these virtues? For material man, it is all about the sensual body.

Positive psychology confuses lots of Muslims. The terms used are very Islamic; words like mindfulness, hope, gratitude, patience, for instance, those are part of virtues. When we look at the names of God those are among the names of God. If you look at the roots, many of the terms they talk about (*in positive psychology*) are from tradition, from religion, those terms that were used before. Those terms of course are what we are supposed to

strive for, they are strengths we need to actualize to be a better person.

For us, in Islam we talk about prayer. Our prayer should make us mindful. That is what prayer is all about, that is why we don't need mindfulness. When you do zikr, you are supposed to be thinking of God, remembering Him. This is mindfulness. When you are present with God you are mindful of Him and you don't do bad things if you are mindful of Him. The Buddhist side, they do meditation, so Buddhists are also talking about mindfulness.

Can you give examples of such positive resources in the Malaysian culture?

In our culture, even in the past, they talk about humility, to have chivalry. Those virtues have been there since the old days. Now with positive psychology they are bringing in those old virtues, but they have pushed the transcendent out of the picture. When people now say, "give your heart and soul to your work" what does that actually mean. The use of these terms actually is a category error. These terms, in traditional cultures, were present everywhere, because people know what it means to have a heart and a soul. You like people who has integrity, who are respectful. These are the qualities in traditional societies for you to be a proper human being. For the Chinese, it is to achieve ren, ren is goodness. In Islam they call it heart-knowledge or ihsan. The heart and the mind are connected you cannot cut of heart and say only mind is important. On the other hand, modern man is supposed to be rational, therefore heart does not come in because heart is seen to be irrational. Most traditional cultures understand this heart-knowledge, even the catholic tradition. All this has changed because of modern science and the emphasis on rationality and empiricism.

In our culture, we have lost a lot of those virtues because corruption is now very high, because we have become just as materialistic as the West, due to the effects of modernization and globalization. If youngsters look at a person with lots of material things, many also want to have those material things. The way of thinking about a good life has

”

People need to understand the philosophy of Western psychology. Any branch of psychology is still part of Western psychology. The foundation is very different, so you need to understand the foundation. Modern psychology only looks at the psychophysical level of man. As a Muslim you need to have the recognition that you have God, so there is another level of existence.

changed. How you measure a good life? Now, a virtuous life is not seen as the outcome one wants to strive for, unless you are God-conscious. Most would want to be as rich as those they see around them. A lot also has to do with the mass media. People talk about progress. What is progress? Having lots of money so that you can buy lots of material goods? By the end of the day, you only want to be happy, but buying lots of things may not make you happy. That is why happiness is subjective. You don't need a lot to be happy with.

It the matter of going back to our roots, "gotong royong" is a Malay term. It refers to people in the community helping one another. If you want to build a shed for your animals, for instance, the whole community come and help each other. If your daughter is getting married the community will come out to help. Some will bring food, some will help with other preparations. So, it becomes a community affair. But this spirit has changed now because people have become more individualistic. In the villages you can still see the practice but

in the cities it is different. Because in the cities time is very important, time means money. If you invest so much time doing this kind of things for someone, you will have less time for yourself to do other things. In the village settings you help one another. If I see my neighbor needs help, I help my neighbor, and I know my neighbor likewise will do the same for me. It has been that way in the village settings, but now things have changed, I do things for myself and you do for yourself, especially in the bigger cities.

How you think we should approach positive psychology as Muslim psychologists?

People need to understand the philosophy of Western psychology. Any branch of psychology is still part of Western psychology. The foundation is very different, so you need to understand the foundation. Modern psychology only looks at the psychophysical level of man. As a Muslim you need to have the recognition that you have God, so there is another level of existence. We have a psychophysical level and we have a deeper level. The outer is the personality, it is the lesser self not the inner self. The essence of the person is deep in you, what we need to do is to go back to search for that essence. That is why education is supposed to be is on self-knowledge, knowledge of who you are. Because only if you know who you are then only you can get to know God. Otherwise, we will be living life in autopilot, as if we are like in a dream, not fully awake. Zikr is remembrance of God, so we have to remember Him all the time. Of course, as human beings, we will forget, but we have to try our best. This is our challenge. The faculty in us that knows God is our heart, our soul, in that sense. Because the Western psychology has taken out the spiritual, they mostly talk about the observable things. This is the philosophy of Descartes, separation between mind and body. That is why in Islam they talk about purification of the nafs, tazkiyatun nafs. This remembrance of God has to come from you, you need to cleanse and transform yourself. Our aim in life to know God, we cannot know Him until we know who we are. So, when dealing with Western psychology, we need to be aware of its foundation. As for the positive psychology, you can use it to increase your positivity, your strength, your potentials. It is, basically just giving names to what we already have. Psychology is all about giving names, giving definitions to things that are already part of us.

”

Positive psychology confuses lots of Muslims. The terms used are very Islamic; words like mindfulness, hope, gratitude, patience, for instance, those are part of virtues. When we look at the names of God those are among the names of God.



Hayatın anlamı ve pozitif psikoloji

TAYFUN DOĞAN *



Hayatın anlamı var mı? Ne zor bir soru. Aslında soruyu yanlış sorunca dünyanın öbür ucuna da gitsek doğru cevabı bulamıyoruz. Sanırım doğru soru şu olmalı: Hayatımın anlamı var mı?

Hayatın anlamı konusu güncelliği hiç bitmeyen konulardan birisidir. Aslında bu konu iki şekilde ele alınmaktadır: İlki, tüm evreni de kapsayan varoluşun anlamını sorgulamadır. Buna cevap vermek çok kolay değildir. Psikoloji biliminin ilgilendiği ikinci durum ise anlamlı bir hayat yaşamaya ilgilidir. Yani bireyin kendi hayatının anlamının ne olduğu konusudur.

Pozitif psikoloji yaklaşımı içerisinde hayatın anlamı konusu önemli bir yer tutar. Nitekim ortaya konan iyi oluş modellerinde ve psikolojik iyi oluş ölçen ölçeklerde hayatın anlamı ve amacı konusu yer

alır. Pozitif psikoloji yaklaşımının kurucusu sayılan Martin Seligman'ın ortaya koyduğu PERMA adlı iyi oluş modelinde "hayatın anlamı" beş temel bileşenden birisi olarak ileri sürülmüştür. Yine Carol Ryff'in iyi oluş modelinde de "yaşamın amacı" başlıklı bir boyut bulunmaktadır. Literatürde de aralarında farklılıklar olsa da yaşamın amacı ve anlamı kavramları birbirlerinin yerine kullanılmaktadır. Son dönemlerde yaşamın anlamı üzerine çalışmalarını ön plana çıkaran Paul T. Wong ise iyi oluş ölçen tüm ölçeklerde yaşamın anlamı ile ilgili bir madde bulunması gerektiğini ifade etmektedir. Kendisi "Positive Psychology (PP) 2.0" başlıklı makalesinde, hayatın anlamı konusunun pozitif psikolojinin odağında olması gerektiğini ifade etmektedir.

Hayatın anlamı konusuna değinip de Viktor E. Frankl'dan bahsetmemek olmaz. Kendisinin geliştirmiş olduğu Logoterapi yaklaşımının özü bireyin hayatta bir anlam ve amaç bulmasına yardımcı olmaktır. Nitekim Frankl, yaşamda insanı güdüleyen şeyin hayatını anlamlı kılmaya çabası olduğunu ifade etmiştir. Yani kariyer yapma, çocuk sahibi olma, bir ilişkimizin olması ya da para kazanma gibi pek çok şeyin arkasında yatan motivasyon, bunlar vasıtasıyla hayatımızı daha anlamlı kılmaktır. Bir bakıma buna da mecburuz, çünkü biz diğer canlılar gibi fizyolojik ihtiyaçlarımızı karşıladığımızda bir ağacın altına uzanıp saatlerce bomboş duramayız. Düşünmeye ve bir şeyler yapmaya devam ederiz. Bundan dolayıdır ki insanlık

tarihi boyunca sanat, bilim, oyun, spor ve daha onlarca farklı alanda pek çok şey ürettik. Yani anlam arayışı varoluşumuzun ayrılmaz bir parçasıdır ve yalnızca biz insan türüne özgüdür. Aynı şekilde biz insanlar, anlam üretebilen de tek canlıyız. Frankl'a dönecek olursak, kendisi insanın üç yolla hayatını anlamlı kılabileceğini ifade etmiştir: (1) Bir eser yaratarak ya da bir iş yaparak. (2) Bir şey yaşayarak ya da bir insanla etkileşime girerek. (3) Kaçınılmaz olan acıya yönelik bir tavır geliştirerek.

Hayatın anlamı konusu üzerinde en çok duran psikoterapistlerden birisi de Irvin D. Yalom'dur. Kendisinin Varoluşçu Psikoterapi adlı kitabı bu konuda çok iyidir. O kitabında dinî inançların, özgeciliğin, bir nedene adanmanın, yaratıcılığın, hedonizmin, kendini gerçekleştirme ve kendini aşmanın yaşamda anlam kaynakları olabileceğini ifade etmektedir.

Sonuç olarak, anlamlı bir yaşam sürme psikolojik iyi oluş ve ruh sağlığı açısından oldukça önemlidir. Eğer kişi yaşamında bir anlam ve amaç bulamazsa varoluşsal boşluk dediğimiz durumu yaşar. Yaşanan varoluşsal boşluk başta depresyon ve anksiyete olmak üzere pek çok normal dışı davranışa ya da ruhsal rahatsızlığa kaynaklık edebilir. Hayatını anlamsız gören pek çok kişi, yaşadığı varoluşsal boşluğu şiddet, uyuşturucu, aşırı yeme-içme, kumar ya da kontrolsüz cinsellikle doldurmaya yönelebilir.

* Üsküdar Üniversitesi Psikoloji Bölüm Başkanı.

Pozitif psikolojide anahtar kelime: Şükür...

Kendini iyi hissetmek, şükretmek için iyi bir nedendir. Yapılan araştırmalarda kendini iyi hissetme noktasında en başarılı gruplar; din görevlileri, eğitimciler, sağlıkçılar ve ev hanımları olarak sıralanıyor. Alanında ilk, önemli ve özgün bir kitap olan "Şükür Pozitif Psikolojiden Din Psikolojisine Köprü" kitabındaki verilere göre, "bireysel gelişim" örnek alınır, öğrencilerin ev hanımlarına, işçilerin esnaf grubuna göre kendini geliştirme noktasında daha çok çaba harcadıkları kolayca fark ediliyor.

Gülüşan Göcen'in Değerler Eğitim Merkezi Yayınlarından çıkan geniş kaynakçalı kitabı bu alanda önemli bir açığı kapatıyor. "Mutluluk ve iyi olmayla ilgili herkes kendine göre bir reçete üretmiştir. Fakat bunların içinde en etkili olanı; 'şükran duygusudur'. Yakınlık kurmak, sosyal ilişkilere güvenmek, mutluluğu etkilemektedir." denilen kitapta yer verilen araştırmalara göre, Anadolu kentlerindeki insanların geleneklerine bağlı olduğu tespit edilmiş. Yüzde 84'ünün ibadetlerine düşkünlüğüne de dikkat çekiliyor. Yani şükür, Anadolu'da yaşayanların tercih ettiği bir duygu. Edinilen veriler küçük yerleşim birimlerinde, kentlere oranla şükür ve ibadet etme ihtiyacının oransal olarak daha büyük olduğunu gösteriyor:

"Şükür dolu bir yaşam, bilinçli bir seçimin sonucu yaşanan bir hayat tarzıdır. Hayatın bir nimet olduğu düşüncesiyle minnettar bir yaşam tarzını seçenler, kendisini hayatın kurbanı olarak değil, hayatı kendisine sunulan bir armağan olarak görmektedir." Böylelikle var olan "modern profilin" işe yaramadığı



rahatça gözlemleniyor. Aklımıza takılan sorular... Dinî yönelimler ekonomik durumumuzla ilintilenebilir mi? Tüketim kültürümüzle pozitivist ve seküler ortamlara ne kadar uyum sağlıyoruz? Dinî yönelimlerimiz bizi şükretmeye sevk ediyor mu mesela? Bu noktada meraklandığımız bütün detaylar, şükürle ilgili incelemeler kitapta fazlasıyla yer alıyor.

Harcama alışkanlıkları ve şükür arasındaki ilişki
Eğitim düzeyi arttıkça, şükürün azaldığı, yaş ilerledikçe arttığı ise kaçınılmaz bir sonuç olarak karşımızda duruyor. Rahat harcama yapanların kıt geliri olanlara göre daha az tatmin oldukları ve mutsuz göründükleri dolayısıyla şükretmedikleri belirlenmiş durumda. Bir diğer ayrıntı ise, insanın kendi yaşamındaki güzellik ve iyilikleri görmezden gelmesi ve başkalarının hayatına haset duygusuna varan bir imrenmeyle bakmasının beraberinde yozlaşmayı getirdiği. Kitap şuna dikkat çekiyor: "Modern insanın önündeki seçeneklerin çokluğu, bireyi bir seçim yapma ve sonrasında reddedilen seçeneklerin mutsuzluğu içinde kalma durumunda bırakmaktadır. Oysa Allah'ın rahmetine sınır koymayanlar, kıtlık bilinciyle baş edebilirler."

"Memnuniyete yönelik şükürü, yaşam memnuniyeti olarak ele almak mümkündür." tezine de dikkat çekiliyor kitapta. Sevgi, şefkat, şükür ve merhamet içten gelen bir kuvvettir. Kalbin ve beynin sağlıklı çalışması için bunlara ihtiyacımız var. Kendisini kızgınlık, endişe, kendine güvensizlik duygularına kaptırmayanlarsa, sağlam ve güçlü bir inanca sahip oluyor. Balzac, iyimserlik üzerine şöyle der: "Ayakkabıların olmadığına üzülürüm; ta ki sokakta ayakları olmayan birini görünceye kadar!"

Positive psychology: The study of happiness

.....
SENEM EREN *



Happiness is an emotional state which has been studied by philosophers, scholars and researchers for centuries. The hedonic approach to happiness was first proposed by Aristippus and champions immediate sensory gratification and pleasure. We now know that gaining happiness through pleasure can be problematic because pleasure wears off and we, therefore, need to renew the input. Happiness becomes more sustainable

through engagement, where we are focusing on doing the things we truly enjoy and when we have meaning in our lives, which come from servicing a cause bigger than ourselves.

Contrary to popular belief, research shows that demographic factors like age, gender, ethnicity, education and income, have zero or small correlation with happiness. Amongst the most robust determinants of happiness are social or interpersonal factors such as the number of friends we have, being married and our level of leisure activity. Diener & Seligman (2002) compared happy people to very happy people and found those who were the happiest had close relationships with others, highlighting just how much other people matter. Our close ties protect us from life's discontents and help to delay mental and physical decline. These findings are supported by the Harvard Study of Adult Development, which followed the lives of more than 800 men for 80 years. This study concludes that people who are more socially connected to family, friend, and their

community are happier, physically healthier and live longer than people who are less connected.

Factors such as gratitude, optimism and self-esteem have been shown to have the strongest correlations with happiness. Otake and colleagues (2006) found that happy people were kinder than people who were not happy. Counting their random acts of kindness also led people to become more kind and grateful. Being kind is thought to promote empathy and compassion, which in turn leads to a sense of interconnectedness with others.

Happiness is one of the most significant dimensions of the human experience and research in this space is being used to inform decision-makers of the causes and effects of happiness, to help people to live better lives and to create a society that is more productive, healthy and cohesive.

* *Ibn Haldun University Psychology Department.*

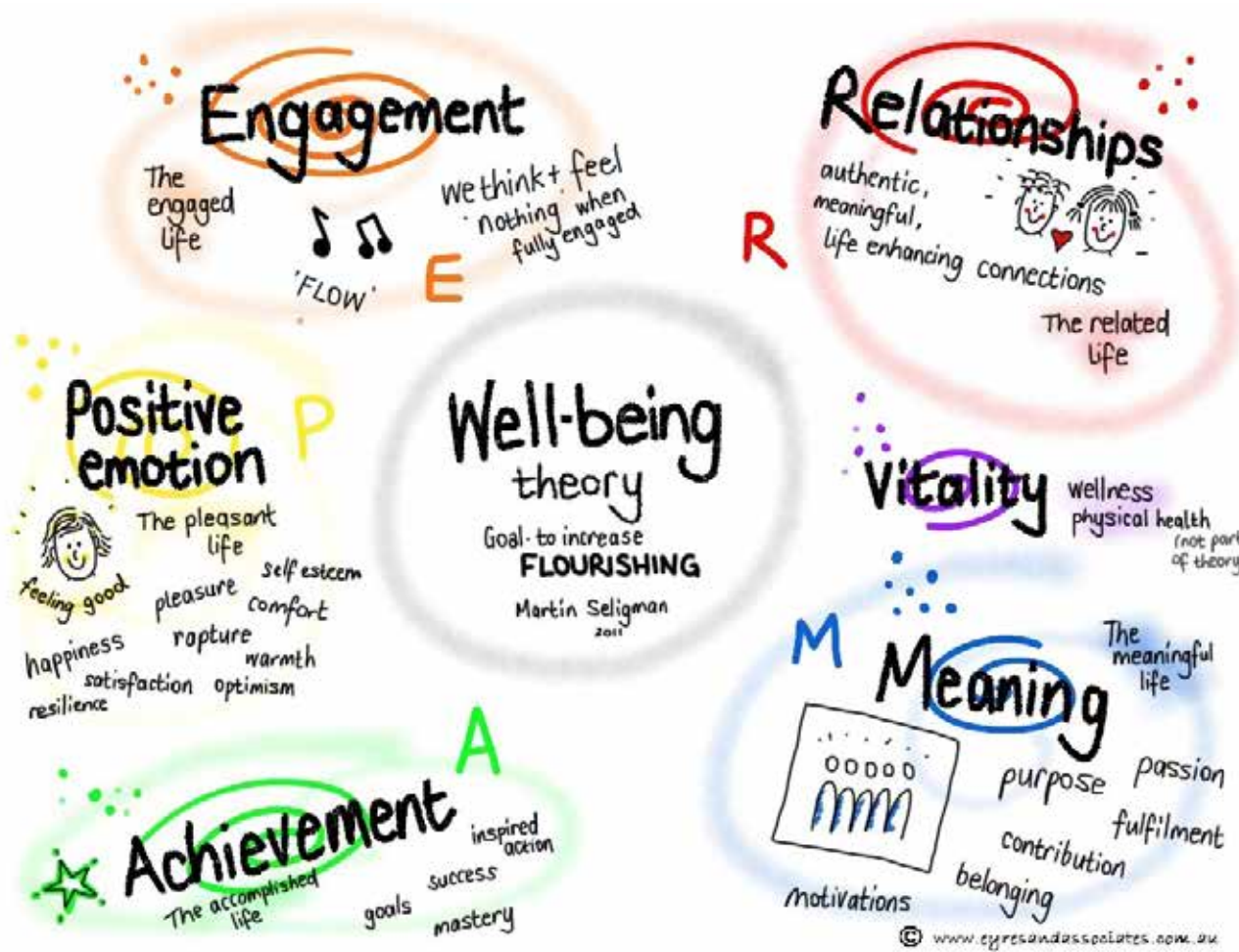
ÇİZGİ

Ahmet Altay



Altay/04.19

Self-development, Seligman and the PERMA model



Throughout history philosophers, theologians and psychologists as well as other scientists tried to find answers to the questions like “What is good life?”, “What is happiness?” and “What is well-being?”. Researchers delivered too many theories and countless arguments since the early ages but could not come up with concrete answers. But as of today, scientists started to deliver progress, thanks to positive psychology, regarded as the novel approach in psychological science.

Positive psychology is the study of happiness, flourishing and what makes life worth living. Martin Seligman is often called the “father of positive psychology.” Positive psychology, initiated by Seligman, is the term given to a collection of studies aimed at researching what makes life worth living. Positive psychology aims to gain a deeper understanding of positive emotions, positive traits, and positive institutions. Over the years, the field of psychology has largely focused on analyzing mental disorders and human suffering. Happiness was regarded simply as an absence of suffering, but had never been actually studied in

depth. Seligman’s aim, influenced by humanistic psychology, was not to replace traditional psychology, but to build a more complete picture of human experience. This shifted the main premise of psychology from analyzing psychological issues, to analyzing mental health and happiness to its basic components.

Since its inception, positive psychology has spurred research in a variety of areas, such as happiness, optimism, self-esteem, well-being, motivation, flow, strengths and virtues, hope, resilience, mindfulness and positive thinking. Specifically, there is a focus on three areas of positive experiences; the past (*well-being and satisfaction*), the present (*happiness and flow*) and the future (*hope and optimism*). These fields of research formed the basis for positive interventions, to increase happiness and well-being. These interventions have been applied in a variety of settings, such as education, human resources, organizational functioning, therapy, career counselling and health. The core concepts of this theory can be mentioned as “*authentic happiness theory*” and “*well-being theory*”

Authentic happiness theory

Seligman’s beginning theory discussed authentic happiness. He described that people can feel happiness from different types of experiences.

The pleasant life: This refers to feeling positive emotions in the most intuitive way, of feeling pleasant sensations. For example, eating ice cream because it tastes good, or riding a roller coaster because it’s fun. Gaining happiness at this level necessitates relatively little effort.

The engaged life: Engagement is characterized by flow. Flow refers to the experience of completely losing oneself in an activity. Individuals become totally absorbed in what they are doing and lose

They are not thinking, but in essence unified with what they are doing. Individuals could experience this in many activities, such as work, dancing, playing football or even solving a crossword puzzle.

In order for flow to occur, the person has to be using their signature character strengths, and usually there has to be some sort of a challenge, but not too big of a challenge. Usually, activities with clear goals and feedback will cause more flow. Flow causes an inner motivation and intrinsic reward. As opposed to the pleasant life, this form of happiness necessitates more effort. Being in flow invigorates the person, filling one with positive energy.

The meaningful life: However engaging flow activities may be, they can be utterly meaningless and fill a person with a void after some time. For example, after being absorbed in a puzzle and finishing it, one can still feel like their life is worthless. In order to feel meaning, people have to be engaged in something that serves a goal beyond themselves, such as in religion, politics or family.

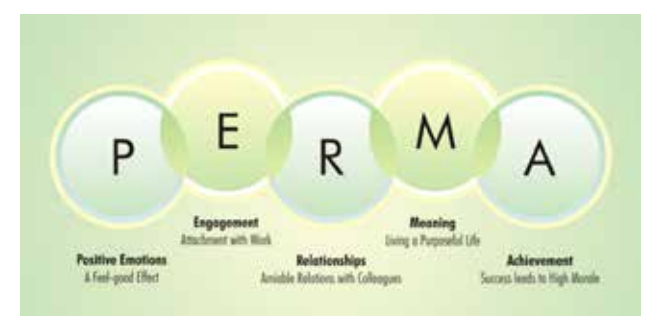
Well-being theory (PERMA)

Following criticism of his “*Authentic Happiness Theory*.” Seligman made alterations to it and came up with the “*Well-being Theory*.” As opposed to the goal of achieving happiness, this theory emphasizes the goal of reaching well-being. After all, people are motivated to do many things in life that do not necessarily increase happiness at the present moment. The classic example for this is having children. Parents to children often report less happiness at the present, but higher overall well-being.

Seligman describes five factors of well-being: positive emotion, engagement, relationships, meaning and purpose, and accomplishment (PERMA). As opposed to the previous theory, where character strengths were relevant only for engagement, here character strengths are relevant in order to maximize well-being felt from each other. Maximum well-being leads to a state of flourishing. Flourishing is described as a state of thriving, of being full of vitality, and prospering as individuals and as a group.

Professor Meaid Yanık, the head of the Psychology Department at Ibn Haldun University says, Seligman’s PERMA model not only describes well-being but also shows a road map of how to reach to this well-being. “*It is learnable and teachable and that this enhances the value of the model*” he adds.

According to professor Yanık, it is worth to consider Seligman’s PERMA model while thinking about the responsibilities of the youth.





“VI. Uluslararası Maneviyat Psikolojisi Sempozyumu” İstanbul’da gerçekleştirilecek

Psikolojik dengesi ve ayarı bozulan insanlık büyük bir ümit ile psikiyatrist, psikolog ve psikolojik danışmanlara başvurarak yaşadığı bunalımı aşmaya çalışmakta ancak psikolojik rahatsızlıklar her geçen gün katlanarak artmaktadır.

Bireyi cismanî varlığından ibaret gören ve tek boyutlu bir varlık olarak değerlendiren modern psikoloji, yaklaşımlarıyla erkek ve kadındaki anima’yı (*dişil yön*) yok etme noktasına getirmiştir. Diğer bir ifadeyle bireyin cemel yönünün zayıflatılmasıyla birlikte iç hassas dengesi bozulmuş, celalin ve şiddetin etkisi altına giren bir insan türü, modeli karşımıza çıkmıştır.

İçinde bulunduğu varoluş katında sıkışıp kalan modern insan, sürekli daha üst katlara çıkma çabası göstermiş ve derununda taşıdığı dikey tekâmül ihtiyacını bir türlü giderememiştir. Bulduğu nefis katmanı insana dar ve karanlık gelmiş, aydınlığa çıkma arayışları başarısızlıkla sonuçlanmış, sanal âlemde gezinerek sıkıntıları aşma çabaları yeterli olamamış, bu yaşanan bunalımlar anksiyete bozukluğu ve depresyon gibi duyu durum bozuklukları olarak karşımıza çıkmıştır.

Bulduğu nefis katında özdeşleştiği rolü veya alt kişiliğinin sabit kalmış duyu ve duyguları bireyde bir süre sonra dayanılması güç bir varoluşsal acıya neden olmuştur. Bu acıyı dindirmek için etrafındaki maddî dünyaya ve insanlara yeni bir kurtuluş ümidi ile bakan modern insan, her yeni eşyadan, akıllı telefondan, bilgisayardan, otomobilden

kurtuluş beklemiştir. Bağımlılık düzeyinde bu yöneliş ve arayışlar sonunda beklenen ontolojik yükselmeyi gerçekleştirilemeyen insan; hayal kırıklığı, öfke ve nefret duygusu ile yaşamaya devam etmiş, maddî ve sanal dünya ile yoğun temasına rağmen özüne, hakikatine, öz benliğine bir türlü ulaşamamıştır. Jung’un deyişiyle gölgeler âleminden tasavvuftaki ifadesiyle mevhum benliğinden kurtulamayan çağdaş insan, gerçek âlem olan Hayy âlemine geçememiş ve bağımlılıklarının dozajını artırarak daha fazla ruhsal tükenme yoluna girmiştir.

Geleneksel noktada çağımız insanı tarihte olmadığı kadar yoğunlukta kaygı ve yalnızlık duygusu yaşamakta ve bu kaygı ve yalnızlık duygusu küresel çapta da her geçen gün büyük bir artış göstermektedir.

Aslında varoluş ekolojisi temiz tutulup, yaratıcının uyarılarına kulak verilip, yapılması gerekenler yapıp, yapılmaması gerekenlerden sakınılırsa insan, yavaş yavaş hayat sahnesini “*daha yukardan*” görmeye başlar. Nefs-i Natika olup bitenlere, bireyin hayat sahnesinde aldığı çeşitli rollere ve persona’nın sergilediği oyuna, tabiri caizse tiyatrunun üst balkonundan bakmaya başlar. “*Hayat sahnesine ve oyunculara yukardan bakmak*”, ontolojik olarak bir üst katta, “*Nefs-i Levvâme*” katında olmak demektir. Şayet hayat sahnesinde oynadığımız rolü daha üst perdeden görebilsek, psikolojik açıdan, bir geri-özdeşleşme (*desidentification*) yaşarız. Yani kendimizi o rolden kurtarır, sadece o rolden ibaret

olmadığımızı ve dünya sahnesinde oynadığımız rolü görebildiğimizi anlamaya başlarız. İşte asıl varoluşsal (*ontolojik*) sıçrama bu noktadan sonra başlamaktadır.

Bu bağlamda; psikiyatri, psikoloji ve psikolojik danışmanlık alanlarında bireyin “*varoluşsal farkındalık*” kazanması için Maneviyat, İslam ve Nefs Psikolojisi eksenli çalışmalar yürütülmesi zaruret hâlini almıştır.

Daha önce beş defa ulusal olarak düzenlenen ve büyük bir ilgi ile takip edilen ve bilimsel kitap hâline de dönüşen Maneviyat Psikolojisi Sempozyumunun uluslararası çapta kalp, nefis ve ruh teması ile düzenlenmesi oldukça anlamlıdır. İnsanın biyolojik hijyene ihtiyacı olduğu gibi manevî ve psikolojik hijyene ve arınmaya da ihtiyacı vardır. Psikiyatri ve Psikoloji ile Kuran-ı Kerim, Hadis-i Şerifler ve Tasavvufun beslenen Maneviyat Psikolojisi yaklaşımının insanlığın yaşadığı depresyonu, kaygı bunalımını, yalnızlık duygusunu aşmada ve kalbi olarak huzura, mutluluğa ulaşmada çaresiz kalan günümüz insanına rehberlik yapacağı kanaatindeyiz.

Gerek yurt içinden gerekse yurt dışından değerli bilim insanlarının katılımıyla gerçekleştirilecek olan VI. Uluslararası Maneviyat Psikolojisi Sempozyumu 4-5 Mayıs 2019 tarihlerinde İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Erciyes Üniversitesi, İstanbul Müftülüğü ve Osmanlı Arşivleri Daire Başkanlığı iş birliği ile İstanbul’da Osmanlı Arşivleri Kongre Salonunda düzenlenecektir.

Psikolojik ilk yardım nedir?

İlk yardım denildiğinde akla ilk gelen fiziksel müdahale oluyor ve psikolojik ilk yardım çoğu zaman göz ardı ediliyor. Yani hiç yaralanmadığı hâlde depremin psikolojik etkilerini yıllarca yaşayanların da, cinsel saldırıya uğrayanların da psikolojik ilk yardımı ihmal ediliyor. Afet ve kriz anlarında ilk yardımın önemini hemen herkes farkında, peki ya psikolojik ilk yardım? Sağlığın hem ruhsal hem de bedensel iyilik hâlini tanımlamasına karşın ilk yardımın psikolojik kısmı şimdide kadar yeterince farkında olunan bir kavram olamadı.

Ruhsal travmaların basitçe, “*çok korkmuş*” olmaya indirgenemeyeceğini vurgulayan Türkiye Psikiyatri Derneği Basın Sözcüsü Uzm. Dr. İlker Küçükparlak, ruhsal travmanın yarattığı algısal değişikliklere dikkat çekerek şöyle konuştu: “*Ruhsal travma kişinin dünyayı anlamlandırma biçiminin değişmesine yol açar. Afet anından sonra ortam tamamen eski hâline dönse de bildiği, alıştığı ev, mahalle, kent, dünya ve insanlar değildir artık gördüğü ve hissettiği. Travma,*

kişiye tehlikenin öngörülemez olduğu duygusunu bırakır, artık her an tetikte. Her bina tekinsiz, her titreşim deprem, her kalabalık tehlikeli ya da her erkek saldırganmış gibi hissetmekten kendini alıkoyamaz.”

Psikolojik ilk yardım kimler uygulayabilir?

Psikolojik ilk yardımın travmatik olaydan hemen sonra başlamasının ve bir ruh sağlığı profesyoneli tarafından uygulanmasının da şart olmadığını söyleyen Dr. Küçükparlak, “*Öğretmenler, hemşireler, güvenlik görevlileri gibi farklı meslek gruplarınınca uygulanabilir. Mesele travmanın yukarıda belirttiğim etkilerini olabildiğince azaltmaktır.*” dedi.

Öncelikle durum hakkında olabildiğince bilgi toplanmasının önemine işaret eden Küçükparlak, psikolojik ilk yardımın bir başkasına destek olmanın önemli noktalarını şöyle anlattı: “*Kişi kendi güvenliğini sağlayamıyor hatta güvensiz bir ortamda olduğunun farkında olamıyor bile olabilir. Suçluluk*



duygusuyla yangın çıkan binaya geri dönmeye çalışmak ya da duygusal olarak şaşkınlanmış olduğundan patlama yerinden uzaklaşmamak ve donakalmak gayet mümkündür. Öncelikle kişinin güvenliğini tesis etmek gerekir. Bu sağlandıktan sonra kişinin konuşmaya ihtiyacı olabilir. Konuşmaya zorlamadan dinlemek yardımcı olacaktır. Diğer önemli bir konu da kişinin hayata tekrar bağlanmasıdır. Öncelikli ihtiyaçlarının ne olduğunun anlaşılması, bu ihtiyaçların karşılanabileceği kurumlarla irtibatlandırılması ve durum hakkında bilgi verilmesi bu açıdan önem taşır.”

Bir afet anında veya olay yerinde durumdan daha çok etkilenenleri saptamak da psikolojik ilk yardımda önem taşıyor. Yaşlılar, bedensel ve zihinsel engelliler, çocuklar ve hamileler bu grupta yer alıyor.

Positive psychology and movies

Films are used to recognize and build character

Positive Psychology is the scientific study of human flourishing and an applied approach to optimal functioning. Positive psychologists have researched a number of topics that center around what really makes a “good life” and how the good life can be encouraged. Over the past two decades, a number of studies have been conducted, trying to understand what the underlying processes are that produce striving and thriving. Many areas have been studied, including health, pleasure, happiness, engagement, positive experiences, and character strengths.

Some research shows that many people appear to gain more by identifying and working on their strengths than their weaknesses. Studies indicate watching films might offer a good path toward eliciting greater well-being. “*Positive Psychology at the Movies*”, a book written by Ryan Niemiec and Danny Wedding, is a reminder of Nobel Laureate and physicist Sir William Bragg’s statement, “*The important thing in science is not so much to obtain new facts as to discover new ways of thinking about them.*”

Using the world of cinema to spot and access character strengths – individuals, families, people in communities and the world at large – can be a new way to think about and elicit deeper engagement with life. One way to do this is to pay attention to how films use characters and themes to explore core human values, virtues, and character strengths.



Characters strengths are in the subtext

Most films are made up of many layers of themes, subtexts, and messages. The story’s plot supports the film’s subtext. And it’s the subtext, the complex structure beneath the surface storyline, that often evokes the deepest meaning for the viewer. According to Niemiec and Wedding, it’s in the subtext that positive psychology character strengths and virtues can be found.

The VIA Institute on Character shares an online Survey of Character Strengths. The classification was developed by over 50 scientists from around the world and offers a common language for discussing and exploring what is best in human beings. It breaks down six virtues; wisdom and knowledge, courage, humanity, justice, temperance, and transcendence. Within each virtue are character strengths, 24 in total. For example, under the virtue of humanity, love, kindness, and social intelligence can be found. Under the virtue of justice, there is teamwork, fairness, and leadership.

“Life isn’t like in the movies. Life... is much harder”

While watching a movie one can begin to observe whether ideas and feelings are sparked inside.

Sometimes simply seeking out and viewing films about certain themes can also help bring more awareness and compassion to the challenges people face. Observational learning and entertainment-education can create social change. Viewing films in this light is also a good way to observe the influences and power of media.

It’s important to remember that film, although a powerful and universal language of thoughts and feelings, is still limited. As Niemiec and Wedding, as well as Toto in *Cinema Paradiso*, reminds, “*Life isn’t like in the movies. Life...is much harder.*”

Positive psychology is a new science, one that aims to help bridge popular self-help with scientific research and perhaps the virtues of ancient philosophy. Movies may provide a way to think about the underuse and overuse of character strengths in individuals and societies.

But one thing should not be ignored. Even movies may provide a way to think about character virtues, they may very much likely be used to impose or to manipulate different characters and virtues into societies that are targeted by the producers or the producing countries.

İHÜ ve Borsa İstanbul iş birliğiyle “BISTLAB” açıldı

İbn Haldun Üniversitesi (İHÜ) ile Borsa İstanbul arasında yapılan iş birliği ile “*Borsa Uygulama ve Finans Simülasyon Laboratuvarı*” (BISTLAB) açıldı.

İHÜ Bakırköy Taş Mektep’te düzenlenen BISTLAB açılış programına; İHÜ Mütevelli Heyeti Başkanı Prof. Dr. İrfan Gündüz, İHÜ Mütevelli Heyeti Başkan Vekili Bilal Erdoğan, İHÜ Rektörü Prof. Dr. Recep Şentürk, İHÜ Rektör Yardımcısı Prof. Dr. Fuat Erdal, Borsa İstanbul Başkanı Prof. Dr. Erişah Arıcan, Borsa İstanbul Genel Müdür Yardımcıları Mehmet Gönen ve Şenol Duman ve davetliler katıldı. Yapılan iş birliği çerçevesinde Borsa İstanbul tarafından İHÜ Bakırköy Taş Mektep’te simülasyon laboratuvarı oluşturularak, yüksek lisans, doktora ve İHÜ Sürekli Eğitim Merkezi (İHSEM) öğrencilerine yönelik eğitimler gerçekleştirilecek. Finansal okur-yazarlığın yaygınlaştırılmasına katkıda bulunulacak. Borsa İstanbul verileri, BISTLAB’tan takip edilebilecek. Tüm donanımı Borsa İstanbul tarafından sağlanan BISTLAB’ta sermaye piyasalarına yönelik araştırmalar da yapılacak. BISTLAB laboratuvarındaki eğitim sürecinde yazılım altyapısı olarak Borsa İstanbul tarafından geliştirilen BIST-S (BIST SIMULATION) modülü, öğrencilerin ve eğitmenlerin kullanımına



sunulacak. Borsa İstanbul uzmanları eğitim ve teknoloji desteği verecek.

“Amacımız teorik bilgileri uygulamaya dökmek”

Prof. Dr. Recep Şentürk, BISTLAB sayesinde öğrencilerin iş dünyasına tecrübeyle başlayacağını belirterek, “*Laboratuvarımızda, borsa nasıl çalışıyor, borsada alım satım işlemleri nasıl yapılıyor bununla ilgili İşletme ve İktisat bölümü öğrencilerimize eğitimler vereceğiz. Amacımız, öğrencilerimizin sadece teorik bilgilerle kalmaması, burada bilfiil uygulama yapmalar. Çünkü biz üniversite olarak uygulamalı eğitim yaklaşımını benimsiyoruz. Öğrencilerimiz bu laboratuvarında uygulama yaparak, borsa nasıl çalışıyor,*

hisse senedi nedir, alım satımlar nasıl oluyor, bunun arkasında ne gibi bir mantık var gibi soru işaretlerini uygulamalı olarak öğrenmiş olacaklar. Bu laboratuvar öğrenciler için son derece önemli bir kazanım olacak. Mezuniyetten sonra eğer iş dünyasına atılmak isterlerse bu tecrübeyle iş dünyasına girmiş olacaklar.” ifadelerini kullandı.

“Herkes hitap edecek bir laboratuvar”

“*Biz BISTLAB’ı sadece finans işletme ağırlıklı değil, aynı zamanda sosyal bilim araştırma merkezi olarak da kullanmak istiyoruz.*” diyen Prof. Dr. Fuat Erdal, “*Sadece üniversitemizin öğrencilerine değil bütün Türkiye’deki araştırmacılara hitap edecek bir Araştırma Yaz Okulu başlatacağız. Burada araştırmacılar için, istatistik dersinde bir taraftan ders verirken bir taraftan bu laboratuvarında bilgisayar uygulamalarını yapacağız. Makine öğrenme, yapay öğrenme ağlarının sosyal bilimlerde kullanılması gibi teorik derslerimizin yanı sıra Ar-Ge uygulamaları gibi kısımları laboratuvarında gerçekleştirmeye çalışacağız. Dolayısıyla bu laboratuvarında ve yaz okulunda verilecek araştırma yöntemleri kurslarımızda sadece lisans öğrencileri değil araştırma yapmak isteyen herkese hitap edecek bir yaz okulu olacak.*” diye konuştu.



Türkiye'nin en mutlu şehri: Sinop

Haber: İbrahim Demirci *

Mutluluk konusunda yapılan bilimsel çalışmalar; mutluluğun %50'sinin genetik yapıyla, %40'ının amaçlı davranışlarımızla ve geriye kalan %10'unun da yaşam şartlarımızla ilgili olduğunu gösteriyor. Birçok kişi mutluluğun kaynağını daha çok para, denize bakan güzel bir ev, son model bir araba ve yeni çıkan bir cep telefonu olarak görse de aslında bunlar mutluluğun %10'unu oluşturuyor. Tabii bunlara sahip olmak insanı mutlu ediyor ancak bir süre sonra insan eski mutluluk seviyesine geri dönüyor. Temel ihtiyaçların karşılanması ve belli bir ekonomik düzeye ulaşılması mutluluk için önemli olsa da daha fazlası sanıldığı kadar mutluluğu artırmıyor. Peki, yaşanan yer kişinin mutluluğu etkiliyor mu?

Türkiye İstatistik Kurumunun yaptığı illere göre mutluluk düzeyi araştırmasında Sinop, en mutlu il olarak öne çıktı. Yine Yaşam Memnuniyeti Araştırmasında yaşam memnuniyeti en yüksek olan iller arasında Sinop ilk sırada yer aldı. Peki, Sinop'ta yaşayanlar neden mutlu? Bu sonuçlar ilk etapta bazı insanları şaşırtıyor. Sinop'ta bazı imkânların kısıtlı olması, insanların seçeneklerinin az olması ve iş olanaklarının kısıtlı olması bu şaşkınlığın nedenleri arasında... Bir de, "Sinop bu kadar mutluyduysa neden bu kadar göç veriyor?" sorusu da bir o kadar

aklımızda. Buna cevap olarak, "Belki mutsuzlar gittiği için Sinop mutlu kalıyor!" denilebilir. Genç nüfus iş bulmak için şehirden göç etse de emekliler de tam tersine yaşamının geri kalanını sürdürmek için Sinop'a göç ediyorlar. Bu nedenle Sinop daha çok emekli şehri olarak biliniyor ve yaşlılar kendilerini burada daha mutlu ve güçlü hissediyor.

Ortadoğu Teknik Üniversitesinin yaptığı Kadın Güçlenmesi Endeksi (KGÜE) araştırmasında da yukarıdaki araştırma sonuçlarıyla tutarlı bir şekilde Sinop kadınların kendini en güçlü hissettiği il oldu. Kadınların ve yaşlıların kendini güçlü hissetmesi Türkiye ortalamasını doğal olarak artırıyor ve

belki de bu nedenle Sinop'u en mutlu il yapıyor. Sinop'ta seçeneklerin az olması bir dezavantaj olarak görülse de pozitif psikoloji konusunda yapılan araştırmalar çok fazla seçeneği olmasının insanı mutsuz ettiğini ortaya koyuyor. Muhtemeldir ki daha az seçenek daha kolay seçim yapmayı; yapılan seçimleri değiştirme şansının az olması ise seçimlere bağlanmayı ve onlarla mutlu olmayı sağlıyor.

Tabii ki Sinop'un bir diğer önemli özelliği, doğasının mükemmel olması... Üç tarafı denizlerle çevrili bir yarımada olan şehir, mavi ve yeşilin en güzel uyumunu yerlileriyle buluşturuyor. Bu nedenle yazları birçok kişi tatil için Sinop'u tercih ediyor. Ayrıca Sinop, oldukça güvenli ve sakin bir şehir olarak da biliniyor. İnsanlar birbirini tanıyor ve bu durum onlara kendilerini güvende hissettiriyor. Ayrıca Sinop Üniversitesi, sayısı 11.000'e yaklaşan öğrencisiyle kente dinamizm katıyor.

Son söz olarak denilebilir ki insanın yaşadığı yerden ziyade yaşadığı yeri nasıl algıladığı, yaşadığı yere nasıl katkı sağladığı ve yaşadığı yerdeki imkânları nasıl kullandığı da mutlulukta önemli bir belirleyici hâline gelebiliyor.

* Sinop Üniversitesi Eğitim Bilimleri Bölümü.



Umut üzerine

EBRU MORGÜL *



Umut kavramı, sözlüklerde genel olarak geleceğe yönelik olumlu beklentiler ve ummaktan doğan güven duygusu olarak tanımlanır. Varoluşçu ekolden günümüzde gittikçe popülerlik kazanan pozitif psikoloji ve klasik psikoloji yaklaşımlarında umut, genelde iyimserlikle birlikte anılmış, iyimserliğin ruh sağlığı üzerindeki olumlu etkilerinin yanı sıra gerçekçi olmayan aşırı iyimserliğin olası olumsuz etkilerine de değinilmiştir. Örneğin, araştırmalara göre olumlu beklentiler ve iyimser bakış açısı kişinin motivasyonunu, kendine güvenini, depresyon, kaygı ve stresle başa çıkma gücünü, genel olarak hem ruhsal hem fiziksel sağlığını olumlu etkilemektedir. Hatta ölümcül hastalık durumlarında dahi iyimser düşüncelerin yaşam süresini uzatabildiği gözlemlenmiştir. Buna karşın, gerçekçi olmayan iyimserlik kişinin davranışlarının sonuçlarını ve risk faktörlerini doğru değerlendirmemesine sebep olabilir. Örneğin, "bana bir şey olmaz" düşüncesi ile aşırı süratli araba kullanmak, emniyet kemeri bağlamamak ve benzeri riskli davranışlar ya da kanser gibi ciddi hastalıklara yakalanma riskini göz ardı ederek sigara kullanmak, sağlıksız beslenmek, hareketsiz yaşamak gibi davranışlar gerçekçi olmayan aşırı iyimserliğin olası ölümcül sonuçları olarak nitelendirilebilir.

İyimserlik ve olumlu düşünmeye odaklanan yaklaşımların yanı sıra güncel psikoloji teorileri, umudu kişinin zorlukların üstesinden gelebilme ve amaçlarına ulaşabilme potansiyeli bağlamında ele almıştır. Bu alanda öncü olarak kabul edilen Snyder'in (1994) umut teorisine göre umut, geleceğe yönelik hedefler ve kişinin bu hedeflere ulaşabilmek için gerekli yeterliliği kendinde görmesi olarak tanımlanır. Bu teori umut kavramını kişinin hayatında ulaşmayı istediği hedefler bağlamında ele alır. Buna göre umut; geleceğe dair belirli hedeflere sahip olma, hedefe yönelik motivasyon, hedefe ulaşmak için gerekli ve hayata geçirilebilecek yolları gerçekçi olarak belirleyebilme yeterliliği ile ilintilidir. Kişinin kendini yaşamındaki hedeflere ulaşmak için yeterli donanımına ve kapasiteye sahip olarak değerlendirmesi, bu hedeflere yönelik kararlılığı ve hedefe giden yolda uygulanabilir bir rota belirleyebilmesi umut düzeyinin belirleyicileri olarak görülür. Dolayısıyla Snyder'in (1994) umut teorisini temel alan bireylerin umut düzeylerini artırmaya yönelik modeller bu belirleyicileri temel alarak, kişilerin hedef belirleme, hedefe ulaşma yollarını belirleme ve kendi yeterliliklerine olan inançlarını artırmaya odaklanmıştır.

Snyder'in (1994) umut teorisi 90'lı yıllardan itibaren yaygın olarak kabul görmüş ve birçok araştırmaya yön vermiş olmasına rağmen bu teoriyi indirgemeci bulan görüşler de mevcuttur. Örneğin Scioli ve arkadaşları (2011) hedef odaklı umut teorisinin, bağlanma, hayatta kalma ve maneviyat gibi yönleri gözden kaçırdığı ve umut kavramını çok boyutlu olarak açıklamada yetersiz kaldığı eleştirisini getirerek bu boyutları da kapsayan multidisipliner bir yaklaşım önermiştir. Bu yaklaşıma göre umut; yetkinlik, bağlanma, hayatta kalma ve maneviyat boyutlarından en az biri ya da birden fazlası ile bağlantılı bir duygu olarak tasvir edilir. Gelecek yönelimli dört boyutlu bir duygu ağı olarak umut; bireyin biyolojik, psikolojik ve sosyal kaynakları ile vücut bulur. Bu dört boyut aynı zamanda

birbirleriyle bağlantılı ve karşılıklı etkileşim hâlinindedir. Örneğin biyolojik olarak doğuştan gelen yetkinlik, bağlanma ve hayatta kalma boyutlarının gelişiminde aile, toplum ve manevî inançlar önemli rol oynar. Kişilerarası güven ve açıklık umut odaklı bağlanmaların temelini oluşturur. Bu özellikler aynı zamanda kişinin manevî gelişimiyle de ilişkilidir. Bu yaklaşıma göre bireylerin umut düzeyini geliştirmeye yönelik yaklaşımlarda bütün boyutları kapsayan bütüncül bir modele gerek vardır.

Özetle; iyimserlik ve olumlu düşünme, hayatta belirli hedeflere sahip olma ve biyolojik, sosyal ve manevî boyutları ile bütüncül bir umut duygusu geliştirme gibi amaçlara odaklanan bütün bu yaklaşımlar temelde bireylerin psikolojik sağlamlığını ve iyi oluşunu geliştirmeyi amaçlamış ve her biri kendi bağlamında bu yöndeki çabalara katkı sağlamıştır. Öte yandan, hayata bakış, inanç ve değerler sistemi ile oldukça ilintili olan umut kavramını açıklarken, bireyin içinde geliştiği kültüre ve dine özgü kaynakları göz ardı eden bir yaklaşımın eksik ve yetersiz kalacağı unutulmamalıdır. Bu noktada, psikolojinin diğer birçok alanında olduğu gibi pozitif psikoloji yaklaşımının ele aldığı kavramların farklı toplumlardaki uygulamalarında da o toplumun kültürel, sosyal ve dinî kaynaklarından yola çıkan kültüre özgü yaklaşımlara ve modellere ihtiyaç vardır.

Kaynaklar:

- Scioli, A., Ricci, M., Nyugen, T., & Scioli, E. R. (2011). *Hope: Its nature and measurement. Psychology of Religion and Spirituality, 3(2), 78.*
- Snyder, C. R. (1994). *The psychology of hope. New York: Simon and Schuster.*

* İbn Haldun Üniversitesi Psikoloji Bölümü.

İHH Ramazan ayında 120 ülke ve bölgede çalışıyor

İnsanî Yardım Vakfı (İHH), 120 ülke ve bölgede Ramazan boyunca 3 milyon kişiye, hayırseverlerin yardımlarını ulaştıracak.

Her Ramazan ayında iftar sofraları kuran, kumanya ve gıda dağıtımları yapan, bağışçıların zekât, sadaka, fitre ve bağışlarını; savaş, işgal ve doğal afet bölgelerindeki

ihtiyaç sahiplerine uzak yakın demeden ilk elden ulaştıran İHH, bu yıl yine yetimlerin ve ihtiyaç sahiplerinin yüzünü güldürmeyi hedefliyor.

"Ramazan Birlikte Güzel" sloganıyla beş kıtaya uzun ve zorlu yolculuklar yapan İHH ekipleri, 27 yıllık tecrübenin verdiği güvenle ulaştıkları bölgelerde yardıma muhtaç insanların, mültecilerin, yetim ailelerinin kapılarını çalıyor, Ramazan bereketini uzak bölgelere taşıyor.

Fitre bedeli ise 23 lira

İHH, bu yıl Ramazan ayında dünyada 120 ülke ve bölgede, Türkiye'de 81 ilde ihtiyaç sahiplerine yardım ulaştırıyor. 150 bin kişi, hayırseverlerin fitre ve fidye bağışlarından faydalanan ve bu kapsamda İHH'ya emanet edilen zekâtlar da yine yıl boyunca olduğu gibi bu sene de muhtaçlara ulaştırılıyor.

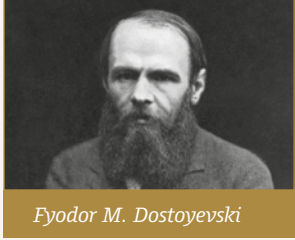
Bu sene belirlenen fitre bedeli 23 lira olurken, 120 lira

olarak belirlenen kumanya paketleri, Türkiye'de ve yurt dışında toplamda 250 bin adet olarak ihtiyaç sahiplerine ulaştırılıyor.

Suriye, Sudan, Yemen, Gazze, Bangladeş, Irak, Doğu Türkistan ve Arakan gibi öncelikli kriz bölgelerine ağırlık verilecek.



Hayatları ruhsal rahatsızlıklar ile geçen yazarlar



Fyodor M. Dostoyevski

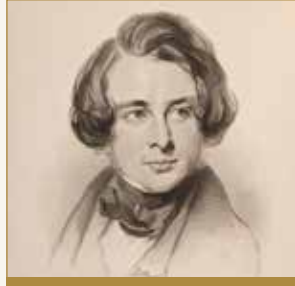
Fyodor Mihayloviç Dostoyevski

Dünyaca ünlü varoluşçu Rus yazar Fyodor Dostoyevski, epilepsi (sara) hastasıydı.

Buna bağlı birtakım

sorunlar yaşıyordu. Freud'a göre histerik nevrozdan mustarıptı. Bununla beraber ömür boyu süren bir depresyon ve hayatının bir bölümünde kendisi çok etkileyen bir kumar bağımlılığı yaşadı.

kala evden kaçtı ve karısını terk etti. 10 gün sonra da bir tren istasyonunun görevli kulübesinde öldü.



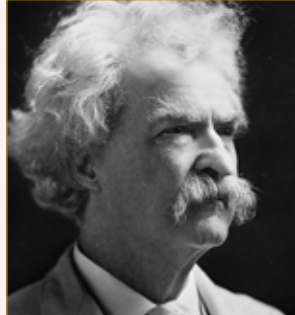
Charles Dickens

Charles Dickens

Meşhur İngiliz yazar ve eleştirmen Charles Dickens, bazı psikoloji uzmanları ve biyografi yazarlarının görüşlerine bakılırsa depresyon ve bipolar bozukluk yaşıyordu.

Mark Twain

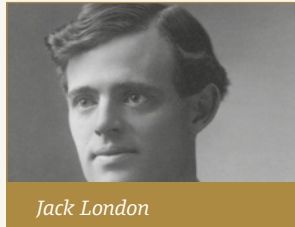
"Tom Sawyer"ın Maceraları" ve "Huckleberry Finn'in Maceraları" gibi ünlü kitapların yazarı Mark Twain; bütün ömrü boyunca depresif, neşesiz ve melankolik bir hayat sürdürdü.



Mark Twain

Jack London

Tarihin ilk "milyoner" yazarı olan Jack London bipolar bozukluğunun pençesindeydi ve bunun da

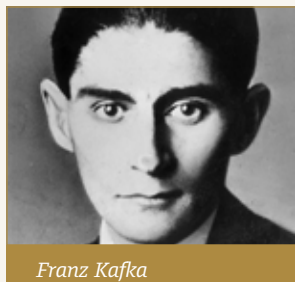


Jack London

etkisiyle intihar girişiminde bulundu. Pasifik'te yelkenli ile yaptığı bir seyahat sırasında tropikal bir hastalığa yakalandı. Bu hastalığı kendince tedavi etmek için kendi hazırladığı, içinde afyon, eroin, cıva vs. gibi kimyasal maddelerin bulunduğu bir karışımı bir süre kendine enjekte etmeye devam etti. Bu onun böbreklerinin iflas etmesine yol açtı.

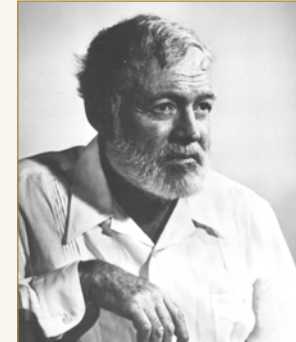
Franz Kafka

Modernist edebiyatın dehası Kafka, sosyal anksiyete ve depresyondan mustarip yalnız bir adamdı. Prag'da, devlete bağlı bir sigorta



Franz Kafka

şirketinde çalıştı. Bu, onun üzerinde bürokrasinin ve genel olarak hayatın anlamsızlığı olduğu duygusunu uyandırdı. Migren, stres, uykusuzluk gibi hastalıklarının yanına, tabiri caizse derinden kanser de eklendi. 40 yaşında hayatını kaybetti.



Ernest Hemingway

Ernest Hemingway

ABD'li yazar Ernest Hemingway, son derece sıra dışı bir ömür sürdü. Yaşamı boyunca depresyon, paranoya ve alkolizmden kurtulamadı. Hayatını nihayete erdiren de sıra dışı hayatını tamamlar nitelikteydi: Av tüfeğiyle intihar etti...



Michel Foucault

Michel Foucault

Fransız filozof Michel Foucault; eşcinselliğini açıkça ifade etmesi ve bu konu üzerine yazması/düşünmesi gibi sebeplerden ötürü depresyona girmişti.

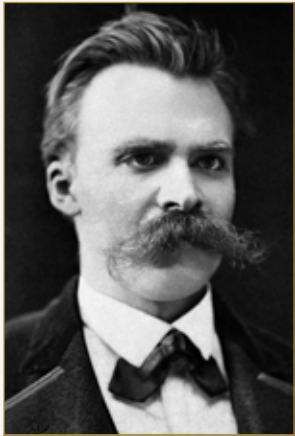
Beşir Fuad

Tanzimat Döneminde bilim, felsefe, edebiyat eleştirisi, biyografi alanlarında eser vermiş bir Osmanlı aydını olan Beşir Fuad ruhsal açıdan çöktüğü bir dönem geçirir. 35 yaşında bileklerini keserek hayatına son veren Beşir Fuad'ın bir bilimsel deney havasında gerçekleştirdiği intiharı, o zamana kadar intihar kavramına



Beşir Fuad

yabancı olan Osmanlı toplumunda ve basında geniş yankı uyandırmış hatta İstanbul'da peş peşe gerçekleşecek intiharlara olumsuz manada ilham vermiştir.



Friedrich W. Nietzsche

Friedrich Wilhelm Nietzsche

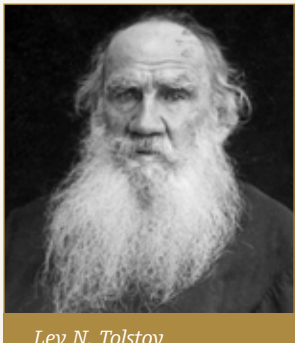
Alman filozof Friedrich Wilhelm Nietzsche frengiye hastasıydı. Hastalık ilerledikçe ruhsal sağlığı da kötüye gitti. Çok şiddetli depresyon ve intihar eğilimiyle yaşadı. Sonunda tamamen aklı dengesini yitirdi.



Soren Kierkegaard

Soren Kierkegaard

Danimarkalı varoluşçu filozof ve yazar Soren Kierkegaard tıpkı babası gibi depresyondan hastasıydı.



Lev N. Tolstoy

Lev Nikolayeviç Tolstoy

Rus yazar olan Lev Tolstoy'un psikolojik durumu da yaşı ilerledikçe kötüleşti. Kendini depresyonun pençesinde buldu. Varlıklı bir adam olmasına karşın git gide bir münzevi bir hayat tercih etti. Aynı

zamanda edebî başarısı kendisinde bir takıntıya dönüştü. İntihar etmek için cesareti olmaması sebebiyle de kendini eleştirdi. Ölümüne kısa süre

Dünden bugüne pozitif örgütsel psikoloji

SÜMEYYE KUŞAKÇI *



İnsanın duygu ve davranışlarını anlama misyonu yola çıkmış olmasına rağmen psikoloji, uzun yıllar duygu ve davranışın sadece olumsuz/tedavi edilmesi icap eden taraflarına odaklanmakla yetindi. Bu yaklaşıma bir alternatif olarak doğan pozitif psikoloji ise, insanın pozitif duygu ve davranışlarının da en az negatifler kadar incelenmeye değer olduğunu savundu. Sıkı eleştirilere maruz kalsa da insanı, barındırdığı her tür duygu ve davranışın bütünü olarak gören bir sentez yaklaşıma ulaşmamızı sağladı. Psikoloji, sosyoloji, antropoloji ve sosyal psikolojinin örgüt bağlamında kesiştiği bir alan olan örgütsel davranış da bu yeni akımdan nasibini almakta gecikmedi.

İş yaşamına has pratikler açısından bakarsak, iş tatminsizliğinin zıttı tatmin değildir. Çalışanların iş memnuniyetsizliklerini azaltmak onları memnun etmek anlamına gelmez her zaman. Performans düşüklüğünü ortadan kaldırmamız ama bu performansın yeterince iyi olduğunu göstermez.

Çalışanların olumsuz tutum ve davranışları yerine olumlu tutum ve davranışlarına vurgu yapmak, bunları genişleterek daha etkin kurumlar oluşturmak mümkündür.

Aslında Maslow daha 1954 yılında basılan, "Motivasyon ve Kişilik" isimli kitabında "Pozitif Psikolojiye Doğru" başlıklı bir bölümle bu yakınlaşmanın ilk sinyallerini vermişti. 90'lı yılların sonunda Seligman'ın araştırmalarıyla hız kazanan pozitif örgütsel psikoloji çalışmaları iki ana akımla bugünlere ulaştı. Akımlardan biri Pozitif Örgütsel Davranış adıyla Nebraska Üniversitesi Gallup Liderlik Enstitüsünde neşv-ü nema bulmuştur. Diğeri ise Michigan Üniversitesi çatısı altında geliştirilen Pozitif Örgüt Okuludur.

Pozitif Örgütsel Davranış mikro düzeyde yani birey odaklı, bireyin pozitif davranışlarının kurumun performansı ile ilişkisini deneysel bir yöntemle ölçmeye çalışan bir yaklaşım olmuştur. Akımın temsilcileri arasında Bruce J. Avolio ve Fred Luthans da vardır. Pozitif Örgüt Okulu ise daha çok makro düzeyde ilerlemiş, nicel ve nitel yöntemlerle örgütsel pozitifliği araştırmıştır.

Pozitif Örgütsel Davranış yaklaşımının literatüre en büyük katkısı psikolojik sermaye dediğimiz bireyi hem günlük yaşamda hem iş yaşamında güçlü kılabilecek dört temel pozitif durum tanımlanmış olmasıdır. Bunlar; öz yatkınlık, umut, iyimserlik ve dayanıklılıktır. Psikolojik sermayenin gücü dünyada ve Türkiye'de yapılan pek çok araştırmayla desteklenmiştir. Öyle ki pozitif sermaye; iş tatmini, yaratıcı performans, sürdürülebilir rekabet avantajı

ve iş performansı ile pozitif ilişkili, tükenmişlik, sinizm, işten ayrılma niyeti, çalışan uygunsuz davranışları gibi boyutlarla da negatif ilişkili bulunmuştur. Bu dört boyut örgütsel tutumları sadece direkt değil, birbirleri üzerinden dolaylı olarak da etkiler.

Pozitif örgüt okulu ise daha bütüncül bir yaklaşımla merhamet, affedicilik ve erdem gibi kavramları ön plana çıkarmıştır. Affetmenin bireyi hafifletmesi yanında kurumsal olarak da faydaları olduğunu tartışmıştır mesela. Erdemler konusunu ise daha çok değer odaklı liderlik yaklaşımları (otantik liderlik, dönüştürücü liderlik, hizmetkâr liderlik, etik liderlik vb.) kapsamında incelemiştir. Aristo'nun ifadesiyle erdem, iki uç arasındaki orta noktadır. İslam literatüründe ifrat ve tefrit arasında itidal üzere olmak dediğimiz şey buna karşılık gelir. Sahip olduğumuz değerler ancak bilinçli bir biçimde tekrar edilirse erdem olarak isimlendirilirler. Bir yönetici özelliği olarak erdem, bu okulun en temel çalışma alanlarından biri olmuştur. Erdemli liderler erdemli örgütleri de çeşitli sorularla gündemimize taşımıştır: Örgütsel erdemlilik kurum çalışanlarının bireysel erdemleri toplamı mıdır yoksa toplamından daha fazlası mıdır? Ya da örgütsel erdemlilik çalışanların erdemliliğinden bambaşka bir şey midir?

Öyle görünüyor ki pozitif örgütsel davranış, örgütlerimizi daha iyi anlama çabamıza ciddi katkılar sağlamaya devam edecektir.

* İbn Haldun Üniversitesi İşletme Bölümü.

Beyazıt Devlet Kütüphanesi, dünyanın en güzel kütüphanelerinden biri oldu

ABD'de yayımlanan aylık popüler kültür ve teknoloji dergisi Wired'ın, dünya üzerindeki en güzel 10 kütüphaneyi derlediği çalışmasında, Beyazıt Devlet Kütüphanesi dördüncü sırayı aldı. Beyazıt Devlet Kütüphanesinin bulunduğu yapı aslında, mekânsal olarak Beyazıt Meydanını çevreleyen ve tanımlayan, mutfak, ilkokul, hastane, medrese ve hamam gibi birimlerden müteşekkil 1506 yılında inşa edilen bir kompleksin, II. Beyazıt Külliyesinin, imarethane, çorba mutfağı ve han binaları (kervansaray) bölümüydü. 1884'te "Kütüphane-i Umum-i Osmanî" adıyla kurulan Beyazıt Devlet Kütüphanesi, Türkiye'nin devlet tarafından kurulan ilk kütüphanesi unvanına sahip. Bir "derleme kütüphanesi" olan kütüphane, yaklaşık yarıyı kitap olmak üzere toplam bir milyona yakın dokümanı barındırıyor. Kütüphanede yer alan kitapların 11.120 adedini ise aralarında çok önemli eserlerin de bulunduğu "el yazması eserler" oluşturuyor. 2015'te başlayan ve 2017 yılında tamamlanan Beyazıt Devlet Kütüphanesi renovasyonu ile ilgili "Eskiye

vurgulayan, ancak içinde bulunduğumuz yüzyılın olanaklarıyla, işlevsel ve mimarî yaklaşımıyla bugünü yansıtan bir çalışma" tanımlamasını kullanan Tabanlıoğlu Mimarlık Ortağı Melkan Gürsel, şöyle devam etti:

"1999 İstanbul depremi sırasında gördüğü hasar neticesinde tarihî yapı, bu nadide eserlerin korunması için gerekli fizikî şartları sağlayamıyordu. Mimarî olarak yakın zamanda yapılmış eklentiler vardı. Bu binaya girdiğimizde eski bir yapı ve ona nerdeyse fütursuzca, günü kurtarmak için yapılmış müdahalelerle karşılaştık.

Çağdaş standartların sağlandığı kütüphane, nadir kitapların saklanması ve sergilenmesine olanak sağlayacak bir altyapıyla düzenlenmenin yanı sıra çeşitli kültürel faaliyetlere ev sahipliği yapacak mekânların kazanılmasıyla geniş biçimde kullanılabilir istedik. Hatta bu vesileyle, en az kütüphane kadar edebiyatla iç içe bağlantılar sunan yakın çevresi ile kurduğu ilişkinin canlanmasını, yapının dayandığı duvarın devamında Sahaflar Çarşısı ve sahaflardan önce (özellikle



entelektüel buluşmalara yüzyıllarca mekân olmuş) değişmiş olsa da varlığını bugün de koruyan, kentsel bir buluşma mekânı olarak tarihî çınar altındaki 'Küllük Kahvesi' ve meydanın bir diğer sınırını belirleyen İstanbul Üniversitesi ile bütünleşen ortak sinerjiyi tekrar üretmeyi öngördük. Kütüphane Yönetimi, Aydın Doğan Vakfı, T.C. Kültür ve Turizm Bakanlığı, İstanbul İl Özel İdaresi başta olmak üzere müdahil tüm kurumların pozitif yaklaşımlarıyla başarılı bir sonuç aldığımızı inanıyorum. Beyazıt Devlet Kütüphanesi restorasyonu, ulusal ve uluslararası arenada çok büyük beğeni topladı. Beyazıt Devlet Kütüphanesi ile aldığımız birçok prestijli ödül de bunun en güzel göstergesi." dedi.

Feeling joy or enduring existence: Gratitude as a state

BETÜL AVCI *



Besides many other fields, gratitude is the subject of first, positive psychology—as an emotion or state; second, of ethics – as virtue; and of Islamic spirituality – as the counterpart to patience towards trials. For example, Aristotle viewed gratitude as discordant with magnanimity. Therefore, he did not include it in his list of virtues. According to Aristotle, magnanimous people insist on their self-sufficiency. They find gratitude depreciating and grateful person indebted. Likewise, for Cicero, benefits of all kinds create bonds of obligation. Therefore, the recipient of a benefit should display gratitude by fulfilling proper officia. In Cicero's gift-and-gratitude system, there is some sort of patronage. Here, utility and virtue unite. However, Seneca argues that benefits and gratitude in return creates social cohesion and is virtuous.

Contemporary social psychology suggests that there are cultural differences when receiving a favor. A recent study conducted among Japanese people suggests that compared to other societies, they are quite thankful for the help received. However, they try to avoid receiving favors. Because, to them, gratitude implies both thankfulness and indebtedness simultaneously. In the end, the research concludes that Confucian ethics and Buddhism prevalent in East Asian cultures place indebtedness next to gratitude.

As noted in the abovementioned examples, whether viewed negatively or positively there is an obvious asymmetry between the receiver and the giver. I understand gratitude simply as "pleasant feeling or emotion towards a benefit or gift" and I believe that it stands at the intersection of an individual's relationship with God, other individuals, and the nature. However, such a relationship is often asymmetrical. It is between a receiver and a giver such as human-God, child-mother, servant-master.

First, I would like to expand upon the relationship between a mother and a child in parallel to the relationship between God and a human person. In such a relationship it is the mother who decides to have a baby, bears the burden of giving birth, nurtures, educates the child etc. Although the mother gives freely and lovingly, in the end, she expects—at least—some sort of appreciation in return. Such an asymmetrical relationship between a receiver and giver is a significant

example of altruism, dependency and some sort of indebtedness and inferiority. However, what if the child responds to the mother saying: "Did I ask you to come into this world? It was your choice to bring me to this world." It is not far-fetched if such a response is given to God by a believer: "As a human, person have I asked to come to this world? Have I had any other choice? Why am I here?" This brings us to the issue of a pre-eternal covenant between God and humanity.

Covenant in pre-eternity and/or natural disposition

Islamic theology and Sufism try to explain the meaning of human existence based on the Qur'an and the Prophetic tradition. According to one view, based on a hadith qudsi often cited by Sufis, Allah states that "He was a hidden treasure, and loved/wanted to be manifested." Consequently, He created Adam as his vicegerent on earth and taught him the names. Likewise, in the Qur'an Allah states that He created Jinns and men, to recognize and worship Him (Q. 51:56). Another significant approach suggested as an explanation of the meaning of human existence is based on the Qur'an. This verse,



known as the "Verse of the Covenant," reads as follows: And when your Lord brought forth from the children of Adam, from their loins, their seed, and made them testify of themselves: "Am I not your Lord?" They said: "Yes, we testify" (Q. 7:172).

There are mainly two approaches to such an event of the Covenant. First one takes the verse as a real event that took place in pre-eternity. This was when the children of Adam accepted God as their Lord and agreed to enter the "game of existence" on earth. The second approach views this verse as a metaphor and as a reference to human natural pre-disposition (*fitra*). According to this Allah pre-programmed human. So, the first explanation suggests a conscious choice and a free-will and the second one suggests a pre-programming when accepting Allah as Lord and existence on earth.

Patience and gratitude

Now I would like to turn to the cyclical relation between patience and gratitude. This is often likened to the two wings of a bird by means of

which the bird is able to fly. Almost all Sufi manuals deal with patience towards trials and gratefulness towards gifts as two related states of an individual human person.

I have recently interviewed a severely handicapped man. In a few minutes, he briefed me the whole wisdom Qushayri and many others explored in quite long treatises. He was forty-five years old. He had been paralyzed since he was an infant and then he could only move his head. He related a cyclic experience of patience towards trials and gratefulness while happy. As he related, when in the state of gratefulness he would be a bit nervous about the hard times that would follow. And when in state of patience he would look for the happy days he would be grateful for. To these two states of *sabr* (patience) and *shukr* (gratitude) I would add another one related to both, *tawakkul* (reliance) on God and accepting one's own current condition as in the story of Musa and Khidr related in the Qur'an.

In the story, Khidr is the mysterious companion of Musa. He acts in ways unreasonable to his companion. However, God "taught him a certain knowledge" and he represents inexplicable acts of God. Together they encounter three mysterious incidents: In the first one, the two are welcomed on a boat. Its crew offers them a free ride. However, Khidr tears the boat open. In the second one, they meet a boy whom Khidr kills. In the third one, they reach a town, ask for food. However, the townspeople refuse to offer them hospitality. Even so, the two find a wall about to collapse that Khidr restores.

In all these three instances, Musa is not patient and criticizes Khidr. In the end, Khidr tells Musa the reasons why he acted the way as he did. For example, as an explanation of killing the little boy, he said "his parents were believers, and we feared that he would overburden them by transgression and disbelief. So we intended that their Lord should substitute for them one better than him in purity and nearer to mercy" (Q. 18:82).

However, again the whisperer in my head asks "why did God create the evil son in the first place?" This reminds us of the famous early theological discussion about the three boys (*al-ikhvat al-salasa*). At the end, the destiny, trials, gifts remain a mystery for me. However, I believe it is a matter of the secure attachment-close relationship between the human person and God. If such an attachment is secured, then one would be able to be patient towards trials rather than viewing existence as a burden. I think it is the power of faith, reliance upon God, acceptance of one's own contingency in relation to God's necessary existence. I think this is what turns any "burden" into a "gift." And "burden of existence" into "joy of life."

* Ibn Haldun University School of Islamic Studies.

RÖPORTAJ

Medaim Yanık

“

Allah'tan bağımsız anlam arayışlarınının gideceği bir yer yok. Allah yoksa anlam da yok!

”



“

Bu ayki kapak konumuzun muhtevası; pozitif psikoloji, psikoloji, psikiyatri, ilm-i nefis vb. alanlardan müteşekkil idi. İbn Haldun Üniversitesi, özellikle mevzubahis konularda oldukça zengin bir akademik kadroya sahip. Yani çok uzaklara gitmedik, İbn Haldun Üniversitesi Psikoloji Bölüm Başkanı Prof. Dr. Medaim Yanık, aradığımız en ideal isimdi bizim için. Kendisi hem çok iyi bir psikiyatrist hem çok iyi bir psikolog (teorik ve pratik alanlar da dâhil olmak üzere) hem de çok iyi bir Müslüman olduğuna şahit olduğumuz (dolayısıyla geleneğini de çok iyi bilen) bir isim... Medaim Hocayla Üsküdar'daki kliniğinde buluştuk; neyi, nasıl ve ne şekilde söyleyeceğini çok iyi bildiği için bizim için de çok kolay bir röportaj oldu. Fakat sıkıştırılmış görüşmemizde oldukça önemli konuların altını kalın harflerle çizdi Medaim Yanık... Bizce yukarıda bahsettiğim konular hakkında konuşmadığımız bir nokta kalmadı. Elbette bu ve benzeri konular çok uzun uzadıya anlatılabilecek konulardır ama "Bu işin özü nedir?" diye genel bir soru sorulduğunda alacağınız cevaplar aşağıdadır...

Röportaj: Muhammed Akaydın
Fotoğraflar: Bünyamin Yılmaz

”

“Modern psikoloji çok Batılı... Hatta büyük oranda Amerikan malı...”

Psikiyatri, psikoloji, psikolojik danışmanlık ve diğer ruh sağlığı alanlarını toptan kast ederek soruyorum, modern psikolojinin var olan hâlini nasıl değerlendiriyorsunuz?

En özet şekilde söylersem; “Modern psikoloji önemli bir birikime sahip ama eksik.” Psikoloji alanında sorular eski olmakla beraber modern psikoloji yaklaşık 150 yaşında. Bu 150 yıllık birikim azımsanmayacak düzeyde. Bu alanda teorik çalışan on binlerce, pratik çalışan yüz binlerce insan gücü var. Güçlü bir maddî desteğe sahipler. Meslekî örgütlenmeleri, dergileri, bir kütüphanenin raflarını dolduracak kadar kitap çıktıkları var. Bunlar belirli bir güce ulaştığının, bir düzeyde bilimsel bilgi üretildiğinin ve küresel düzeyde kabul görüldüğünün göstergeleri. Öbür taraftan modern psikolojinin sorunları var. İddia ettiği kadar bütüncül bir paradigmaya ulaşamadı, herkesi ikna edecek bir güce ulaşamadığı için fizik bilimlerine göre çok daha fazla parçalı hatta zaman zaman kaotik bir içeriği var. Ayrıca modern psikoloji çok Batılı... Hatta büyük oranda Amerikan malı. Dünyanın birikimini yeterince temsil etmiyor.

İlm-i nefis kavramsallaştırmasıyla İslamî psikoloji veya İslam ve psikoloji tartışmalarına ne diyorsunuz? Bu tartışmadan bir şeyler çıkar mı?

Bu tartışmanın verimli olma imkânı var. Eğer tartışma, “üretim için yol haritasına dönerse” işe yarar. Ama “hangisi iyi?” sorusu düzeyinde kalırsa bir şey çıkmaz. İki birikimi tamamen karşıt düzeyde okumak kanaatimce sorunlu. Karşılaştırmalı okumalıdır. İnsanlığın modern dönemde biriktirdiği birikimi yok saymaya kalkmak büyük hata olur. Ama İslam bilim geleneğinden beslenmemek de bizi orijinal olmaktan, farklı ve özgün katkı sağlamaktan, hakikati bütüncül anlamaktan alıkoyar.

İlm-i nefis kavramının içeriğini nasıl anlıyorsunuz?

Vahiy ile birlikte Müslümanlar; insan ve doğası, yaratılış, evren, ölüm ve sonrası ile ilgili bir anlayışa ulaşmışlardı. Vahiy ve sünnetle, hukuk ve sosyal yaşam düzeni oluşturmuşlardı. Kendileri bir birikime sahipken 3. yüzyılda Yunan düşüncesi ile karşılaştılar. Yunan düşüncesi bilme şekli açısından kendine özgü bir felsefi metodolojiye sahipti. Aynı zamanda insan, ruh, toplum, devlet, adalet, ahlak vb. alanlarda etkileyici felsefi düşünceler oluşturmuşlardı. İşte ilm-i nefis bilgi birikimi, Müslüman ilim adam-

”

“Pozitif psikoloji, modern psikolojiye bilgelik katıp derinleştirdi.”

larının kendi bilgileri ile Yunan felsefesinden gelen bilgi ve metodolojinin etkileşimi sürecinde kuruldu. Sonrasında kendi iç etkileşimi ile kendine özgü bir seyirde evrildi. Bu alanda Haris el-Muhasibi, Kındî, Farabi, İbn Sina, Ebubekir Razi, Gazzâlî, Fahreddin Razi, İbn Kayyım el-Cevziyye, İbn Haldun vb. kişiler katkı sağladı.

İlm-i nefis bilgi alanı içindeki ilim sahibi kişilerin, kendi içlerinde farklılaştıkları hatta önemli oranda ayrıştıklarını söylemek gerekir. Bu anlamda ilm-i nefis alanındaki herhangi bir görüşe karşı çıkmak vahye karşı çıkmak değil, ilmî bir görüşe karşı başka bir ilmî görüş söylemektir.

İlm-i nefis, geleneksel dönemde üretilen psikoloji ilminin hâliydirdi. İlm-i nefsi büyük oranda felsefi yaklaşımlar oluşturdu. Mikropların, hücre DNA'sının, atomların bilinmediği bir dönemde üretilmiş bir bilgiydi. Psikoloji açısından da beynin nöron hücrelerinin, beyin kimyasallarının, beyin dalgalarının, anatomik ve fonksiyonel görüntülemesinin olmadığı bir dönemde üretilen bilgiydi. Doğal olarak da ilm-i nefis bilgi alanı içinde beyin neredeyse yoktu.

İlm-i nefis bugün en fazla hangi alanda işimize yarar?

İnsanın hayatı anlamlandırması hem varoluşsal açıdan elzem hem de ruh sağlığı için gerekli. Modern psikolojinin ana paradigması insan beyni ve zihnini anlama açısından önemli katkılar sunmakla beraber, insana varoluşsal bir anlam verme gücüne sahip değil. Psikoloji topluluğu bu eksikliği gidermek için iki tepkisel yaklaşım geliştirmiş durumda. Birinci tepki “psikolojide insanlı yaklaşımlar” ve “varoluşsal psikoloji/psikoterapi” hareketlerinin gelişmesi oldu. İkinci olarak da manevî (spiritual) akımlar, psikoloji pratiğine eklenmiş durumda. Fakat psikolojideki bu anlam ve maneviyat arayışı materyalist ve seküler alan içinde sıkışıp kalmış durumda. Tanrı ve semavî dinlerden bağımsız bir anlam ve maneviyat kurma eğilimindedir. Kanaatimce Allah'tan bağımsız anlam ve manevî alan kurma arayışlarının gideceği bir yer yok. Allah yoksa anlam da yok. İşte ilm-i nefis tam da burada hem anlam hem de manevî alanı sahici ve tutarlı bir şekilde doldurma potansiyeline sahip.

İlm-i nefis alanından bir psikoterapi ekolü çıkar mı?

Psikoterapi; psikiyatrik/psikolojik rahatsızlıkların tedavisi için geliştirilmiş teori ve pratik uygulamaları tanımlar. Bugün yaklaşık 500 civarında psikoterapi ekolüne sahibiz. Bu ekollerin davranışçı tarzı ekolleri laboratuvarlardan çıkmışken, psikanaliz gibi ekolleri klinik gözlemlerle edebiyatın birleştirilmesinden, varoluşçu psikoterapiler ise felsefi bir ekolün psikoterapilere aktarılması ile oluşmuştur.

Bir psikoterapi ekolünün oluşması; bir veya bir grup insanın teorik bir yaklaşım kurmasına, bu teoriyi klinik ortamda uygulamasına ve yapıp ettiklerini başkalarına anlatarak yeni taraftar ve uygulayıcıların oluşmasına bağlıdır. Örneğin yakın dönemde postmodernizm akımından etkilenen Avustralya'dan Michael White ve arkadaşları Anlatı Terapisi (Narrative Therapy) adı altında bir terapi ekolünün gelişimine öncülük yapmıştır. Bu yaklaşım postmodernizm içindeki Michel Foucault gibi düşünürlerin, söylem veya sosyal inşa yaklaşımlarını terapi ortamına taşımışlardır.

İlm-i nefis yaklaşımını esas alan psikoterapi ekolleri ve teknikleri oluşturabilmek mümkün. Çünkü arkasındaki İslam geleneği; insan tasavvuruna, varoluşu tanımlamaya, hayatı anlamlandırmaya, insanı daha



Prof. Dr. Medaîm Yarık

”

“İlm-i nefis alanındaki herhangi bir görüşe karşı çıkmak vahye karşı çıkmak değil, ilmî bir görüşe karşı başka bir ilmî görüş söylemektir.”

iyi hâle getirmeye yönelik anlayış ve pratiklere sahip. İlm-i nefis ve modern psikoterapileri eş zamanlı bilen bir topluluk “düşünce okulu” şeklinde organize olup, bilimsel bir yayın organına sahip olarak adım adım bir terapi ekolü ve uygulamaları oluşturabilir. İlm-i nefis anlayışına dayalı bir psikoterapi ekolünün iki önemli katkısı olur: Birincisi, psikoterapi alanını zenginleştirecek özgün bir katkı olmuş olur. İkincisi ise dindar insanlar açısından psikoterapinin kabulü kolaylaşabilir.

Pozitif psikoloji yaklaşımını nasıl buluyorsunuz?

Doğrusu ben kıymetli bulup önemsiyorum. Modern psikolojiye bilgelik katıp derinleştirdi. Hatta uygulamalı alanını genişletti. Sadece patolojik olana değil, normal olanı daha da geliştirmeye yönelik bir yaklaşım, güçlü bir yaklaşımdır. Psikolojiye yeni birçok kapı açtı. Psikolojiyi hem araştırma hem de uygulama açısından güçlendirdi. Yeni sosyal politikalar oluşmasına imkân verdi. Yeni bir psikoterapi modeli geliştirdi. Ama pozitif psikoloji, modern psikolojinin ana akımı hâline gelemeyiz. Ana akım beyni ve zihni biyolojik olarak anlama çabasıdır.

Pozitif psikolojinin yeni alanlar açtığını söylediniz, buna örnekler verir misiniz?

Pozitif psikoloji alanı, mutluluk çalışmaları alanını iyilik hâli (well-being) kavramı ile güçlendirdi. Mihaly Csikszentmihalyi'nin akış (flow) kavramı önemli bir katkı. Martin Seligman'ın PERMA modeli önemli bir katkı. Özellikle Seligman'ın “karakter güçleri” kavramını önemli buluyorum. Seligman, 6 farklı kategoride tanımladığı 24 karakter özelliği iyi bir listeleme. Seligman; bu listeyi iyi bir büt-



”

“İlm-i nefsi, ruhsal rahatsızlıkların tanı ve tedavisinde ön plana çıkarmak verimli bir arayış değil.”

çesi olan bir projede, bir ekibin, insanlığın tüm birliğini tarayarak oluşturduğunu söylüyor. İlm-i nefsi içinden bu türden bir liste oluşturmak içten bile değil. Tayyab Rashid'in pozitif psikoterapisi de önemli katkı.

İlm-i nefis alanı pozitif psikoloji alanına katkı sağlayabilir mi?

Kanaatimce ilm-i nefsi, ruhsal rahatsızlıkların tanı ve tedavisinde ön plana çıkarmak verimli bir arayış değil. İlm-i nefis, sağlık ve hastalık anlayışında esin kaynağı olma potansiyeline sahipken, insan bedeni ve beyninden kaynaklanan rahatsızlıkları tanıma ve tedavi araçlarına sahip olma potansiyeli açısından zayıf. Örneğin Belhî'nin klinik katkısı tarihsel öneme sahip ama söylediği şeyler bugün için aşılışmış durumda. Fakat ilm-i nefis bilgi alanı; insanı geliştirecek, olgunlaştıracak, insan-ı kâmil hâline getirebilecek bir potansiyele sahip. Yani modern psikolojinin güncel akımı olan “pozitif psikoloji” alanının içeriğini dolduracak bir içeriği var. İlm-i nefsin bilgi içeriği; normalin geliştirilmesine, daha iyi bir insan hâline gelmeye, dürtünün denetlenmesine, kişiliği geliştirmeye, dengeli bir hayat anlayışına sahip olmaya önemli katkı sağlayacak nitelikte.

Araştırmalarıma göre Avustralya hükümeti pozitif psikolojiyi neredeyse bir devlet politikası hâline getirmiş durumda. Bu hâlin hikmeti nedir?

Avustralya hükümeti “Pozitif Psikoloji Hareketi”ni devlet düzeyinde destekliyor. Bu yolla toplumun psikolojik hâlini yükseltmeyi hedef hâline getirmiş durumda. Bu yolla insan gücünün niteliğini artırmaya çalışıyorlar. Ben bu yaklaşımın sağlıklı olduğunu düşünüyorum. Türkiye’de biz de psikolojinin bilgisini içeren ve beceri öğretene atölyeler yoluyla insanımızın niteliğimizi güçlendirebiliriz. Sosyal politikalarımızın bu inceliğe kadar gelmesi gerekir. Doğrusu ben de Türkiye için, “Genç İnsanın 8 Sorumluluğu” başlıklı bir atölye oluşturmaya çalışırken bunu yapmaya çalışıyorum. Aşağı yukarı 20 civarında psikolojik beceriyi iyi bir şekilde paketleyip toplumun farklı katmanlarına beceri kazanacak şekilde yaymamız lazım.

İlm-i nefis geleneğini modern psikolojiyle karşılaştırırsanız ne dersiniz?

İlm-i nefsin modern psikolojiye göre iki güçlü tarafı var: Birincisi, Allah’la kurulan yaratılış bağı ile bütüncül bir insan ve evren anlayışına sahip olması. İkincisi ise insan hayatını anlamlı hâle getirmesi... İlm-i nefis bilgi alanının, modern psikolojiye göre iki zayıf yönü var: Birincisi, ilm-i nefis bilgi alanının tarihsel olup güncel olmaması... İkincisi ise teorik pratik dengesinde aşırı teorik olması... En azından bu alanda üretilenler bugünün dünyasındaki ihtiyaç ve sorun alanlarına cevap verir pratiklikte değil. Hâlbuki modern psikoloji hem güncel hem de pratik çıktuları yüksek.

Modern psikolojiyi eleştirmede temkinli davrandığınızı görüyorum. Niye bu kadar temkinlisiniz?

Modern psikolojiyi metoda dayalı bilgi üretmek açısından başarılı buluyorum. Gerçekten de bilgi üretiminin usul/metoda dayalı olması esastır. Modern psikolojinin en güçlü taraflarından biri bilimsel bir

araştırma metodolojisi kurabilmiş olmasıdır. İçinde gözlem, deney, matematiğin kullanıldığı istatistik içeren bir metodoloji güçlüdür. İslam dünyasındaki ilim geleneğinin de metoda dayalı olduğunu hatırlamakta fayda var. Modern psikoloji eleştirilerinin bizi söylemin şehvetine kaptırıp, metoda dayalı bilgi üretmekten alıkoynabileceğine dair korkum var. Ayrıca aşırı eleştiriselliğin, “eleştiri inşa dengesini” bozacağından korkuyorum. Eleştirmek fonksiyonel bir durum ama arkasından inşa gelmediğinde laftan öteye geçmiyor. Sadece modern psikolojiyi eleştiren ama neyin nasıl olması gerektiği ile ilgili bir şeyler söylemeyen yaklaşımların gideceği bir yer yok. Sadece eleştirel bir söylem kurmak psikolojik tatminden ibaret kalabilir. Bizi ancak üretim kurtarır. Psikoloji alanında on binlerce insanımızın sürekli ürün çıkaran bir üretim sürecinde olması ortaya bir şey çıkarmayı mümkün kılar. Projelenmemiş, ürüne dönmemiş, çıktığına dönmemiş soyut anlamlı muhabbet benzeyen çabalar bizi bir yere götürmez.

”

“Sadece modern psikolojiyi eleştiren ama neyin nasıl olması gerektiği ile ilgili bir şeyler söylemeyen yaklaşımların gideceği bir yer yok. Sadece eleştirel bir söylem kurmak psikolojik tatminden ibaret kalabilir. Bizi ancak üretim kurtarır.”



“İlm-i nefis psikoloji alanında bir şeyler söyleyen insanlar silsilesi ve birikimi ise, bugün bu geleneğe bağlı kişiler ne söyleyebilir? Farabi, Razi, İbn Sina, Gazzâlî ile Eflatun ve Aristo birbirleriyle etkilemişse, bugünün filozof ve ilim/bilim insanları ile etkileşerek ilm-i nefsi kurmak gerekiyor.”

Bugünün ilm-i nefsi nasıl olur?

İlm-i nefis bilgi alanı, büyük oranda tarihsel yani güncel değil. Bu ilim geleneği birkaç yüzyıldır ke-sintiye uğramış durumda. Dolayısıyla da günümüzde temsiliyeti oldukça zayıf. İlm-i nefis psikoloji alanında bir şeyler söyleyen insanlar silsilesi ve birikimi ise, bugün bu geleneğe bağlı kişiler ne söyleyebilir? Farabi, Razi, İbn Sina, Gazzâlî ile Eflatun ve Aristo birbirleriyle etkilemişse, bugünün filozof ve ilim/bilim insanları ile etkileşerek ilm-i nefsi kurmak gerekiyor. Bugün nörobilimi, kuantum fiziği ile nöron etkileşimlerinin açıklanmasını, yapay zekâ tartışmalarını, zihin felsefesi birikimini muhatap alarak bir ilm-i nefis inşası gerekiyor.

Müslüman akademisyenler sizin tabirinizle “üretim” yapmak isterlerse nasıl bir yol tutabilirler?

Modern dönemde yaşayan ve medeniyet iddiası olan akademisyen Müslüman bir topluluğun üretim yaparken önünde iki büyük seçenek var: Birinci seçenek, hem konu edilecek meselelerin hem de yöntemin kendi medeniyetinin köklerinden çıkarmaktır. İkinci seçenek ise meselesini bugünün dünyasının ihtiyaçlarından alıp, metodolojide güncel bilim anlayışını kullanıp, tüm insanlığın biriktirdiği bilgi birikimini dikkate alarak (*modern dönem dâhil*) daha iyi üretim yapma çabasına girmektir.

İlk seçenek postmodernizm tartışmalarından sonra oluşmuştu. Bu yaklaşımda şöyle düşünülür: “İster medeniyet ister cinsiyet ister sınıf ekseninde çözümlenme yapılınsın, hiçbir bilgi üretimi kurulu düzenden bağımsız değildir. Bugünkü bilimsel bilgi düzeyi Batı medeniyetinin, erkeklerin veya kapitalist düzenin bilim düzenidir. Özgün ve iyi bir bilim üretmek istiyorsak hem meseleler hem metotlar hem de öncül bilgiler açısından modern bilim düzeninin dışına çıkmalıyız.” Bu sebeple de var olan bilim, sert eleştiriye tabii tutulur hatta dışlanır. Kendi bakış açısının köklerinden yeni bir bilme hâli oluşturmaya çalışılır.

İkinci seçenek; bilimi, insanlığın ortak mirası olarak ele alır. Bildiğimiz şeyler ve bilme yöntemlerimiz insanlık tarihi boyunca üst üste konularak bugüne gelmiştir. Yunanlılar kendilerinden öncekilerden etkilenmişlerdir. Yunanlıların bilme çabaları, İslam dünyasını etkilemiştir. İslam dünyası, Yunanlılardan etkilenmesine rağmen bilgiyi ve bilme şekillerini güçlendirip çeşitlendirerek hem sosyal bilimlerini hem doğa bilimlerini başka bir boyuta taşımışlardır. Modern dönemde de bilim, kendinden öncekilerle etkileşerek bilgi ve bilme şekillerini daha büyütmüş

ve boyutlandırmıştır. Bu anlamda bugünkü bilgi Batı medeniyetinin damgasını taşısa da tüm insanlığın malıdır.

Sizce hangi yolu seçmeliler?

Birinci yol seçilirse; geriye dönerek Gazzâlî, İbn Sina, İbn Haldun okumaları yapıp, o günün meselelerini listeleyip, kalınan yerden devam edecek şekilde ilm-i nefis bilgisini bugün yeniden kurmak gerekir.

Eğer ikinci yol seçilirse; genler, nöronlar arası elektrik ve kimyasal ileti, beyin dalgaları, beyin görüntüleme, şizofreninin ilaç tedavisi, bilişsel davranışçı terapi gibi birikimleri esas alıp, tüm bunları insanlığın birikimi gibi görüp, şu anda bu meselelerde gelinen yere bakıp, geleceğin nerede olduğunu tahmin edip, daha fazla üretim yaparak yola devam etmek gerekir.

İlm-i nefsi kalınan yerden devam ettirme çabasına girmek bugünün dünyasının problemlerine bir şey söylemekte zorlanmaya, tarihsel ve aşırı teorik kalmaya sebep olabilir. Diğer taraftan buradan bir başarı sağlanırsa, özgün ve yeni bir içerik oluşturulup bugüne taşınırsa, yeni bir bilme ve ürünlerinden oluşan paradigma kurulabilir.

Modern bilimin bulunduğu yerden başlamak da onun değer ve anlama biçimlerine sıkışmak, kendi medeniyet birikimimize emek vermemek, özgün olamamak, zaten önde olan modern bilimin ve çıktılarının değirmenine su taşımak gibi sorunlar içerebilir. Bu yaklaşımın avantajı ise reel dünya içinde hızlı üretkenlik yapma imkânının olmasıdır. Sonuçta insansız hava aracı (İHA) yapmak yerine İslam dünyasındaki uçuşa tecrübesi üzerine yoğunlaşmak arasında bayağı fark var. Son nesil İHA'nın daha iyisini yapmak gerçek dünyada gerçek bir aktör olmak demek. Aynı şey psikoloji alanı için de geçerli. Direkt beyin çalışmalarına girip, dünya ile yarışmak bizi güçlü yapabilir.

Kanaatimce bu iki büyük yaklaşıma da teslim olmadan, ikisinin de birikimini eleştirel bir şekilde kullanılarak, teorik pratik dengesini koruyarak, yapısökümcü bir tarzın baskınlığı yerine kurucu ve inşa edici bir tarzda, daha eklektik ve ara formlar üzerinden üretkenlik yapmalıyız. Bence ana kavram üretkenlik. Eğer yeterince insanınız ve yeterince kurumunuz varsa her türlü çabayı birlikte yapmak



“İnsansız hava aracı yapmak yerine İslam dünyasındaki uçuşa tecrübesi üzerine yoğunlaşmak arasında bayağı fark var. Son nesil İHA'nın daha iyisini yapmak gerçek dünyada gerçek bir aktör olmak demek. Aynı şey psikoloji alanı için de geçerli. Direkt beyin çalışmalarına girip, dünya ile yarışmak bizi güçlü yapabilir.”

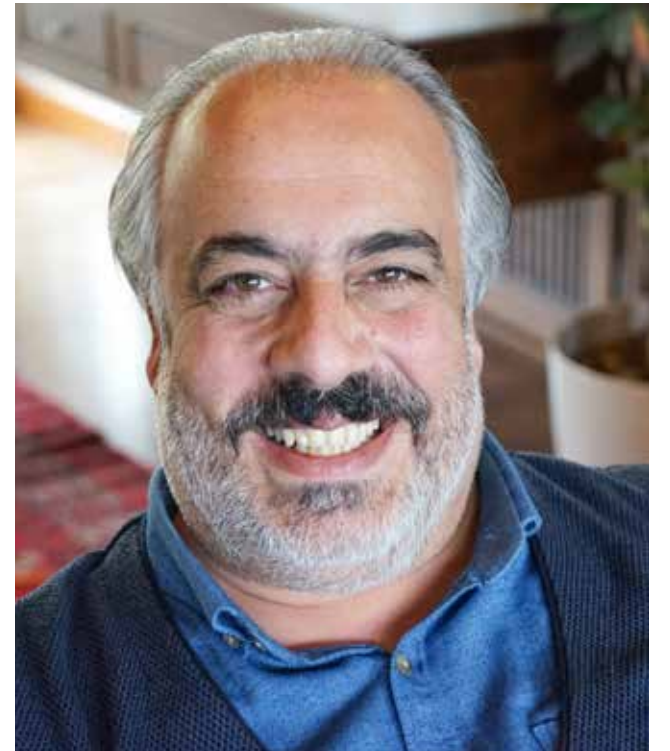


“İster medeniyet ister cinsiyet ister sınıf ekseninde çözümlenme yapılınsın, hiçbir bilgi üretimi kurulu düzenden bağımsız değildir. Bugünkü bilimsel bilgi düzeyi Batı medeniyetinin, erkeklerin veya kapitalist düzenin bilim düzenidir. Özgün ve iyi bir bilim üretmek istiyorsak hem meseleler hem metotlar hem de öncül bilgiler açısından modern bilim düzeninin dışına çıkmalıyız.”

zenginlik üretir. Bazı ekipler teorik çalışırken bazı ekipler son derece pratik çalışabilir. İki taraf da birbirleriyle etkileşerek birbirlerini besleyebilirler. Ama hepimizin birden psikoloji tarihçesine dönmememiz lazım.

Siz kendi pratiğinizde nasıl çalışıyorsunuz?

Benim “Müslüman psikiyatr” olarak iş ve üretim yapmaya çalışırken uygulamaya çalıştığım bir yöntem var. Örneğin, “öfke kontrolü programı geliştirmek” istiyorsam kendimce izlediğim bir yöntemim var. Öncelikle öfke meselesi üzerine zihnimde olanları bir yazıya dönüştürüyorum. İkinci olarak klinik deneyimime (*varsın araştırma bulgularına*) bakıyorum. Üçüncü olarak bu meselede âyet, hadis ve İslam medeniyeti içindeki ilim adamlarının ne dediğine bakıyorum. Dördüncü olarak bu meselede geleneksel dönemde insanlığın birikimine bakıyorum. Son olarak bu alanda modern dönemde üretilen psikoloji/psikiyatri bilgisine (*bilimsel çalışma, uzman görüşü vb.*) bakıyorum. Bu çoklu bilgi alanını birlikte, etkileşimli olarak muhatap alıp, kendimce bir şey inşa etmeye çalışıyorum. Sonra da oluşan şeyi pratikte klinik ve bilim diliyle deneyerek yeniden ve yeniden gözden geçirip, geliştirmeye çalışıyorum.



Pozitif genç gelişimi üzerine

YAŞAR ÖZBAY *



Pozitif genç gelişimine ilişkin bir tanıtıcı yazı yazmak üzere bilgisayarın başına geçtiğimde aklıma ilk gelen şey, geçtiğimiz günlerde bir meslektaşımın yapmış olduğumuz konuşma oldu. Bu meslektaşım, kendisini dertlendiren önemli bir konuyu biraz hüzünlü, bir parça da umutsuz bir şekilde benimle paylaştı. Tabii bunu yaparken dert edindiği meselenin benimle ve çalışmakta olduğum pozitif genç gelişimi konusuyla ne kadar ilişkili olduğunun farkında değildi. Ben de bu yazıda onun gözlemlerinden ve dert edindiği meselelerden yola çıkarak hayatımızın içinden örneklerle pozitif genç gelişimi konusunu tanıtmaya ve bu konunun üzerinde durmaya neden ihtiyaç olduğunu açıklamaya çalışacağım.

Meslektaşımın paylaştığı mesele aslında, üniversite ve okul kampüslerinde hepimizin sık sık tanık olduğu fakat bunun için pek fazla bir şey yapmadığı bir konuydu. Ona göre gençlik, özellikle de üniversite gençliği hazin bir durumdaydı. Sınıflar, kongre salonları ve kampüs içerisindeki diğer sosyal alanlarda pırl pırl gençler garip bir bekleviş içerisindeydi. Adeta makûs talihlerinin

kendilerine getireceklerini kendi duhulleri olmadan pasif bir şekilde bekler gibiydiler. Üstelik bu durum kimseyi rahatsız etmiyordu; kimse şikâyetçi değildi. Hatta meslektaşımın göre herkes bu durumun huzurlu ikliminden ziyadesiyle memnun gibiydi. Binlerce genç, hatta on binlerce; bir eğitim kurumunda, hem de üniversitede... Enerji dolu, heyecan dolu, yetenek yüklü; her biri adeta bir zekâ küpü... Fakat meslektaşımın (ve daha birçoğumuzun) gözlemediği gibi hepsi ya boş boş oturuyor ya da dinliyor, ezberliyor, ödevlerini, kendilerine verileni ve söyleneni yapıyorlar. Ama büyümüyorlar, gelişmiyorlar ve hayata aktif bir özne olarak katılmıyorlar. Sadece müsaade edildiği kadar büyüyor; sadece müsaade edildiği kadar gelişiyorlar. İşte meslektaşımın dert edindiği bu mevzu, tam da benim yazmak istediğim konuya karşılık geliyor. Gençler, çocuklar, hayatları önlerine hazır sunulanlar, katılımsızlıklarından rahatsızlık duyulmayanlar, sessizce ve çaresizce ebeveynleri ve diğer yetişkinler tarafından yaşamları şekillendirilmeye çalışılanlar... Evet, onlar bizim gençlerimiz ve pozitif genç gelişimi tam da bu meselelere temas etmek, bu meselelerde bir dönüşüm başlatmak istiyor.

Meslektaşımı üzen, dertlendiren konunun genel olarak iki boyutu var. Bunlardan birincisi öğrencilerin, gençlerin içinde buldukları bu durumun, bu girdabın farkında olmaması... İkincisi ise bu durumun sorumlularının yani yetişkinlerin de ne olup bittiğinin farkında olmaması... Sonuç olarak ikisinin ucu da farkındalığa (daha doğrusu farkında olmamaya) çıkıyor. Hem yetiştirilme tarzlarının hem de eğitim süreçlerinin aktif ve katılımcı birey modeline dayalı olmaması, gençleri içinde buldukları pasif durumdan rahatsızlık duymamaya sürüklüyor. Sonuçta, bu katılımcılıktan

uzak yetiştirme tarzı, yaşamın diğer kısımlarına, dönemlerine de sirayet ediyor ve katılımcılık içermeyen bir yaşam pratiğine dönüşüyor. Çocuk ve gençlerin muhatapları yani yetişkinler ise yaşamı çocuk ve gençler için sınırlandırıyor; onların aktif katılımının önüne geçiyor ve bu aktif katılımın önemini fark edemiyor.

Oysa çocuk ve gençlerin sağlıklı gelişim göstermesi, yetişkinliğe ve hayata doğru şekilde hazırlanması, sahip olması gereken donanım ve becerileri maksimum düzeyde kazanması bir toplumun temel görevlerinden biridir. Eğitici, sosyalleştirici, geliştirici bir rolü bulunan sosyal kurumlar bu nedenle tesis edilmiştir. Aile, okul, mahalle, STK hatta devlet gibi... Tüm bu sosyal kurumların varlığı ve temel işlevi; içindeki bireylerin gelişimini, işlevselliğini ve yaşamdan elde ettiği doyumunu artırmaktır. Söz konusu çıktılarının elde edilebilmesi için bu kurumların eş güdüm hâlinde çalışması gerekmektedir. İşte pozitif genç gelişimi yaklaşımı, çocuk ve gençleri gelişim sürecinde daha aktif kılmayı, onların yaşama daha fazla dokunmasını, yaşamın gerçek yüzü ile daha fazla yüzleşmesini, gelişim düzeyinin ihtiyaç duyduğu zorluklarla gerektiği kadar karşılaşmasını sağlamayı ve bu zorluklarla birlikte gelişmeye ve büyümeye çalışırken tüm ekolojilerinin yani sosyal kurumların onları desteklediğine tanık olmasını ve bu desteği hissetmesini özellikle önemsemektedir. Pozitif genç gelişimini toplumda etkin kıldığımızda; meslektaşımın bahsettiği gelişmelerin seyrini pasif şekilde izleyen bir gençliğe değil, tüm enerji ve potansiyeliyle kendine ve topluma aktif bir şekilde katkı sağlayan bir gençliğe sahip olacağız demektir.

* Hasan Kalyoncu Üniversitesi Rektör Yardımcısı.

Türkiye'nin tanıtımı için sosyal medya kullanılacak

Türkiye'nin tanıtımı için sosyal medyayı kullanmayı amaçlayan Kültür ve Turizm Bakanlığı, bloggerlardan ve turizm alanında önemli sayıda takipçisi olan Instagram kullanıcılarından yararlanacak. Türk kültürünün tüm değerlerini yansıtan gezici bir sergi oluşturulacak, serginin gittiği ülkelerde Gaziantep, Hatay, Ege mutfaklarından örneklerin yer aldığı gastronomi stantları açılacak.

70 milyon turist hedefleniyor

2018'in 11 aylık döneminde Türkiye, 37,5 milyon yabancı ziyaretçi ağırladı, yurt dışında yaşayan vatandaşlarla toplam ziyaretçi sayısı 43 milyona yaklaştı. 2018'in 45 milyon ziyaretçi sayısı ile kapatılacağı öngörülüyor.

"50 milyon turist, 50 milyar dolar" olan 2023 turizm hedeflerini, "70 milyon turist, 70 milyar dolar" olarak güncelleyen Kültür ve Turizm Bakanlığı; 2019'a "nitelikli turist sayısı ile turizm pazarlarını artırma" amacıyla girdi.

Geçen yılın 11 aylık döneminde Alman turistlerde

yüzde 25, İngiliz turistlerde yüzde 36 artış sağlayan Türkiye, "Avrupa'da gelire odaklı turizm pazarlaması" hedefi kapsamında yılın ilk etkinliğini, Hollanda'daki Utrecht Turizm Fuarına katılarak gerçekleştirdi. Turizm sektörünün tüm paydaşlarını bir araya getiren fuarda Türkiye standının açılışını dün Kültür ve Turizm Bakanı Mehmet Nuri Ersoy yaptı.

Gezici sergiler açılacak

"Konaklama dışı harcaması yüksek" turistlerin Türkiye'yi tercih etmesi için yapılan çalışmalar kapsamında Çin, Japonya, Hindistan ve Güney Kore'den uzun uçuşlarla gelip daha çok kalan turistlere de yönelindi. Farklı pazarlara açılmak için bu ülkelerde yoğun tanıtım çalışmaları yürütülecek. 2019'u Türkiye yılı ilan eden Japonya ve Rusya'da Türkiye'ye has değerleri ön plana çıkaracak, kültürel ve arkeolojik mirastan, sanat ve gastronomiye kadar birçok ögeyi içinde barındıran gezici sergiler açılacak.

İlki Mart ayı sonunda Tokyolularla buluşacak sergi;

yıl içinde Kyoto, Moskova, Berlin ve Londra'ya da taşınacak. Sergi kapsamında Hatay, Gaziantep, Ege lezzetlerinin yer aldığı stantlar da açılacak. Sosyal medyanın gücünden yararlanılacak Tur şirketlerinin paket programları yerine kendi seyahat programını kendi oluşturan "perakende turistlere" yönelik tanıtımların ön plana çıkacağı 2019'da bunun için medyanın her mecrası etkin kullanılacak. Yurt dışındaki televizyonlarda reklam kampanyalarına yoğun şekilde yer verilirken, sosyal medyada bloggerlardan ve turizm alanında önemli sayıda takipçisi bulunan Instagram kullanıcılarından yararlanacak. Turistlere ilişkin analizler çıkarılacak Teknolojik gelişmelerin tanıdığı imkânların kullanılacağı tanıtım çalışmalarında, yapay zekâ programlarıyla daha önce Türkiye'ye gelmiş çeşitli sebeplerden artık başka ülkeleri tercih eden ya da hiç gelmemiş turistlere ilişkin analizler çıkarılacak. Analiz sonuçlarına göre, her iki grupta yer alan gelir grubu yüksek turistleri hedefleyen direkt tanıtım çalışmaları yürütülecek.

Mutsuzluk manifestosu

.....
HALİL İBRAHİM İZGİ *



Pozitif psikoloji her yanı sarmış, mutluluk formülleri birbirini izliyor. Peki, ya mutsuz olmak isteyenler? Onların sesine kulak verecek yok mu? Ya bir kişi gerçekten mutsuz olmak istiyorsa ve bunu beceremiyorsa? Mutsuzluk koçları da yok ki derde derman olacak. Bu görevi üstlenip mutsuzluk için garantili formüller vermeye niyetlendim. İhtiyacınız olursa denersiniz. Mutluluk bezirganlarından dinlediklerinize benzemez bunlar.

Öncelikle sabah kalktınız ve güneşli bir gün olduğunu da gördünüz. Hava çok sıcak değil ve uykunuzu da aldınız. Mutlu olduğunuzu sanıyorsunuz ama değil. Bir defa işe gitmeniz gerekecek. İşin sonunda maaş alacaksınız ama? Bir de maaş almadan mı gidecektik? İşte şimdi mutsuzluğa ilk adımınızı attınız. İşe giderken kimseye selam vermeyin. Gülüyüz gösterenleri de somurtarak karşılayın. İşe gittiğinizde mesai arkadaşlarınızla konuşmak yerine hızlı şekilde mailler yazın ve onları üstleri de CC'de olacak şekilde gönderin e-postaları. Şimdi mutsuz değilseniz bile cevaplar gelince yeterince mutsuz olacaksınız.

Toplantı başladı. Kesinlikle gündemle ilgili olmayan şahsî meseleleri dile getirin. Çözüm öneren her kim varsa başta imalı sonradan doğrudan şekilde dalga geçerek lafı ağzına tıkm. Tıkm ki mutsuz olurken yalnız olmayın. Birlikte mutsuzluk, mutsuzlukların en şahanesidir.

Eşiniz telefon açtı ve bir şey soruyor. Kesinlikle

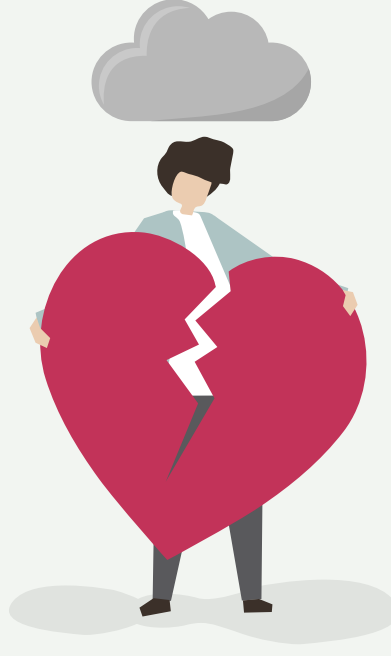
sorduğuna pişman edin. İşinizin ne kadar zor olduğunu ve ona ayıracak zamanınız olmadığını kaba şekilde ifade edin. Bu mutsuzluğunuzu artırmak ve yaymak için iyi bir formül. Bununla da yetinmeyip mesajlarla mutsuzluğu artırmak mümkün. Neyse işimize dönelim.

Öğle vakti geldi yemeğe çıktık. Yemek sadece karnımızı doyurmak için değil. İş dedikoduları yemekte pişer. Kim ne kadar maaş alıyor, kimin terfi neden oluyor, olmuyor? Bunları yeterince merak ederseniz mutsuzluğa bir adım daha atabilirsiniz. Asla yetinmeyin, kanaat etmeyin. Yoksa mutlu olmak mı istiyorsunuz siz? Çabuk aklınızdan çıkarın o düşünceleri. İşyerinde işinizi yapmak yerine diğerlerinin neden işlerini yapmadıklarını konuşarak vakit geçirin. Ziyarete gelenleri işinizin detaylarıyla boğun ve elbette tüm bunların yetersiz olduğu noktada akıllı telefonunuzdaki mesajlarla mutsuzluğunuzu beslemeye devam edin.

Siyasetle yakından ilgili olmayabilirsiniz veya futbola. Çabuk bu iki alanda uzmanlaşmaya çalışın. Öğrenin demiyorum, üzerinde ahkâm kesip mutsuzluk üreteceksiniz sadece. Sakın halledebileceğiniz küçük işlerle uğraşmayın. Bunun yerine çözemeyeceğiniz büyük problemlere odaklanın.

Mesai bitmek üzere ve hâlâ yeterince mutsuz değilseniz akşam trafiğinden yakının. Şunu bilin ki trafikten yakınlık trafikte zaman kaybetmekten daha fazla mutsuz eder. Bakın, o kadar da zor değilmiş, değil mi?

Akşam eve girdiğinizde yüzünüz asla gülmesin. Böyle yaparsanız mutlu olma ihtimali belirir. Onun yerine bol bol yakının ve sizinle konuşmak isteyenleri dinlemeyin. Çocuklarınızı varsa onlarla ilgilenmeyin, ilgileniyorsanız bile bağırıp çağırarak yapın bunu. Mutsuz olmak kolay değil. Ailenizdeki herkesi başka kişilerle kıyaslayın. Televizyon



seyredecekseniz tartışma programlarını açın. Unutmayın, mutsuzluk ancak paylaşırsanız çoğalır.

Yeterince mutsuz olduysanız gün içinde sizi en fazla mutsuz eden ayrıntılar üzerine odaklanıp ertesi gün onları büyütme deneyin. Göreceksiniz, başarılı olacaksınız.

Bir de ne istediğinizi tam olarak bilmeyin. Kimseye de söylemeyin. Bunun yerine ne olmayacağını ve kendinize nasıl haksızlıklar yapıldığını düşünün.

Öfkenizi biriktirin ve zamanı gelince onu kusun. Mutsuzluğun şiarıdır öfke. Aileniz ya da yakın akrabalarınızla yetinmemelisiniz kızmak için. Yeni ev ya da araba almış arkadaşlarınızı kıskanıp onların görgüsüzlüklerine kızabilirsiniz. Bu sizi bir süre idare edecektir. Siyaset ve futbol onlardan kalan boşlukları zaten yeterince dolduracaktır. Karşı siyasî görüşe ya da karşı spor takımına takıntılı derecede yaptığınız yorumlar mutsuzluk karnenizin notlarını yükseltecektir.

Gördüğünüz gibi hayatta hiçbir şey kolay değil. Mutluluk kolay değil diyorlar, siz bir de mutsuz olmayı deneyin. Yukarıda yazdıklarımı yapmak ne kadar da zor! İşte bu yüzden hâlâ bazı mutlu insanlar görüyoruz etrafımızda. Şuurlu mutsuzluk gerek bize, şuurlu...

Acaba mutsuzluk koçu olsam ve mutsuz olmayan insanlara yardım mı etsem? Zira mutsuz olamadığı için boşluğa düşmüş o kadar çok insan var ki. Onlara bir şekilde yardım etmek gerekiyor.

Bir de sizden ufak bir ricam var. Sakın bu yazıyı kimseye paylaşmayın. Mizahi zannedip mutsuzluk manifestosunu gülümseyerek okuyabilirler. Alın size bir tuzak daha. Mutsuz olmak ne kadar zor işmiş ama değil mi?

* Yazar.

Şirket Türkiye'de ürettiği kıyafetleri pazarlıyor

ve Türkiye'de ürettiği kıyafetleri pazarlıyor. Aşağıda şirketin ürettiği kıyafetlerin bir kısmı görülmektedir.

ve Türkiye'de ürettiği kıyafetleri pazarlıyor. Aşağıda şirketin ürettiği kıyafetlerin bir kısmı görülmektedir.

ve Türkiye'de ürettiği kıyafetleri pazarlıyor. Aşağıda şirketin ürettiği kıyafetlerin bir kısmı görülmektedir.

ve Türkiye'de ürettiği kıyafetleri pazarlıyor. Aşağıda şirketin ürettiği kıyafetlerin bir kısmı görülmektedir.

ve Türkiye'de ürettiği kıyafetleri pazarlıyor. Aşağıda şirketin ürettiği kıyafetlerin bir kısmı görülmektedir.

ve Türkiye'de ürettiği kıyafetleri pazarlıyor. Aşağıda şirketin ürettiği kıyafetlerin bir kısmı görülmektedir.



ve Türkiye'de ürettiği kıyafetleri pazarlıyor. Aşağıda şirketin ürettiği kıyafetlerin bir kısmı görülmektedir.

Well-being as the center pole of positive psychology

.....
NİLGÜN ÖCAL *



The internationally esteemed psychologist Dr. Martin Seligman brought a new theory of understanding of happiness and of what makes a good life for individuals and even for nations, in his book titled *Flourish (2011)*, where he places well-being --not life satisfaction--as the focal point of positive psychology.

Seligman refers to giants in philosophy and psychology who brought their own theories of what happiness and life satisfaction are for human beings. He mentions Thales who believed that everything is water; Aristotle, who thought that happiness is the driving force for humans; Nietzsche, who stated that humans were driven by getting power; and Freud, who thought that all human action

was to avoid anxieties. Seligman opposed those thinkers, whom he accused of monism, according to which all human motives are brought down to a single one. In fact, Seligman's original view that he had presented in his book *Authentic Happiness* --ten years prior to *Flourish* -- was very close to Aristotle's. He thought that everything we do is done in order to make us happy. Later on, he claimed that well-being and not happiness is the focal point of positive psychology and, replaced the term happiness with well-being. The construct of well-being has five elements (*PERMA*), all measurable: positive emotion; engagement; relationships, meaning, achievement. Each of these five elements is chosen for its own sake and contributes to our flourishing in life. According to Seligman, the goal of positive psychology as well-being theory "is to increase the amount of flourishing in our own lives and on the planet."

Seligman defines the five elements of well-being as follows:

- 1) Positive emotion: It is a factor that entails happiness and life satisfaction.
- 2) Engagement: It is a subjective feeling for when we are totally absorbed in a task, when the time stops, when we lose self-consciousness. Thought and feeling are absent in this flow state, and it is

only afterwards that we say, "it was fun" or "it was marvelous".

3) Relationships: Seligman states that "other people are the best antidote to the downs of life and the single most reliable up." In fact, very little among the positive is solitary. The last time we felt proud of an accomplishment, the last time we felt enormous joy, sensed a deep sense of meaning and purpose, all of these positive states took place around other people.

4) Meaning: It is the sense of belonging to and serving something that we believe is bigger than our self. It is largely accepted that connections to other people and relationships give meaning and purpose to life. According to Seligman it is a subjective element; otherwise, how could we explain French philosopher Jean-Paul Sartre's statement "Hell is other people" in his play titled *No Exit*, which would be considered meaningless today.

5) Achievement: According to Seligman it is often pursued for its own sake, and it might even not bring positive emotion nor meaning like other elements of well-being. Or, when it brings positive emotion, it is temporary.

* *Ibn Haldun University Psychology Department.*

“Yapay zekâ eğitiminde dünya lideri olacağız”



Ziya Selçuk

Millî Eğitim Bakanı Ziya Selçuk, Bakanlığın "Yapay Zekâ Stratejisi" konusunda yürüttüğü çalışmalara ilişkin yaptığı açıklamada, yapay zekânın, dünya teknoloji tartışmalarının merkezinde yer alan, her alanda etkileri bulunacağı öngörülen konulardan biri olduğuna işaret etti.

Yapay Zekâ Stratejisinde son aşamaya geldiğini ve bunun yakında kamuoyu ile paylaşılacağını bildiren Selçuk, "Konusunda uzman isimler tarafından hazırlanıyor. Elimizde önemli birikim

oluşturdu. Taslak metnini tartışmaya açacağız. Her türlü katkıya açığız. 2020-2040, önümüzdeki 20 yılı düşünüyoruz. Yapay zekâ eğitiminde dünya lideri olacağız. Yapay zekâ ile yapay zekâ çağı için insan odaklı nesiller yetiştireceğiz." ifadelerini kullandı.

Bu konuda teknoloji şirketleriyle iş birliğine gidileceğini ve süreç odaklı hareket edeceklerini aktaran Selçuk, "Millî Eğitim Bakanlığı olarak teknoparklarda ofisler açacağız, Ar-Ge yapacağız. Girişimcilik ve inovasyon ekosistemiyle bağlantımızı kuvvetlendirmemiz lazım. Onların mentorluğuna bazı zamanlarda ihtiyacımız olacak. Teknoparklardaki araştırma ofislerimizde öğretmenlerimiz çalışacak. Millî Eğitim Bakanlığının daha fazla dışarı açılma zamanı geldi." diye konuştu.

“Yapay zekâdan faydalanacağız”

Millî Eğitim Bakanı Selçuk; teknoloji, girişimcilik ve inovasyon ekosistemiyle daha fazla alışverişte bulunulması gerektiğine dikkati çekerek şu

değerlendirmelerde bulundu: "Bugün doğan çocuklarımız, bugün okula başlayan çocuklarımızı 2040 sonrası dünyaya hazırlamamız şart. Çünkü kırılma, değişim, dönüşüm daha önce görülmemiş biçimde geliyor. 2023 Eğitim Vizyonu sadece bir tarih değildir, bu 2023, 2053, 2071'e açılan kapı şeklinde okunmalıdır. Büyük veride kalmayacağız, büyük bilgi ve büyük bilgelik. Bizim amacımız bilgelik. Personel işlerinden rehberliğe kadar bakanlığın her aşamasında yapay zekâdan faydalanacağız. Bakanlığın ihtiyaç alanlarını, elimizdeki datayı yapay zekâyâ öğretmek sorgulayacağız. Yapay zekânın rasyonel çözümleri ve stratejilerine, yönlendirmelerine bakacağız."

Selçuk, özellikle ses ve görüntü tanıma teknolojilerindeki hızlı gelişme, gerçeğe yakın ses, görüntü modellemesi, analitik ve öngörü konusundaki ilerleme ile beraber yapay zekânın eğitim ve öğrenmenin geleceğindeki etkisinin son derece fazla olacağını düşündüğünü kaydetti. 2023 Eğitim Vizyonu'nun en

önemli çıkış noktalarından ve cevap aradığı sorulardan birisinin "dördüncü kırılma" denilen dönemde, eğitim ve öğrenmenin geleceği olduğunu aktaran Selçuk, bunun çocukların geleceği anlamına geldiğine dikkati çekti. "Yapay Zekâ Stratejisi, dünyanın gitmek istediği, götürülmek istendiği yeri anlamak ve aynı yönde gitmek konusundaki sorgulamalarımızdan birisidir. Yapay zekâ kaynaklı fırsatlar ve avantajlar kadar tehdit oluşturabilecek ve zarar verebilecek boyutlarını da takip etmekteyiz." vurgusu yapan Selçuk, hâlen eğitim-öğretim faaliyetlerine devam eden öğrenciler kadar henüz doğmamış çocukların geleceği için de bu soruları sorduklarını, sorumluluk taşıdıklarını aktardı. Millî Eğitim Bakanı Ziya Selçuk, bugünün çocuklarının 2040'lı yıllarda istihdama katılacağına işaret ederek, 2023 Eğitim Vizyonu hazırlık sürecinde yapılan toplantı ve çalıştayların tamamında yapay zekâ alanındaki gelişmelere kayıtsız kalmayacağı sonucunun ortaya çıktığını bildirdi.

Örgütlü müsamahakârsızlık

SERDAR DEMİREL *



Hoşgörü, göz yumma, hatayı görmezden gelme, kolaylık gösterme, yumuşak davranma manalarına gelmekte olan "müsamaha" kavramı, barış ve huzur içinde beraberce yaşamının sigortası olan ahlakî bir kıvamı işaretlemektedir. "Tahammül etmek" ise bunun bir alt derecesidir. Hz. Muhammed (s.a.v.), "Hoş gör ki hoş görülesin!" demiştir. (Müsnedi Ahmed: 3/27, hn. 2233). Bu da beraber yaşamının altın kuralı olsa gerek. Rasulullah'ın (s.a.v.) kendisiyle görüşme yapmak üzere Medine'ye gelen Necran Hristiyanlarının Mescid-i Nebevî'de âyin yapmalarına müsaade etmesi de O'nun hoşgörüsünün teorik öğretisiyle sınırlı olmadığını göstergelerinden sadece birisidir. Medeniyet tecrübemizde "müsamaha ahlakî", toplumu bir arada tutan çimento olmuştur. Onun zayıfladığı dönemlerde ise toplumlar dinî, mezhepsel ve etnik çekişmelerin girdabına düşmüştür.

Günümüz dünyasında idrak ettiğimiz krizlerden birisi de müsamahalı olma yeteneğimizin zayıflamasıdır. Bireysel ve toplumsal katmanlardaki tahammülsüzlük hâli hızla ötekinden nefret etme ve yabancı düşmanlığına evrilmektedir. Bunun elbette insan zaafından kaynaklanan sebepleri mevcuttur. Ama yaşananların sadece sokaktaki insanın zaafıyla izah edilmesinin de imkânı pek yoktur. Son 30 yıla bakıldığında bu net olarak görülecektir.

Yeni dönemde 1989 yılında Berlin Duvarının yıkılmasıyla yükselen İslam düşmanlığı milattır...

2019 Mart ayında Yeni Zelanda'da yaşanan katliamla sarsıldık. White Supremacy diye tanımlanan, özünde beyaz ırkın mutlak üstünlüğünü savunan bir ideolojinin saplantılı bir teröristi Cuma namazı kılmak üzere camide bir araya gelmiş farklı ırk, dil, renk, coğrafya ve kültürden müteşekkil müminlere yönelik bir katliam gerçekleştirdi, 51 insanı katletti. İnsan hayatının ve mabedin masumiyetini çiğnedi.

Batı'da ve Doğu'da kendisinden olmayana öfkесinin nesnesi kılma eğilimleri artmaktadır. Kendiliğinden gelişen bir durumdan değil, kurgulanan ve kışkırtılan örgütlü bir nefretten bahsediyoruz.

Bunu Avrupa ve ABD'de gördüğümüz gibi Hindistan ve Çin'de de görmekteyiz. Hindistan'da "inek kestiler" diye WhatsApp üzerinden yayılan sahte mesajlarla nice Müslümanın linç edilerek

öldürüldüğünü biliyoruz. Öyle ki WhatsApp toplu mesaj göndermeyi sınırlamak zorunda kaldı. Çin'in Uygur Türklerini asimile etme üzere sistemli olarak uyguladığı politikaları hatırlayalım.

Müslüman dünyanın öfkeli gençlerine ise tekkirci, ultra radikal DAESH adres gösteriliyor.

Afganistan ve Irak'ta yapılan işgallerle, Ebu Ğureyb vb. hapisanelerde pervasızca yapılan işkencelerle, Müslüman dünyaya yönelik çifte standart politikalarla, Filistinlilerin topraklarını İsrail'e peşkeş çeken ABD politikalarıyla ve daha nice haksızlıklarla bu yapıyor.

Ve sonra şiddetin teolojisini yazan DAESH, gelip özellikle de Müslümanları hedef seçiyor...

Yeni Zelanda'da menfur cami saldırılarının ardından bir cesur yüreği; Başbakan Jacinda Ardern'i gördük. Birleştirici tutumunu ve onun sağduyulu çağrısına kulak veren halkını takdir ettik. Batı'da elbette sağduyulu insanlar vardır ve bunlarla güçlü diyaloglar sağlanmalıdır. Ancak bu yapılırken iflah olmaz saflardan da olmamalı, güçlü derin mihrakların örgütlediği aşırı sağcı yabancı ve bahusus Müslüman düşmanı politikalara karşı da hazırlıklı olmalıyız.

* İbn Haldun Üniversitesi İslamî İlimler Enstitüsü Müdürü.

Blدية تركية تتعاون مع شركة عربية لإعادة تدوير الملابس

أما رجل الأعمال اليمني عبد الجليل علي الشريقي، صاحب شركة "إي جي"، المستثمرة، فأعرب عن أمانه بأن "يفيد المشروع الشعب التركي ويعم الخير للجميع".

وأوضح، بكلمته، أن "المشروع يشمل صرف النفايات، وتوفير فرص عمل، ونتمنى أن يعم المشروع كل تركيا"، مقدما شكره لـ "العاملين في البلدية على التسهيلات المقدمة".

وقدم رجل الأعمال اليمني تفاصيل أكثر عن مشروعه، قائلا: "بدأنا فيه بتصنيع الحاويات وتوزيعها، والمرحلة التالية هي جمع الملابس، قبل البدء بمرحلة التفرزين، وبعدها إعادة التدوير بتحويلها لأموال أخرى".

وأضاف: "من الملابس ما هو صالح للاستخدام فيجري توزيعه، ومنها ما يتحول لخيوط ويتم تجديدها".

وعن تفاصيل المشروع واستثماره في تركيا، تابع: "جهزنا لتركيا 36 ألف حاوية، و360 سيارة، ونحتاج عمالة لألف سائق وعامل لمرحلة التجميع، وللمرحلة التالية 500 موظف فرز، ولاحقا التصنيع، والآن بدأنا بالمراحل الأولى".

وكشف أنه "في المرحلة الحالية من المشروع (في بي أوغلو)، خصصنا نحو 10 سيارات، وبدأنا بـ 250 حاوية جاهزة للتوزيع، ونتوقع حاجة البلدية إلى 600 حاوية تجميع".

وتوقع أن يصل "حجم استثمار شركته في تركيا إلى 70 مليون دولار".

وفي كلمته بافتتاح المشروع، قال رئيس بلدية "بي أوغلو"، أحمد مصباح دميرجان، إن "الرئيس رجب طيب أردوغان وعقيلته، افتتحا حملة واسعة للحفاظ على البيئة".

وأضاف أن "الحملة أساسها كيفية الاستفادة من النفايات، واستغلالها عبر إعادة تدويرها، والاستفادة منها، وإزالة الأضرار التي تخلفها هذه النفايات".

وتابع: "من هنا، بدأ مشروع صفر نفايات، وتم تقليل استخدام الأكياس البلاستيكية، ولهذا يمكن إعادة تدوير هذه المصادر وإعادة استخدامها، من خلال جمع النفايات حسب تصنيفها".

وبخصوص المشروع الجديد، قال: "في البلدية، نحن الآن أمام استثمار جديد عبر مستثمر يمني شريك، بوضع أكثر من 300 حاوية تجميع في المدينة، 250 منها لجمع الملابس عبر السيارات المخصصة، وبعد الفرز سيتم إعادة التدوير".

ولفت إلى أن المشروع "يوفر فرص عمل لـ 15 شخصا، وهو مقدمة لمشاريع قادمة".

من جانبه، قال عضو البرلمان التركي، حسن توران، بكلمته: "أبارك للبلدية هذه الخطوة، والمشروع يأتي لرفع حالة الشعور بالحفاظ على البيئة، لأن البيئة هي أمانة الله، وبيت الجميع، وكما الكل يحافظ على بيته يجب الحفاظ على البيئة".



دشنت بلدية "بي أوغلو" بمدينة إسطنبول التركية، مشروعا بيئيا، بالتعاون مع شركة عربية، يهدف إلى إعادة تدوير الملابس، في خطوة أولى تستهدف مناطق أخرى بالبلاد.

ووفق القائمين عليه، فإن المشروع ممول بشكل كامل من شركة يمنية.

وجرى تخصيص عدة سيارات لجمع النفايات المفترزة في حاويات تجميع خاصة في أحياء البلدية الواقعة بقلب إسطنبول، من أجل إعادة استثمارها، في مشروع يرنو لتوفير فرص عمل لنحو ألف شخص، عقب استكمال مراحلها في بقية أرجاء البلاد.

Cemâl aynasında kadın

.....
RUKİYE KARAKÖSE *



Hepimiz insan olmaya, bir başka insanın yanında başlarız. Kişiliğimizin oluşumu ve gelişimi, dünyaya bakışımız hep bu dönemde şekillenir. Çocukluk döneminde önce annemizle ilişkimizi içselleştiririz. Onun bize davranışları, bize bakışı nasılsa kendimizi öyle algılarız. O bizi seviyorsa kendimizi severiz, o bize değer veriyorsa kendimizi değerli buluruz. Ya da tam tersi olur... Hepimizin içinde bu yansımalarla oluşmuş bir "iç anne" var. Onun etrafında kendi kişiliğimiz inşa olur.

Babayı da içselleştiririz elbette... Ve sonra – psikososyal açıdan her şey yolunda giderse– fitrî yapımız gereği biyolojik cinsimize uygun olan ebeveyni modelleriz, onun etrafında kendi kişiliğimiz oluşur. İç anne ve iç babayı da eksisi ve artışıyla bir ömür derunumuzda taşıyoruz.

Allah'ın isim ve sıfatları, celâl ve cemâl isimleri/ sıfatları olmak üzere ikiye ayrılır. Allah'ın kahr ve gazabına delâlet eden isim ve sıfatları celâl; lütuf ve rızasına delâlet eden isim ve sıfatları da cemâl tabiriyle ifade edilir. Yaratıcı erkeği celâl, kadını cemâl isimleriyle donatır.

Rahman, Rahim, Hafız, Vedûd, Müheymin cemâl isimlerine örneklerdir... "Rahmetim gazabımı geçmiştir!" kudsi hadisinde ifade edildiği üzere esma-ül hüsnadaki isimlerin çoğu cemâl ismidir.

Allah'ın isim ve sıfatları arasında hem erkekliği temsil eden aktif olanlar hem de kadınlığı temsil eden alıcı sıfatlar ve isimler vardır: Cemil-Kahhar, Rahmet-gazab, celâl-cemâl gibi... Allah'ın (c.c.)

"Âdemi iki eliyle yaratması", insanda her iki özelliğin de bulunduğu anlamına gelir. İnsan hem tanrı karşısında pasif, alıcı hem de dünya karşısında fail yani aktiftir.

"Her şey zıddıyla bilinir!"... Ve yine yaratıcı, "Düşünüp ibret almanız diye her şeyi çift yarattık." demiştir (Zariyat, 49). Aydınlık-karanlık, eril-dişil, anima-animus gibi kavramlar da bu çift kutupluluğu ifade eder.

Kadınlar, cemâl isimlerine ve tecellilerine daha fazla sahiptir. Annelik vasfından dolayı, doğursun ya da doğurmasın her kadında şefkat, merhamet, empati, duygusal beceriler, erkeğe göre daha yüksektir.

Erkekler ise celâl isimlerine daha fazla sahiptir. Tabiat karşısında mücadele vermek zorunda oluşları, celâli onlar için zorunlu kılar. Binlerce yıldır erkek savaşır, inşa eder, avlanır, ailesini koruyup kollar... Erkekler özellikle hayatın başlarında celâl isimlerini daha fazla yaşar, ailenin ihtiyacı ve tabiatın dengesi bu yöndedir. Nitekim gençlik yıllarında celâl özelliklerini belirleyen testosteron salınımı yaşlılığa göre daha yüksektir.

Erkekler, ilerleyen yaşla birlikte kendi içlerinde cemâli keşfedip açığa çıkarmak durumundadırlar. Eğer celâlden cemâle doğru yol alamazsa bir iç daralma yaşaması kaçınılmazdır. İbn Arabi, esmayı/ isimleri yaşayamayan birini, nefesini tutan birine benzetir. Bu durum, bir çeşit "kabz" hâli sayılabilir. Esmanın kişide açığa çıkması bir zarurettir. Erkekler de kadınlar da celâlden cemâle varamayınca; sert, rekabetçi, baskın bir varoluşa "hapsolunca" ölesiye sıkılmakta ve daralmaktadır.

Psikosomatik hastalıklarda dünya genelinde ciddi bir artış var. Antidepresan kullanımında ve madde bağımlılığında da yine ciddi bir artış görmekteyiz.

Cemâl isimlerinin sahipleri olarak kurtuluş hareketinin kaynağı kadınlardır. Kadınlar önce cemâli kendilerinde keşfedip yaşamalı, devamında da erkeklerde cemâlin gelişimine destek olmalılar.

Cemâli hâkim kılmak için...

Yeryüzünde cemâli, sevgiyi, şefkat ve merhameti

hâkim kılmak için, eğitim sistemimizde bozulan bu dengeyi onarabilmeliyiz. Dünyanın dengesini bozan ekolojik felaketin sebebi, tüketim toplumdur. Yaratıcı der ki: "Ellerinize yaptıklarınız sebebiyle karada ve denizde bozulma başladı." (Rum, 41). Celâl-cemâl dengesi bozulunca yeryüzünün dengesi de bozulur. Modern insan; yağmalıyor, yok ediyor... Adı üstünde "tüketim toplumu", tüketiyor... Üretim ağırlıklı olmak, bu sistemi tersine çevirmenin başlangıç noktalarından biri olabilir.

Dünyaya cemâl özellikleri ritm verse idi bugünkü manzara bambaşka olurdu. Cemâl, hayatın kaynağıdır. Kâinatın orkestra şefidir...

Bugün okullarımızda dünyevî temelli başarı, güç ve hırs odaklı, rekabetçi bir eğitim sistemi mevcut. İş ve aile hayatında da para ve güç odaklı bir yaklaşım mevcut... Bu yüzden de evlerimizde, okullarımızda ve dünyada savaş ve çatışma eksik olmuyor. Eğitim sistemimize irfanî bir kimlik kazandırmak gerekiyor. Bu yüzden eskiden olduğu gibi irfan mekteplerine ihtiyacımız var.

Celâl-cemâl dengesinin hassas ayarının yapıldığı, cemâlin üretildiği ve paylaşıldığı, sevginin, hoşgörünün, şefkatin ve merhametin ve yaratıcıyı hatırlamanın öğretildiği "irfanla mayalanmış" bir eğitim sistemine ihtiyacımız var.

Kadın...

Vahiy, insanın niçin yaratıldığını ve nasıl tekâmül edeceğini belirlemiştir. Kadın, annelik vasfı ile ve cemâl isimlerini taşıyarak yaratılmıştır ve bu açıdan desteklenmelidir. Modern dünya celâli yani gücü ve beraberindeki kavramları önceleyip yüceltmektedir. Oysa annelik konumu ve cemâl özellikleri yüceltilmelidir. Zira annelik, yüceltilirse cemâl isimleri de hayatın merkezine yerleşecektir. Yani sevgi ve şefkat, hayatın merkezinde yer alacaktır. Bu yüzden kadının annelik vasfının daha fazla desteklenmesi ve takdir edilmesi gerekir. Ancak bu yolla kadın, kendi fitratına dönebilir ve dünya cemâlin/sevginin hâkim olduğu bir yer hâline gelebilir.

* Uzman Klinik Psikolog.

AB internetteki terör içeriğini 1 saatte kaldırtacak



Avrupa Parlamentosu, Google, Facebook ve Twitter gibi çeşitli internet platformlarında yer alan terörle ilgili içeriklerin 1 saat içinde kaldırılmasını içeren düzenlemeye onay verdi.

Strazburg'da toplanan Avrupa Parlamentosu (AP) Genel Kurulu, çeşitli internet platformlarında yer alan terörle ilgili içeriklerin hızlı bir biçimde kaldırılmasını sağlayacak yeni kuralları 204'e karşı 308 oyla kabul etti.

Düzenlemeye göre sanal platformlar, AB üyesi ülkelerin yetkili makamlarından başvuru yapılması durumunda terörle ilgili içerikleri 1 saat içerisinde kaldırmak zorunda olacak. Terörle ilgili içeriklerin kaldırılması konusunda uygun davranmayan platformlara küresel cirolarının yüzde 4'üne varacak seviyede para cezaları uygulanabilecek.

Düzenlemenin yürürlüğe girmesi için AB Konseyinin onayı gerekiyor.

BM: İsrail'in Gazze'deki ihlalleri savaş ve insanlığa karşı suç olarak değerlendirilebilir

BM 2018 yılında Gazze Şeridi sınırında düzenlenen barışçıl "Büyük Dönüş Yürüyüşü" gösterilerinde İsrail'in 189 kişiyi öldürmesi ve binlerce kişiyi yaralamasının, savaş suçu ve insanlığa karşı suçlar kapsamında değerlendirilebileceğini açıkladı. BM Gazze Protestoları Bağımsız Soruşturma Komisyonu tarafından hazırlanan raporu açıklayan Komisyon Başkanı Santiago Canton, "İsrail askerlerinin uluslararası insan hakları ve insanlık hukuka yönelik ihlallerde bulunduğuna inanmak için makul gerekçeler var." ifadelerini kullandı.

Raporda, "Filistinli sivillere kasten ateş açarak, 189'ünü öldüren İsrail askerleri için acil soruşturma başlatılmalı" denildi. Raporda, öldürülen Filistinlilerin 183'ünün gerçek mermilerle hayatını kaybettiği, 6 bin 106 Filistinlinin de gerçek mermilerle yaralandığına dikkat çekiliyor. Raporda dikkat çeken bir başka nokta da, öldürülen ve yaralanan sivillerin İsrail güvenlik güçleri için "yakın tehdit oluşturmadığı" yönündeki ifadeler.

Rapora Avrupa'dan destek var

BM soruşturma komisyonu tarafından hazırlanan rapora Avrupalı siyasetçi ve sivil toplum kuruluşlarından büyük destek geldi.

İngiltere'de ana muhalefetteki İşçi Partisinin lideri Jeremy Corbyn, BM raporuna ilişkin yayımladığı mesajında, İngiliz hükümetine İsrail'e silah satışını durdurma çağrısı yaptı.

Uluslararası Gazze Ablukasını Kırma Komitesi Başkanı Zaher Birawi de, son raporun, İsrail'in Gazze Şeridi, Batı Şeria ve Kudüs'te Filistinlilere karşı savaş suçu işlediğine ilişkin daha önceki uluslararası raporlardaki tespitleri pekiştirdiğini söyledi.

Uluslararası Ceza Mahkemesinin (UCM) konuyla ilgili derhâl soruşturma açması gerektiğini belirten Birawi, "İşgalden ve liderlerinden bütün saldırıların hesabı sorulmalı. Bunlar uluslararası adaletin huzuruna çıkarılmalı. İsrail'e hukukun üzerinde bir



devlet muamelesi yapılmaya son verilmeli ve Filistin halkının uluslararası şemsiyeye korunmasına yönelik çalışılmalı." diye konuştu.

"Dünya düzeni için ciddi bir meydan okuma"

Britanya Müslüman Birliği (MAB) Başkanı Enes el-Tikriti de BM raporunun İsrail'in Filistinli göstericileri öldürmesini savaş suçu kapsamına almasının önemine işaret ederek şunları kaydetti:

"Bu, İsrail'in tasavvur edilebilecek en açık şekilde kınanmasıdır. Şimdi sorun uluslararası toplumun, özellikle de büyük demokratik devletlerin İsrail'e yönelik bu açık ve net suçlamaya uygun olarak ne yapacağıdır. Geçmiş tecrübeler maalesef pek az şey yapılacağını ve İsrail'in vahşi ve insanlık dışı politikalarını sürdüreceğini gösteriyor. Bu, uluslararası toplum ve dünya düzeni için ciddi bir meydan okuma teşkil ediyor."

"Rapor, BM Güvenlik Konseyinde kabul edilmeli"

Fransa-Filistin Dayanışma Derneği (AFPS) Başkanı Bertrand Heilbronn da BM raporunu

hazırlayan komisyonun önemli ve ciddi bir çalışma yaptığını belirterek, "Bu raporun artık BM Güvenlik Konseyinde kabul edilmesi gerekiyor. Raporun kabul edilmemesi için tansiyonlar yükselecek ancak Güvenlik Konseyi ve İnsan Hakları Konseyinin dik durması gerekiyor. Fransa da bu raporun kabul edilmesi için elinden geleni yapmalı. Uluslararası Ceza Mahkemesi de, Gazzelileri öldürme emri veren kişileri de yargılamalı." diye konuştu.

Heilbronn, BM ve Avrupa Birliği (AB) üyesi ülkelerin İsrail'in saldırılarını durdurması için şu ana kadar yaptıklarının yeterli olmadığını altını çizdi.

Filistinliler, 30 Mart 2018'den bu yana abluka altındaki Gazze Şeridi'nin İsrail sınırında "Büyük Dönüş Yürüyüşü" adı altında barışçıl gösteriler düzenliyor.

İsrail askerleri ise, sürgün edildikleri topraklarına geri dönmeyi ve 2006'dan beri Gazze'ye uygulanan hukuksuz ablukanın kaldırılmasını talep eden sivil halka gerçek mermilerle ateş açıyor.

Dünyadaki çatışmalar yılda 100 bin bebeğin ölmesine neden oldu



İngiltere merkezli yardım kuruluşu Save The Children, 2013-2017 yılları arasında dünyadaki çatışmalardan olumsuz etkilenerek hayatını kaybeden 1 yaşın altındaki çocukların sayısının 500 bini geçmiş olabileceğini açıkladı.

Örgüt tarafından yayımlanan raporda bunun, açlık, hastalık, hastanelerin hasar görmesi ve yardım ulaştırılmaması gibi nedenlerle ölen çocukların sayısı olduğu, doğrudan doğruya saldırılarda hayatını kaybeden çocukları içermediği vurgulandı.

Bunun "yılda 100 bin, günde de 300 çocuğun hayatını kaybettiği" anlamına geldiği belirtilen

raporda, ölümlerin çoğunluğunun 10 çatışma bölgesinde gerçekleştiği kaydedildi.

Raporda; bu bölgeler Afganistan, Yemen, Güney Sudan, Orta Afrika Cumhuriyeti, Kongo Demokratik Cumhuriyeti, Suriye, Irak, Mali, Nijerya ve Somali olarak sıralandı. Rapora göre, aynı dönemde benzer nedenlerle hayatını kaybeden 5 yaşın altındaki çocukların sayısı ise 870 bine yükseldi.

Save The Children'ın raporuna göre, 2017'de dünyadaki çatışma bölgelerinde yaşayan çocukların sayısı bir önceki yıla göre 30 milyon artarak 420 milyon oldu.

Positive emotions

.....
THSEEN NAZIR *



In our day-to-day lives, we face emotions that drive us, bring flavors to lives and after all make us human. These emotions can be positive or negative. The fast pace of modern lives sometimes make us robotic and we are not able to understand our own emotions. When negative emotions engulf us too deep and the only way out for most of us is to share things with our close ones who listen to us, console us, and make us feel relaxed. This way we learn to share and take negative emotions seriously and underestimate our positive emotions, which is actually the

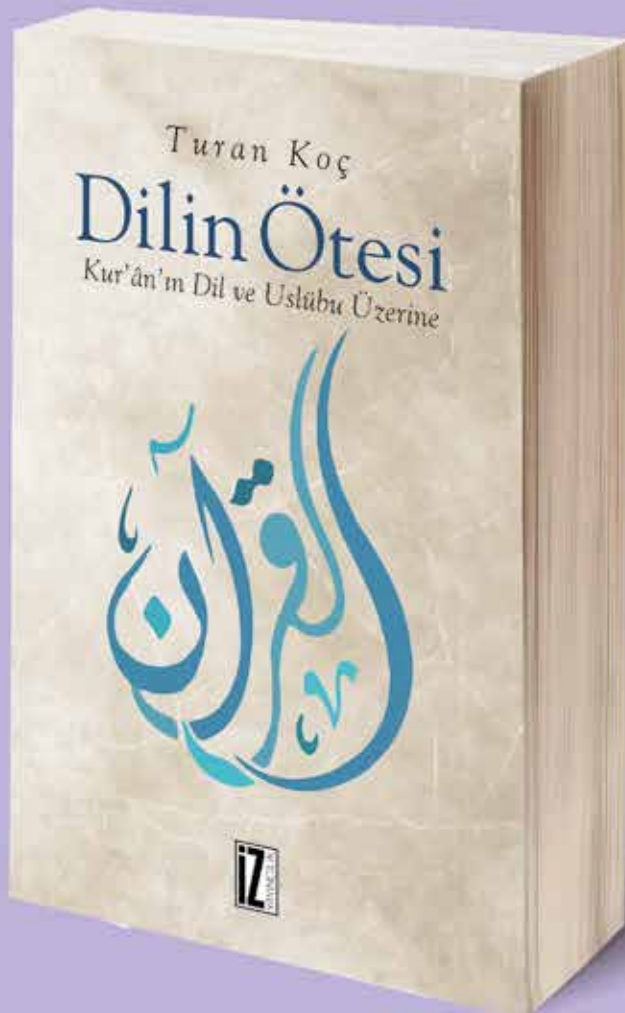
positive side of us. People who experience and express positive emotions more often are more likely to be physically healthier, be more resistant to illness, and even live longer. The new wave of positive psychology emphasizes on building positive emotions, such as happiness, joy, contentment and calmness. In addition, it does not deny the reality of negative emotions and experiences. Both types of emotions are part of what differ us from robots and make us human. However, there is often a natural tendency to focus too much on the negatives of life, so there is value in shifting that focus more on the positive side. The good thing about it is that we can also actively cultivate the ability by more consistently shifting our focus and perspective in a positive direction. For example, ending each day by noting a few things that went well during the day creates a habit of noticing and appreciating good things that happen. Regularly practicing this may help counteract natural biases to ruminate on what went wrong, or worry about tomorrow.

Positive emotions are one of the characteristics of happiness and well-being. When we are feeling good, we are capable of giving our hundred percent

efforts. These positive emotions lead us to think more flexibly and creatively. The qualitative ideas pop up more in us and they make us more willing to try new strategies and reach out to others. The psychological and social resources we build when we experience positive emotions buffer life's challenges, keep us optimistic and curious about the future, and propel us in an upward spiral of happiness and well-being. *"Positivity transforms us for the better," "By opening our hearts and minds positive emotions allow us to discover and build new skills, new ties, new knowledge and new ways of being."* High-energy emotions like excitement, zest and enthusiasm shift our mood and our physiology fast. Laughter is one of the quickest ways you can activate the healing effect of positive emotion. Just a few minutes of laughter, a day can reduce stress and improve your heart rate, muscle activity, digestion, and immune system. Like laughter, positive emotions are contagious so maximize fun moments to feel happier and healthier.

* *Ibn Haldun University Counseling and Psychological Services Department.*

“din dili” üzerine...



Bu kitapta, biri çeviri sekiz makale vardır ve bu makaleleri birbiriyile ilişkili kılan başlıca sebep, bunların ortaya çıkış süreçlerinde işbaşında olan bakış açısıdır. Bu da, İslâm medeniyetinin kurucu kaynağı olan Kur'an'ın hakikat ve hayat tasavvuru kadar dil ve üslubunun da bu medeniyetin her türlü tezahüründe belirleyici bir rolü olduğu anlayışıdır. O bakımdan, yazılarda ağırlıklı olarak üstünde durulan konu gerek aslı hüviyetiyle, gerekse Türkçe meallerdeki görünüşüyle Kur'an'ın dil ve üslubu olmuştur. Eser, Prof. Dr. Turan Koç'un din, dil, mecaz, Kur'an, hayat, hakikat... kavramları üzerindeki düşünsel serüvenin yeni durağı...

Pozitif psikoterapi

.....
TUĞBA SARI *



“Eğer daha önce sahip olmadığımız bir şeye sahip olmak istiyorsanız, daha önce yapmadığımız bir şey yapmaya ihtiyacınız vardır.”

Nossrat Peseshkian

Pozitif Psikoterapi (PPT); insancıl, psikodinamik ve davranışçı terapinin sentezi olup çatışmaların pozitif yönlerine ağırlık veren kültüre duyarlı bir psikolojik danışma/psikoterapi yaklaşımıdır. PPT, 1960'ların sonlarından başlayarak Prof. Nossrat Peseshkian ve çalışma arkadaşları tarafından Almanya'da geliştirilmiştir. Peseshkian, İran'da doğup büyümüş, tıp eğitimini Almanya'da aldıktan sonra bu ülkeye yerleşerek çalışmalarını burada sürdürmüştür. Peseshkian'ın yaşamındaki bu kültürel değişimler, PPT'yi geliştirirken onu kültürlerarası bir kuram geliştirmeye yönlendirmiştir. Nossrat Peseshkian ve arkadaşları (Peseshkian ve Tritt, 1998) beş yıllık bir süreye dayanan, 35 terapist ve 500 danışan ile yapılan uzun süreli etkililik çalışmalarında PPT'nin depresyon, kaygı, agresyon, fobik reaksiyonlar, öğrenme bozuklukları ve pek çok psikosomatik semptomun tedavisinde etkili olduğu sonuçlarına

ulaşmıştır. PPT'nin Avrupa Psikoterapi Birliği (EAP) tarafından psikoterapi metodu olarak onaylanmış ve eğitim yönelimli enstitüsünün (Wiesbaden Psikoterapi Akademisi) doktorların, psikologların ve sosyal çalışmacıların mezuniyet sonrası eğitimi için Almanya Federal Cumhuriyeti tarafından yetkilendirilmiştir. Aynı zamanda 40'dan fazla ülkede Almanya'da bulunan Dünya Pozitif Psikoterapi Derneğine (www.positum.org) bağlı Pozitif Psikoterapi Merkezleri bulunmaktadır.

PPT'nin en önemli odak noktalarından birisi olan umut prensibi, bir başka ifadeyle pozitif başlama noktasıdır. PPT'de kullanılan "pozitif" sözcüğünün özel bir anlamı vardır. Latince "positum" kelimesinden türeyen pozitif kelimesi gerçek ve var olanı ifade eder. Pozitif Psikoterapi açısından bakıldığında ise pozitif kelimesi, gerçek ve var olan şeylerin sadece çatışmalar ve hastalıklar olmadığına ve rahatsızlıklara her insanda doğuştan var olan yeteneklerin eşlik ediyor olduğuna yönelik vurguyu temsil eder. PPT'de kişide var olan semptomlar ve rahatsızlıklar, gerçek yetenekler çerçevesinde ele alınarak pozitif olarak yeniden yorumlanır. Örneğin depresyon, yalnızca "pasif bir tavırla bunalma duygusu" olarak ele alınmaz. Depresyon, aynı zamanda "derin bir duygusallıkla tepki verebilme yeteneğini" de yansıtır. Buna benzer şekilde tüm fiziksel ve psikolojik semptomlar gerçek yeteneklerle ilişkilendirilerek yeniden anlamlandırılır. Her semptomun bir işlevi olduğuna inanılır ve bu bağlamda semptomlar olumsuz değil olumlu olarak ele alınır. Terapi sürecinde var olan semptomun kişinin hayatında neyi kolaylaştırdığı (hangi ihtiyacın karşılanma çabası olduğu) bulunmaya çalışılır ve daha sonra kişinin semptomun belirlemesine yol açan ihtiyacını yeni ve farklı yollarla nasıl karşılayabileceği üzerinde çalışılır.

PPT'nin bir başka önemli prensibi ise denge prensibidir. İnsan yaşamı, insan varlığının dört boyutu açısından ele alınmaktadır: Vücut/sağlık (duyular), iş/başarı (akıl), ilişkiler (gelenekler) ve gelecek/umut/maneviyat (sezgi). Her insan yaşamını bu dört boyutta sürdürse de her insanın her boyuta verdiği önem farklıdır. Çatışmalar ortaya çıktığında, problemle baş etmek için her birey farklı bir boyuta yönelme eğilimi gösterir. Bazı bireyler fiziksel semptomlar geliştirerek tepki verirken, bazıları işe yönelir, bazıları sosyal etkileşimden kaçır ya da yoğun sosyal etkileşimler kurar ve bazıları fantezilere sığınır. PPT'nin amaçlarından biri de danışanın bu dört boyutta bir denge sağlamasına yardımcı olmaktır. Bu, terapide yalnızca tek bir alanla değil söz konusu tüm alanlarla ilgilenilmesi anlamına gelmektedir. PPT, kişinin ancak bu dört temel yaşam boyutunda dengeyi sağladığında sağlıklı ve üretken olabileceğini savunmaktadır. Dengenin bozulması kişi için yeni bir gelişim ve öğrenme alanı olarak görülür.

Alan yazını incelendiğinde PPT'nin farklı kültürlerde klinik, okul, iş ortamı gibi pek çok farklı ortamda, iyileştirici/terapi edici ruh sağlığı hizmetlerinin yanında önleyici ve gelişimsel ruh sağlığı hizmetlerinde de kullanıldığı görülmektedir. Türk kültüründe ise gerek bireysel (San; 2009, 2012, 2013, 2015; Akkuş & San, 2018) gerekse grupla psikolojik danışma ve grup rehberliği uygulamalarında (Eryılmaz; 2008, 2011, 2012; Keven-Aklıman, 2015; San & Taşlıçukur, 2018) ve süpervizyon hizmetlerinde (Ersever, 2013; San 2015) PPT'ye dayalı çalışmalar yapılmaktadır.

* Akdeniz Üniversitesi Eğitim Bilimleri Bölümü.

EU does not recognize Israel's sovereignty over Golan Heights

The European Union announced it does not recognize Israel's sovereignty over the Golan Heights after U.S. President Donald Trump moved to do so for the territory viewed by European allies as occupied.

"The position of the EU has not changed," an EU spokeswoman told. "The European Union, in line with international law, does not recognize Israel's sovereignty over the territories occupied by Israel since June 1967, including the Golan Heights and does not consider them to be part of Israel's territory," she said.

A German government spokeswoman also condemned Trump's call to recognize Israeli sovereignty over the strategic territory.

"If national borders should be changed it must be done through peaceful means between all those involved," spokeswoman Ulrike Demmer said of the Golan



Heights, which Israel captured in the 1967 Middle East war. "The government rejects unilateral steps," she added.

Israel occupied Golan Heights during the 1967 Arab-Israeli War. It later "annexed" the territory in 1981 in

a move unanimously rejected at the time by the UN Security Council.

In a tweet, U.S. President Trump had declared: "After 52 years [since the war] it is time for the United States to fully recognize Israel's sovereignty over the Golan Heights, which is of critical strategic and security importance to the state of Israel and regional stability!"

Notably, the U.S. State Department last week officially referred to the Golan Heights as an "Israeli-controlled" territory. Previously, it had consistently referred to the region as "Israeli-occupied".

And last November, the U.S. — for the first time — voted against an annual UN resolution condemning Israel's continued occupation of the Golan. While 151 countries voted in support of the resolution, only Israel and the U.S. voted against it.

■ **1925**'te ilk şiir kitabı "Örümcek Ağı", 1928 yılında ikinci şiir kitabı olan "Kaldırımlar" yayımlandı. "Ben ve Ötesi"nin yayımlanmasından sonra üne kavuştu.

■ **14 Mart 1936** tarihinde "Ağaç" adlı bir dergi çıkarmıştır. Yazarları arasında Ahmet Hamdi Tanpınar, Ahmet Kutsi Tecer, Mustafa Şekip Tunç'un da bulunduğu Ağaç, yeni kapanmış olan Yakup Kadri'nin sahipliğindeki Kadro dergisinin Burhan Belge, Vedat Nedim Tör, Şevket Süreyya Aydemir ve İsmail Husrev Tökin gibi yazarlarının savunduğu ve dönemin entelektüellerini hayli etkilemiş bulunan materyalist ve marksizan düşüncelerine karşı spiritüalist ve idealist bir çizgi izlemeyi öngörmüştür. Ankara'da altı sayı çıkan Ağaç dergisini Kısakürek, daha sonra İstanbul'a nakletmiş, ancak dergi 17. sayıda kapanmıştır.

■ **1942** kışında askerde iken siyasî bir yazı kaleme alması nedeniyle mahkûm oldu ve ilk kez hapis cezası aldı. 1943 yılından itibaren "Büyük Doğu" dergisini çıkarmaya başladı.

■ **1949**'da Büyük Doğu Cemiyetini kurdu. Türkiye'nin çeşitli yerlerinde konferanslar verdi. Sık sık kapatılan ve toplatılan Büyük Doğu'nun çıkmadığı sürelerde günlük fıkra ve yazıları çeşitli gazetelerde yayınladı.

■ **26 Mayıs 1980**'de Türk Edebiyat Vakfı tarafından "Şairler Sultanı" ve 1982 yılında yayımlanan "Batı Tefekkürü ve İslam Tasavvufu" isimli eseri münasebetiyle de "Yılın Fikir ve Sanat Adamı" seçildi.

■ **25 Mayıs 1983**'te hayatını kaybetti. Eyüp Sultan Mezarlığına defnedildi.

■ Eserleri

Şiir: Örümcek Ağı, Kaldırımlar, Ben ve Ötesi, Sonsuzluk Kervanı, Çile, Şiirlerim, Esselâm, Çile

Oyun: Tohum, Bir Adam Yaratmak, Künye, Sabır Taşı, Para, Namı Diğer Parmaksız Salih, Reis Bey, Ahşap Konak, Siyah Pelerinli Adam, Ulu Hakan Abdülhamit, Yunus Emre.

Roman: Aynadaki Yalan, Kafa Kâğıdı

Hikâye: Birkaç Hikâye Birkaç Tahlil, Ruh Burkuntularından Hikâyeler, Hikâyelerim.

Hatrat: Cinnet Mustatili, Hac, O ve Ben, Bâbiâli.

İstanbul'da 26 Mayıs 1904'te Maraşlı bir ailenin tek çocuğuna "Necip Fazıl" adı verildi. Çocukluğu büyükbabasının Çemberlitaş'taki konağında geçti. Kız kardeşi Sema'nın beş yaşında ölümünden sonra annesi vereme yakalanınca ailesi Heybeliada'ya taşındı. Necip Fazıl, Bahriye Mektebindeki öğrencilik döneminde şiirle ilgilenmeye başladı. İstanbul'un işgali sırasında annesi ile birlikte Erzurum'daki dayısının yanına giden Necip Fazıl, bu arada henüz çok genç yaşta olan babasını kaybetti. 1921 yılında Darülfünun Edebiyat Medresesi Felsefe Şubesine girdi.

Bir dava adamı

*Tam otuz yıl saatim işlemiş ben durmuşum,
Gökyüzünden habersiz uçurtma uçurmuşum.*

Necip Fazıl



بعد أربعة أعوام على أزمة الهجرة .. تواصل معاناة اللاجئين في جزيرة ليسبوس

آذار/مارس 2018 للجم عمليات العبور في بحر إيجه، وإلى خفض ملموس في أعداد الوافدين بين 2017 و2018 إلى الجزر القريبة من تركيا.

"ضغط شديد" من أوروبا

رغم ذلك، أنتج هذا الاتفاق المثير للجدل اكتظاظاً شديداً في الجزر اليونانية حيث ينتظر اللاجئون دراسة أوضاعهم والموافقة على دخولهم إلى القارة، أو الترحيل نحو تركيا وفقاً لمقتضيات الاتفاق.

ويشرح ممثل المفوضية السامية للأمم المتحدة لشؤون اللاجئين في اليونان فيليب لوكلارك أن "الناس كانوا يبقون في السابق في الجزر 48 ساعة كحد أقصى".

وفي الوقت الحالي، تقدّم عدد اللاجئين في ليسبوس المقدر بسبعة آلاف على عدد السكان المحليين بنسبة 2,5. وفي جزيرة ساموس حيث تقول مفوضية الأمم المتحدة إن الوضع "متفجر"، فإن نسبة اللاجئين زادت عن نسبة السكان المحليين ست مرات.

وينتظر اللاجئ السوري محمد الذي "كان يعتقد بملافاة الحرية في أوروبا"، الموافقة على ذهابه إلى أثينا منذ ثلاثة أعوام. ويؤكد نائب مدير المخيم ديمتريوس فافياس وجود "لائحة انتظار هائلة"، ويضيف "لدينا وافدون جدد كل يوم، هم أفغان بنسبة 90 في المئة (في مقابل غالبية سورية عام 2015). من المهم تسريع عمليات النقل".



الثلث مقارنة بعام 2018. وتليها إسبانيا.

غير أن المتحدث باسم "فرونتكس" إيفا مونكور تبدي ارتياحها، معتبرة أن "لا وجود لأزمة هجرة"، على الرغم من عودة الحركة إنما بشكل طفيف، مقارنة بوفود مليون لاجئ إلى كافة أنحاء أوروبا قبل أربعة أعوام.

وتقول إيفا مونكور "ما زلنا جميعنا نتذكر 2015، حين وصل 875 ألف مهاجر إلى الجزر اليونانية"، مشيرة إلى وصول 56500 شخص إلى اليونان في 2018، وهو رقم متقارب مع أرقام إسبانيا (57 ألفاً)، ولكنه يبقى بعيداً عن الأرقام في إيطاليا (23 ألفاً).

وأدى الاتفاق الموقع بين أنقرة والاتحاد الأوروبي في 16

تعود المراكب الممتلئة بالمهاجرين للرسو في جزيرة ليسبوس التي مثلت باب الدخول الرئيسي إلى أوروبا في ذروة أزمة الهجرة عام 2015، وقد باتت اليوم مكتظة بالسكان، ويشعر كل من فيها بالإرهاك نتيجة وضع يراوح مكانه.

وبلا كلل، يجوب خفر السواحل اليونانيون خط الحدود البحرية مع تركيا في مياه إيجه المضطربة، بحثاً عن لاجئين ينضمون في وقت لاحق إلى قاطني مخيم موريا في ليسبوس، المخيم الأكبر في أوروبا والذي يستضيف خمسة آلاف شخص، أي ضعف قدرته الاستيعابية.

وتستنكر منظمة "أطباء بلا حدود" في ليسبوس كارولين ويليم "تدهور حالة اللاجئين الصحية بسبب حصرهم"، مشيرة إلى ظهور اعتلالات نفسية وأمراض على علاقة بقلّة النظافة أو حتى مشاكل تنفس.

وتبقى ليسبوس، المخيم الأكبر في أوروبا والذي يستضيف خمسة آلاف شخص، أبرز باب دخول للاجئين الهاربين من حروب وبؤس شرق المتوسط، مع تسجيل وصول أكثر من 400 شخص أسبوعياً (معدل 60 يومياً) في بداية آذار/مارس.

وتقول الوكالة الأوروبية لحماية الحدود (فرونتكس) أن اليونان عادت في بداية 2019 إلى صدارة البلدان المستقبلية للهجرة غير الشرعية، إثر وفود 5500 شخص خلال الشهرين الأولين من العام إليها، في ارتفاع بنسبة



Çözümlere yeni bir bakış: Pozitif BDT

TAHSİN İLHAN *



Özveri editörlüğünü bir meslektaşım ile birlikte yaptığım Aile Terapisi Yeterliklerinde Uzmanlaşma kitabının yazarı olan Diane R. Gehart'ın bir sözü beni çok etkilemişti; "Benim bu kitaptaki görevim tüm kuramlara sizin âşık olmanıza ve bunu Kazanova'yı kıskandıracak şekilde tekrar tekrar yapmanıza yardımcı olmak." Psikolojik danışma kuramları içerisinde ilk flörtüm değil ama beşik kertmem -muhtemelen benim dönemimde eğitim alan birçoğunun olduğu gibi- Carl Rogers'ın geliştirdiği insancıl kuramdı. Bu kuramla maalesef çok mutlu olamadım, çünkü teknik dediğimiz şeyler büyük oranda Rogers'ın kişilik özelliğiyle bütünleşmiş becerilerdi ve ben daha yapılandırılmış ve teknikleri bol bir kuram arıyordum. Doktora eğitimim sırasında aradığım aşkı bulmuştum: BDT. Bir süre ilişkimiz güzel gitti ve çok da mutlu oldum diyebilirim. Ta ki onu tanıyana kadar... Doktora sonrası araştırmacı olarak gittiğim ABD'de takip ettiğim derslerden birinde gördüm onu; adı ise

kısa süreli çözüm odaklı yaklaşımdı. Bu konuda bir eğitim aldım ve işte aradığım kuram bu dedim. Bu arada Türkiye'ye döndüğümde yaptığım danışmalarda ve öğrencilerime verdiğim BDT temelli süpervizyon eğitimlerinde doğal bir dürtü olarak ikisini birleştirmeye başladım. Aslına bakılırsa teknik olarak ikisiyle de aynı anda âşk yaşıyordum. Ve bu âşkın bir adı olmalıydı ama ne?

Sevgili dostum Doç. Dr. Tayfun Doğan'ın organize ettiği Birinci Avrasya Pozitif Psikoloji Kongresinde davetli konuşmacılardan birisi dikkatimi çekti, Dr. Fredrike Bannink... Konusu ise Pozitif Bilişsel Davranışçı Terapiydi. Evet, işte dedim benim aşkımdın adı bu. Alanında oldukça fazla klinik deneyimleri olan Dr. Bannink; kuramını BDT, pozitif psikoloji ve çözüm odaklı yaklaşıma dayandırıyor. Kuram, patolojiye ve danışanların sorunlarına çok fazla odaklanmak yerine onların güçlü yanlarını ön plana çıkarıyordu. Dr. Bannink, "Are you ready for positive cognitive behavioral therapy?" adlı makalesinde kuramı özet bir şekilde anlatmakta ve etkililiği konusunda deneysel çalışmaların gerekli olduğunu belirtmektedir. Kuramın meraklılarına bu makaleyi öneriyorum.

Yaklaşık bir senedir, danışmalarında ve psikolojik danışmanlara/adaylarına verdiğim eğitimlerimde pozitif BDT'yi ön plana çıkarmaya başladım. Yalnız Dr. Bannink'ten farklı olarak Dr. Martin Seligman ve Dr. Tayyab Rashid'in geliştirdiği pozitif psikoterapiden etkilendiğimi ve uygulamada kullandığımı belirtmek isterim. Uygulamalarımda üç şeyi fark ettim. Bilindiği üzere BDT'nin varsayımlarına göre üç temel inanç var ve bunlar

negatif: Sevilme, değersizlik ve yetersizlik. Oysa vaka formülasyonu hazırlarken üç pozitif temel inanca (yeterlilik, sevilme, değerlilik) odaklanınca danışanlarla terapötik ittifak daha kolay geliyor ve onlarda umut artmış oluyor. Danışmalarında ve eğitimlerimde ikinci olarak fark ettiğim şey ise "pozitif kişilik özelliklerinin izlenmesi". Bunu bir form aracılığıyla yapıyoruz ve henüz BDT ve çözüm odaklı teknikleri kullanmadan bile danışanlarda gözlenebilir ve ölçülebilir değişimler olmakta. Şimdiye kadar deneyimlerim ve aldığım kanıt dayalı sonuçlar oldukça sevindirici. Yakın bir zaman önce tamamladığım ve raporlama aşamasında olan bir çalışmamda umut verici bulgulara ulaştım. Çalışmalarında fark ettiğim üçüncü şey ise fizyoloji. Sağlıklı beslenme, uyku ve egzersiz takibi danışma sürecine entegre edildiğinde yine çok olumlu değişimler gözlemledim. Tabii ki pozitif BDT'nin BDT ve diğer kuramlardan daha üstün olduğunu şimdiden iddia etmek çok erken ve yersiz olacaktır. Bunun için çok iyi yapılandırılmış kontrol ve plasebo gruplu deneysel çalışmalara ihtiyaç var. Kim bilir içinizden birileri bu çalışmaları yürütür ve umut verici sonuçları bizlerle paylaşır.

Aslında bu konuda çok şeyler söylemek isterdim ama burada bana ayrılan sayfa sınırlı ve şimdilik bir özet sunmak istedim. Belki bir bilimsel toplantıda ya da yazıda daha detaylı kendimi anlatma fırsatı bulurum. Huzur sizinle olsun...

* Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Bölümü.

Space lovers observed Mars, the moon in Ankara



Associate professor Mesut Yılmaz, the manager of the observatory, said the participants of the event enjoyed to use the telescopes to observe the Mars and the Moon and attended to the space classes given by the scientists at the observatory.

Ankara University's Kreiken Observatory organized a public event where space enthusiasts observed Mars and the Moon. The event brought all space lovers around a telescope.

The participants gathered interesting information about the story of the universe, the solar system, planets, eclipses, meteor showers and the stars.

"Mars is the second-smallest and the fourth-closest planet to the sun in the solar system and it has been a subject to many scientific types of research during humanity's search for life in space. With the recent discoveries by NASA on Mars, everybody is wondering whether there is life on Mars or not," said Yılmaz.

The event kicked off right after sunset and continued until midnight.



Turkey attends Children's Book Fair in Italy

Turkish literature pieces translated to foreign languages exhibited at Bologna Children's Book Fair in Italy, held between April 1-4.

Turkish works translated into foreign languages as part of TEDA Project were also displayed at the fair. TEDA, or Translation and Publication Support Program, gives financial support for translation and publication of pieces in Turkish literature in foreign languages.

TEDA Project so far has provided financial support for the translation and publishing of 2,696 Turkish literature works in 71,000 countries and in 61 different languages, according to the Turkish Culture and Tourism Ministry.

"2,225 of these works have been published and met with the readers all around the world so far," the ministry announced. During the fair, publishing agencies supported by the ministry met their foreign counterparts.

5. Uluslararası İbn Haldun Sempozyumunun bu yılki teması “İktidar, İktisadî Kalkınma ve Ahlak” oldu

İbn Haldun Üniversitesi Rektörü Prof. Dr. Recep Şentürk, “Şu an Türkiye’de bir kalkınma hamlesi var. Kişi başına millî gelir hızla arttı. Son zamanlarda her ne kadar bazı ekonomik sıkıntılar olsa da bir ekonomik kalkınma durumu var.” dedi.



Prof. Şentürk, İbn Haldun Üniversitesi tarafından bu yıl “İktidar, İktisadî Kalkınma ve Ahlak” temasıyla beşincisi düzenlenen Uluslararası İbn Haldun Sempozyumunda yaptığı konuşmada, sempozyuma dünyanın dört bir yanından akademisyenlerin katıldığını ve bundan dolayı büyük mutluluk duyduklarını dile getirdi.

Sempozyumun ilkinin 2006 yılında İbn Haldun’un 600’üncü vefat yılı dönümünde gerçekleştirdiklerini belirten Prof. Şentürk, “Hedefimiz İbn Haldun’un hatırasını yâd etmektir. Orada şunu anladık ki İbn Haldun bize gerçekten çok yeni bakış açıları sunuyor ve Batı sosyal bilimlerinin sınırlarını aşan bizim toplumsal yapımıza daha uygun yaklaşımları bize sağlıyor. Oradaki meslektaşlarımızla “Uluslararası İbn Haldun Topluluğu”nu kurmaya karar verdik. Ve o günden bugüne kadar her 2-3 yılda bir uluslararası İbn Haldun sempozyumu yaparak bugüne geldik.” diye konuştu.

“Şu an Türkiye’de bir kalkınma hamlesi var. Kişi başına millî gelir hızla arttı. Son zamanlarda her ne kadar bazı ekonomik sıkıntılar olsa da bir ekonomik kalkınma durumu var. İbn Haldun 6 asır önce ekonomik kalkınmayla beraber insanların refaha yöneleceğini, zevki sefaya dalacaklarını, ahlaki değerlerin aşınacağını, erozyona uğrayacağını, bencilliğin artacağını, grup ve aile bağlarının zayıflayacağını söylemiş. Ama bunları söylerken acaba determinist bir yaklaşımla ‘bu kaçınılmaz bir durumdur’ şeklinde mi söyledi yoksa bunu bir uyan olarak mı söyledi. Tabii Osmanlı âlimleri, İbn Haldun’un fikirlerini o dönemde değerlendirmişler, İbn Haldun’un bu görüşlerini bir uyan olarak ele almışlar ve refahın menfi etkilerinden nasıl korunulabilir bunun tedbirlerini düşünmüşler. Bugün de benzer bir durumla karşı karşıyayız. Dolayısıyla güncel bir konuyu burada ele alıyoruz.”

“Dünyayı ve insanı daha iyi anlayan yeni paradigmalara ihtiyaç var.”

İbn Haldun Üniversitesi Mütevelli Heyet Başkan Vekili Necmeddin Bilal Erdoğan, kendi doktora serüveninin de İbn Haldun’la kesişen bir hikâyesi olduğunu, ekonomik büyümenin sosyal meselelerle nasıl ilişkilendirilebileceği üzerinde durduğunu kaydederek şunları söyledi: “Dünyayı çok fazla yaşlandırdığımız, kapasitesinin üzerinde kullandığımız bir gerçek. Bunu derken, dünyadaki kaynakları 8 milyar insana yetemeyecek şekilde, israf ederek kullanmamızı kastediyorum.” Günümüzde mutluluk ekonomisi, non-linear ekonomi gibi kavramlardan bahsedildiğini aktaran Erdoğan, ekonomistlerin toplumsal teorilerini geliştirirken halkasal modeller kullandığını, bunun da İbn Haldun’un dairevi yaklaşımıyla benzerlikler teşkil ettiğini sözlerine ekledi.

Geçtiğimiz günlerde İsveç’te bir Türk taksicinin yurt dışına gitmekte olan fakat cüzdanını unutan İsveçli bir iş adamına kendi kredi kartını 2 günlüğüne gönüllü bir şekilde vermesi ve bunun kamuoyuna yansınmasıyla Türk taksicinin kahraman ilan edildiği hadiseyi hatırlatan Erdoğan, ekonomik büyümeyle toplumsal dayanışma arasındaki ilişkinin, non-linear ekonomik modellerin, söz konusu hikâyede mevcut olduğunu ifade etti. Erdoğan, “Dünyayı ve insanı

daha iyi anlayan yeni paradigmalara ihtiyaç var.” sözleriyle konuşmasını sonlandırdı.

“Finansal güç arttıkça politik güç de artıyor”

Columbia Üniversitesi ve İbn Haldun Üniversitesi Öğretim Görevlisi Prof. Dr. Wael B. Hallaq ise maddî zenginliğin, modern ekonominin gelişmesinin başarılı bir politika için önemli olduğunu dile getirdi.

Güçlü ve sürdürülebilir bir sistem olması için ekonomik gücün genellikle askerî ve siyasi güç ile doğrudan ilişkisi olduğuna değinen Hallaq, “Modern devletlerin başarısını genelde ekonomi ve para ile ilişkilendiririz ama bir başka tarafı da var. Böyle bir devlet ekonomik gücünü kaybettiğinde, medenî bir ülke ve medeniyet olma özelliğini de kaybedecektir. Güçlü ekonomiler, güçlü eyaletlerin olmasıyla ilişkilendirilir. Bunlar olmadığı zaman da zayıf güçler zayıf eyaletler ortaya çıkar.” diye konuştu.

Hallaq, finansal güç arttıkça politik gücün de arttığını vurguladı. İbn Haldun teorileriyle ilişkilendirildiğinde, bazen çok fazla finansal güç ve paranın, emperyal güçlerin düşüşüne sebep olduğunu dile getiren Hallaq, “Buradaki soru şudur. Kapitalizm ile ilgili olan modern konsept mi doğru yoksa İbn Haldun’un savunduğu para politik gücün kaybolmasına mı sebep oluyor.” dedi. Hallaq ayrıca



Necmeddin Bilal Erdoğan

İbn Haldun’un modern bilimin şimdi keşfettiği şeyleri o zaman anlayabildiğini sözlerine ekledi.

Sempozyum uluslararası akademisyenleri bir araya getirdi

İbn Haldun Üniversitesi Başakşehir yerleşkesinde 2 gün boyunca süren sempozyumda iktidar, iktisadî kalkınma ve ahlak arasındaki ilişki güncel boyutlarıyla uluslararası akademisyenler ve katılımcılarca tartışıldı. Ekonomik ilerlemenin toplumsal etkileri ile ahlak arasındaki aktüel ilişkileri anlamak için büyük düşünür İbn Haldun’un teorik yaklaşımları ve kavramsal çerçeveleri analitik araçlar olarak ele alındı. İbn Haldun perspektifinden günümüz koşul ve durumlarını incelemek de sempozyumun temel amaçları arasında yer alıyor.



Prof. Dr. Recep Şentürk

Şentürk, İbn Haldun Topluluğunun amacının “uygulamalı İbn Haldunculuk” olduğunu ifade ederek, “Yani bundan maksadımız sosyal sorunlarımızı, meselelerimizi İbn Haldun teorileri ve metodlarını uygulayarak anlamaya çalışmak. Yoksa İbn Haldun’u övmek, İbn Haldun’un hayatını, düşüncelerini tahlil etmek değil. Bundan maksadımız da İbn Haldun’un günümüzde hâlâ faydalı olduğunu, sorunlarımızı tahlil etme ve onlara çözümler üretme konusunda işe yarar olduğunu ortaya koyabilmek.” ifadelerini kullandı.

Bu yılki sempozyumun konusunun güncel bir konu olduğunu belirten Prof. Dr. Recep Şentürk, şunları kaydetti:

Bu bir kitap ve tarih sevgisi hikâyesi

YAŞAR ÇOLAK *



H ayatta her şeyin bir hikâyesi vardır. Hikâyesi olan şeyler cazip olur, herkesin ilgisini çeker ve yeni hikâyelere köprü kurar. Kitap sevmek, kitap dostu olmak, zevkli, pahalı, sabır isteyen, zor bir iştir. Kıymeti zorluğundan geliyor elbette. Ancak karşılığı olmayan sevgilerden değildir. Kitap dostları her durumda kazanır. İçinden, dışından, tozundan, kokusundan kazanır. Kitap, son dere vefakâr bir dosttur. Bunu kitap seven, kitap dostu olan herkes bilir. Tarih sevgisi de tıpkı böyle bir şeydir. Gününüzü, ufkunuzu aydınlatır, açar. Tarihte yaşanmaz ama tarihle yaşanır. Tarihle öyle yaşanır ki size ışık tutmayacağı hiçbir alan olmaz. Olaylara ve gelişmelere bakışın sağlamlasın yapıldığı bir alandır tarih. İşte kitaplar, bu yolda, tarih yolunda yegâne arkadaşınız, yardımcınız ve dostunuzdur.

Kitap ve tarih sevgisi üzerine bildiklerimiz, yaşadıklarımız arasında en trajik ve en ilginç olanını anlatmaya çalışacağım size: Bu hikâye ötelere, ta Amerika'dan... Bu hikâye, Amerika Birleşik Devletlerinin Maryland eyaletinde hayatının son demlerini yaşamakta olan ve Anadolu irfanından feyiz almış Ali İhsan Tangören'in kültürel mirasımızı muhafaza için sarf ettiği 50 senelik bir ömrün hikâyesidir. Ali İhsan Bey, 1950'li yılların başında kendi macerasının peşine düşerek Amerika'ya okumaya gitmeye karar verir. Hayaline engel olacağı

endişesiyle, biraz da gençliğin isyankârlığıyla babasına da sormak istemez. Dönemin zor şartlarında önce İngilizceyi öğrenir ve Amerika'ya giderek üniversiteyi başarıyla bitirir. Akabinde master yaparak yüksek petrol mühendisi olur. Beyin avcılığının mimarı sayılabilecek Amerika'nın sunduğu imkânların büyümesine kapılarak oraya yerleşmeye karar verir. Evlenir ve çocuk sahibi olur. Bir müddet çalıştıktan sonra suyunu içtiği toprakların sessiz çağrısına kulak vererek ailesiyle birlikte Türkiye'ye döner ve Orta Doğu Teknik Üniversitesinde hocalığa başlar. Ancak Türkiye'nin şartlarına ayak uyduramaz ve tekrar Amerika'ya geri dönmeye karar verir. Sahip olduğu en kıymetli mal varlığı, babasının memuriyeti sebebiyle Ankara'da bulunduğu 1940'lı yıllarda sohbetlerine iştirak ettiği ve manevî feyzinden yararlandığı "Kikirik Hoca" olarak bilinen Hacı Hilmi Tolluoğlu'ndan kendisine intikal eden Arapça, Farsça ve Osmanlıca yazma ve matbu eserler ile İstanbul sahaflarından satın aldığı hat levhaları ve murakkalardan ibaretti. Bu koleksiyonu, Amerikalı asker bir dostunun aracılığıyla kalıcı olarak göç etmeye niyet ettiği Amerika'ya önceden göndermeye karar verir. Bunu belki de asimile olma endişesine karşı koruyucu bir tedbir olarak, bir bakıma kendi referans dünyasıyla aidiyet duygusunu canlı tutmak amacıyla yapar. Kendisiyle yaptığım uzun sohbetlerden böyle bir izlenim edindim.

Ali İhsan Tangören'i; sorumluluk sahibi, muhafazakâr, kendi kültürüne âşık bir insan olarak tanıdım. Bilinçaltında ve duygularında yazmaları varoluşuyla ilişkilendirmiş bir insandı. Ailesini ve çocuklarını yeni dünyanın tehlikelerine karşı böyle koruyabileceğine kendisini inandırmıştı. Bu amaçla 50 sene boyunca nereye taşınmışsa söz konusu kitapları yanından hiç ayırmamış, onları korumak için olağanüstü çaba sarf etmişti. Hatta yazma eserleri koruma önlemlerini öğrenmek için kurslara gitmiş, öğrendiği teknikleri kendi kendine



amatörce uygulamaya çalışmıştır. Kitaplara karşı bu koruma refleksinin gelişmesinde son devir Osmanlı ulemasından Hacı Hilmi Tolluoğlu'nun etkisinin de önemli olduğunu anlıyoruz. Anadolu irfanının taşıyıcılarından olduğu anlaşılan Tolluoğlu, İstanbul'da belli bir süre medrese eğitimi aldıktan sonra Dârülfünun yüksek ilimler şubesinden mezun olur. Maarif Nezaretinde mektepler müfettişliği vazifesinin yanında müderrislik, kaza ve vilayet kadılıklarında bulunur. Milli Mücadelede aktif rol alır. Cumhuriyetle birlikte şer'î mahkemelerin ilgasını takiben adliyeye intisap edip hukuk ve ceza hâkimliği görevleri ifa eder. Emekliliğinde Ankara'ya yerleşerek evindeki çok zengin kütüphanesinde kendisini sevenlere sohbetler yapar, yazılı kültürü sevdirmeye çalışır. Ali İhsan Bey, gençliğinde babasıyla birlikte düzenli bir şekilde Tolluoğlu'nun sohbetlerine katılır, zengin kütüphanesinin ihtişamından çok etkilenir.

Kitapların dilini bilmemesine rağmen, onları büyük bir feyiz kaynağı, sığınacak bir huzur kapısı; ülkesi, geçmişi, çocukluğu gibi görür. Maddî açıdan çok zorlandığı dönemlerde dahi bir kısmı çok nadir olan eserleri satmayı aklının ucundan hiç geçirmez. Bunu ecdadın ruhuna ihanet olarak değerlendirir. Yıllar çok çabuk akıp geçer ve eşi de vefat eder. Ali İhsan Bey yalnız ve çaresiz kalır. Yaşı da ilerleyince kitaplara gerekli ihtimamı gösteremez hâle gelir. Kitapların akibeti, kendisini derin derin düşündürür. 2016 yılının başlarında ne yapayım diye düşünürken aklına kitapları Sayın Cumhurbaşkanımız Recep Tayyip Erdoğan'ın himayeleriyle yaptırılan ve 7 sene başkanlığını yürütmüş olduğum Maryland Külliyesine götürmeye karar verir. Kimselere sormadan birkaç sandık kitabı merkezin deposuna sessizce bırakır gider. Sormamasını şahsen Allah'ın lütfu olarak değerlendiriyorum. Eğer sorsaymış muhtemelen bizler, sandıklarının içinde ne olduğunu bilmediğimizden, bunu sık sık karşılaştığımız tipik depo sorunu çerçevesinde düşünecek ve muhtemelen reddedecektik. Aylar sonra kitapların





konduğu depoyu boşaltmak isteyen bir çalışanımız sandıklardan birini çöp koyteynırına atar, ikincisini atarken kapağı açılır ve kendi deyimiyle eski ve yırtık kitaplar yerlere saçılır. Kendince eskidiği için atılması gereken bu kitapları atıp atmamakta bir an tereddüt geçirir, her ihtimale karşı sormaya karar verir. Burada da ilahî tecellinin etkili olduğuna inanıyorum. Durumu öğrenir öğrenmez bir tarihçi heyecanı ile depoya gittiğimde sandıkların Arapça, Farsça ve Osmanlıca yazma ve matbu eserlerle dolu olduğuna şahit oldum. Çöp konteynırına atılan sandığın çıkarılması işine nezaret ederek tüm eserleri mekânımızın en korunaklı yeri olan "makam odama" çıkarttım. Harvard Üniversitesi Yakınoğu Dilleri ve Medeniyetleri Öğretim Üyesi Dr. Himmet Taşkömür ve George Mason Üniversitesi Tarih Bölümü hocalarından Dr. Hüseyin Yılmaz hocalardan yardım alarak kitapları inceledik. Neticede bir kısmını çöpten geri çıkardığımız sandıkların bin yıllık medeniyetimize ait kıymetli eserlerle dolu olduğunu, aralarından bir kısmının ise çok ama çok nadir olduğunu anlamış olduk. Akabinde Ali İhsan Beyin uhdesinde olup namüsaıt şartlar altında bulunan diğer eserlerin izini sürerek onları da Amerika Diyanet Merkezine getirmeyi başardık. Kitapları itina ile temizledik, asitsiz kutulara koyarak muhafaza altına aldık. Dr. Himmet Taşkömür'ün bu süreci yönlendirmede çok büyük emeği geçmiştir. Kendisiyle birlikte Ali İhsan Beyi ikna ederek eserlerin geldiği şehirdeki Diyanet İşleri Başkanlığı kütüphanesinin nadir eserler bölümüne bağışlamasını sağladık.

Bu şekilde keşfettiğimiz Ali İhsan Tangören'in uhdesindeki Tolluođu Koleksiyonunda Mushaf-ı Şerif ağırlıklı olmak üzere yaklaşık 632 parça yazma eser, 232 parça da Osmanlıca matbu eser bulunmaktadır. Koleksiyonun içinde konunun uzmanların ifadesine göre Anadolu Beylikler dönemine (*Germiyanogulları*) ait farklı boyutlarda 3 adet Mushaf-ı Şerif ile 40 varaklık büyük boy Kaside-i Bürde Şerhi gibi çok nadir yazmalar bulunmaktadır. Bunun haricinde fıkıh, hadis, feraiz, tefsir, kelam, mantık, tasavvuf kitapları ve bunların şerhleri, Ahmediye, Muhammediye ve Envaru'l-Aşıkîn türü klasik halk kitapları, gramer kitapları ve lügatler, kanunnameler,

mecmualar, icazetnameler mevcuttur. Yazma eserlerin maalesef hepsi tam değildir, bir kısmı zarar görmüş ve derhâl şifahanede bakıma alınması gerekmektedir. Bir kısmının başı sonu eksik, bir kısmı da varaklar hâlinindedir. Çok sayıda minyatür, tezhip ve hat örneklerini ihtiva eden murakkaların tez elden korumaya alınması şarttır. Bu eserlerin nüshalarının tavsifi, temellük kayıtları, ciltlerin özellikleri, müellif, müstensih ya da okurlar tarafından düşülmüş kayıtların üzerinde ileri çalışmaların yapılması gerekiyor. Bir medrese eğitimi görmüş tipik bir Osmanlı âliminin kütüphanesindeki kitaplardan ilk dikkatimi çeken şey, fıkıh kitaplarının fazlalığıydı. Bu benim için çok anlaşılabilir bir şeydi. Zira fıkıh, o zamanlar gündelik hayatı kontrol eden bir disiplindi. Bugünkü hukuk, siyaset ve iktisat biliminin işlevini görüyordu. Dolayısıyla da fıkıh kitapları şahsî kütüphanelerin en temel kitapları arasında yer alıyordu. Tolluođu kütüphanesi de bunu teyit etmiştir.

Evet, kültürel mirasın korunmasına yönelik çalışmalar günümüzde küresel ölçekte popüler hâle gelmeye başlamıştır. Kavramsal çerçevesi de genişleyen kültürel mirasın en önemli bileşenlerinden biri, geçmişten günümüze intikal eden tarihî yazmalardır. Yazmaların ayrıcalıklı bir önemi olduğunu söylememiz hiç de abartı sayılmaz. Kültürel mirasa bir emanet anlayışıyla sahip çıkmak, millet olarak hepimizin üzerine düşen müşterek bir sorumluluktur. Sevinerek ifade edelim ki bu konu Türkiye'de son yıllarda ciddiyetle ele alınmaya başlamıştır. Tarihî eserlerin restorasyonları, klasik eserlerin yeniden keşfi, geleneksel sanatlar, müzik, tarihî şahsiyetlerin tanıtılması vs. eskiyle kıyaslanamayacak ölçüde önemsenmektedir. Bunda bin yıllık medeniyetimizin değerlerine sahiplenmeyi hayat tarzına dönüştüren Cumhurbaşkanımızın katkıları büyüktür. Hemen hemen her yerde kendi tarihî ve kültürel mirasın gün yüzüne çıkarması, onu güncelleme ve böylece gelecek nesillere doğru aktarmak için ciddi çabalar sarf ediliyor. Üniversitemize tahsis edilen Süleymaniye Külliyesi, bu yöndeki önemli çabaların hayatımıza dokunan en canlı örneklerinden sadece biridir.



Son olarak Dr. Himmet Taşkömür hocaya ilgili bir iki şey söylemek istiyorum: Himmet Hoca, tam kültür âşığı bir insan, iyi bir arşivci, dillere ve literatüre hâkim bir araştırmacıdır. Depolardan ve çöp konteynırından topladığımız eserlerin içinden çıkan tüm malzemeyi büyük bir sabırla incelemiş, başkalarının çok rahatlıkla kaldırıp atabileceği yırtık sayfaları, takvim yapraklarını, küçük not kâğıtlarını muhafaza edilmesi gerektiğini ileri sürerek bunların yazmalar etrafında oluşmuş kültürün kodlarını deşifre etmek için hayatî bir önemi haiz olduğunu bizlere uzun uzun anlatmıştır. Yazmalarla ilgili yaptığımız müşterek çalışmalar adeta seminer gibiydi. Amerika Diyanet Merkezindeki müşavirlik makamını yazma eser bakım atölyesine (*şifahane*) dönüştürmüş, çırağına meslek sırlarını yavaş yavaş aktaran usta edasıyla gönüllü müdavimleri üzerinde yazma eserler konusunda önemli bir farkındalık oluşturmayı başarmıştı. Ülkemizin yetiştirdiği bu insanlarla gurur durmamak elde değil.

* *İbn Haldun Üniversitesi İslamî İlimler Fakültesi.*



Amerikan rüyası Manhattan'da Türk olma psikolojisi

MAHMUT ARSLAN *



A nglosakson dünyasının anavatanı Britanya'da beş yıl yaşadığım için, ABD'ye bir yıl geçirmek üzere gelirken fazla bir değişiklik beklemiyordum. Yanılmışım. Amerika, asla görüldüğü gibi olan ve olduğu gibi görünen bir ülke değilmiş. Ülke dışına devamlı pompalanan bir Amerikan rüyası var. Özellikle Hollywood filmleri ve TV dizileri ile pompalanan bu propaganda sonucunda düşük gelirli ülkelerde yaşayan gençlerin rüyalarını; bir gün Amerika'ya gitmek, yeşil kart almak, çalışmak ve yerleşmek hayalleri süslüyor. Amerikan devleti bu propagandayı sadece dışarıya değil içeriye, kendi vatandaşına da yapıyor. Sıradan Amerikalı dünyanın en özgür, en adil ve en müreffeh ülkesinde yaşadığını zannediyor. Ülkesine kalpten bağlanıyor ve evine, arabasına, şapkasına ve bulduğu her yere Amerikan bayrağını dikip altına da, "Allah Amerika'ya korusun!" yazıyor. Nüfusun çoğu ülke dışına çıkmadığından bu propaganda oldukça başarılı yürütülüyor. Bu rüyanın içinde yaşayan vatandaşlar lime lime dökülen altyapıyı, Ayaş-Beypazarı yolunun kalitesine zerre kadar ulaşamayan bozuk ve de üstelik paralı otoyollarını, dünyanın en pahalı ve en kötü sağlık hizmetini, elektrik ve telefonun havai hatlarla ahşap direklerden evlere taşındığını, sokaklarda belediyenin çöp toplama varillerinin dahi olmadığını sorgulamıyor ve mutlu mesut yaşıyorlar.

Sokaktaki Amerikan insanı iyi ve hayırseverdir. Yardım elini kolayca uzatır. Avrupa'daki ırkçılık yoktur buralarda, hele de kozmopolit Doğu Yakası tam bir birleşmiş milletler gibidir ama bu insanlar çocuklarının Vietnam'da Kore'de Irak'ta neden bir hiç uğruna öldüğünü sorgulamazlar. Buralarda ölen askerleri için anıtlar diker, törenler düzenlerler. Amerikan şirketlerinin neden Güney Amerika ülkelerinin bütün tarımsal ve yer altı kaynaklarına çöktüğünü, kaynaklarını Amerikan

şirketlerine vermeyen Küba ve Venezuela gibi sosyalist ülkelere neden ekonomik yaptırımlar uygulanıp buralarda çocukların, aç hastaların ilaçsız bırakıldığını sorgulamazlar. Sadece süpermarkete gidip sepetlerini doldurup mutlu olurlar ama "Bu düzen değişmeli, yeter artık!" diyen genç sosyalist kadın siyasetçiler ve Müslüman başörtülü kadınlar da Kongre'ye seçilebiliyor bugünlerde ve bunlar ümit verici. Bunun yanında Amerika, tam bir tezatlar ülkesi. Başkan Trump'ın Türkiye'ye ekonomik yaptırımlar uyguladığı günlerde 29 Ekim'de New Jersey'de Türklerin yaşadığı beldelerin hükümet binalarına törenle İstiklal Marşı eşliğinde Türk bayrağı çekiliyordu. Türk bayrağının suç aleti olarak ilan edildiği ırkçı Avrupa ülkeleri ile karşılaştığımızda bir Türk olarak en rahat yaşayacağımız yerin yine de Amerika olduğunu hissediyorsunuz.

Liseye kadar parasız devlet okullarının ve fakirler için ücretsiz fakat erişilmesi çok zor ve kalitesiz bir sağlık hizmetinin dışında hemen hiçbir kamu hizmetinin var olmadığı kapitalist bir devlettesiniz. İngiliz İşçi Partisinin eseri olan ve bir doktora görünmek için aylarca beklemeniz gereken İngiliz Millî Sağlık sistemini bile mumla arıyorsunuz burada. Bir apandisit sancısıyla acil servise kaldırılmanız bir yıllık gelirinizi alıp götürülebilir. Sigortanız bile size tam bir ücretsiz tedavi imkânı sunmaz, toplam faturanın yüzde yirmiye yakını yine üzerinizde kalır. Kapitalist bir devlette yaşamak böyle bir şeydir ve bu, bizim gibi Kadim Roma'nın, Selçuklu'nun, Osmanlı'nın 2500 yıllık Kerim Devletinde yaşayan bir milletin çocuklarıncı pek kolay anlaşılabilir. Bizde biri aç yatıyorsa, biri çıplaksa, biri hastalıktan öldüyse, Fırat kenarında bir kuzu kaptıysa sorumlusu Devlet Babadır. Bizde devlet babadır ve kerimdir. İşte bu yüzden ki bu kerim devletin mübarek askeri sefere yürürken nizamı âlem için yürür. Kore'de Ayla'ları evlat edinip Ankara ilkokulunu açar, El Bab'ta Cerablus'ta devlet hastaneleri açar. Amerikan devletinin ise askeri boldur, zulmü çoktur ama kendi halkı için bile tek bir devlet hastanesi yoktur.

Hollywood filmleri, New York ve New York'un iş merkezi olan Manhattan'ı o kadar güzel bir şekilde parlatmıştır ki bu bölgenin aslında kentsel dönüşüme sokulup acilen yıkılması gereken bir garabet olduğunu burada yaşamayan anlayamaz. Amerikan rüyası ve Manhattan güzellikleri ile kafası beyni yıkanan yabancılar ise Times Square ve

Beşinci Cade'de gezerken hayran hayran etraflarına bakarlar. Bir dairenin 289 milyon dolara satılabildiği bir yerdedirler. Dünya ekonomisinin yönetildiği Wall Street'in yanı başındadırlar. Oysa devasa gökdelenlerin yan yana dizildiği daracık caddeler insana boğulma hissi veren bir şehircilik faciasıdır. Paris, Londra, Moskova ve İstanbul'umuzun saraylarını, muhteşem ibadethanelerini, heykellerini, meydanlarını burada bulmanız mümkün değildir. Özgürlük heykeli bile ithaldir ve aslında New York'ta değil New Jersey'dedir.

Buralarda Türk olarak yaşamak yine de kolay değildir. Amerikan potası, çocuklarımızın kimliğini kolayca eritip onları sıradan ve köksüz Amerikalılar hâline getirebilir. Kanımca burada yaşayan Türklerin bu gökdelenlerin altında asla ezilmemeleri ve çocuklarına kadim medeniyetimizi öğretmek Türk olmanın gururunu taşımaktan asla vazgeçmemeleri gerekiyor. Gökdelenlerin yaratıcıya isyan eden Babil Kulesi gibi kibirle göğe yükseldiği köksüz bir para ve finans merkezidir burası. Broadway'de gökdelenlerin arasında yürürken, henüz ABD kurulmadan 1204 yıl önce 572 yılında Ayasofya'yı diken Bizans'ın, 1557'de Süleymaniye'yi, 1575'te Selimiye'yi diken Osmanlı'nın çocuğu olduğunuzu hatırlayıp medeniyet köklerinle iftihar edersiniz. Paranın ve bilimin gücü ile size tepeden bakan Amerikan Emperyalizminin Keops Piramidi Rockefeller Center'ın ortasında ister istemez Nazım Hikmet'in "23 sentlik asker" şiirini avaz avaz bağırarak haykırmak istersiniz:

"... daha sizin devletinizin adı bile konmadan.
Mevcuttu, işiyle gücüyle uğraşıyordu,
mesela, Mister Dalles,
yeller eserken yerinde sizin New-York'un,
kurşun kubbeler kurdu o
gök kubbe gibi yüksek, haşmetli, derin.
.....
Dedim ya Mister Dalles,
Herhalde bütün bunları sizden gizlediler,
ucuzdur vardır illeti.
Hani şaşmayın,
yarn çok pahalıya mal olursa size,
bu 23 sentlik asker,
yani benim fakir, cesur, çalışkan, milletim,
her millet gibi büyük Türk milleti." (1953)

* İbn Haldun Üniversitesi İşletme Bölümü.

"Aylan Kurdi changed migration policy of countries"



Mehmet Güllüoğlu

Mehmet Güllüoğlu, head of Turkey's Disaster and Emergency Management Authority (AFAD), said, Aylan Kurdi, a Syrian toddler who drowned while trying to cross to Europe has changed the migration policies of some countries. Speaking at a NATO meeting in the Mediterranean province of Antalya, Güllüoğlu said, "Aylan baby was an important case, a human being, a baby." "It made some countries

change their migration policy and triggered others to doing much more," he added. The Syrian toddler's image made global headlines after his body was washed ashore a Turkish beach in 2015. His parents and family were trying to cross to Europe amid the refugee crisis. Speaking about Turkey's share in resolving the crisis, Güllüoğlu said 3.5 million Syrian refugees in Turkey have access to free

medical services. "Refugees are not economically isolated people," Güllüoğlu said, adding that there are common prejudices against refugees. They are not a burden to host countries, ignorant about technology, or dependent on humanitarian aid, Güllüoğlu said. "They didn't ask for water or food, they asked for wi-fi. Because, they want to communicate with their families," he added.

Tüm zamanların dehâ mimarı: Mimar Sinan



Mimarlık tarihinin mihenk taşı Mimar Sinan vefatından yıllar sonrada eserlerindeki ustalık, mühendislik, ince işçilik ve mimarisiyle hayranlık uyandırıyor... Yarım asırlık mimarlık serüveninde bazı kaynaklara göre inili ufaklı 477 yapıyı tasarladı, inşasını denetledi veya tamir etti...

■ Kesin doğum tarihi bilinmemekle birlikte, **1491** ile **1499** yılları arası Kayseri'nin Ağırnas köyünde doğduğu tahmin ediliyor.

■ **1512**'de Yeniçeri Ocağına alındı.

■ Yavuz Sultan Selim döneminde orduyla Doğu seferlerine, Kanuni Sultan Süleyman döneminde ise Batı seferlerine katıldı.

■ **1538**'de Kanuni Sultan Süleyman dönemindeki Karaboğdan seferinde Prut nehri üzerine kısa sürede bataklık alanda inşa ettiği köprü, 40'lı yaşlarındaki Mimar Sinan'a büyük ün kazandırdı.

■ Mimarbaşı Acem Alisi'nin ölümü üzerine Sadrazam Lütü Paşa, Mimar Sinan'ı Subaşılıktan Mimarbaşılığa getirdi ve Sinan askerlikten ayrılmış oldu.

■ Mimar Sinan, devrinin sanat dallarının hemen hemen hepsi ile yakından ilgiliydi. Eserleri 16. yüzyıl Osmanlı çini, hat, oymacılık, tezyinat sanatlarını bünyesinde barındırıyor.

■ Osmanlı toprakları üzerinde kendisinden önce yapılmış olan birçok eseri de restore eden Sinan, bunların günümüze ulaşmalarını sağladı.

■ Ayasofya'nın günümüze ulaşması bile 2. Selim'in fermanı ile Mimar Sinan'ın yaptığı restorasyon sayesinde mümkün oldu.

■ Mimar Sinan, **9 Nisan 1588**'de İstanbul'da vefat etti. Türbesi, Süleymaniye Külliyesinde yer alıyor.



Mimar Sinan, hayatı boyunca;

- **92 cami,**
- **55 medrese,**
- **52 mescit,**
- **48 hamam,**
- **36 saray,**
- **20 kervansaray,**
- **20 türbe,**
- **11 imaret,**
- **10 köprü,**
- **8 mahzen,**
- **7 dârulkurra,**
- **6 suyu ve**
- **3 dârüşşifaya imza attı.**



Dünya mirası Nemrut'a ziyaretçi akını



Adıyaman'da havaların ısınmasıyla, Dünya Kültür Mirası Listesinde bulunan Nemrut Dağı'nı ziyaret eden turist sayısında da ciddi artış gerçekleşti. Yerli ve yabancı ziyaretçiler, bir yandan Nemrut'taki eşsiz tarihî kalıntıları görme imkânı bulurken diğer yandan sis altındaki manzaranın keyfini sürüyor. Yaklaşık 4 kilometre yürüyüşten sonra zirveye ulaşan ziyaretçiler, doğu terasındaki tarihî heykelleri görme imkânı buluyor. Yoğun sis nedeniyle zorlanan ziyaretçiler, yorgunluklarını çektikleri fotoğraflarla unutuyor.

"Strong family bonds bring healthy heart"

Tight family bonds help reduce stress levels and are good for a healthy heart, famous physician and a Turkish-American cardiac surgeon Dr. Mehmet Öz said.

Speaking at New York he said keeping in touch with people, especially family members, could protect people against threatening stress levels. "When the stress level is high, its effects on the heart are immense. In fact, coronary failure might emerge if too much sadness is the case," he added. "Strong family ties are of huge importance. Not only it provides defense against

stress, but it also gives us a purpose in life. If we have a purpose, then our heartbeats will also have a purpose," he said. According to Öz diabetes, high levels of cholesterol and high blood pressure are the main factors of health diseases. "We gain weight when we consume sugar. Weight gaining does many harms, but its true effect is on the liver," he said, adding sugar collected in the liver would transform into fat over time and threaten one's health condition in the long run.

Importance of Mediterranean cuisine
Dr. Öz believes the Mediterranean cuisine

is incredibly healthy because of fresh vegetables, fruits and olive oil.

The cardiac surgeon warns about the new generation of foods which includes more salt and sugar. "Well, you might find these [food] delicious, however, they are not healthy," he added.

According to Dr. Öz, whole wheat bread, fruits, vegetables, nuts and olive oil are all good for a healthy heart. He also suggests people should refrain consuming processed food, too much meat, especially fried dishes, beverages



Dr. Mehmet Öz

and soft drinks. "You don't even get the taste of your soft drink when there is sugar in it. It also has a huge effect on the liver," he said.

سالفيني يريد إطلاق تحالف سيادي للأوروبيين



ماتيو سالفيني

عن "فريكسيت".

لكن سفين هاتن الخبير السياسي في جامعة برلين الحرة حذر من استخلاص العبر بشكل متسرع، معتبرا أن الدعوات للخروج من أوروبا قد تطرح مجددا في المستقبل.

ولفت إلى أن صعوبات بريكست قد تستخدم لتعزيز الشعور بأن الاتحاد الأوروبي لا يحترم إرادة الدول ولا الناخبين.

وكان سالفيني قد عرض مشروعه على الصحافيين في وقت سابق في أحد فنادق ميلانو الفخمة وأعلن، بحضور مارين لوبن رئيسة حزب التجمع الوطني اليميني المتطرف الفرنسي، عن تجمع كبير في الشهر الحالي في ميلانو.

ويحلم سالفيني بتوحيد هذه القوى المشتتة تحت راية "القوميين". ولهذه الغاية التقى مارين لوبن في إبريل/ نيسان التي لطالما كانت نموذجها الأعلى وأعلن عن تجمع مشترك كبير في أيار/ مايو الحالي.

مأزق بريكسيت وتأثيره على شعبية اليمين المتطرف وإن كانت أحجام الكتل قد تتبدل قليلا في البرلمان الأوروبي، فمن المستبعد حصول تسونامي حذر منه العديد من المراقبين لفترة طويلة.

وتشير توقعات عرضها البرلمان الأوروبي في شباط/ فبراير بناء على استطلاعات للرأي وطنية، إلى أن نتائج التيار السيادي الإجمالية ستمثل خمس البرلمان، أي ما يقارب نسبتهم الحالية.

كما أن مأزق بريكست وما يرافقه من فوضى وغموض، له مفعول رادع لأي دعوات للخروج من الاتحاد الأوروبي، وبات العديد من السيادةيين يمتنعون عن المطالبة بالانفصال، وأبرزهم مارين لوبن التي تخلت عن الحديث

بوجه وزير الداخلية الإيطالي ماتيو سالفيني زعيم حزب "الرابطة" الذي تتوقع استطلاعات الرأي نبهه أكثر من 30% من الأصوات، دعوة لإنشاء تحالف للقوميين، سعيا لوضع أسس كتلة كبرى في البرلمان الأوروبي المقبل "مايو/ أيار" يمكنها التأثير على قرارات المفوضية الأوروبية. ففي البرلمان المنتهية ولايته، ينقسم التيار السيادي إلى ثلاث كتل.

وتعتزم الرابطة العضو في كتلة "أوروبا الأمم والحريات"، مد اليد خصوصا لحزب "الفلنديبين الحقيقيين" و"الحزب الشعبوي" الدنماركي، وهما حاليا في كتلة "المحافظين والإصلاحيين الأوروبيين".

وسيشترك يورغ مويتن الذي يتصدر لائحة "البديل لألمانيا" في تجمع ميلانو فيما تغيب عنه رئيسة "التجمع الوطني الفرنسي" مارين لوبن التي تأمل في الحلول في طليعة النتائج الانتخابية في فرنسا في 26 أيار/ مايو.

وقال سالفيني "نريد تغيير أوروبا الحالية جذريا مع الحكمة والخطوات الملموسة كما ثبت في إيطاليا".

ووجه الدعوة إلى كافة القوى السياسية "التي تتقاسم رؤيتنا وهدفنا المشترك: أوروبا تعطي الأولوية للشعوب وليس للبيروقراطيين والمصرفيين والمحافظين وزوارق المهاجرين السريين".

Şaşalı isimler ile hakikat arasında: Bir felsefecinin gözünden Mindfulness

ENİS DOKO *



Son zamanlarda pozitif psikoloji şemsiyesi altında anılan çok sayıda uygulamanın toplumda hızlı bir şekilde yayıldığına şahit oluyoruz. Bunlardan biri ismini sıkça duyduğumuz Mindfulness ya da bilinçli farkındalık isimli uygulama... Yazımızda vermek istediğimiz mesajı somutlaştırma adına Mindfulness örneği üzerinden konuyu ele alalım. Mindfulness, ilhamını Zen Budizm'inden alan çok sayıda çağdaş terapötik pratikten biri. Özellikle New Age başlığı altında toplanan ve giderek toplumda yayılan pratiklerle eş olmasa da Mindfulness, New Age ile ilgilenen kitlelere hitap eden ve Batı'da milyonlarca dolarlık bir pazar payına sahip olan bir uygulama.

Bir felsefeci olarak elbette ki Mindfulness ya da herhangi bir psikoloji kuramının işe yararlığını değerlendirmem doğru olmayacaktır. Bu değerlendirmeyi konunun uzmanları deneylerle yapmalıdır. Nihai kararı verecek olan da elbette hakikattir. Ancak bir felsefeci bir psikoloji kuramını

üç açıdan değerlendirebilir, kuramın ortaya koyduğu ontoloji, etik sonuçları ve bilimsel kritere uyumluluğu... Bu yazımızda son iki noktaya göz atalım.

Mindfulness gibi din temelli geliştirilen psikolojik uygulamalar genelde bu dinin mensubu olmayan insanlar tarafından uygulanır. Bu uygulamalar bir süre sonra etkilendikleri dinden farklı şekilde, uygun olmayan ortamlarda hatta ibadetin kendisine saygısızlık edecek şekilde uygulanmaya başlayabilir. Gene özellikle New Age grupları içinde Doğu dinlerinden ya da tasavvuftan etkilenip geliştirildiği iddia edilen ve mutluluk ya da başarıyı hedefleyen pratiklerin aslında bu dinî okullarla ilişkili olmadığı görülür. Peki, bir dinin ibadetini alıp değiştirmek, kutsallıktan koparmak hatta yer yer o dinin kutsalları ile çelişecek ortam ve şekillerde yapmak ne kadar etikdir? Ya da bu pratikleri bu dinlerle beraber anmak, onlara atıf yapmak ahlaki açıdan ne kadar doğrudur? Bu sorular ne yazık ki hem Mindfulness benzeri pratiklerin uygulayıcıları hem de popüler kültür tarafından es geçilmektedir. Ancak bu sorular can alıcı derecede önemlidir. Bir diğer önemli unsur bu tarz uygulamaların bilimsel yöneme uygunluğudur. Bir tedavinin başarısının deneylerle teyit edilmesi gerekir. Sahada çalışmayan, sonuç vermeyen bir tedavinin başarılı olduğunu söylemek gariptir. Ayrıca bir görüşün bilimsel yöneme uygun bir şekilde sınanması için öncelikle herkes tarafından kabul edilmiş iyi bir tanımı olması gerekir. Ancak Mindfulness gibi şaşalı isimleri olan çok sayıda uygulamanın aslında net bir tanımı yoktur. Konu ile ilgili yazılmış literatür

tarama makalelerinin bu durumu açıkça beyan ettiği görülür. Mindfulness'tan ne kast edildiği ile ilgili çok sayıda farklı kavrama atıf yapılır: gevşeme, içe bakış, anda olma, dikkati odaklayıp yönetme, zihin dağınıklığına engel olma, şimdide odaklanma vs. Bir diğer nokta, bir tedavinin başarılı sayılması için, bir yenilik sağlama, alternatiflerine göre farkını ve başarısını ortaya koyması gerekir. Oysa Mindfulness'la ilgili çalışmaların önemli bir kısmında bu uygulamanın herhangi bir gevşeme tekniğinden daha iyi sonuç verdiğine dair herhangi bir bulgu ortaya çıkmamıştır. Bu da aslında tedavi edici unsurun ana odaklanma gibi şeyler değil gevşemenin kendisi olduğu yani bu uygulamanın yeni ve farklı bir şey ortaya koymadığı anlamına gelebilir. Yine aerobik sporların hem stres atma hem kalp damar sağlığı hem de depresyonla mücadelede Mindfulness'tan daha etkili olduğuna işaret eden çalışmalar olduğu görülüyor. Bunlar doğru ise bu alanda çalışan bir psikologun etik bir zorunluluk olarak Mindfulness eğitimi vermeden önce bu bilgiyi hastaları ile paylaşması gerekiyor. Ancak ne yazık ki pratikte bu etik sorumluluğun yerine getirildiğine pek de şahit olunmuyor.

Özetle, bir şeyin trend olması, isminin şaşalı olması onu en iyi uygulama yapmaz. Zira isimler ve trendler çoğu zaman hakikat tarafından belirlenmez. Önemli olan bilimsel çalışmaların o uygulamayı destekleyip desteklemediğidir. Bu noktada akademisyenlere halkı bilgilendirme noktasında çok büyük bir ahlaki görev düşüyor.

* İbn Haldun Üniversitesi Felsefe Bölümü.

İsrail hapishanelerindeki Filistinliler en zor günlerini yaşıyor

Filistinli tutuklular, İsrail Cezaevi İdaresinin uyguladığı baskıcı politikalar nedeniyle son yılların en kötü şartları altında yaşıyor. Filistinli tutuklular bu yıl da "Filistin Esirler Günü"ne yıllar süren tutukluluk hâli, tıbbî ihmal, çocuk mahkûmlar, işkence ve kötü muamele gibi türlü sorunlar altında girdi. Filistinliler 1974'ten bu yana 17 Nisan'ı "Filistin Esirler Günü" olarak kabul ediyor ve düzenledikleri çeşitli etkinliklerle İsrail hapishanelerindeki Filistinli tutuklular meselesini dünya kamuoyunun gündemine taşımaya çalışıyor. Bu mesele ayrıca Filistin-İsrail görüşmelerindeki en önemli maddelerden biri olma özelliğini taşıyor. Filistin Kurtuluş Örgütüne (FKÖ) bağlı Filistin Esirler Heyeti, Filistin Esirler Cemiyeti ve Esirler Yüksek Konseyinin yayımladığı ortak bildiriye göre İsrail, 1967'den bu yana yaklaşık 1 milyon Filistinliyi gözaltına aldı. İsrail hapishanelerinde hâlihazırda bulunan 5 bin 700 Filistinliden 250'si çocuk. Ayrıca Kudüs'te 36 çocuk ev hapsinde, 5 çocuk ise gözaltı merkezlerinde tutuluyor. Filistinli tutuklulardan 700'ünün hasta olduğu, bunlardan 30'u hakkında ise kanser teşhisi konulduğu belirtiliyor. İsrail hapishanelerindeki Filistinlilerden

56'sı 20 yılı aşkın süredir cezaevinde. Bunlardan 26'sının 1993'te imzalanan Oslo Anlaşmasından önce cezaevine girdiği, en eski tutukluların ise 37 yıldır İsrail hapishanelerinde tutulan Kerim ve Mahir Yunus olduğu kaydediliyor.

Filistinli tutuklulara yönelik sistematik baskı politikası

Filistinli Mahkûmlar Araştırma Merkezi verilene göre ise bu yılın ilk çeyreğinde 230'u çocuk, 40'ı kadın olmak üzere bin 600 Filistinli, İsrail güçleri tarafından gözaltına alındı. Merkez, Filistinli tutukluların durumunun geçen yıla göre çok daha kötü olduğunu ve cezaevlerinde insanlık onurunu zedeleyen sistematik baskı politikalarına maruz kaldıklarını aktardı. Bu politikanın fiziksel ve psikolojik işkence yöntemleriyle sorgu merkezinde başladığı kaydedilirken, gözaltı sırasında Filistinlilerin yüzde 95'ine işkence uygulandığı belirtildi. Gözaltı merkezlerinde de devam eden bu baskı politikalarının başında "hücre hapsi, para cezası, özellikle koğuş ve hücrelere yönelik baskınlar sırasında ağır darp ve aile ziyaretlerinden mahrum bırakılma" şeklindeki

uygulamaların geldiği kaydedildi. Filistinli hasta tutukluların kasıtlı şekilde tedavi ve bakımdan yoksun bırakıldığına dikkat çekilirken, "El-Busta" denilen nakil araçlarının özellikle hastalar için büyük azap olduğu vurgulandı.



İsrail hapishanelerindeki kadın tutuklular

Filistin Esirler Heyetinin verilerine göre 1967'den bu yana İsrail, yaklaşık 16 bin Filistinli kadını gözaltına aldı. Kadın tutukluların gözaltı ve sorgu sırasında sözlü ve fiziksel tacize maruz kaldığı belirtilirken, hâlihazırda ed-Damun Cezaevinde kalan 49 Filistinli kadından 20'sinin anne olduğu, 6'sının ise gözaltına alındıkları sırada yaralandığı kaydedildi. Filistinli kadın tutukluların da İsrail hapishanelerinde görülen tıbbî ihmalden fazlasıyla payını aldığına işaret edilirken, cezaevlerinde kadın doktor veya kadınlara uygun şartların bulunmadığı ifade ediliyor.

Medyanın ayrımcı dili ve İmam Hatipliler

EROL ERDOĞAN *



“... medyanın İmam Hatip okulları konusunda sahip olduğu olumsuz bakış açısının ve kullanılan ayrımcı dilin 2017 yılına göre azaldığı görülmektedir.”

Yukarıdaki cümle, “Gazetelerde İmam Hatiplere Bakış: Rapor 2018” in sunuş kısmında yer alıyor. Rapor, ÖNDER İmam Hatipliler Derneği tarafından yayımlandı. İlk 2017’de yayımlanan rapor, bundan sonra her yıl yayımlanacak. 2018 raporu, Mart ayının son haftasında, ÖNDER Genel Başkanı Halit Bekiroğlu tarafından medya ile paylaşıldı. Rapor, öncekinden farklı olarak bu sene iki bölüme ayrıldı. İlk bölümde, gazetelerde İmam Hatiplere ilgili çıkan haber ve yazılara dair istatistikler ve değerlendirmeler yer alırken, ikinci bölümde ARGETUS’un 53 farklı medya kuruluşunda çalışan 148 medya mensubu ile gerçekleştirildiği görüşmelerin analizleri bulunuyor. Görüşleri alınanlar arasında muhabirler, editörler, yazarlar, yayın yönetmenleri, moderatörler, kameramanlar, yazı işleri müdürleri gibi geniş bir medya çalışanı var. Aynı şekilde, medya kuruluşlarının seçimi de medyadaki renkliliği temsil edecek biçimde zenginliğe sahip.

İmam Hatiplilere yönelik medyadaki ayrımcı dilin 2017 yılına göre 2018’de azalmasının nedenleri arasında, ÖNDER’in 2017 raporunun etkili olduğunu düşünüyorum. Sanıyorum benzer etkiyi 2018 raporu da gösterecektir. Bu etkiyi her açıdan önemsiyorum ve benzer raporlar hazırlaması yükümlülüğü olanların dikkatine sunmak istiyorum.

Ayrımcı dile bazen göçmenler, bazen etnik kimlikler, bazen kadın veya erkek cinsiyeti, bazen bir din veya mezhep mensupları muhatap oluyor. Türkiye’de,

ayrımcı dile muhatap olduğunu düşünenler arasında “İmam Hatipliler” de var. İmam Hatipliler, Cumhuriyet dönemi boyunca laik-dindar, çağdaş-çağ dışı, gerici-ilerici söylemin konusu oldular. Bu durum, ayrımcı dilin İmam Hatiplere yönelmesinin önemli sebebi. Ayrımcı dil, zaman zaman gevşedi bazen sertleşti. Mesela, 28 Şubat’ın toplumu birbirinin düşmanı yapma ve sivil bazı unsurları darbe ortağına dönüştürmesiyle, ayrımcı dil o dönem, sonraki yılları etkileyecek biçimde toplumsal boyut kazandı.

Yeniden yaygınlaşma eğilimi gösteren, farklı din, ırk, tabiiyet, siyaset ve cinsiyetten olan ile hizmet alan ve veren arasındaki hakaret etme, yok sayma, şiddet uygulama eğilimi medyanın dilini etkiliyor, medyanın rağbet gösterdiği ayrımcı dil de toplumun dilini radikalleştiriyor. Bunun için, ayrımcı dile dair benzeri çalışmaların çeşitlenmesi gerekir. Medya, nefret ve ayrımcı dilin, ciddi yaralara yol açtığını fark etmeli, hiçbir bireye veya topluluğa nefret ve ayrımcı dil kullanmamalıdır.

Bunun yanı sıra ayrımcı dile muhatap olanlar da, medyanın nefret ve ayrımcı diline karşı, bilgilendirici yolu öncelikli tercih olarak düşünmelidir. Yanlış haberler yapan veya nefret dili kullananlarla doğrudan iletişime geçilerek bilgilendirme yapılmalı, hukukî yaptırımlar hatırlatılmalıdır. Nefret söylemi ve ayrımcı dil kullanımını alışkanlık hâline getiren medya kuruluşlarına, periyodik olarak veriler-grafikler ulaştırılarak, takip edildiklerinin farkında olmaları sağlanmalıdır. Ayrıca İmam Hatipliler, kendilerine yönelen nefret söylemi ve ayrımcı dilin, başka grupları da hedef alan genel bir sorun olduğunun farkında olmalıdır. Bunun için İmam Hatipliler, nefret söylemi ve ayrımcı dilin kimseye karşı kullanılmaması için çaba sarf etmeli ve ilgili çalışmalara destek olmalıdır.

Raporun ilk bölümünde, 29 ulusal gazetede 2018 yılında yayımlanan 45.291 haberden “İmam Hatip” ifadesinin geçtiği 4.714 haber dikkate alınarak bunlardan 1.101’i analiz edilmiş. Araştırma kapsamında takip edilen gazeteler şunlar: Akşam, Aydınlık, Birgün, Diriliş Postası, Cumhuriyet, Dünya, Güneş, Evrensel, Habertürk, Hürriyet, Karar, Millat, Millî Gazete, Milliyet, Ortadoğu, Posta, Sabah, Şok, Sözcü, Star, Takvim, Türkiye, Yeni Çağ, Vatan, Yeni Akit, Yeni Asya, Yeni Mesaj, Yeni Şafak ve Yurt.

Araştırmanın sonuçlarına göre, 1.101 haberden %55’i (608 haber) olumlu, %45’i (493 haber) olumsuz. Raporun ilk bölümünde hayli veri var, bulup incelemenizi öneririm.

“Gazetelerde İmam Hatiplere Bakış: Rapor 2018” in ikinci bölümünü oluşturan ve 148 medya mensubu ile yapılan görüşme notlarında yer alan iki husus ise çok dikkat çekici. Mesela, “Ailenizde ya da yakın akrabalarınızda İmam Hatip Lisesinden mezun veya okuyan kimse var mı?” sorusuna, “Evet, var” diyenlerin oranı %89,2. Bunlar içinde İmam Hatipler aleyhine haber yapan ve onlara karşı ayrımcı dil kullanan basın kuruluşlarında çalışanlar ve yöneticilik yapanlar da var. Her 10 gazeteciden 9’unun çevresinde İmam Hatipli olması, İmam Hatip meselesine İmam Hatiplilerin gözünden bakabilme fırsatı veriyor. Medya mensuplarının bu doğal empati ve sağlıklı bilgi zeminini değerlendirmesi gerekir.

148 medya mensubu ile yapılan görüşmede, “Medyada İmam Hatiplilere yönelik yaklaşımlar sizce genel olarak nasıldır?” sorusuna %74,3 oranında “Medya İmam Hatiplere taraflı yaklaşıyor.” denilmesi de ilginç ve ironik bir durum. Bu sonuçtan ve diğer sorulara verilen cevaplardan şunu anlayabiliriz: Medya mensubu “birey” olarak, İmam Hatipler konusunda “haberci” pozisyonunda kendisini konumlandırırken, “Bir medya kuruluşu mensubu” olarak çalıştığı kurumun durduğu yerden kaynaklı bir bakışla İmam Hatipli karşıtı veya aşırı taraftarı olabiliyor. Doğrusu bu, üzerinde düşünülmesi gereken karmaşık bir durum...

Bu süreçte, hem ÖNDER hem de İmam Hatiplilerden edindiğim izlenim şu: Onlar, bizi haber yapın, eleştirin, takibe alın ama bunları “eğitim perspektifi” ile yapın diyorlar. Bunu hem aleyhte hem de lehte “ayrımcı dil” kullananlara yönelik söylüyorlar. Yani pozitif ayrımcı dil de negatif ayrımcı dil de istemiyorlar. Son bir veriyle yazımı tamamlayayım. Bugün 5.207 İmam Hatip Ortaokulu ve İmam Hatip Lisesinde yaklaşık 1.400.000 öğrenci eğitim görüyor. Ayrımcı her haber, hem öğrencilerle beraber aileler ve eğitim emekçilerini hem de gençlerin geleceğini etkiliyor.

* Kamuoyu araştırmacısı.

جنيف تستضيف القمة العالمية الثالثة للذكاء الاصطناعي.. الشهر الجاري



الاستخدامات أو تطوير تقنيات مذهلة تحاكي البشر.

ومنذ ما يقرب من عامين استحدثت دولة الإمارات وزارة للذكاء الاصطناعي كما أعلن وزير الاتصالات وتكنولوجيا المعلومات المصري الدكتور عمرو طلعت عن إعداد الوزارة لاستراتيجية للذكاء الاصطناعي كما قام بتعيين مستشار له بمنصب وزير الذكاء الاصطناعي وهي المهندسة سالي رضوان.

ويعرف الذكاء الاصطناعي بأنه علم وهندسة صنع الآلات والذكاء الذي تديبه الآلات والبرامج بما يحاكي القدرات الذهنية البشرية وأنماط عملها، مثل القدرة على التعلم والاستنتاج ورد الفعل على أوضاع ترمج في الآلة، كما أنه يعني بكيفية صنع حواسيب وبرامج قادرة على اتخاذ سلوك ذكي.

وتتسابق كبرى شركات التكنولوجيا في العالم في تطوير الروبوت الذكي لمختلف

أعلن الاتحاد الدولي للاتصالات، أن مدينة جنيف تستضيف القمة العالمية الثالثة للذكاء الاصطناعي في الفترة من 28 إلى 31 من مايو/ أيار، من أجل تحقيق الصالح العام، حيث تستهدف القمة ربط المبتكرين في مجال الذكاء الاصطناعي بالمسؤولين عن حل المشاكل وتحديد تطبيقات عملية للذكاء الاصطناعي من أجل دعم تحقيق أهداف التنمية المستدامة.

İnsan üzerine düşünmek

RIZA TEVFİK KALYONCU *



Filozof Martin Heidegger, “*Düşünmek Nedir?*” adlı kitabında, düşünmeyi, varlığı kayıt altına almadan, anlama gayesi ve onu dinleyebilme yeteneği olarak tanımlar. Aslında bu tanımlama, klasik metafiziğin temellerine yeni bir gözle tekrar dönmekten başka bir şey değildir. Çünkü Aristoteles; metafiziği en tümel, en genel ve diğer bilimlerin hepsinin varsaydığı bilgileri tartışan, bilim olarak tanımlamıştı. Bununla da kalmayarak, metafizikçiyi gerçek anlamda felsefe yapan kişi ve “*ilk felsefenin*” icracısı olarak nitelendirerek, felsefenin rolünü belirgin hâle getirmişti.

Peki, insan üzerine düşünmek ne demektir? Bu soruya çeşitli cevaplar vermek mümkündür. Klasik felsefe açısından bakıldığında varlık üzerine düşünmek ile insan üzerine düşünmek arasında özsel bir bağ vardır. Örneğin, varlık anlayışı düalist ise ve maddenin yanında maddi olmayan maddeye indirgenemez bir cevherin varlığı kabul ediliyorsa, bu durumda insanı, sürekli yenilenen, zihinsel bir durum içerisinde anlama gayesine sahip olunur. Eğer varlık bütünüyle maddenin bir modu ise bu durumda, maddeyi gözlemek ve anlamak için kullandığımız metotları, insanı gözlemek ve anlamak için kullanma sonucuna ulaşılır. Diğer taraftan da insanı, davranışları ve yapıp etmeleri ile anlama yöntemini zikredebiliriz. Klasik dönemde tasavvufun yöntemini bu kısımda değerlendirebiliriz. Tasavvufa, hâl ilmi denmesinin altındaki nedenlerden bir tanesi de “*insanın hâlleri*” üzerinden onu anlama metoduna sahip olmasıdır.

Nihayetinde her tür felsefi düşünme, sonucu itibarıyla insan üzerine bir düşünme olarak değerlendirilebilir. Çünkü felsefi anlamda bütün düşünme faaliyetleri, varlıkta herhangi bir şeye indirgenemeyen temeli anlama çabası olarak nitelendirilebilir. Bu temel de varlık kategorisini,

insan zihnini dikkate alarak inceleme yoluyla kavramsallaştırılabilir. Metafiziğin, ilk ilim olması ve düşünmenin temelinde bulunması da biraz bununla alakalıdır. Örneğin, Fârâbî'nin “*Arau Ehli Medineti'l Fazıla*” eserinde bu durumu açıkça görebiliriz. İlk bakışta, bir siyaset felsefesi eseri gibi görünen bu kitap, metafizikle başlar. Bunun nedeni insan davranışlarının düzenlenmesini amaçlayan ve bu davranışların neticesini inceleyen siyaset ilminin, bu neticelerin temelindeki düşünceleri ve ilkeleri araştıran metafizikle doğrudan irtibatlı olmasıdır. Metafizik, insanın anlam dünyasında meydana gelen bütün bilgilerin dayanaklarını, varlık karşısındaki tutumu nasıl ve nereden başlatacağımızı inceleyen bir disiplindir ve insan üzerine düşünmek, insanın ontolojisi ve metafizik dünyası üzerine düşünmektir. Psikoloji; insan davranışlarını, bu davranışların oluşturduğu ağları incelerken, felsefe ve metafizik, insan davranışlarının ilkelerini oluşturan inançları ve o inançların akıl ile olan münasebetini inceler diyebiliriz.

* İbn Haldun Üniversitesi Felsefe Bölümü.

Medyada İmam Hatip algısı

ÖNDER İmam Hatipliler Derneği Eski Genel Başkanı Halit Bekiroğlu, İmam Hatiplere ilişkin 2017'ye göre olumsuz değerlendirmelerin azaldığını kaydetti. Bekiroğlu, Fatih'teki ÖNDER binasında, gazetecilere yaptığı açıklamada, İmam Hatiplerin, bazen tarafgirlik bazen de karşıtlık üzerinden tartışılan bir konu olduğunu ifade ederek, İHL'nin Türkiye'nin en çok konuşulan ve tartışılan, olumlu-olumsuz yönleriyle ele alınan, özellikle darbe dönemlerinde sıkıntılar yaşamış ve yaşatılmış bir eğitim modeli olduğunu anlattı.

28 Şubat dönemine değinen Bekiroğlu, şunları kaydetti: “28 Şubat'ta İHL'ler olumsuz bir süreç yaşamıştır. Medyanın İmam Hatiplere bakışı, İmam Hatip algısını epeyce etkilemektedir. Biz medyanın bakışını detaylı analiz etmeyi hep önemli gördük. Bu hem ÖNDER açısından hem paydaş diğer STK'lar hem de millî eğitimimiz ve diğer kurumlar, aynı zamanda basın için de faydalıdır. Bazen imam hatipleri savunurken kullandığımız dil, üslup, yöntem, farkında olmadan İmam Hatiplere zarar verebiliyor. Olumsuz haberleri çok abartılı, çok ölçsüz, saygı sınırlarını aşan dil, medyaya da zarar veriyor ama en önemlisi bu okullarda okuyan çocuklarımıza, velilerimize, dolayısıyla bu ülke vatandaşına farkında olarak ya da olmayarak çok büyük zararlar veriyor.”

İmam Hatip algısının özellikle medyanın dili üzerinden değerlendirilmesinin faydalı olacağını düşünerek hareket ettiklerini söyleyen Bekiroğlu, “Çalışmalarımız sonrasında elde ettiğimiz verilerde ortaya ilginç sonuçlar çıkıyor. Raporu detaylıca incelediğimizde 2017'ye göre olumsuz

değerlendirmelerin azaldığını görüyoruz. Bu önemli bir gelişmedir.” dedi. Bekiroğlu, 2017 ve öncesinde İmam Hatip meselesinin, daha fazla siyasî düzlemde tartışılan bir meseleyken şimdi daha az siyasî boyutuyla konuşulduğunu ifade ederek, “İmam Hatip okullarımız, eğitim meselesi üzerinden tartışılmalı ve gençlerimizin geleceği üzerinden konuşulmalıdır. Biz bunu siyasî düzlemde tartıştığımız zaman tarafgirlik, karşıtlık gibi bir alana, adeta cepheleşmeye hapsedilmiş oluyoruz. Medya, STK, siyasetçiler, bürokratlar ve akademisyenler olarak bu durumdan çıkmamız gerekiyor.” şeklinde konuştu.

Bekiroğlu şöyle devam etti: “Türkiye'nin yurt dışına ve İslam dünyasına sunabileceği en önemli eğitim modeli, İmam Hatip modeli olarak görülmektedir. Yurt dışında yaklaşık 50 İmam Hatip açıldı ve bu okulları gelip Millî Eğitim Bakanlığımızdan öğrenmeye çalışan insanlar, devletler, kurumlar var. Meseleyi dar bir tartışma alanına hapsederek, özgün modelini heder etmememiz gerekiyor. Kendi siyasî tartışmalarımız, tarafgirliklerimiz ve kamplaşmamıza bu eğitim modelini feda etmememiz gerekiyor diye düşünüyorum.”

“Hepimizin yakınında bir İmam Hatipli var”

ARGETUS Araştırma Danışmanı Erol Erdoğan ise ÖNDER'in raporuna katkı sunmak için medya çalışanlarının imam hatip meselesine nasıl baktıklarına ilişkin bir araştırma yaptıklarını dile getirerek, “53 medya organında farklı pozisyonlarda görev yapan kişilerin, İmam Hatiplere bakış açılan ve ilgili durumlarını ölçmeye yönelik bir çalışma yapıldı.



Halit Bekiroğlu

Raporda, her bir medya mensubu yaptıkları haber kadar olumsuz değil. Gazetecilerin, buldukları yer veya medya organından dolayı daha fazla ayrımcı dil kullandıklarını görüyoruz.” değerlendirmesini yaptı. Araştırmaya katılan medya mensuplarına, “Ailenizde ya da yakınlarınızda İmam Hatip Lisesi mezunu olan biri var mı?” sorusuna, yüzde 90'a yakın “Evet” cevabı verildiğini anlatan Erdoğan, şunları kaydetti: “Hepimizin yakınında, çevresinde bir İmam Hatipli var ve bu Türk medyası için güzel bir imkândır çünkü meseleye daha içeriden bakabilme fırsatı sunuyor. Ayrıca İmam Hatip meselesinin çoğunlukla güncel, politik bir konu olarak ele alınmıyor olması da önemli bir husustur. Bu konu bir okul açısından avantaj olarak gözükse de, kendisini özellikle eğitimde öne çıkarmaya çalışan bir okul için dezavantaj olarak görülüyor. Dolayısıyla bu konu, hem ÖNDER gibi çalışan kurumlar nezdinde hem de eğitim meselesine daha objektif bakmak isteyen medya mensuplarının irdelenmesi gereken bir mesele ve sorundur.”

Arap dünyasında yeni bir dalga mı geliyor?



Tunus'ta 17 Aralık 2010 yılında bir seyyar satıcının kendisini yakmasıyla tetiklenen ve "Arap Baharı" olarak nitelendirilen sürecin başlamasının üzerinden sekiz yıl geçti. Arap Baharı süreci, bir dizi Orta Doğu ve Kuzey Afrika ülkesinde önemli değişimleri beraberinde getirdi.

Son sekiz yıl içinde Arap dünyasını etkileyen bu değişim rüzgârı, önceleri "Arap Baharı" olarak adlandırılırken, sonrasında yaşanan dramatik gelişmelerin bu isimle örtüşmemesinden dolayı "Arap İsyanları" olarak nitelendirildi ve hâlen bazı ülkelerde bu sürecin etkileri yaşanıyor. Suriye, Yemen ve Libya'da hâlâ devam eden iç savaşlar Arap İsyanları süreciyle başladı.

Ancak bu ülkelerde iç savaşlar sürerken, bugünlerde Sudan ve Cezayir'de yaşanan halk hareketleri ve her iki ülkede ordunun bu halk hareketlerine verdiği cevap adeta ikinci bir dalganın işareti gibi görülebilir. Cezayir ve Sudan'ın 40 milyonu aşan nüfuslarıyla Arap dünyasının ikinci ve üçüncü kalabalık ülkeleri olduğu göz önüne alındığında, bu ülkelerdeki gerilim Orta Doğu ve Kuzey Afrika'yı etkileyecek bir güce sahip.

Prof. Dr. Kemal İnat'a göre, bu iki ülkede yaşanan gelişmelerin ikinci bir Arap İsyanları dalgası başlatabileceği ve ilk dalgadan etkilenmeyen ya da az etkilenen ülkeleri de sarabileceği yönünde görüşler bulunduğu dikkat çekiyor.

"Peki, kim belirtiyor bu ülkelerdeki halk hareketlerinin yönünü?" diye soran Prof. İnat, Cezayir ve Sudan'da yaşanan gösterilerin ve sonrasındaki gelişmelerin, ilk Arap İsyanları dalgasında öne çıkan Tunus, Mısır, Suriye ve Libya'daki olaylarla benzerlikler içerdiğine dikkat çekiyor. Burada tabii ki Orta Doğu ve Kuzey Afrika'da etkinliğe sahip küresel ve bölgesel

güçlerin, bu gelişmeler karşısındaki takındıkları tavır büyük önem taşıyor. Her şeyden önce her iki ülkede gösteriler, demokratik yollarla gelmeyen ve demokratik seçimlerle gitme olasılığı bulunmayan rejimlere karşı halkın bir tepkisi olarak başladı.

Demokratik seçim şansının olmaması zemin hazırladı

Dünyada doğal gaz rezervleri açısından 11., petrol rezervleri açısından ise 16. sırada bulunan Cezayir'in bu zenginliğine rağmen yoksul bir ülke olması, gençler arasındaki yüksek işsizlik oranı ve bu sorunların sebebi olarak görülen Abdülaziz Buteflika'nın yerine cumhurbaşkanı olacak kişinin demokratik seçimlerle belirlenme şansının olmaması halkı bu isyana itti. Buteflika da, 1999 yılında darbeci askerlerin desteğiyle cumhurbaşkanı olmuştu. Ağır hastalığına rağmen yeniden cumhurbaşkanı yapılmak istenince gösterilerin fitili ateşlenmiş oldu.

Sudan'da halkın darbeyle iktidara gelmiş ve 30 yıldır ülkeyi yöneten Ömer el-Beşir yönetimine karşı isyan etme gerekçesi ise yoksulluktu. Sudan, kişi başına milli gelir sıralamasında 135. sıra ile dünyanın en yoksul ülkeleri arasında yer alıyor. Sınırlı kaynaklar, önce Güney Sudan'ın ayrılmasıyla sonuçlanan iç savaş, sonra da Darfur bölgesindeki çatışmalarla ayrılınca, halkın temel ihtiyaçlarının karşılanması giderek zorlaştı. Ömer el-Beşir'in değiştirilmesi de demokratik çözüm mekanizmaları olmadığından gerçekleştirilemedi. Ekmek fiyatlarının aşırı yükselmesi isyanlar için yeterli oldu.

Bu açıdan bakıldığında, her iki ülkede yaşanan isyan hareketlerinin de Arap dünyasındaki ilk isyan dalgasıyla çok benzer olduğunu belirten Prof. İnat, şu ifadeleri kullanıyor:

"Tunus ve Mısır'da da halk yoksulluğa ve onlarca yıldır ülkelerini yöneten diktatörlerin demokratik yollarla değiştirilememesine tepki olarak isyanları başlatmıştı. Ancak bu benzerlik aynı zamanda Sudan ve Cezayir halkı için endişelenmemize de neden oluyor. Zira ilk isyan dalgasının sonuçlarına baktığımızda, Mısır'da eski diktatörlük rejimi daha sert bir şekilde yeniden inşa edilirken; Libya, Suriye ve Yemen hâlen iç savaşlarla boğuşuyor. Tunus'ta ise görünüşte demokrasi var, ancak eski rejimin aktörleri, halkın çoğunluğu tarafından desteklenen Nahda hareketine iktidarı terk etmemekte kararlı."

"Devrimler çalındı"

Arap dünyasında halkların, kendilerini yönetecek siyasetçileri kendileri belirlemek için isyan ettiklerini, ancak ulaşmayı arzu ettikleri devrimlerin birileri tarafından çalındığını belirten Prof. İnat, "Birileri devreye girdi ve özgürlük ümit eden Arap halklarını daha despotik yönetimler ve yıllarca süren iç savaşlarla karşı karşıya bıraktı." ifadelerini kullanıyor.

ABD ve Rusya gibi küresel aktörler için Mısır, Libya, Tunus ve Suriye halklarının özgürlüğü değil, kendi çıkarlarının önemli olduğuna vurgu yapan Prof. İnat, bu nedenle iç dinamiklerle başlayan isyan süreçlerinin, dışarıdan gelen müdahale ve manipülasyonla iç savaş ya da daha despotik yönetimleri getiren karşı devrimlere evrildiğini belirtiyor.

"Aynı süreçlerin şimdi Cezayir ve Sudan'da tekrar yaşanması ihtimali maalesef çok kuvvetli." diyen Prof. İnat, buna gerekçe olarak, Arap dünyasında hâlâ belirleyici olanın halkların isteğinden çok, küresel aktörlerin ve onların bölgedeki müttefiklerinin güç ve çıkarlarını gösteriyor.

Trump under fire for “disgusting” comments about Muslim Congresswoman Ilhan Omar

U.S. President Donald Trump is under fire from veteran Democrats in the Senate for his “disgusting” and “shameful” remarks on Democrat Congresswoman Ilhan Omar.

Earlier, Trump tweeted a video and retweeted another person’s tweet which targeted the Minnesota representative. He has been mocking Ilhan Omar just days after a man was arrested for threatening to kill her. Trump took it another step further with yet another dangerous and threatening tweet. Trump’s tweet featured a video that shows Ilhan Omar speaking to the Council on American-Islamic Relations (CAIR) in March 2018. Omar’s comments are followed by vivid images of the September 11, 2001 attacks on the World Trade Center and the Pentagon. Trump pinned the hate-filled tweet on his Twitter, “WE WILL NEVER FORGET!” He wrote above the graphic video.



The outpouring of support for Omar, and particularly after Trump’s latest tweet, was immediate.

#IStandWithIlhan began quickly trending on Twitter. Veteran Democrats Bernie Sanders and Elizabeth Warren, two Democrat presidential runners, slammed Trump on Twitter.



“Ilhan Omar is a leader with strength and courage. She won't back down to Trump's racism and hate, and neither will we. The disgusting and dangerous attacks against her must end,” Sanders said.



“The President is inciting violence against a sitting Congresswoman—and an entire group of Americans based on their religion. It's disgusting. It's shameful. And any elected leader who refuses to condemn it shares responsibility for it,” Warren said.

Trump criticized the Muslim lawmaker after comments surfaced of her talking about the Islamophobia Muslims faced in the post-Sept. 11 era.

The video pulls a snippet of Omar’s speech last month to the Council on American-Islamic Relations in which she described the 2001 attacks on the World Trade Center as “some people did something,” as well as news footage of the hijacked planes hitting the twin towers. Trump tweeted, “WE WILL NEVER FORGET!”

Neither Trump’s tweet nor the video includes her full quote or the context of her comments.

Omar told CAIR in Los Angeles that many Muslims saw their civil liberties eroded after the attacks, and she advocated for activism.

“For far too long we have lived with the discomfort of being a second-class citizen and, frankly, I’m tired of it, and every single Muslim in this country should be tired of it,” she said in the March 23 speech, according to the video posted online. “CAIR was founded after 9/11 because they recognized that some people did something and that all of us were starting to lose access to our civil liberties.”

CAIR was founded in 1994, according to its website, but its membership increased dramatically after the attacks.

Twitter users opened several hashtags in support of Omar.

طوره علماء أترك: علاج للرهاب باستخدام تكنولوجيا "الواقع الافتراضي"

بتقنية ثلاثية الأبعاد وكأنها حقيقية، و ثم نقوم بتلقينه بعض الحركات والتصرفات للتغلب على رهابه أثناء ذلك.

وشددت على أن أهم ما يميز البرنامج، هو سيطرة طبيب النفس على المريض خلال جلسة معالجته، وفقاً لما تتطلبه الحالة حينها.

ولفتت إلى إمكانية إجراء تغييرات على نمط الوسط الافتراضي، والسيناريوهات المخطط لها، والأفراد الافتراضيين المحيطين بالمريض خلال جلسة المعالجة، فضلاً عن إمكانية إعادة السيناريو بقدر الحاجة إلى ذلك.

ويقوم البرنامج في الوقت نفسه، بقياس سرعة نبضات قلب المصاب، ودرجة تعرقه وغيرها من المشاعر النفسية والفيزيائية خلال جلسة المعالجة.

وأشارت في ختام حديثها، إلى أنهم قاموا بإجراء تجارب على البرنامج، وحصلوا على نتائج إيجابية، مشيرة إلى أن هذا البرنامج هو الأول من نوعه في تركيا.

وقالت إن مشروع تطوير البرنامج التكنولوجي المذكور، جاء بالتعاون بين قسمي علم النفس، والمعلوماتية وتكنولوجيا التعليم، لدى الجامعة، وبدعم من مؤسسة الأبحاث العلمية والتكنولوجية التركية (توبيتاك).

وتابعت قائلة: "يتم تشخيص الحالات التي يخشى منها المصاب بالرهاب الاجتماعي، ومن ثم تصميم أوساط افتراضية ثلاثية الأبعاد وفقاً لذلك، وتأمين مواجهته مع الحالات التي يخشاها ويشعر بالرهاب تجاهها. وتم اعتماد هذه الطريقة كأحد أساليب علاج هذا المرض."

****سيناريوهات متعددة**
وذكرت أن البرنامج يتضمن 9 سيناريوهات افتراضية مختلفة، خاصة بفئات معينة من المصابين، مثل رجال الأعمال، والأكاديميين وغيرها من أصحاب المهن والوظائف التي تتطلب إجراء حوار مع الأشخاص وجموع الناس، وإلقاء خطابات.

وأردفت: "نقدم نظارات افتراضية للمصاب، يرى من خلالها الوسط الذي يخشى منه



الوجه، وتسارع نبضات القلب.

وأشارت إلى أن المصابين بهذا المرض، يعانون صعوبة في إلقاء كلمة، أو الحديث إلى مجموعة من الناس، ويشعرون بالقلق إزاء ذلك، مبينة أن هذه النوعية من المرض، هي الأكثر انتشاراً بين الاضطرابات النفسية البشرية.

****مواجهة افتراضية**
وأوضحت أنهم يقومون من خلال برنامج الواقع الافتراضي، بتأمين مواجهة المريض مع الحالات التي يخشى منها، وذلك عبر تهيئة وسط مناسب يحاكي الأوساط التي يشعر بالخوف منها، في خطوة الهدف منها تبسيط الأمر أمامه، وإقناعه بأن الذي يخشاه لا يشكل خطراً تجاهه.

نجح علماء أترك لدى جامعة الشرق الأوسط التقنية، بالعاصمة التركية أنقرة، في تطوير برنامج قادر على معالجة فوبيا القلق الاجتماعي (الرهاب الاجتماعي)، بالواقع الافتراضي.

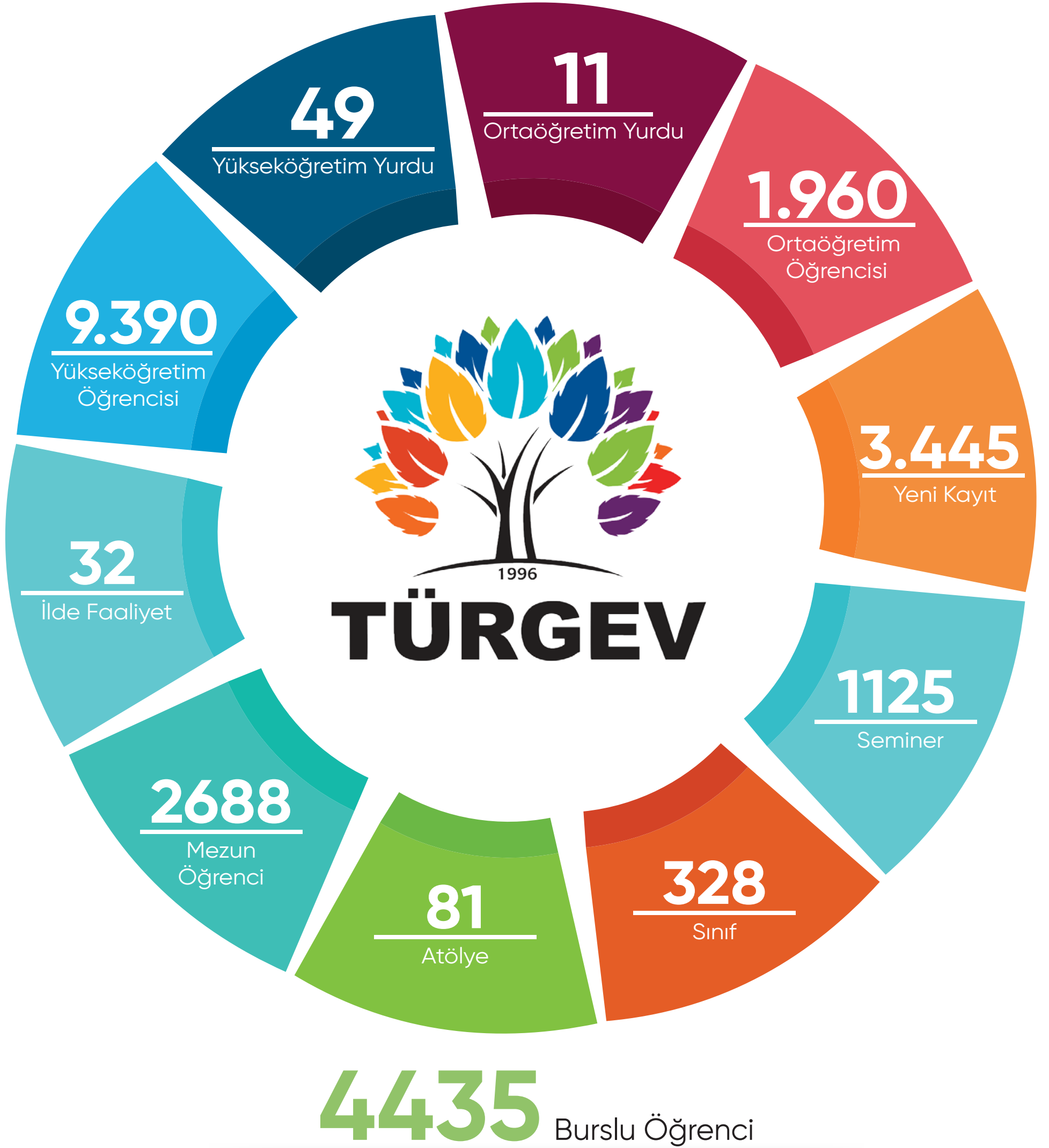
ويقوم البرنامج التكنولوجي بمعالجة الأشخاص الذين يعانون الرهاب الاجتماعي، عبر تأمين مشاركتهم في مؤتمرات، ومحاضرات واجتماعات افتراضية، والتواصل مع المشاركين الآخرين بهدف التغلب على المرض النفسي الذي يعانونه.

****خشية الآخرين**
وقالت طوبى توكال، الأكاديمية في قسم المعلوماتية وتكنولوجيا التعليم بجامعة الشرق الأوسط التقنية، وإحدى المشاركات في البرنامج، إن مشكلة فوبيا القلق الاجتماعي عبارة عن خشية المريض من التواصل مع الآخرين أو تلقي الانتقادات والتقييمات السلبية من قبلهم في الأوساط الاجتماعية.

وأضافت أن المشاعر السابقة يرافقها حالات فيزيولوجية أخرى مثل التعرق، واحمرار

2018-2019 Eğitim Öğretim Dönemi

RAKAMLARLA TÜRGEV



10.000

'den Fazla Öğrenciye Hizmet Veriyoruz

Where is Turkey-US relation going?

New developments between Turkey and US fuel tensions between the two countries and a long waited recovery seems unlikely at least for a short term. Despite U.S. President Donald Trump's promises to President Recep Tayyip Erdoğan over the phone, no problem has yet gone away.

Quite contrary, according to Burhanettin Duran, professor of the Department of Political Science and International Relations at Ibn Haldun University, the foreign policy establishment and Congress continue to try and undermine bilateral relations. Against the backdrop of strongly-worded statements on Turkey's plan to purchase the S-400 missile defense system from Russia, a couple of anti-Turkish resolutions made their way to the Senate. A resolution calling for sanctions over U.S. citizens and consular officials in Turkish prisons, a resolution calling for the recognition of the 1915 events as "genocide" and a resolution urging the United States to cooperate with Greece, Southern Cyprus and Israel in the Eastern Mediterranean against Turkish interests, and finally a resolution calling to an end to Washington's decades-old arms embargo on Southern Cyprus also urges U.S. government to strengthen its military cooperation with Greece and Southern Cyprus.

Professor Duran finds the last resolutions quite remarkable in his article published in Daily Sabah. He says, "It proceeds to warn Turkey not to interfere with the ongoing search for energy reserves in the area. By doing so, the resolution presents Washington an alternative and interventionist Eastern Mediterranean policy. Instead of cooperating with Turkey to contain Russia's influence on the East Mediterranean, it calls for a closer partnership with Greece, Israel, Egypt and Cyprus. At the same time, it seeks to reduce Europe's dependence on Russian energy and move the Saudi-Egypt-Israeli-Gulf line against Iran to the Eastern Mediterranean."

According to Duran, the sponsors of that resolution seem to have forgotten that it was the United States who helped Moscow strengthen its influence over the Middle East by allowing the Russians to meddle in the Syrian civil war. Instead, the U.S. has moved to create a new, anti-Turkish order throughout the region. To add insult to injury, the U.S. State Department issued a new travel advisory to warn Americans against the risk of kidnapping in Turkey. Meanwhile, David Satterfield, President Trump's pick for ambassador to Ankara, told the Senate Foreign Relations Committee that, if confirmed, he would mount pressure on Turkey to make the "right decision". Professor Duran believes like his predecessors, Satterfield seems to think that his job is to pressure Turkey, rather than repair America's bilateral relations with the country.

"Relations severely losing blood since 2013"

According to professor Duran, the current state of affairs cannot be explained by saying that there have been difficulties in Turkey-U.S. relations. "We are nowhere near the Cyprus crises of 1963 and 1974 or the 2003 arrest of Turkish operatives in Iraq," he adds.



It is very easy to say that current tensions are unprecedented. Turkey's 70-year-old partnership with the United States has been continuously and severely losing blood since 2013. Unfortunately, all of Turkey's diplomatic efforts have been met with the anti-Turkish sentiment in Washington. Professor Duran believes that the relationship went south is not about the mismanagement of tensions. "From the Turkish perspective, Washington's unwillingness to accept that Turkey, like America, must update its strategic priorities lies at the heart of the problem," he adds.

Professor Duran says that the American seek to maintain the asymmetrical nature of the relationship by mounting constant pressure on Turkey. Moreover, Washington's short-term tactical interests are at odds with Turkey's long-term strategic interests, and the United States does not feel responsible for its ally's welfare. Since Americans insist that they are always right when there is a disagreement between them and the Turks, this view gives rise to a discourteous policy that blames Turkey for all bilateral tensions. Also, false conclusions poison the bilateral relationship.

Professor Duran aligns a list of the things U.S. policymakers judged wrongly.

- That arming YPG, the terrorist organization PKK's Syrian component, would not harm Turkish interests.
- Turkey's fight against YPG would undermine America's fight against Daesh.
- That there was insufficient proof of Fetullah Gülen's involvement in the 2016-coup attempt and, therefore, Gülen could not be extradited to Turkey.
- That U.S. employees, whom Turkey arrested over their alleged involvement in the coup attempt, were innocent and their treatment was not compatible with the Turkish-American alliance.
- That imposing sanctions on Turkey in an attempt to destroy the Turkish economy was the right reaction.
- That bringing the perpetrators of the coup attempt to justice and adopting a new system of government were proof of Turkey's move away from democracy.
- That strengthening relations between Turkey and

Russia posed a threat to NATO.

- That Turkey's move to purchase the S-400 missile defense system undermined the alliance's collective security.
- That Turkey must be removed from the F-35 program and disciplined with CAATSA sanctions if it moves forward with the S-400 deal.

And finally, Turkey must be accused of turning its back on the Western alliance if it speaks up against its critics.

"U.S. should reverse its crude policy"

The latest resolutions demonstrate that Washington's miscalculations threaten to uproot America's Turkey policy. In the name of containing Russian and Iranian influences, the United States identifies new priorities and turns to new allies in the Middle East and the Eastern Mediterranean. In doing so, Washington throws its weight behind Turkey's adversaries and undermines the Turkish national interest.

Professor Duran believes some of the current tensions relate to Washington's new strategic choices. "Although Trump wants to maintain his dialogue with his Turkish counterpart, he lacks the ability to override objections from the establishment and Congress," he adds.

Duran argues that Russia's growing influence in the region, along with Turkey's rapprochement with Moscow, stemmed from U.S. foreign policy under the Obama and Trump administrations. "Specifically, those administrations failed to treat Turkey as an ally. Instead, they resorted to measures otherwise reserved for adversaries, such as lending support to terrorist groups and imposing economic sanctions on the country."

"Washington tells the Turks to make a decision about the S-400 missile defense system, yet merely imposes its own choice on Turkey," tells professor Duran, adding, "Unless America reverses its unilateralist and crude policy, the bilateral relationship could get out of control. What we really need is a new approach that recalls our shared strategic interests."

Sosyal bilimlerin belirleyici dışsalı ve doğum lekeleri (2)

.....
HALİL BERKTAY *



Nomotetik ve idiyografik ayırımında kalmıştım. Yunanca nomos'tan türetilen nomotetik, yasa koyma ya da yasalara ulaşabilme kapasitesi demek. Bu da çok uzun süre sadece bilimin (= doğa bilimlerinin) ayırt edici özelliği sayılıyordu. Çünkü sadece onlar, doğadaki sebep-sonuç ilişkilerini inceleyerek, adına yasa dediğimiz büyük ve kalıcı genellemeler formüle edebilmekteydi. Kıskançlık uyandıran bir potansiyeldi, başkaları açısından. Daha sonra sosyal bilimci diyebileceğimiz insanlar gıpta bakıyordu, doğanın yasalarını fiziğin, kimyanın, biyolojinin bulup çıkarabilmesine. Her şey "asıl bilim" in gölgesinde kalmıştı ya da şöyle diyebiliriz: Doğa bilimleri bir paradigma oluşturmuştu ve bütün diğer bilgi dalları için de bu ölçütlerle bilim olarak tanınmak, gıpta edilen bir merteye, bir özlem ve onur sorunu hâline gelmişti.

18. yüzyıl boyunca geliştiğini söylediğim yeni bilgi dalları içinde bunu, öncelikle Ekonomi, Siyaset Bilimi ve Sosyoloji başardı ve birer sosyal bilim oldukları, ayrı departmanlar hâlinde örgütlenmeleriyle de tescil edildi. Buna karşılık Tarih, nomotetik değil idiyografik çalışmak yani ortaklıklar ve genellemeler peşinde koşmak yerine sadece somutluğu içinde özeli, benzersizi, tekili ve hatta tikeli yakalamakla görevlendirildi. Yöntemleri ve araştırma tarzı bilimseldi ama edindiği bilgileri istifleyiş ve birbiriyle bütünleyiş tarzı itibarıyla bilim değildi, çünkü biriktiriyor, bilgi yığınları oluşturuyor ama bunları teorik bir yapı veya kurgu içine sokmuyor; faraza insanlık tarihinin tamamı için genel bir model oluşturamaya kalkmaması gerekiyordu. Türkiye'nin ünlü 20. yüzyıl Osmanlı tarihçilerinden Ömer Lütfi Barkan'ın da hararetle savunacağı gibi, bu tarihin değil sosyolojinin işiydi.

Sosyolog, çeşitli zaman-mekân dilimleri arasında belki bazı benzerlikler görebilirdi. Tarihçi bu tür benzerliklerle ilgilenmemeli; her bir zaman-mekân dilimine ayrı bir özgüllük olarak yaklaşmayı sürdürmeliydi.

İyi de, Tarihin gerçekliği ile Sosyolojinin gerçekliği farklı olabilir miydi; örneğin iki farklı sosyo-politik formasyona sosyolog benzer, tarihçi benzemez diyebilir miydi? Bilimin komple çözüm veya kapsayıcı çözüm arayışının neresinde kalırdık o zaman? Dahası, her benzemezlik, ancak bazı benzerlikler içinde benzemezlik değil miydi? Benzerlikleri görmeksizin sadece benzemezlikleri görmek mümkün müydü bilişsel açıdan? Ne ki, 19. yüzyılın kurucu babaları çok ilgili değillerdi bu gibi tutarlılık sorunlarıyla. Onlar için, yeni disiplinleri birbirinden ayırtmak ve her birini kendi özel, izole nişine oturtmak önemliydi. Tarihçinin görev alanını yeniden tanımlar ve son derece dar bir alana bakmaya ya da küçük küçük öbeklere yoğunlaşmaya yönlendirirken, buydu kafalarındaki: Tarih ile bir yanda (*Felsefenin bir alt-dalı olması gereken*) Tarih Felsefesi, diğer yanda Edebiyat ve keza bütün diğer (*nomotetik*) sosyal bilimler arasında net ve kesin kırmızı çizgiler çekmeye çalışıyorlardı. Şu da doğrudu kuşkusuz: Önceki 2300 yıl boyunca tarihçinin ne zaman tarih, ne zaman felsefe, ne zaman edebiyat yaptığı belli olmamıştı her zaman. Tersten söylersek, Tarih adı altında geçmişe değil geleceğe, insanlığın nereye gittiğine dair yorumlarda bulunmak da, ampirik verilere dayandırılmamış fiktif anlatımlara girmek de sık rastlanan deformasyonlardı. Oysa Tarih yüzde yüz sınırlı, yüzde yüz saf ve yüzde yüz belgeci-belgesel olmalıydı. Bundan böyle teori yasaktı, çünkü Felsefeye (*Tarih Felsefesine*) götürürdü. Karşılaştırma (*komparatif yöntem*) yasaktı, çünkü Sosyoloji, Antropoloji veya Siyaset Bilimine götürürdü. Verilerdeki boşlukları kısmen de tahminle, hayal gücüyle aşmaya çalışmak yasaktı, çünkü kurmacaya, Edebiyata götürürdü. Bu tür metodolojik sapmalara sivrulmamak, idiyografik tanımlamaya mutlak bağlılıkla mümkündür.

Bu Tarih örneği üzerinde biraz uzunca durdum, çünkü (*kendisi yukarıda anlattığım ölçüler içinde bir sosyal bilim sayılmasa da*) 19. yüzyıl başlarında sosyal bilimlerin nasıl bir düşünsel ortamda şekillendiğini daha kolay anlamamızı sağlıyor.

Geçmişte ve bugün yaşanan her türlü süreç için, "belirleyici dışsal" veya "kurucu dışsal" (*constitutive outside*) dediğimiz bir çerçeveden söz edebiliriz. Bunun illa bilinçli, kasıtlı bir "kompl" olması gerekmez; nitekim çoğu zaman değildir de -- gerçekleri taammüden çarpıtmak (*faraza Batı dışı toplumların aleyhine olacak bir zihinsel evren kurgulamak*) için çaba sarf eden (*sömürgeci*) bir "üst akıl" yoktur ortada. Bunun yerine, belirli düşünce geleneklerinin üst üste binmesi, iç içe geçmesinden oluşan bütünsel bir zemin, bir atmosfer, o an için dışına çıkılması zor bir çerçeve söz konusudur.

1750'lerin Fransız Encyclopédie'sinin ve sonra 1800'lerin Berlin Üniversitesinin, neydi "belirleyici" veya "kurucu dışsal"ı? Ne gibi özellikler taşıyordu? Sonraki gelişmeler içinde çok eleştirilecek dört karakteristiğinden söz edilebilir. Birincisi, yukarıdaki Tarih ve Sosyoloji (*keza Tarih ve Edebiyat, Tarih ve Felsefe ilh*) örneklerinde de görüldüğü gibi, ayrışma, fazla dar ve ince dilimleme ya da aşırı spesiyalizasyon üzerine kuruluydu. Tarih ve Sosyolojiyi her nasılsa birbirlerine hiç dokunmayabilirmiş gibi "tanıyor"du da, diyelim ki Tarihsel Sosyolojiyi veya Sosyolojik Tarihi henüz hiç ama hiç tanıyamıyordu. Disiplinler (*ve bölümler sanki birbirleriyle hiç konuşmamalı, en ufak bir etkileşim ve alışverişte bulunmamalıydı. İkincisi, Ekonomi gibi bazı istisnalarla da olsa, güçlü bir ampisizm ve pozitivizm vurgusu söz konusuydu. Bu da çok büyük ölçüde bilimin (= doğa bilimlerinin) gölgesinde yaşamak ve onların metodolojik üstünlüğüne hayran olmaktan kaynaklanıyordu. Örneğin tarihçiler için teoriyle ilgilenmek, Ekonomi ve Sosyolojinin enforme ettiği yaklaşımlarla tarihte belirli örüntüler, pattern'lar aramak tabuydu; derhâl ve kestirmeden "Tarih Felsefesiyle uğraşmak ve gelecek hakkında kehanetlerde bulunmaya kalkmak"*) la suçlanmaya götürebiliyordu.

Sosyal bilimlerin doğuş ânının belirleyici dışsalına damgasını vuran diğer iki özellik, (*üç*) milliyetçilik ve (*dört*) Avrupa-merkezçilikti. Onları da gelecek sefer ele alacağım.

[Açık Medeniyet'in Haziran sayısında devam edecek ve sona erecek]

* İbn Haldun Üniversitesi Tarih Bölüm Başkanı.



Fossils, estimated to be some 11 million years old, were discovered in an eastern Turkish province, Muş. The fossils came into daylight after the snow covering the Yedikavak region, some 10

11 million-year-old fossils found in eastern Turkey

kilometers away to the Varto district, started to melt with the increasing temperature.

"Fossils belong to living creatures that existed in ecological conditions of Lake Acısu," said İskender Dölek, a geomorphologist from Muş University. "We are 650 meters above the sea

level, which is why we think it is important for the geological history of Anatolia," he added. Dölek said that microfossils, as well as mussel shells and snails, were also found in the region. The discoveries were important to explain the paleo-geological and paleo-geomorphological conditions of the fossils, he added. Ertan Öncel,

an official from the Environment and Urbanization Ministry, said they will carry out the necessary works to register the fossils. "There are many geological sites and fossils within the borders of Muş," Öncel added. Öncel also said that the necessary measures will be taken to protect the area.

Hakikatin örtüsü "cevap"tan uzak, güzelin ifadesi "soru"dan yakın

ABDULHAMİT GÜLER *



İnsan, iyileşmenin tarihini yaşatır. Talihindeki iyiliklerle yaşar. İnsanı insanda, insandan iyi yapan şey ihsandır. Olumlamaktır. Olumluluktur. Uyumdur. Ve insanın olumlu istikametinin yürütücü motivasyonu sorundur. Uyumsuzluktur. Olumsuzluktur.

Hayata dair negatif ne varsa insana malzemedir. Pozitifleştirilme ve uyum sağlayabilme adına imkândır. İmanın, imkândan uzak olduğu kadar yakın olması da bundandır.

İnsanlık tecrübesi, imkânın tercümesidir. Yerini belirler. İnsanın bilebildiği binlerce yıllık tarih boyunca istikamet değişmez. Aramaktır. Değişense yöntemdir.

İnsanın değişmeyen yöntemi sanat... Ruhunu, huyunu, suyunu, umudunu, lisanını, imanını, imkânını, izanını yansıtabildiği her türlü yöntemi kullanan insan, sanatın bitmek tükenmek bilmeyen ifade biçimini kullandı. Yüzyıllarca önce şiir, minyatür, resim, hat olan yöntem son bir asırdır yerini görsel malzemesi bol olan biçimlere bırakıyor. Daha önceki bütün yöntemleri de içinde barındıran

sinema, insanın ihsan söylemi için en kuvvetli araç hâline geldi.

Sinemanın, güzelliğin ifadesi açısından barındırdığı imkân, mucitleri tarafından sınırlı oranda kullanıldı. Batı'nın "icad" olan ve bu minvalde biçimi şekillenen sinema, az oranda barındırdığı iyilik ifadesini arayıp durdu. Sinema, Batılı olmayanların (siz Doğulu deyin) keşfinden sonra (kullanım imkânı olarak) yeni bir boyut kazandı.

Sanatı, Allah'ın güzel ifadesinin bir çeşit insanî ifadesi olarak gören İslam medeniyeti sinemayı geç buldu. Erken kaybedilmemesi gereken bir imkân olan sinema, Doğulu sanatkarlar elinde kendini arıyor. Evet, sinema kendini arıyor. Kendini arayan insanın ifade biçimi olarak kendini oluşturmaya çalışıyor.

124 yıllık geçmişi olan (teknik olarak) sinemanın sadece son 30 yıldır Müslümanların elinde zenginlik hâline geliyor olması da arayışı yolunun çeşitlendiğini ve tazelendiğini gösteriyor.

Burada dönüp bakılması gereken husus, Müslümanlar için yepyeni ve sınırsız mana alanı sunan sinemadan yeterince faydalanılıp faydalanılmadığıdır. Maalesef bu hususta hızlı yol alamadık. Genç ve çok hızlı bir şekilde çeşitlenen yöntemler barındıran sinemada kendini ifade etme ve arayışında zenginleşme imkânı bulan yeni sinemacılar, eskimeyen yenilik hareketinin de öncüsü olabilir.

Müslüman sinemacıların elinde tahmin edemeyecekleri bir deniz var. Kesinlikle sıkıntı yaşamayacakları konu denizinden yeni yöntemler çıkarılabilecekler. Zira yöntem, içerikle şekil alır.

Genelde sanatı, özeldeyse sinemayı güçlü, özgün ve bitimsiz kılan da bu zenginliktir. Manayı yönetime ulaştırabilmek budur. Zira mana da yöntem ile konuşur.

Müslüman sinemacı bilmelidir ki yöntem, söylemesi gerekenin dile gelmesidir. Söze değil, dile gelmesidir. Manaya ulaşma yolundaki yeni dildir bu.

Sanat, yenilenmeyen dili yutar. Yenilenmeyen dil, zamana yenilir. Zaman, yenilikle diri kalır. Dinç zihni ve yöntemi ifade eden "irilik" de buradan beslenir.

Sinema, iri gönüllerin diri yöntemlerini barındırıyor. Müslüman için gereken tek şey bu arayış istikametinin farkında olmak. Zaten istikamet, arayıştır. Hakikat, arayıştır. Yani sorudur. Hiçbir cevap yoktur ki hakikat olsun. Hakikat, cevap olamayacak kadar bitimsiz bir yoldur. Bitmeyen bitmemesi gereken soruların sorusudur.

Müslüman sinemacılar -tam da bu zaviyeden- "ne anlatmalıyım" değil, "nasıl anlatmalıyım" sorusu üzerine kafa yormalıdır. Çünkü güzel, soruda gizlidir. Sonsuza kadar da gizli kalacaktır. Güzelliği ancak tadabiliriz. Anlayabildiğimiz ölçüde... Ölçü ise sorudur. Cevabın çoğaldığı sanat eserinde soru can çekişir, ölçü gizlenir, güzelin üstü örtülür. Küfürdür yani... Cevap vermek, soruya mahal bırakmamak hakikatin üstünü örtmektir.

Sinema, üstü örtülemez kadar güçlü bir soru yöntemidir. Bu zenginliğin farkına varan, soru denizinde güzelle yaşar. Böylece tarih iyileşir. İnsan iyileşir. İyilik kıtalar dolaşır ve sorulaşır.

* Yazar, yönetmen, senarist.



نتنياهو يشكر بوتين علي إعادة رفات جندي إسرائيلي فقد في لبنان

لبنان في 1982.

وقال بيان للجيش الإسرائيلي: "بعد 37 عاما، استعدنا بعملية استخباراتية نوعية، رفات المساعد زيخاريا باوميل، الذي قتل في معركة السلطان يعقوب، خلال حرب لبنان 1982، وكان مفقودا منذ ذلك الوقت".

ووقعت معركة السلطان يعقوب (قرية لبنانية قرب الحدود السورية) في جنوب لبنان، في 11 يونيو/حزيران 1982.

ولم يوضح الجيش الإسرائيلي تفاصيل عملية استعادة الرفات، لكن نتنياهو أشار إلى دور روسيا في استعادته، حيث قال مخاطبا بوتين: "توجهت إليكم قبل عامين بطلب شخصي أن تساعدونا في إيجاد رفات الجنود، بمن فيهم زيخاريا باوميل، انطلاقا من الشراكة الكبيرة بيننا بما يخص

تقدم رئيس الوزراء الإسرائيلي بنيامين نتنياهو، بالشكر إلى الرئيس الروسي فلاديمير بوتين، على المساعدة في إعادة رفات جندي إسرائيلي، فقد خلال الحرب الإسرائيلية على لبنان عام 1982.

وقال نتنياهو، في مستهل لقاء مع بوتين في العاصمة الروسية موسكو: "أود أن أشكركم يا صديقي، باسمي، وباسم الشعب الإسرائيلي، على ما قمتم به، وعلى الصداقة المتينة بيننا المهمة جدا لبلدينا، وللعلاقات بيننا، ولكنني أعتقد أنها تعلق وتعب عن قيمة مشتركة كبيرة جدا تجمع شعبينا، أود أن أشكركم نيابة عن الشعب الإسرائيلي أجمع".

وأعلن الجيش الإسرائيلي استعادة رفات جندي فقد قبل 37 عاما خلال الحرب ضد

مارس/ آذار، الاعتراف بسيادة إسرائيل على مرتفعات الجولان السورية المحتلة.

وكانت موسكو قد عارضت هذا الإعلان الأمريكي.

كما جاء اللقاء قبل أيام من موعد انعقاد الانتخابات الإسرائيلية العامة التي يواجه فيها نتنياهو منافسة شديدة.

وتنفذ إسرائيل منذ عدة سنوات غارات واسعة على أهداف في سوريا، تقول إنها تأتي في إطار مواجهة "التموضع العسكري الإيراني" في سوريا.

قيم الأخوة بين المقاتلين".

وكان نتنياهو قد قال للصحفيين: "أغادر البلاد لعقد لقاء آخر مع الرئيس الروسي فلاديمير بوتين، سنبحث الأحداث المتراكمة في سوريا والتنسيق المستمر والخاص الذي يجري بين جيشينا".

وأضاف، بحسب بيان سابق: "سنبحث أيضا قضايا أخرى تحظى بأهمية بالنسبة لدولة إسرائيل"، دون مزيد من التفاصيل.

وهذا هو أول لقاء بين نتنياهو وبوتين منذ إعلان الرئيس الأمريكي دونالد ترامب نهاية

Avrupa Rönesans'ı ve etkileşimleri

MEHMET ÖZAY *



Avrupa'da modern biliminin gelişmesinde Rönesans döneminin önemine kuşku bulunmamaktadır. Yeniye, moderne vurgunun da yapıldığı bu dönem, uzun bir süreci içine aldığı gibi farklı coğrafyalardaki kültürel etkileşimlerden de bir o kadar etkilenmiştir.

Rönesans yapılaşmasıyla, Avrupa'nın kültürel ve tarihsel kökleri olan Yunan medeniyeti ile bağlarının hatırlatılmasına güçlü bir vurgu yapıldığı kadar, İslam kültür ve medeniyetinin çeşitli unsurlarından da yararlandığı görülmektedir. Öyle ki, örneğin ticaret, savaş, insan mobilizasyonu vb. bağlamlarda gerçekleşen kültürler karşılaşması ve bu karşılaşmaların ürettiği sonuçlar anlamına gelen Rönesans süreci, farklı boyutlar içermektedir.

Bu durumda, Rönesans'la ortaya çıktığı ileri sürülen uyanış ve yenilenme olgularının, salt Avrupa merkezli bir bağlamla sınırlandırılmayacağı, aksine farklı toplumlarla girilen çeşitli düzeylerdeki etkileşimlerin ürünü olarak güçlü bir eklektisizmi içinde barındırmaktadır.

Tabii, bu konuyla ilgili tartışmalarda pek de dikkat çekilmeyen önemli bir hususa değinmekte fayda var. O da, Avrupa kültür ve medeniyetinin kökleri, telakki edilen Yunan medeniyetinin gelişiminde ne türden bölgesel veya o dönemin küresel etkileşimlerinin etkisi olduğu sorusudur. Burada da, tıpkı Rönesans döneminde gündeme gelen ticaret, savaş, insan mobilizasyonu gibi süreçlerin ortaya çıkıp çıkmadığı konusu ele alınmayı hak etmektedir.

Bununla birlikte, Rönesans bağlamında geliştirilen kültürel ve bilimsel yönelimler, bir başka ifadeyle, söz konusu uyanış ve yenilenme süreçleri noktasında Avrupa'nın merkeze alınarak öne çıkartıldığı da sıklıkla karşılaşılan bir durumdur.

Avrupa'nın coğrafi olarak merkeze alınması ile Avrupa kültür ve medeniyetinin diğer coğrafyalar, kültür ve medeniyetler karşısında üstün bir konumda kabul edilmesinin, bu dönemin bir özelliği olarak ortaya çıkması oldukça manidardır.

Bunun yanı sıra, Rönesans yapılaşmasının Avrupa kültür evreni sınırlarını aşip farklı coğrafyalara

taşınmasında hiç kuşku yok ki yine bu dönemde gelişme gösteren sömürgecilik süreçlerinin payı yadsınamaz.

Bu anlamda, Rönesans bitmiş bir süreç değil, devamlılık arz eden ve sömürgecilik süreçlerinden beslenen bir yapısı olduğu da anlaşılmaktadır. Ekonomik varsıllık ile Rönesans döneminin baş özelliklerinden olan sanatsal ürünlerin ortaya konması arasındaki ilişki, Rönesans'ın salt Avrupa sınırlarına bağlı kalınarak gerçekleştirilebilen bir süreç olmadığına işaret etmektedir. Aksine, sömürgecilik süreçlerinin bizatihi temel dayanak noktalarından olan, dönemin küresel ticarî ilişkiler ağının Avrupa Rönesans'ını besleyen sermayenin oluşmasındaki katkısı tartışma götürmez.

Bu çerçevede, Rönesans bağlamında gündeme gelen kültürel yapılaşma sürecinin farklı coğrafyalardaki diğer kültür ve medeniyet unsurlarıyla etkileşimi ortadadır. Tam da bu noktada, Rönesans ile onun neden olduğu keşifler çağı arasındaki karşılıklı ilişkinin, aynı zamanda Rönesans kültür ve medeniyetinin giderek daha yapıcı hâle getirilmesinde ekonomik varsıllığın nasıl elde edildiği ve rol oynadığı meselesi de bizi Avrupa'nın diğer coğrafyalarla etkileşimi konusu üzerinde dikkatle durmaya sevk etmektedir.

* İbn Haldun Üniversitesi Sosyoloji Bölümü.



Konya to celebrates 791st anniversary of Rumi's arrival in city

Konya celebrated the anniversary of Mevlana Jalaluddin Rumi, also known as Jalal ad-Din ar-Rumi's arrival in the city with great festivities and special programs. The great philosopher who believed in the importance of being patient and that moral and knowledge must be valued above all kind of earthly positions, honored central Turkey's Konya 791 years ago.

Supported by the metropolitan municipality, Konya, the last stop on Rumi's holy voyage made with love eight centuries ago, for the first time started with a special train service called "Rumi," that set off from Istanbul to Konya.

Entitled "Teşrif-i Konya" (Honoring Konya), the celebrations featured a ney performance and Masnavi with many figures from media, sports, science and culture circles.

The program will also included a march, gülbank prayer (prayer made by Janissary band members), Sema performances, a play "Vuslat" (Reunion),

a concert by Palestinian band Le Trio Joubran, which consists of Palestinian brothers Samir, Wissan and Adnan, the fourth generation members of a world-renowned lute player family, and Sufi film days.

Konya Governor Cüneyit Orhan Toprak and metropolitan municipality mayor, Uğur İbrahim Altay welcomed Esin Çelebi, a grandchild of Rumi from the 22nd generation, and her family after their walk from Karaman to Konya. It followed by the Love and Amity Walk between the tomb of Shams Tabrizi and Rumi in addition to the "Gülbank" prayer beside the sarcophagus of Rumi. Activities such as marbling, ceramic and painting exhibitions were also held for the first time this year.

Konya, a center for knowledge, philosophy and arts in Islamic lands, stretching from Khorasan to Andalusia at the time of the Seljuks, embraced many dervishes and gained great importance with the arrival of Mevlana.

A tiny election caused a rise of youth in Bangladesh

MOHAMMAD SAIFUDDIN *



Dhaka University, the most revered and oldest educational institution of Bangladesh carries a huge number of students that exceeds 40,000. This enhanced family of students must be taken care of and with this purpose, Dhaka University Central Students Union (DACSU) was formed in 1923. In the time of its origin, it was only Dhaka University Students Union (DUSU) and got its name DACSU in 1953.

On March 11, 2019, an election took place to determine the leaders of this significant

organization. The last election which occurred in 1990 gave a real high expectation with this 2019 election which was going to happen after 28 years. So, students of Dhaka University were looking forward to electing their favorite candidates. But the problem began at the night before the election day and keeps going onward to this day.

A group supported by the government started to fill up the ballot boxes which were kept at various student dormitories beforehand of the election. This incident made non-political students to hype up as they started to come out of their rooms and gather up to the places where these incidents of unfairness were being perpetuated. The situation escalated fast.

The government-supported student wing started to attack with sticks and various primitive arms. But the country witnessed an anomaly, "a counter-action" by students. This wave of counter-action spread like fire from one dormitory to another. And when the night ended, the students were able to prevent the opposition from filling up the ballot boxes. On the day of the election, when students were coming to vote, they faced a lot of difficulties

that were executed intentionally by the election authority. The time to vote was surprisingly very short comparing to 40,000 students. The university teaching staff, responsible to oversee this election, were also abetting the government supported students and leaving the others in the open field. But when this election officially ended with a string of unexpected and shameful incidents, it turns out that the opposition won even though amid the oppression and atrocities from the government.

This election gave rise to a question: did DACSU election give rebirth to a power of youth which was dormant before? This university campus has gone through a lot of shameful incidents since the current government came to power, but this kind of counter-action has never been seen. After the election ended, the civilians also are also hoping that this rise of youth in the leading education institution would inspire other students from other institutions and they, altogether, would bring a new dawn for the country.

* *Ibn Haldun University Sociology undergraduate student.*

Keşmir'de çatışma süreci

TAKDİR ALİ *



Geçmişte, Keşmir'in adı zikredildiğinde büyüleyici doğal güzellik, yeşil ovalar ve yüksek karla kaplı dağlar gözler önüne gelirdi. Bu güzellikleri sayesinde ki Keşmir, "Dünya'daki Cennet" ve "Asya'nın İsviçre"si gibi unvanlarla anılır olmuştur. Fakat ne yazık ki bu çekiciliği ve güzellikleri artık oralarda bulmak mümkün değildir. 1947 yılından itibaren Keşmir, iki nükleer güç olan Pakistan ve Hindistan'ın temel anlaşmazlık sorunu olmaya devam ediyor.

Jammu Keşmir, yaklaşık 250 bin kilometrekarelik alanı ve 20 milyon civarındaki nüfusuyla dünyadaki diğer 75 ülkeden daha büyük bir nüfusu barındırmakta ve bu nüfusunun kahir ekseriyetini Müslümanlar oluşturmaktadır.

Jammu Keşmir, beş bölümden oluşmaktadır. Bunlardan ilki "Azaad Keşmir yani Özgür Keşmir" Pakistan'ın kontrolü altındadır. Jammu, Laddakh ve Keşmir Vadisinin geri kalan kısımları ise Hindistan'ın kontrolü altındadır. Dolayısıyla Hindistan, Jammu Keşmir'deki toplam alanın neredeyse üçte ikisini kontrol etmektedir. Jammu Keşmir'e komşu ve bölgenin yüzde yirmisine tekabül eden "Aksai Chin" bölgesi ise Çin devletinin kontrolündedir.

Hem Pakistan'ın hem de Hindistan'ın Keşmir'in kendilerinin ayrılmaz bir parçası olduğunu iddia etmesi ve Keşmir'i bölgesel hegemonyaları altına alma hayalleri askerî açıdan çok güçlü bu iki ülkeyi 1947-1948, 1965 ve 1999 yıllarında üç defa karşı karşıya getirmiştir. 1947-1948 savaşının ardından Keşmir Sorunu, Birleşmiş Milletler Güvenlik Konseyi tarafından ele alınmış ve bu konuyla alakalı olarak pek çok resmî karar alınmıştır.

Bunlardan biri, Keşmir halkının kendi öz iradeleriyle Hindistan veya Pakistan'a katılmak için gerçekleştireceği bir referandumun düzenlenmesiydi. Fakat bu karar, o dönemlerde Hindistan ile çok yakın ilişki içerisinde olan Rusya tarafından veto edildi. Daha sonraları Hindistan ve Pakistan bu sorunu ikili görüşmelerle çözmeye çalışsalar da çok fazla bir başarı elde edilemedi.

Gelinen nokta itibarıyla Keşmir vadisinin, Jammu Keşmir'de şiddetin en yoğun olduğu bölgesi hâline geldiğini söyleyebiliriz. Zira silahlı mücadelenin başladığı 1989 yılından bu yana binlerce insan burada yaşamını yitirdi ve pek çoğu da yaralandı. Ve şiddet süreci devam etmektedir. 2016 yılında Keşmir, 5 ay süresince dış dünyaya kapalı kaldı ve bu süreçte sürekli protestolar gerçekleşti. Hindistan hükümetinin protestoları sert bir şekilde bastırmaya çalışması 100'den fazla insanın hayatını kaybetmesine, 15.000'den fazla insanın ise yaralanmasına sebebiyet verdi. Bu müdahaleler esnasında Hindistan polisi tarafından kullanılan pelet tabancaları onlarca genç dâhil olmak üzere çok sayıda insanı kör etti.

Sonuç olarak Hindistan ve Pakistan'ın nükleer silahlara sahip olması, hiç şüphesiz Keşmir sorununa yönelik hassasiyetleri artırmaktadır. Keşmir meselesinden dolayı bu iki ülke arasındaki diplomatik ilişkiler en düşük düzeyde varlığını sürdürürken, Güney Asya'daki milyonlarca insan güvenlik tehdidi ve tehlikesi altındadır. İnsanlığı nükleer savaşın tehlikelerinden kurtarmak için Keşmir'deki çatışmanın, ulusal ve uluslararası çevrelerin destekleriyle en kısa sürede çözülmesi gerekmektedir.

* *Ibn Haldun Üniversitesi Siyaset Bilimi ve Uluslararası İlişkiler lisans öğrencisi.*



Ömer el-Beşir

Sudan'da ordunun geçtiğimiz ay yönetime el koyduğunu açıklamasıyla 30 yıllık Ömer el-Beşir dönemi sona erdi.

Afrika ve Orta Doğu'nun kesişme noktasında yer alan, Kızıldeniz ve Nil Nehrindeki konumuyla stratejik önem taşıyan kıtanın 3. büyük ülkesi Sudan'da 19 Aralık'ta, ekonomik kriz sebebiyle başlayan gösteriler, hızla başkent Hartum ve ülke genelinde rejim karşıtlığına dönüştü.

Muhafif parti ve grupların yönlendirmesiyle sokağa çıkan halk kitlelerinin eylemlerinin ardından ordu, yönetime el koyduğunu açıkladı, ülkede sıkıyönetim ilan edildi, Askerî Geçiş Konseyi kuruldu ve devlet başkanı Ömer el-Beşir ev hapsine alındı. Beşir daha sonra başkent Hartum'daki Kuber Merkez hapisanesine nakledildi.

Sudan Askerî Geçiş Konseyi, eski devlet başkanını Uluslararası Ceza Mahkemesine teslim etmeyeceğini ve ülkede yargılanacağını açıkladı.

Sudan'da yaklaşık 4 ay süren ve Beşir iktidarını deviren süreci şöyle özetlemek mümkün:

6 Nisan Cumartesi

Sudan'da Cumhurbaşkanı Ömer el-Beşir'in görevi bırakması talebiyle ülke genelinde yapılan gösterilerin en büyüğü, başkent Hartum'da ordunun ana karargâhı çevresinde başladı. Göstericiler, hava, kara ve deniz kuvvetleri komutanlıklarının önünden geçen Uluslararası Hartum Havalimanı yakınlarındaki ana caddeyi trafiğe kapattı. Göstericiler, orduya Beşir yönetimini devirmesi ve ülkedeki krize müdahale etmesi çağrısında bulundu. Protestocular, "tek millet, tek ordu" sloganları attı. Gösteri, aynı zamanda ülkede 1985'te kansız bir darbeyle görevden alınan Cumhurbaşkanı Cafer Muhammed el-Numeyri'nin devrilişinin yıl dönümüne denk geldi.

7 Nisan Pazar

Polisin başkentteki ordu karargâhı ve diğer kentlerdeki göstericilere göz yaşartıcı gaz ve gerçek mermiyle müdahalesinde Umdurman'da bir doktor hayatını kaybetti. Yönetim geçici sivil bir hükümete teslim edilinceye kadar ülke genelinde genel grev ilan edildi, iktidardaki Ulusal Kongre Partisi (UKP), değişimin ancak seçimlerle gerçekleşeceği açıklaması yaptı.

8 Nisan Pazartesi

Güvenlik güçleri, Hartum'daki ulusal ordu merkez yerleşkesi önünde toplanan binlerce kişilik

Sudan'da yeni bir dönem başladı

kalabalığı, göz yaşartıcı gaz ve ses bombalarıyla dağıtmaya çalıştı. Müdahale sonrası dağılan göstericiler bir süre sonra yeniden aynı bölgede toplandı.

İçişleri Bakanı Bişara Cuma Arur, ülke genelindeki gösterilerde 7 kişinin hayatını kaybettiğini, 2 bin 496 kişinin de gözaltına alındığını aktardı.

9 Nisan Salı

Güvenlik güçlerinin, başkent Hartum'daki ordu merkez yerleşkesi önünde düzenlenen gösterilere müdahalesinde 2 kişi öldü. Devlet Başkanı Beşir, yoğun katımlı gösterilerin ardından yaptığı ilk açıklamada, "Sudan'ın güvenliği ve halkın huzuru önceliğimiz. Sudan halkı bunu hak ediyor." dedi. Gösterilerde 5'i asker 21 kişinin hayatını kaybettiği, 153 kişinin yaralandığı açıklandı.

10 Nisan Çarşamba

Sudan'daki iktidar ortağı bazı ulusal diyalog partileri, hükümeti desteklemek için yürüyüş düzenleme çağrısı yaptı ancak kısa süre sonra etkinliğin iptal edildiği açıklandı. Sudan Güvenlik ve İstihbarat Teşkilatı, ülkeyi ve kazanımlarını korumada tereddüt etmeyeceğini bildirdi.

11 Nisan Perşembe

Sudan devlet televizyonu, ordunun kısa süre içerisinde önemli bir açıklama yapacağını duyurdu. Ordu, devlet televizyonu ve radyosuna girdi. Ayrıca Cumhurbaşkanlığı Sarayı ve Savunma Bakanlığı binaları da kuşatıldı. İktidardaki UKP'den 100'ün üzerinde yetkili gözaltına alındı.

Sudan Uluslararası Hartum Havaalanında uçuşlar 24 saatliğine durduruldu, sadece inişlere izin verildi. Sudan resmî haber ajansı SUNA, askerlerce kuşatıldı.

Sudan ordusu, Cumhurbaşkanı Ömer el-Beşir'in kardeşlerinin evlerini kuşattı. Evleri kuşatılanlar arasında muhaliflerce "ülkedeki yolsuzluğun başı" olarak nitelendirilen Abdullah el-Beşir'in de yer aldığı kaydedildi.

Sudan güvenlik ve istihbarat birimleri, siyasi tutukluların serbest kaldığını duyurdu.

Sudan Savunma Bakanı ve Cumhurbaşkanı Başyardımcısı Avad bin Avf, Yüksek Askerî Konseyin yönetime el koyduğunu açıkladı.

Sudan ordusu, Ömer el-Beşir'in tutuklandığını, 2 yıllık bir geçiş döneminin başladığını ve üç aylık olağanüstü hâl ilan edildiğini duyurdu. Başbakanlık, meclis ve eyalet yönetimleri feshedildi.

Sudan'daki muhalif gruplar, askerî darbenin sorunlara çözüm olmayacağını belirterek, sivil yönetim için gösterilere devam çağrısı yaptı.

12 Nisan Cuma

Sudan'da Askerî Geçiş Konseyi, Arap devletlerinden ülkeye destek talebinde bulundu. Askerî Geçiş Konseyi Başkanı olarak darbenin ardından yemin eden Avad bin Avf, görevini bıraktı yerine Silahlı

Kuvvetler Genel Müfettişi Abdulfettah el-Burhan getirildi.

13 Nisan Cumartesi

Göstericilerin görevde kalmasını istemediği Sudan İstihbarat Başkanı Salah Abdullah Kuş istifa etti. Sokağa çıkma yasağı kaldırıldı.

Özgürlük ve Değişim İttifakı, devrik Cumhurbaşkanı Ömer el-Beşir rejimi üyeleri ve ordunun olmadığı sivil yönetime geçilinceye kadar gösterilerin sürdürüleceğini açıkladı. Muhalefet, Askerî Geçiş Konseyi ile diyalogo kabul etti.

Suudi Arabistan, Birleşik Arap Emirlikleri ve Mısır; askerî yönetime destek açıklaması yaptı.

14 Nisan Pazar

İslam İşbirliği Teşkilatı (İİT), Sudanlı taraflara, yapıcı diyalogo devam ettirmeleri ve yönetimde barışçıl geçiş konusunda halkın taleplerini yerine getirmeleri çağrısında bulundu.

Askerî Geçiş Konseyi, siyasi güçlerden, bağımsız bir başbakan adayı belirlemelerini istedi. El-Beşir'in partisinin hükümette yer almayacağı, parti varlıklarının komisyona devredileceği ve protestocuların güç kullanılarak dağıtılmayacağı açıklandı.

Arap Birliği, Sudan Askerî Geçiş Konseyini desteklediğini açıkladı.

Gelecek hükümetin siyasi gruplar ve partiler tarafından oluşturulacağını belirten Askerî Konsey, kendilerinin aday göstermeyeceğini açıkladı.

15 Nisan Pazartesi

Sudan'da ordu, Genelkurmay karargâhı önünde göstericilerin toplandığı alanı dağıtma girişiminde bulundu. Hızlı Destek Kuvvetleri ile orduya ait buldozerler Genelkurmay karargâhı önündeki göstericilere ait barikat ve çadırları sökmeye kalkıştı ancak muhalif gruplar, uygulamaya karşı çıkarak askerleri geri adım atmaya zorladı.

Sudan'da muhalif gösterileri organize eden bağımsız oluşum Sudan Meslek Odaları (SPA), ordunun sınırlı temsil edildiği, egemen ve sivil bir meclis istediklerini ve bu talepleri karşılanana dek gösterilerini sürdüreceklerini belirtti.

16 Nisan Salı

Rusya Dışişleri Bakan Yardımcısı Mihail Bogdanov, Moskova'nın Sudan'daki yeni yönetimi tanıdığını söyledi. Mısır Cumhurbaşkanı Abdulfettah es-Sisi ise ülkesinin, mevcut aşamayı geçmesi için Sudan'ı tam desteklediğini söyledi. Avrupa Birliği (AB) Dışişleri ve Güvenlik Politikası Yüksek Temsilcisi Federica Mogherini ise, Sudan'da Askerî Geçiş Konseyinin meşruiyetinin tanınmayacağını açıkladı.

İki devletli çözüm buharlaşırken...

.....
GÖKHAN GÖKÇE *



Filistin sorununun çözümünün en temel ögesi, başkenti Doğu Kudüs olan iki bağımsız devletli bir formülden geçiyordu. Son söylenecek olanı belki şimdiden söylemek gerek. İsrail'deki erken genel seçimlerin öncesinde yaşananlar ve seçim sonuçları, bu formülün tamamen ortadan kalkabileceğinin işaretleriyle dolu.

Genel seçimler öncesinde hakkındaki yolsuzluk iddialarıyla başı dertte olan Netanyahu'nun nasıl bir sonuç alacağı merak edilirken, yardıma ABD Başkanı Trump koştu. Önce uluslararası hukuku ihlal ederek, Kudüs'ü İsrail'in başkenti olarak tanıdı. Damat Jared Kushner ise, Filistinliler için bağımsız bir devletten bahsetmeyecek "yüzyılın planını" hazırlamayı sürdürdü. Trump, seçimlere günler kala İsrail'in işgal altında tuttuğu Golan Tepelerindeki varlığını da kabul edince, seçimi kazanmak için sağ ve aşırı sağ partilerin desteğine ihtiyaç duyan Netanyahu'nun eli giderek güçlendi. Bu destek,

seçimden iki gün önce Batı Şeria'daki yasa dışı İsrail yerleşim birimlerinin ilhak edileceği açıklamasını yapmasının da yolunu açtı.

Netanyahu seçimlerde, 2014 yılında Gazze'yi hedef alan operasyonu yürüten eski Genelkurmay Başkanı Benny Gantz'ın liderliğini yaptığı koalisyonu geride bırakarak beşinci dönem ülkeyi yönetecek çoğunluğa erişti. Netanyahu, galibiyete giden yolda Gantz ve diğerlerini "sol" olarak nitelendiriyordu.

Seçim sonrasında iki gerçek var: Birincisi, ABD'deki evanjeliklerin tam desteğini alan Netanyahu'nun ülke tarihinin en sağcı hükümetini kuracağı. Hatta Gazze operasyonunun durdurulması nedeniyle bir önceki koalisyonun istifa eden Dışişleri Eski Bakanı Lieberman bile büyük olasılıkla koalisyonda yer alacak. İkinci gerçek ise, ABD Başkanı Trump'ın İsrail'e koşulsuz desteği ile Kudüs'ün İsrail'in başkenti kabul edilişi, çıkarılan Yahudi Devlet Yasası ve Batı Şeria'daki İsrail yerleşim birimlerinin ilhak edileceğinin açıklanmasının ardından, bölgede bir barış için "olmazsa olmaz" koşul olarak görülen iki devletli çözüm seçeneğinin giderek ortadan kalkacak olması. Üstelik Haziran ayında açıklanacağı belirtilen ve Trump yönetiminin "yüzyılın anlaşması" olarak nitelendirdiği metinde, bir Filistin devletinden bahsedilmemesi de ne yazık ki bu tespiti güçlendiriyor. Hatta metnin mimarı damat Kushner'in, "Filistinlilerin zaten bir çeşit otonomisi var. Bu böyle devam edebilir. Biz bölgenin ekonomik ilişkilerini öne çıkaracağız." şeklindeki ifadeleri tehlikeyi daha da gözler önüne seriyor.

Batı Şeria'da işgalin baskısıyla yaşayan Filistinliler, kendileri için bir şeyin değişmeyeceğini, toprakları ve onurları için direnmeyi sürdüreceklerini belirtiyor. Ancak, iki devletli çözüm olasılığının ortadan kalkacağı, Trump'ın tam desteğini alan Netanyahu'nun "fütursuz" adımlar atacağı bir süreçte, uluslararası toplumdan gelen "tek tük" seslerin, Filistinlilerin karşı karşıya kalacağı durumu ne kadar düzeltereği büyük bir soru işareti.

Trump'ın İsrail'e tam desteği, Netanyahu'nun, nobran ve uluslararası hukuka aykırı kararları, Arap Birliği üyesi ülke liderlerinin "uyurken" verdikleri fotoğraflar ve BAE dışişleri bakanının, "Filistin sorunu artık bölgenin önceliği değil. Yeni gerçeklik, İran'ın engellenmesi" açıklaması yaptığı bir dönemde, gözler Filistinlilere tek destek veren ülke konumundaki Türkiye'ye çevrilecek.

Filistin sorununun iki devletli bir formül ekseninde çözülebilmesi, en azından bu formülün buharlaşmaması için Türkiye'nin desteğini alan Filistinlilerin de aralarındaki farklılıkları çözmesi gerekiyor. Tabii ki, bu çözümü savunan ülkeler konvoyuna bölge ülkelerinin de dâhil edilmesi lazım. Bu yapılabilecek mi? Kısa süre içinde göreceğiz ama şu bir gerçek ki, Kudüs'te Mescid-i Aksa'ya girerken görülen yoğun İsrail baskısı bile, iki devletli çözüm formülünü buharlaştırma çabalarının çoktan başlamış olduğunun göstergesi...

* Gazeteci.

Proposal to ban hijab, religious clothing, ignites debate in Canada's Quebec



Proposal to ban many public employees from wearing religious symbols is creating a fiery debate in the Canadian province of Quebec, where people are fighting to freely practice their religion — or to be free of it.

The measure introduced would prohibit civil servants, teachers, nurses, bus drivers, lawyers and other people who interact with the public from wearing religious symbols while at work.

It would apply to Sikh turbans, Christian jewelry, and Jewish kippahs, but the focus of the controversy has been over hijabs worn by many Muslim women in Quebec.

"The proposed legislation will affect Muslims more than other groups as they are the fastest growing religious group," said Nelson Wiseman, a political science professor at the University of Toronto. Muslims represent about 3% of Quebec's 8.3 million people.

Even Prime Minister Justin Trudeau, who is from Montreal, has spoken ill of Bill 21: "It's unthinkable to me that in a free society we would legitimize discrimination against citizens based on their religion," he said.

Christian, Jewish, Muslim and even secular groups across the province have denounced the measure,

as have school boards, political parties, and some municipal leaders.

The history behind the measure is rooted in Quebec's "Quiet Revolution" of the 1960s, a movement that weaned the province away from political and cultural domination by the Catholic Church. But critics also say it's motivated by more recent growing anti-Muslim sentiment.

The debate also pits two ideas of secularism against one another: A stricter European interpretation and a North American version that embraces the idea of religious freedom.



Kendi dilinden 10 başlıkta Mehmet Yücel Türksezer

1 Kendi dilinden kendimi anlatmak

Değerli kardeşim Muhammed Akaydın sağ olsun lütfedip bu ayki sayıda 10 başlıkta kendimi anlatmamı isteğinde nasıl yazarım diye bir an düşündüm. Çünkü kendimi anlatmada hep zorluk çekmişimdir. İnşallah okuyucuyu sıkmadan başarabilirim.

2 Başlangıç

İstanbul Anadoluhisarı'nda 15.06.1955 tarihinde saat 08.30'da dünyaya gelmişim. Zamanı bu kadar net yazdım, çünkü rahmetli babamın doğduğu günümü, doğduğum saati yazdığı notunu hâlâ saklıyorum. Bizim yaş gurubumuzda doğduğu günü hatta ayı bile bilemeyenler vardır. Bunda babamın memur oluşu, bir an önce çocuk parası almak için doğum kâğıdını ibraz etmesinin de etkisi olabilir.

3 Eğitim

Üniversite hariç eğitimim hep deniz kenarında, boğazı seyrederek geçti. İlk ve ortaokulu bugün Sabancı Öğretmen Evi olarak kullanılan Anadoluhisarı'nda okudum. O yıllarda 7 yaşını doldurmayanları okula kayıt etmezlerdi. Ben okuma yazma bilecek 6 yaşında, önce bir ay önlüksüz misafir öğrenci, bir ay sonrasında ise asil öğrenci olarak eğitim hayatıma başladım.

4 Dönüm noktası

Liseyi Kabataş Erkek Lisesinde okudum. Kabataş Erkek Lisesi, o zamanlarda da önde gelen liselerdendi ve mezunlarına üniversite mezunu gözüyle bakılırdı. İlk ve ortaokulda takdir ile geçerken liseye başladığım ilk yılın ilk karnesinde 9 zayıf ile eve geldim. Yılmışım ve okulu bırakıp çalışma hayatına başlamayı düşündüm. Babam şiddetle karşı çıktı. Bu kararı kime danışarak aldığımı, eğer okulu bırakırsam artık eve de gelmemem gerektiğini bildirdi. Açıkçası evden kovuluyordum. Herkesin hayatında şu veya bu şekilde dönüm noktası vardır. Bu da benim için dönüm noktası oldu.

5 Üniversite

Yükseköğretim Kurulu öncesi Türk yükseköğretim sistemi beş tür kurumdan oluşmaktaydı. Bunlar; üniversiteler, Milli Eğitim Bakanlığına bağlı akademiler, bir kısmı diğer bakanlıklara, çoğu Milli Eğitim Bakanlığına bağlı iki yıllık meslek yüksekokulları ile konservatuvarlar, yine Milli Eğitim Bakanlığına bağlı üç yıllık eğitim enstitüleri ve mektupla öğretim yapan YAYKUR idi. Ben Milli Eğitim Bakanlığına bağlı akademiler türünden olan İstanbul İktisadî ve Ticarî İlimler Akademisinde okudum, iktisat/işletme yeterliliği kazanarak mezun oldum. Sonrasında İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsünde Radyo ve Televizyon yüksek lisans programını tamamladım.

6 Sanat

İlkokul yıllarımda resim ödevlerimi rahmetli ablama yaptırırdım. Beşinci sınıfa geldiğimde artık o da isyan etti, "Yeter artık otur kendin yap!" dedi. İş başa düşmüştü. Yaptığım ilk resmi öğretmenim, "İşte resim böyle yapılır!" diyerek sınıf sınıf gezdirip sergiye astı. Resim yeteneğim ortaya çıkmıştı. Ortaokulda ve lisede atölyede çalıştım. O zamanki adı ile Tatbikî Güzel Sanatlar Akademisi resim bölümüne girmeye hak kazandım. Sonrasında kararımı değiştirerek İstanbul İktisadî ve Ticarî

İlimler Akademisine gittim. Ancak resim yapmayı bırakmadım. İçimde ukdedir, bu bölümde okusaydım iyi bir akademisyen-sanatçı olmak isterdim. Ömür boyu severek yapacağımız ve karşılığında elde edeceğimiz para ile eve ekmek götüreceğimiz meslekleri keşke seçebilsek. Bu sebeple kızımı öğrenim göreceği üniversite konusunda yönlendirmeme karşılık seçeceği alan konusunda serbest bırakmışım.

7 İş hayatı

6 yaşında başladığım okul hayatımı hâlâ okulda sürdürüyorum. 16 ay yedek subaylık hariç üniversiteler dışında başka bir görevim olmadı. Üniversitede öğrenim gördüğüm yıllarda iş hayatına başladığım ve 10,5 yıl görev yaptığım İstanbul Üniversitesinde eğitim-öğretimden sorumlu müdür iken İstanbul Teknik Üniversitesine daire başkanı olarak atandım. Bu üniversitede 17,5 yıl görev yaparak isteğe bağlı emekli oldum. Vakıf üniversitelerindeki çalışma hayatım Doğu Üniversitesi ile başladı. Genel Sekreter iken Şehir Üniversitesinin kuruluşunda görev almak üzere davet edildim. Sonrasında da Sayın Rektörümüz Recep Şentürk hocanın dediği gibi ustalık eserim olarak İbn Haldun Üniversitesinin kuruluşunu yapmak üzere geldim ve buradayım.

8 Otomasyon

Daktilo, facit marka hesap makinesi vb. ekipmanlarla başladığımız iş hayatımızı bugün son teknoloji bilgisayarlar, mükemmel yazılımlar ve akıllı cep telefonları ile sürdürüyoruz. Bu kadar hızlı gelişen sürece nasıl ayak uydurduğuma zaman zaman ben de şaşıyorum. Bilgisayar ile 1986 yılında ilk eğitimimi alarak tanıştım. Bundan sonraki idealim üniversitede otomasyonu kurmaktı. İstanbul Üniversitesinde o zamanki öğrenci işleri daire başkanı, "Otomasyona geçerse bu kart sistemi (o zaman bütün öğrenci bilgileri kartlara işleniyor) ne olacak?" dediğinde, ben de, "İmha edeceğiz çünkü her şey sistemde olacak." demiştim. O da, "Kart yoksa olmaz!" demişti. Bu hayalimi gerçekleştirmek İstanbul Teknik Üniversitesinde nasip oldu. 1988 yılında bilgi işlem daire başkanlığındaki arkadaşlarla uzun uğraşlar sonucu yazdığımız öğrenci otomasyon programını hayata geçiremedik ama takip eden yıllarda dönemin rektörünün öncülüğünde kuruluşu 1773 yılı olan üniversitenin öğrenci otomasyon sistemini kurmayı başardık.

9 Baba nasihati

Rahmetli babam Erzurum eşrafından Hacı Resul sülalesindedir. Bana nasihati, Erzurumlu İbrahim Hakkı Hazretleri'nin Marifetnamesindeki;
"Deme şu niçin şöyle, Yericedir ol öyle, Bak sonuna sabr eyle, Mevla görelim neyler, Neylerse güzel eyler"
 dizelerindeki gibi hiçbir işi fazla zorlama olmuyorsa onda bir hayır vardır demişti. Yine,
"Bir işi murâd etme, Oldu ise inâd etme, Hak'tandır o reddetme, Mevla görelim neyler, Neylerse güzel eyler"
 dizelerindeki gibi açılan kapıyı da reddetme, nasibini al demişti. Bu nasihati ile hem sabretmeyi hem olmayan bir şey için niçin olmadığını sorgulayıp üzülmemeyi hem de bana açılan kapıyı geri çevirmemeyi öğrendim.

10 Ailem

Son olarak 43 yıllık çalışma hayatımı, huzurlu bir yaşam sürdürdüğüm aileme (eşime ve kızıma) borçlu olduğumu belirtmek isterim.

KISA KISA

Hasan Aycın

Çocukluk kahramanınız?

Dedem

Ne sizi heyecanlandırır?

Sırasıyla var olmak, insan olmak, Müslüman olmak...

Heyecanınızı ne öldürür?

Bu bilinçten uzaklaşmak

Başarı nedir?

Gayretin sonunda ulaşılan ihsan

Sizce üniversite?

Okul

Talebe deyince...

Her daim öğrenen

Çizer olmasaydınız ne olurdu?

Allah-u âlem

Sizi sarsan kitap?

Kur'an

Hangi romanda olmak isterdiniz?

İbn Tufeyl'in "Hayy bin Yakzan"ında...

Hangi şiiirin şairi olmak isterdiniz?

Mona Roza'nın (Sezai Karakoç)

Mutlaka görmemiz gereken film?

Etkilendiğim film çok oldu, mutlaka şu diyebileceğim biri henüz çekilmedi.

En sevdiğiniz kelime?

Elhamdülillah

Hangi şehir?

Türkiye'de İstanbul

Bir müzik enstrümanı?

Ney

Bize bir şarkı önerin?

Bir bahçeye giremezsen durup seyran eyleme

En sevdiğiniz atasözü?

Bağban bir gül için bin dikene hizmetkâr olur

Hangi renk?

Beyaz

Neye rağmen ne?

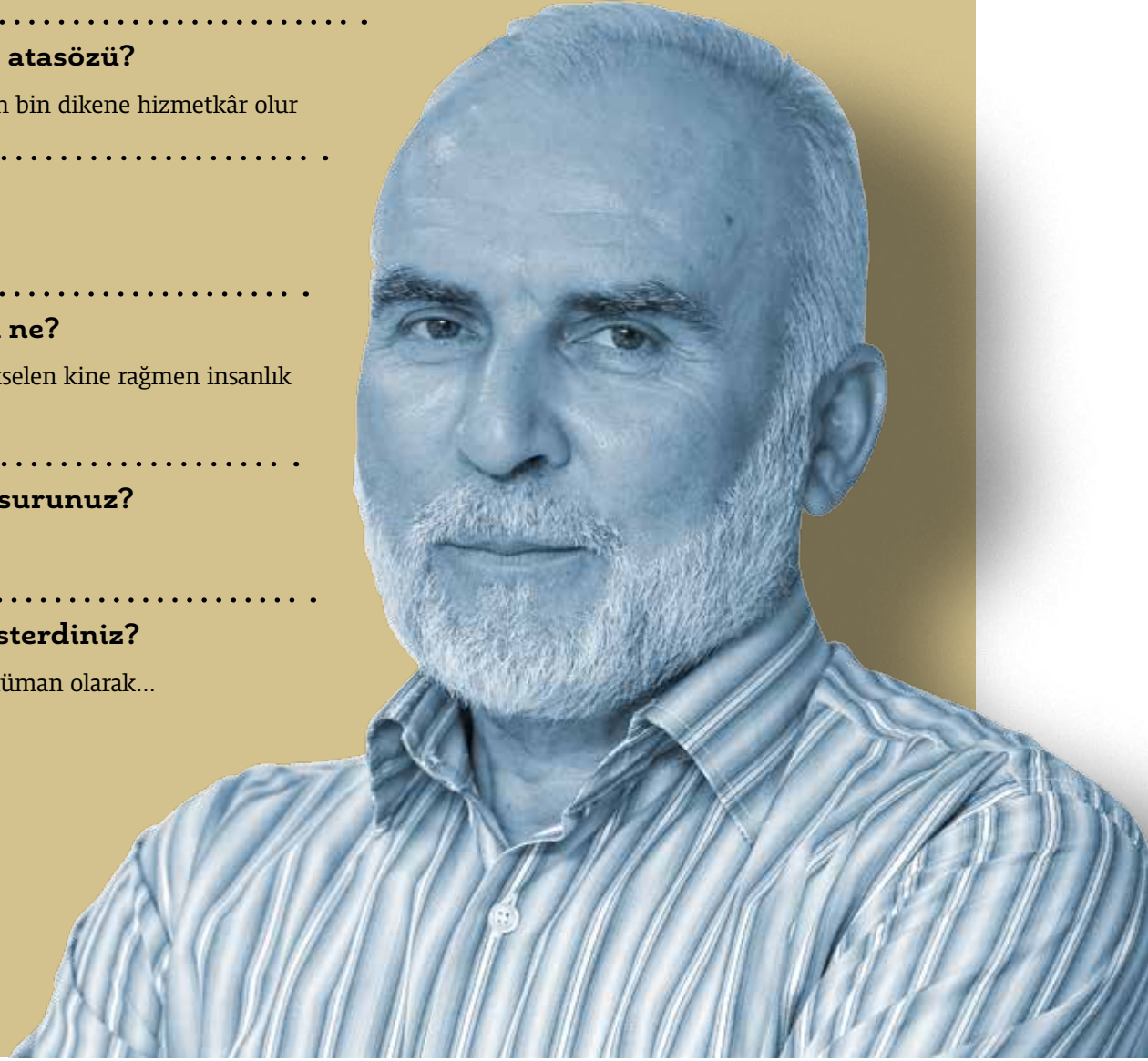
Akan kana ve yükselen kine rağmen insanlık ve kardeşlik

En önemli kusurunuz?

Sözü uzatmak

Nasıl ölmek isterdiniz?

Mutmain ve Müslüman olarak...



فتح القسطنطينية .. عاصمة الخلافة وقاطرة الاقتصاد التركي

والغربي (شبه جزيرة تشاتالجا) في قارة أوروبا.

تبلغ مساحة محافظة إسطنبول الكلية 5461 كيلومترا مربعا، وتنقسم إداريا إلى 39 بلدية منها 27 بلدية تشكل المدينة المركزية.

تعد إسطنبول المركز الاقتصادي الأهم في تركيا، فهي توفر فرص عمل لـ 20% من الأيدي العاملة، وتسهم بـ 27% من الناتج القومي، ويؤخذ منها 40% من مجموع الضرائب بالدولة، وتنتج 55% من الصادرات.

وتجذب المدينة، التي يقطنها 15 مليون نسمة، ملايين السياح كل عام (12.5 مليون في عام 2018)، أي حوالي 30% من السياح الذين يزورون تركيا سنويا.

وتقول إحصائيات إن 35 مليارديرا يعيشون فيها، مما

في فجر يوم الثلاثاء الموافق 20 من جمادى الأولى 827 هـ = 29 من مايو 1453م، نجحت القوات العثمانية في اقتحام الأسوار، وزحزحة المدافعين عن مدينة إسطنبول بعد أن عجزوا عن الثبات، واضطروا للهرب والفرار، وفوجئ أهالي (القسطنطينية) بأعلام العثمانيين ترفرف على الأسوار، وبالجنود تندفق إلى داخل المدينة لتتحقق بشارة النبي صلى الله عليه وسلم في فتح القسطنطينية على يد شاب في عمر 25 سنة "السلطان محمد الفاتح".

وتقع إسطنبول في إقليم مرمرية شمال غربي تركيا، ويحدها من الشمال البحر الأسود، ومن الجنوب بحر مرمرية، ومن الغرب محافظة تكيرداغ، ومن الشرق محافظتا صكاريا وكوجالي.

يقسم مضيق البوسفور مدينة إسطنبول إلى قسمين شرقي وغربي، يقع الشرقي في قارة آسيا (شبه جزيرة كوجالي)



يضع المدينة بالمرتبة الرابعة عالميا من حيث عدد الأغنياء القاطنين فيها.

ويحتفل الأتراك خاصة، والمسلمون عامة في أيار/ مايو من كل عام، بذكرى "فتح القسطنطينية" (إسطنبول حاليا)، وهي المدينة التاريخية التي فتحها السلطان العثماني "محمد الفاتح"، وكانت تحت حكم الإمبراطورية البيزنطية، عام 1453م، بعد أن ظلت عصابة على الفتوحات الإسلامية لعدة قرون.

İcâzetler, şehâdetnameler, diplomalar, tasdiknameler,
karneler, talebe ve mesai cüzdanları, liyakat,
kurs bitirme belgeleri, takdir evrakları ve fotoğrafları...

Osmanlı'dan bugüne eğitim tarihimizi
ve eğitim sistemimizi belgeleri ile sunan çok özel bir koleksiyon kitap;



YENİ