

T.C.

İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

SOSYOLOJİ ANABİLİM DALI

SOSYOLOJİ BİLİM DALI

SEKÜLER YAŞAMDA MANEVİ BİR GRUP ARAYIŞI

OLARAK YOGA:

İSTANBUL NİŞANTAŞI ÖRNEĞİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Nur Meryem ÖZBEK

İstanbul

Şubat 2024

T.C.

İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

SOSYOLOJİ ANABİLİM DALI

SOSYOLOJİ BİLİM DALI

SEKÜLER YAŞAMDA MANEVİ BİR GRUP ARAYIŞI OLARAK YOGA:
İSTANBUL NİŞANTAŞI ÖRNEĞİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Nur Meryem ÖZBEK

Tez Danışmanı

Prof. Dr. Ergün YILDIRIM

TEZ ONAY SAYFASI

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğüne,

Bu çalışma, jürimiz tarafından Sosyoloji Anabilim Dalı,

Sosyoloji Bilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Danışman

Prof. Dr. Ergün YILDIRIM

Üye

Doç. Dr. Nigar TUĞSUZ

Üye

Dr. Öğr. Üyesi Şevket Ercan KIZILAY

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Enstitü Müdürü

Prof. Dr. Erhan İÇENER

BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

Yüksek lisans tezi olarak hazırladığım “Seküler Yaşamda Spiritüel Bir Grup Arayışı Olarak Yoga” adlı çalışmanın öneri aşamasından sonuçlandığı aşamaya kadar geçen süreçte bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle uyduğumu, tez içindeki tüm bilgileri bilimsel ahlak ve gelenek çerçevesinde elde ettiğimi, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığımı, bu çalışmamda doğrudan veya dolaylı olarak yaptığım her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu beyan ederim.

Nur Meryem ÖZBEK

ÖNSÖZ

Bu araştırma için yola çıkarken bana inanan, beni destekleyen danışmanım Prof. Dr. Ergün YILDIRIM'a bu süreçte hep yanımda olduğu için teşekkür ederim. Tez süreci boyunca büyük fedakarlıklarla beni destekleyen ve bana olan inançlarından şüphe duymadığım sevgili ailem olmasa bu araştırmayı tamamlamak hayal olabilirdi. Beni yetiştiren ve bana ilk öğretmenliği yapan sevgili babam terörle mücadele gazisi Gazi Sinan ÖZBEK'e, kardeşlerim Yusuf, Veysel, Mücahit Turan'a hep yanımda oldukları için sevgilerimi yolluyorum.

Araştırma sürecimde bana az ya da çok yardımı dokunan tüm kişilere teşekkür ediyor ve onlar için dua ediyorum.

Nur Meryem ÖZBEK

İstanbul- 2024

ÖZET
SEKÜLER YAŞAMDA MANEVİ BİR GRUP ARAYIŞI OLARAK
YOGA:

İSTANBUL NİŞANTAŞI ÖRNEĞİ

Nur Meryem ÖZBEK

Yüksek Lisans, Sosyoloji

Tez Danışmanı, Prof. Dr. Ergün YILDIRIM

Şubat, 2024- 165 Sayfa

Günümüzde spiritüel hareketlerden biri olan yoga Türkiye’de de kitlesini büyütme devam etmektedir. Yoga literatürde sağlık, turizm, spor başlıkları ile geniş yer kaplamaktadır. Bu çalışmada ise yoganın spiritüel yönü ortaya koyulmuştur. Araştırmada yoganın spiritüel boyutu incelenmeye çalışılarak yoga yapan bireylerin maneviyata yönelik anlam dünyaları araştırılmıştır. Bu araştırma İstanbul Nişantaşı semtindeki yoga stüdyo ve derneklerinden eğitim almış ve orada eğitim vermekte olan yoga eğitimcilerini kapsamaktadır. Araştırmada fenomenolojik yöntem kullanılarak katılımcıların maneviyata yönelik algıları incelenmeye çalışılmıştır. Aynı zamanda nitel araştırma teknikleri ile bir yıl boyunca yoga grupları içerisinde katılımlı gözlem gerçekleştirilmiştir. 15 yoga eğitmeni ile derinlemesine mülakatlar yapılmıştır. Deneyim sahiplerinde mevcut olan anlam ortaya çıkarılıp yorumlanarak yoga aracılığıyla üretilen bir maneviyat ile karşılaşılmıştır. Bulgular katılımcıların gündelik yaşamında maneviyata ilişkin algı ve deneyimlerini farklı başlıklarda betimlenmeye çalışılmasıyla elde edilmiştir. Seküler yaşam tarzına sahip kişilerde yoga aracılığıyla yeni bir maneviyat tarzının geliştirildiği sonucuna ulaşılmıştır. Yoga en popüler döneminde genişlettiği kitlesinde yeni bir cemaatin oluşmasına aracılık etmektedir.

Anahtar Kelimeler: Maneviyat, Sekülerlik, Din Sosyolojisi, Spiritüalizm, Yoga

ABSTRACT

YOGA AS A SPIRITUAL GROUP SEARCH IN SECULAR LIFE

ISTANBUL NİŞANTAŞI EXAMPLE

Nur Meryem ÖZBEK

Master, Sociology

Thesis Advisor: Prof. Dr. Ergün YILDIRIM

February, 2024 –165 Pages

Yoga, one of the spiritual movements today, has a growing audience in Turkey. Yoga covers a wide range of topics in literature such as health, tourism and sports. In this study, the spiritual aspect of yoga is revealed. The spiritual dimension of yoga was examined and the spiritual meaning behind individuals who practice yoga was investigated. This research covers yoga educators who have received training from yoga studios and associations in Nişantaşı district of Istanbul and are teaching there. The study tried to examine the participants' perceptions of spirituality by using the phenomenological method. At the same time, participatory observation was carried out in yoga groups for a year using qualitative research techniques. In-depth interviews were conducted with 15 yoga instructors. A spirituality produced through yoga was encountered by revealing and interpreting the meaning existing in those with experience. The findings were obtained by trying to describe the participants' perceptions and experiences of spirituality in their Daily lives under different headings. In this study, the transformation of the secular life form through yoga was determined in yoga groups and the lifestyle of the participants in different categories was tried to be described. It has been concluded that a new style of spirituality is developed through yoga in people with a secular lifestyle. Yoga mediates the formation of a new community in the mass that it expanded during its most popular period.

Keywords: Spirituality, Secularism, Non-Religious Spirituality, Sociology of Religion

İÇİNDEKİLER

TEZ ONAY SAYFASI	i
BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ	ii
ÖNSÖZ	iii
ÖZET	iv
ABSTRACT	v
İÇİNDEKİLER	vi
TABLolar LİSTESİ	viii
KISALTMALAR LİSTESİ	ix
BİRİNCİ BÖLÜM	1
GİRİŞ	1
1.1. Problem	5
1.2. Amaç	5
1.3. Araştırmanın Önemi	6
1.4. Sınırlılıklar	7
İKİNCİ BÖLÜM	8
KURAMSAL VE KAVRAMSAL ÇERÇEVE	8
2.1. Maneviyat Kavramı.....	8
2.1.1. Toplum ve Maneviyat İlişkisi.....	11
2.2. Maneviyatın Kutsal Alandan Tecrit Edilişi	18
2.2.1. Spiritüalizmin Endüstriyel Boyutu	23
2.3. Sekülerlik Kavramı	33
2.3.1. Seküler (secular) kavramının teorik arka planı	33
2.3.2. Sekülerlik ve Maneviyat İlişkisi	39
2.4. Neo-Maneviyyat Olarak Spiritüalizm (Ruhçuluk).....	42
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	49
SPIRİTÜALİST BİR AKIM OLARAK YOGA	49
3.1. Yoga Nedir?	50
3.2. Hint İnançlarında ve Felsefesinde Yoga.....	53
3.2.1. Hinduizm ve Yoga.....	53
3.2.2. Budizm ve Yoga.....	62
3.3. Modern Dönemde Batıya Taşınan Yoga	68
3.4. Spiritüel Endüstri ve Yoga İlişkisi.....	70

DÖRDÜNCÜBÖLÜM.....	74
ARAŞTIRMA YÖNTEMİ.....	74
4.1. Araştırmanın Modeli	74
4.2. Evren ve Örneklem.....	75
4.3. Veri Toplama Araçları	76
4.3.1. Günlük	76
4.3.2. Görüşme.....	79
BEŞİNCİ BÖLÜM.....	80
ARAŞTIRMANIN BULGULARI VE YORUM.....	80
5.1. Demografik Bilgiler	80
5.2. Yoga'yı Tanımlama.....	85
5.3. Yoga ve Beden Algısı	88
5.4. Yoga ve Cinsellik	94
5.5. Beslenme ve Vejetaryenlik.....	96
5.6. Ritüeller.....	101
5.7. Söylemler	111
5.7.1. Enerji.....	111
5.7.2. Ruh ve Karma	115
5.8. Seküler Maneviyat.....	117
5.8.1. Yoga ve Maneviyat	124
5.8.2. Yoga ve Ahlak.....	129
5.9. Gruplaşma	132
5.9.1. Bir Cemaat Biçimi Olarak Yoga	133
5.9.2. Yoga İçerisinde Hiyerarşi.....	137
5.10. Yoga Endüstrisi.....	142
SONUÇ.....	146
KAYNAKÇA	148
ÖZGEÇMİŞ.....	155

TABLULAR LİSTESİ

Tablo 2.2.1: Spiritüel Turizm Tipolojisi	27
Tablo 5.1: Katılımcıların Cinsiyeti	80
Tablo 5.1: Katılımcıların Eğitim Düzeyi	80
Tablo 5.1: Katılımcıların İstihdam Durumu... ..	81
Tablo 5.1: Katılımcıların Aylık Gelir Aralığı.....	81
Tablo 5.1: Katılımcıların Yaş Aralığı	82
Tablo 5.1: Katılımcıların Medeni Hali.....	82
Tablo 5.1: Görüşülen Kişiler Listesi.....	84

KISALTMALAR LİSTESİ

Akt :Aktaran

A.g.e. :Adı geçen eser

Bkz. :Bakınız

Çev :Çeviren

Yy :Yüzyıl

TDK :Türk Dil Kurumu

TÜİK :Türkiye İstatistik Kurumu

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

Bilim camiasında özellikle sosyologlar tarafından modern toplumlarda inanç konusu modernleşme ve sekülerleşme çerçevesinde tartışılmaya devam etmektedir. Modernleşme yeni bir dönemi ifade eden, kendisinden önceki dönemle farklılaşan ve kendisinden önceki dönemi geleneksel olarak ayırıştıran bir tanıma sahiptir. Bu ayrımın büyük özelliği geleneksel dönem içerisinde kalan unsurların durağan değişmeyen olarak modern dönemden ayrılmasıdır. Modern dönem rasyonalitesi ile meşhurdur. Modernleşme, modernizasyon ile idealize edilip oluşturulan ve tanımlanan yeni dönemin toplumunda problem olan şey dinin kurumsal otoritesini kaybedeceği iddiasıdır. Rasyonel olana yapılan vurgu inancın merkeziliğini ortadan kaldırmıştır. Referans olan şey artık toplumun inandığı din yahut değerlerle birlikte mutlak varlık anlayışı değildir. Din ve inanç unsurları modern öncesi döneme ait dogmatik olan bilim dışı unsurlar olduğu için ideal olan modern yaşamda bunlar önemsenmemiştir.

Kilisenin egemen olduğu Ortaçağ Avrupası yerini rasyonaliteye bağlı modern Avrupa tarihi ile güncellemektedir. Batı toplumunda dinin sözcülüğünü yapan yasa koyan kilise kurumunun modern bireyin bireyselci tüketim çerçevesine göre yeniden yapılandırılması gerekmiştir(Balcı, 2018: 57). 1960'lı yıllardan itibaren Hıristiyan olmayan dinlere mensup insanların Avrupa'daki varlığını anlatan süreçte dini çoğulculuk kavramı kullanılmaya başlanmıştır(Özkan, 2018: 37). Bu kavramın kapsamı kurumsal dinlerin içinden ayrılan yeni dini yapılanmaların açıklanmasına eşlik ederek büyümüştür. Çoğulculuk (pluralism), bir toplum içerisindeki farklı etnisite ya da dinsel grupların bir arada yaşayabilmesini ifadelendirmektedir. Fakat Berger'ın (2005:438) ifadelendirdiği şekliyle modern dünyada kastedilen çoğulculuk, şeylerin izafi bir değere sahip olarak bireylerin bireyselci bir hareketle an be an tercihlerini yenileyebilir olmasıdır.

Berger perspektifiyle modern yaşamın çoğulculuğu ve artan seçenekler bireyleri bahşedilmiş bir dünya algısı yerine tercih edilen bir dünya algısı ile baş başa bırakmıştır. Batı medenileşmesi (sivilleşmesi) dini, bireysel hayat tarzının keyfi seçeneği haline indirgemektedir(Özkan, 2018: 33).

Sanayileşme, kentleşme ve bilimdeki pozitivist ve rasyonel ilerleme modernleşmenin esas unsurlarıdır. Modern toplumları oluşturan bu etmenlerle birlikte kentlerin dönüşümü, kentlerde yoğun nüfus artışı, kitle iletişim araçlarının yaygınlaşması ile beraber gelişen sosyalleşmenin yeni formları, ekonomik gelir elde etme yöntemlerindeki değişimler ve bunlara bağlı faktörler modern bireyi etkilemektedir. Toplum oluşturulan insan olduğu gibi insan da toplum tarafından üretilmektedir. Burada toplumdan bireye ve bireyden topluma doğru bir sarkaç hareket etmektedir. Bu karşılıklı etkileşim diyalektik bir biçimde anlaşılması gereken durumdur. Subjektivizm üretimi insanı cemaat anlayışından ayırarak benmerkezci olmaya ve bu şekilde öznel bir inanç anlayışının geliştirilmesine yol açmaktadır. Nitekim bu yeni gelişen dinsel yapıların inanç sektörü oluşturmasına kolaylık sağlamaktadır.

Modern toplum içerisinde kendisini yeniden üreten maneviyat arayışları dini inançların ve doğu mistisizminin bir karması olarak meydana gelmektedir. Din ve inanma duygusu insanın davranışlarını etkileyen önemli bir etkidir. 1950'den sonra Batılı toplumlarda yeni dini hareketlerin ortaya çıkması modern dünyanın dinle ilgili problemlerini, sekülerleşme ve de-sekülerleşme tartışmalarını canlandırmıştır.

Modernleşmeyle birlikte gelişen sekülerleşme süreci modern bireyin dinle olan ilişkisinde büyük rol oynamaktadır. Sekülerleşme modernleşmeyle birlikte paralellik gösteren bir olgu olarak tartışılmakla birlikte bunun aksini iddia eden eleştiriler de mevcuttur. Yine de üzerinde en çok durulan ve hem fikir olunan konu sekülerleşmenin insanın yaşamında dini, dinsel ve metafiziksel şeylerin rol oynamaması demektir. Sekülerleşme teorilerinde görülen kurumsal dinlerin toplum üzerindeki etkilerinin azalacağı yahut onların hâkimiyetinin tamamıyla ortadan kalkacağı yönündeki söylemler spiritüel hareketlerdeki artışla birlikte yeniden sorgulanması ve tartışılması için ele alınmaya başlanmıştır.

Weber'in (2012: 56) açıkladığı gibi dünyevi düzenin getirdiği anlam dünyası ve şartlarıyla kendini eksik hisseden bireyler için kişisel bir zemin üzerinde radikal bir çözüm olarak kurtuluş problemi doğmaktadır.

Modern birey anlam arayışı içerisinde olarak bütünleştirici hakikati ararken rasyonel öncesi inançlarla teselli bulmaya çalışmaktadır (Pınarbaşı, 2021: 74). Toplumsal değişime etki eden new age, yeni dini hareketler toplumun kültürel yapısına da etki ettiği için sosyologların çalışma alanı haline gelmekte ve sosyoloji disiplinde yeni bir alt disiplin olarak Yeni Dini Hareketler Sosyolojisi olarak yer almaktadır (Kirman, 2010: 3-5). Sosyolojik perspektif bu oluşumları dini gruplar, dini pratikler olarak dinsel davranışların dışsal görünüşleri ve ayrıca söylemsel ve kurumsal boyutlarıyla, bu gruplara ait fertlerin davranışları ve grupların inşası ve çatışmalarıyla birlikte ele almaktadır. Bu sosyal grupların oluşumlarını sebep sonuç ilişkisiyle ortaya koymaktadır. Ve spiritüel oluşumların genel olarak baskın bir şekilde tanımının yapılamayacağı sosyologların hemfikir olduğu bir konudur. New age çatısı altında birleşen spiritüalist akımlar pek çok alt grup halinde mevcuttur.

Spiritüalist akımlardan birini de yoga oluşturur. Yoga bağlantıda olmak demektir. Aşkın olanla ve nihai ulaşılması gereken öz'le ilgili gelişimsel bir yolculuğu ifade etmektedir. İçerisinde ruhsal ve maddesel etkileşimler bulunur. Yoganın kendisine has manevi anlayışı ve fiziksel birtakım duruşları (*asana*) mevcuttur. Yogada kişinin uygulaması takip etmesi gereken sekiz aşama bulunmaktadır: *yama* (dışsal ahlak yasaları), *niyama* (içsel ahlak yasaları), *asana* (fiziksel duruş pozisyonları), *pranayama* (nefes egzersizleri), *pratyahara* (duyuların kontrolü), *dhrana* (odaklanma teknikleri), *dhyana* (meditasyon), *samadhi* (evrenle bütünleşme)'dir (Patanjali, 2011). Swami Vivekananda Batı dünyasını yogayla tanıştıran ilk kişilerden olmakla birlikte, kendisi aynı zamanda Hint milliyetçisi olarak bilinmektedir (De Michelis, 2008). Amacı Hindu inancını yoga aracılığıyla yaygınlaştırmak olan Ruhani lider bunun için Raja Yoga adlı kitabını yayımlayarak, yogayı Batı'nın ilgilendiği formatta yenileyerek kullanmış ve Batı'da popülerlik yakalamıştır. Batı'yı yogayla tanıştıran kişi olarak her ne kadar yoganın fiziksel duruşları üzerinde durmayıp felsefesini aktarmaya çalışmış olsa da, ondan sonra bu görevi üstlenecek Hintli gurular fiziksel duruşlara vurgu yapacaktır. Bu şekilde fiziksel egzersiz olarak tanıtılıp yaygınlaşması hızlanarak kurumsal bir hal almaya başlaması sadece Amerika ya da Avrupa ile sınırlı kalmayacaktır.

Yoga, doğu inançlarında dini bir inanca ait ritüelken günümüzde tüm dünyada spor, sağlık için egzersiz ya da psikolojik/ ruhsal bir tatmin aracı olarak bilinmektedir.

Teknolojik gelişmelerle birlikte yaygınlaşması hızlanan new age hareketleri gibi yeni akımlar dünyanın birçok yerinde farklı toplumlarda kendilerine alan açabilmektedir. Toplumsal bir hareketlilik de içeren bu akımların kendilerini var etmelerine kolaylık sağlayan etkenlerin mikro şekilde neler olduğu toplumsal değişimi kritik edebilmek adına önemlidir. Bu çalışmada spiritüel hareketlerden biri olan yoga Türkiye’de son zamanlarda artan popülerliği ve zaman zaman gündemde tartışma konusu olması nedeniyle araştırma konusu olarak bu çalışmada yer almıştır. Yoga kimi zaman yapılış amacının tartışılmasıyla, dini bir referansa sahip olup olmamasıyla çoğunlukla bir önyargıya maruz kalmaktadır. Bu durum akademik araştırmaların henüz yeterli seviyede olmamasıyla da ilgilidir.

Bu çalışmada yoga yapan bireylerin maneviyata ilişkin düşünceleri, yogaya katılım süreçlerinin hangi koşullarda gerçekleştiğiyle beraber bireyler üzerinde ne tür etkilerinin olduğu, spiritüel deneyimleri ve bu deneyimleri anlamlandırma şekilleri ile modern ve seküler yaşam ilişkisi ele alınmıştır. Bu çalışma ile yoga yapan bireylerde spiritüel, manevi düşüncelerin, deneyimlerin ne anlama geldiği yorumsamacı ve fenomenolojik bir perspektifle keşfedilmeye çalışılmıştır.

Araştırmanın birinci bölümünde araştırmanın amacı, önemi ve özgün değeri ve kapsamı yer almaktadır. İkinci bölümünde araştırmanın merkez parçaları olan teorik ayağını oluşturan kavramsal ve kuramsal çerçeve yer almaktadır. Üçüncü bölümde araştırmanın önemli ayağı olan yoga üzerinde durulmuştur. Spesifik olarak yoga için dinler tarihi, Hinduizm ve Budizm kutsal kitapları, uluslararası yoga çalışmaları ve yoga dergileri, yoga ekollerini anlatan çalışmalar ve belgesellerden araştırmada destekleyici unsurlar olarak yararlanılmıştır. Dördüncü bölümde araştırmanın yöntemi, araştırma süreci, kullanılan kaynaklar sıralanmıştır. Son bölümde ise çalışmada elde edilen bulgular yorumlanarak sonuç kısmı yazılmıştır.

1.1. Problem

Dünyada mevcut olan akademik literatür ve yapılmış çalışmalar spiritüel hareketlerin sekülerleşme, modernleşme, küreselleşme gibi etkenlerle birlikte tartışmaya açmaktadır. Spiritüel hareketlerin modern Batı tarihi ile yakından ilgisi vardır. Batı'da gerçekleşen sanayileşme, kentleşme ve modernleşme süreçleri beraberinde kilisenin sallantıda olan otoritesinin ve bireylerin kiliseye bağlılık seviyelerinin düşmesiyle yeni bir sürece evrilmiştir. Bu süreç sekülerleşme teorilerinin doğmasını sağlamış, modern bireylerin dinle aralarındaki soğukluk bu teorilerle açıklanmaya çalışılmıştır. Dindarlık geleneksel olarak algılanmış ve modern dönemde bireyin yaşam şeklinde yeri azalmıştır. Modernleşmenin göstergesi olan kentlerde hızlı üretilen ve hızlı tüketilen popüler kültür ürünleri arasında spiritüel, mistik hareketler azalan dindarlık görüntüsünün boşluğunda doğmuştur. Bu ürünler tarihsel süreçte farklı toplumlarda ortaya çıkmış inançların, felsefi öğretilerin düşüncelerinden faydalanıp eklektik bir biçimde kendi tarzlarını oluşturmaktadır. Modern toplumlarda dinin gelişimi ve yeni dinsel görüntülerin ortaya çıkışı din sosyologlarının araştırma konularından biri haline gelmiştir. Sosyologlar tarafından tartışılmaya devam edilen sekülerlik ve dönüşümleri, spiritüel hareketlerle birlikte yeni perspektiflerle ele alınmaya başlanmıştır.

1.2. Amaç

Modern ve seküler toplumlarda mistik öğretilerin neden taraftar çektiği, seküler bireyin spiritüel hareketler içerisinde bu alanı nasıl anlamlandırdığı sekülerlik tartışmalarına ve spiritüel hareketlerin modern toplumda doldurduğu boşlukların anlaşılmasına katkı sağlayacaktır. Bu araştırmanın amacı popüler kültür içerisinde kendisine alan açmaya çalışan ve sık sık gündemde tartışmalar içerisinde yer alan yoganın seküler bireyler tarafından deneyimlenme sürecini anlamak ve açıklamaktır.

Çalışmanın temel amacı yoga yapan bireylerin maneviyatla kurdukları ilişkinin incelenmesidir. Araştırmanın temel sorusu “Seküler gruplarda yoga yapan kişilerin manevi deneyimleri nasıldır?” olarak belirlenmiştir. Araştırmanın diğer alt soruları olarak şunlar belirlenmiştir:

1. Yoga ve maneviyat arasındaki ne tür bir ilişki/anlam vardır?
2. Yoga ve sekülerlik arasında ne tür bir ilişki/anlam vardır?
3. Yoga yapan seküler bireyler için maneviyat ne anlam ifade etmektedir?
4. Yoga yapan seküler bireyler için yoga ne anlam ifade etmektedir?

1.3. Araştırmanın Önemi

Batı’da kurumsal dinlerin zayıflamasıyla birlikte görülmeye başlayan New Age spiritüel hareketler 2000’li yıllarda Türkiye’de de gözle görülür hale gelmeye başlamıştır. Batı ile kurulan temaslar bu yeni akımların Batı’da ve Hindistan’da eğitimlerini almış bireyler tarafından Türkiye’ye tanıtılması ile yavaş yavaş büyüme kaydetmiştir. Bu hareketler tin/ruhsallık içeren bir paydada kendilerine ait ürünleriyle, mekânları ve felsefeleriyle farklılık göstermektedir. Bu hareketlerden birini oluşturan yogada da eğitim ücretlerinin yüksek olması ve grup faaliyetlerinin pahalılığı nedeniyle belli bir sınıfa hitap ettiği görülmektedir. Eklektik bir yapıya sahip olarak kurumsal dinlere benzer özellikler taşımakta olup, farklı inançların ortak değer havuzunu kullanmaktadırlar. Bu da onların kitlelere ulaşmalarında kolaylık sağlamaktadır. İçsel motivasyon, kişisel gelişim, iç huzur vaatleri modern dünyanın koşturmacasında yorulan insanlar için cazip gelmektedir. Etkileşim sahalarını genişletmek eğitim mekânlarını çoğaltmak ile daha çok kitleye ulaşabilmek ve bireylerde farkındalık uyandırmak yapısal amaçlarındandır. Bireylerde spiritüel bir dönüşüm oluşturmak vaadinde bulunmaları, kendilerine has bir kültür üretmelerinin din sosyolojisi perspektifinde incelenmesi bu alandaki çalışmalara katkı sağlayacaktır. Her ne kadar bireysel faaliyetler olarak görülse de bu hareketler büyük bir network ağına da sahiptir. Ve bununla birlikte bir grup aidiyeti üretmekte, kendilerine has konseptleri ile üyelerinin devamlılığını sağlayarak yeni bir hayat tarzı oluşturmaktadırlar.

Türkiye’de spiritüel hareketler üzerine gerçekleştirilen sosyolojik çalışmaların yetersizliği bu alanda yapılacak nitel araştırmaların önemini artırmaktadır. Bu sebeple çalışmamız nitel doğasıyla akademik alandaki literatüre katkı sağlayacaktır.

1.4. Sınırlılıklar

Bu araştırmada yalnızca İstanbul ili Nişantaşı bölgesindeki yoga kurslarından eğitim almış eğitmenler ve burada eğitim vermekte olan eğitimcileri kapsamaktadır. Çalışmada kadın katılımcılar erkeklerden daha fazladır. Yoga kurslarında ağırlıklı olarak kadınlar yer almaktadır. Bu nedenle çalışmaya katılacak erkeklere ulaşmakta zorluklar yaşanmıştır.



İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL VE KAVRAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde çalışmanın ana kavramsal çerçevesi olan “Maneviyat”, “Sekülerlik” ve “Spiritualizm” kavramları ele alınarak açıklanacaktır. Kuramsal açıdan geleneksel ve çağdaş yaklaşımlar ele alınarak birlikte incelenecektir.

2.1. Maneviyat Kavramı

Maneviyat halen hakkında sıcak tartışmaların ve fikir zenginliğinin olduğu bir kavramdır. Bu nedenle bir başlangıç noktası bu çalışmada zor olacaktır. Türk Dil Kurumu sözlüğünde yer aldığı şekliyle maneviyat iki ayrım üzerinden tanımlanmaktadır. İlk olarak ‘‘maddi olmayan, manevi şeyler’’ olarak tanımlanmakta olup burada tinsel, ruhsal, metafiziksel, soyut şeyler kastedilir; ikinci anlam olarak ise ‘‘yürek gücü, motivasyon, moral’’ olarak yer almaktadır (TDK, 2023). Arapça bir kelime olan maneviyat kelimesi ‘‘manevi’’ kelimesinden türetilmiş olup, manevi kelimesinin kökeni ise mana kelimesidir. Mana, a-n-y (inayet) kökünden türemiş bir kelime olarak ‘‘anlatılmak istenen, kastedilen şey’’ anlamlarına gelmektedir. Mana herhangi bir nesneyi belirlemeye yarayan özelliklerin bütünü olarak onu diğer şeylerden ayıran belirtilerdir. *Manevi* kelimesi ise manada olduğu gibi belli bir kavramı belirtmekten ziyade ‘‘kalple bilinen manadan ibaret olan’’ olarak tarif edilmiştir (Cürçani, 1997: 307). Manevi; madde ile ilişkisi olmayan, ruhla, batınla, manayla ilgili olup içe ait olan demektir (Topsakal ve Çelik, 1996: 1898). Manevi olan genel itibariyle ‘‘ruha ve hisse, inanca ait olan şeyler’’ olarak tanımlanmaktadır (Doğan, 2001: 876).

Anlam zenginliğiyle birlikte çok boyutlu bir yapısı olan maneviyat kelimesinin literatürde içsel güç, motivasyon, inanç, benliğin aşılması gibi unsurlarla tarif edildiği görülmüştür.

Maneviyat kelimesinin dünya literatüründe İngilizce karşılığı ‘‘Spirituality’’, Spiritualitat (Alm), Spiritualita (İt), Spiritualite (Fr) olarak yer almaktadır. Oxford sözlüğünde Spirituality ‘‘din ya da insan ruhu ile bağlantılı olan’’ şeklinde tanımlanmıştır(Oxford, 2023).

Tanrısal tecrübe ve bilinç farkındalığı, kainat ile bütünlük duygusu hissetmek, ruh ve ruhsal hayatın varlığına inanmak, ölümden sonra yaşamın var olduğuna yönelik inanç duygusu maneviyatın geniş anlam dünyasında yer almaktadır(Buchner, 2009: 56). Bu duygunun evrensel bir karşılığı bulunmaktadır. Sonuçta maneviyat ruh, içsel olan, metafiziksel, inanç anlamına taşımaktadır.

1900'lü yılların ikinci yarısına kadar din ve dindarlık ile birlikte aynı anlamda kullanılan maneviyat terimi artık daha farklı bir kapsamda ele alınmaya başlanmıştır(Düzgüner, 2021: 32). Bu değişimi makro faktörler olarak; liberalizm, kentleşme, metropol kültürü, küreselleşme ile birlikte gelişen modern ve seküler yaşamın bireyciliği (individualism) etkilemiştir. Hıristiyanların kendi inançsal anlam dünyalarındaki eleştirileri aydınlanma sürecinden aldıkları rasyonel aklın mutlaklığını öncelikle neticelenmiştir. Bu süreç Hıristiyanların içinde yeni bir mezhep olan Protestanlığın gelişmesine neden olarak daha bireysel bir dindarlığı ortaya çıkarmıştır. Bu Hıristiyan maneviyatı (Christian Spirituality) olarak adlandırılmaktadır. 2000'li yılların başlarına gelene dek din ve maneviyat kavramları iç içe kullanılırken milenyumdan sonra dinden ayrı bir kavram olarak sınırları netleşmiştir(Düzgüner, 2021: 58). Maneviyat teriminin kendisi dine dair pek çok ortak özelliği taşımasına rağmen bu ayrımın oluşması ve akademik alanda tartışılması sonucunda akademik alanda bu kavrama yönelik ilgi giderek artmış ve çeşitli tanımlar ortaya çıkarılmıştır. Literatürde din ile arasındaki benzerlik ve farklılıklar üzerinde durulmuştur. Yamene (1998:492) maneviyatı bireyde içsel yaşamıyla Tanrı'ya kutsal olana yönelmiş olma durumu olarak tanımlamaktadır. Maneviyatı farklı boyutlarla ele alarak tanımlayan Lapierre' e göre (1994:154-159) maneviyat altı farklı yöne sahiptir. Bunlar; yolculuk, din, topluluk, yaratılışın gizemi, aşkınlık ve dönüşümdür. Bu şekilde bu tanımlamada maneviyatın kapsamına kişinin deneyimlediği yolculuk, aşkınlık hissi, dönüşüm yaşaması gibi kavramların da dâhil edildiği görülmektedir.

Maneviyat kavramı bütünsel bir iyi oluş haliyle tanımlanırken, dini bir inanç temelinden daha geniş anlam çerçevesinde ele alınmaktadır. Maneviyatın tüm kavramları ve tanımlamaları her zaman dinle bağlantılı olmamaktadır(Sheldrake, 1992; Wulff, 1997). Maneviyat (spirituality) ve din fenomenleri sosyal bilimciler tarafından benzerlik ve farklılıklarıyla ele alınıp karşılaştırmaları yapılmıştır.

Halen net bir tanımlamayla (construct) ele alınamamasına karşın maneviyat hakkında çok fazla yorumun yapıldığı görülmektedir. Batı literatüründe Cicirelli (2011:129 vd) maneviyatın dinden bağımsız olarak kişiye özgü bir şekilde içinde var olduğunu, bu manevi halin dini inançtan daha önemli olduğunu vurgular. Ve bu görüşle seküler hümanizmin kapılarını aralamaktadır. Maneviyat daha önce dini inancın kapladığı anlam evreninde, insanın doğuştan getirdiği insani bir durum olarak kabul görmeye başlamıştır (Heyse-More 1996, Wright 2000). Anlamı genişlemeye devam ederek daha seküler formlar kazanmıştır. Bunun önemli bir nedeni modern Batı toplumlarında zaman içerisinde maneviyat algısının değişiminin izlediği roldür. Belli bir toplum içerisinde o toplumun değerleriyle birlikte gelişen kavramların, başka toplumlarda birebir aynı anlamı ifade etmesi ya da karşılığının bulunmasını beklemek zorakidir. Çünkü her toplum kendi kültürel normları ile değerleri etrafında toplumsal bir hafızaya ve değerlere sahiptir. Geçmişleri, şimdilerini ve geleceklerini oluşturmaktadırlar.

Günümüzde maneviyat Batı literatüründeki spiritüalite kavramının karşılığı ile kullanılmaktadır. Batı merkezli çeviri faaliyetlerinin kullanılan kavramlara ve bu kavramların yaygınlaşmasına etkisi kaçınılmazdır. Maneviyat artık dinden daha geniş bir anlamda kullanılmaya başlanarak inanç ve maneviyat olarak iki türlü ayrıma gidilmektedir. Örneğin Ok (2006: 450), Ergül ve Bayık (2004: 37), Tuncay (2007) maneviyatın dinsel alanla sınırlanmaması gerektiği yönünde yaptıkları bilimsel çalışmalarıyla ön plana çıkmaktadır.

Türkiye, Batı toplumlarının geçmiş tecrübelerini birebir deneyimlemiş bir topluma sahip değildir. Bu nedenle Türkiye toplumunun Batı toplumundan farklı bir yapıya sahip olarak geçmiş deneyim ve tecrübeleri de farklılık arz etmektedir.

Batı toplumu ile Türkiye arasında kültürel, inançsal, dilsel ortak bir beraberlik geçmişini çok kısıtlıdır. Türkiye modernleşmesi Batı'nın deneyimlediği ve kavramsallaştırdığı kutsal ve dindışı ayrımıyla tanışarak bunu kendi toplumu üzerinde kullanmak istemiştir. Bu ayrım Türkiye'de dinin ve dinin konumlandırılmasının problem haline gelmesine yol açmıştır(Tekin, 2011: 10). Temelde Hristiyan ve Müslüman kültür farklılığı nedeniyle inanç çerçevesinde gelişen ve değişen anlam dünyası da her ne kadar benzeşmeler yaşamış olsa da farklılıkları daha büyüktür.

Türkiye modernleşme serüveninde her ne kadar Batı toplumlarından etkilenmiş olsa da yaşadığı tecrübeler kendine has özellikte olmuştur. Bu şekilde maneviyat kavramı Türkiye toplumunda din, tasavvuf ve ahlak kavramlarıyla iç içe kullanılmıştır. Maneviyatın bu perspektiften ayrışması henüz yakın döneme rast gelmektedir.

Türkiye toplumunun gerçekliğinde bu kavramsallaştırmaların nasıl bir yeri olduğunu görmek önemlidir. Bedel'in (2009) maneviyat ölçeğinde (Spirituality Scale) Türkçe geçerlilik/güvenilirlik test çalışmasında Türkiye'de maneviyat ve dindarlık arasındaki ilişkinin karşılaştırılmasına dair sonuçlar ilginçtir. Türk halkının dindarlık ve maneviyatı farklı anlamlandırdığı ama bu kavramların birbirleriyle ilişkili olduğuna dair sonuçlarda din/dindarlık ile maneviyat arasında birbirinden apayrı anlaşılan iki kavram olmadığı görülmektedir(Bedel, 2009: 162). 936 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilen bir çalışmada dini inanç ve maneviyat arasında sıkı bir ilişki olduğu ortaya çıkarılmıştır(Doğan, 2004:200). Türkiye'deki maneviyat algısının Batı'da olduğu şekilden farklılık arz etmeye devam ettiği yapılan saha araştırmaları ile daha belirgin şekilde görülmeye devam etmektedir. "Modernleşme ve Sekülerleşme Sürecinde Türk Gençliğinin Anlam Dünyasında Dinin Yeri" adlı makalede çeşitli fakültelerden örnekleme dâhil edilen 593 üniversite öğrencisi ile din algısı üzerine bir araştırma gerçekleştirilmiştir. Bu araştırma sonuçlarından elde edilen verilere göre din ile ilgili belirtilen tanımlamalarda "iman ve inanç" (%24.95) ifadeleriyle birlikte en çok " ruhsal huzur ve manevi mutluluk" (%14.59) ifadeleri kullanılmıştır(Yapıcı, 2009). Yapıcı, bu çalışmanın sonuçlarında Türk gençliğinde Batı'da olduğu gibi "aidiyetsiz inanma" duygusunun olmadığını, maneviyatın dini kapsayan bir kavram olarak zihinlerde yer aldığını belirtmiştir(Yapıcı, 2009: 28). Modern yaşantının etkisi henüz Batı toplumlarında olduğu kadarıyla Türkiye'deki insanların maneviyata bakışını etkilemediği görülmektedir.

2.1.1. Toplum ve Maneviyat İlişkisi

Maneviyat insanın kültürel birikiminden, inançlarından, değerlerinden ayrı ele alınamaz. Tarihsel süreç boyunca insanla birlikte var olan inançlar ve görüntüleri insanın varoluşuna dair duyduğu merakla birlikte gelişmiştir. Adetler; ritüeller, ayinler, törenler, semboller insanın bu serüvenine dair izlerle doludur. Sosyal anlamlar inşa etme ve bu anlamlar çerçevesinde sosyalliği sürdürmede etken bir fenomen olagelmıştır. Bu açıdan maneviyat, insanın anlam arayışı olarak köklü bir şekilde yaşamıştır.

Maneviyat kavramsal olarak tinsellik, aşkın olanla tanımlanmaktadır. İnsanlar tarih boyunca ölümü, rüyaları irdelemiş ve sürekli anlamlar üretmiştir. İnsanlar maddi olanın ötesinde ruhu keşfetmişlerdir. Maneviyatın kavramsal olarak ruhla ve aşkın olanla bağlantısı vardır. Spiritüel dediğimiz ruhsallığın keşfi ve duyumu görünenin ötesine merakı her zaman diri tutmuştur. Durkheim, ruh düşüncesinin insana uyanık ve uyku hali arasındaki çift yaşam durumunu iyi anlayamaması sebebiyle geldiğini söylemektedir(Durkheim, 2020: 83). İnsanın bu deneyimine ilişkin merak ve korku ruha dair araştırmaları her dönemde güncel tutmaktadır. Pozitivist şekilde toplum incelemelerinde görülen ilkel insanların yaşantılarına dair araştırmalarda ruhun yüceltilmesi ölüm korkusuyla ilişkili olarak ortaya konmuştur. Tabiattaki tüm varlıkların bir ruhu olduğu düşüncesi aynı zamanda ölen ataların ruhlarının var olması nedeniyle varlıklarını devam ettirdikleri düşüncesini doğurmuştur.

Edward Burnett Tylor *Primitive Culture* eserinde dinin kökeni ve oluşum serüvenini tabiatta her şeyde var olduğu düşünülen ruhlar olarak tanımlamaktadır(Tylor, 2016). Animizm olarak adlandırılan bu süreç ile devam edip gelişen inancın kökenine ilişkin teoriler son olarak tek tanrılı inanç aşamasına gelmiştir. Animizm, canlı yahut cansız olarak doğadaki her varlığın ruhlara sahip olduğuna yönelik bir inançtır(Seyrek, 2018). Aslında insanların doğadaki varlıklara yüklediği bu anlam bitkilerin ya da hayvanların kutsallığından kaynaklanmamaktadır. Doğadaki şeyler aşkın bir anlama katıldıklarından ötürü kutsanmaktadırlar(Schwarz, 2019: 288). Ardına doğaya ait olan su, ateş gibi unsurlara tapıldığı çok sonra ise bunların hepsinin tek bir Tanrı tarafından gerçekleştiğine dair monoteist inanca evrildiği teorisi geliştirilmiştir.

İnsanlığın dini inanç serüveni üzerine tartışmalı bu teoriler inancın kendisinin insanla birlikte var olduğunu göstermektedir. Tylor'ın dinlerin gelişimine yönelik Animizmi(canlılık) ilk aşama olarak görmesi öğrencisi olan Robert R. Marett tarafından eleştirilmiştir. İslam toplumlarında ilk başta ateşe, aya tapınan insanların adetlerini eleştirerek daha üstün ve yüce bir varlık arayışında bulunan Hz. İbrahim'in kıssası bu anlam arayışına örnektir. Onun inzivaya çekilerek tek başına tefekkür halinde kalarak evreni, ayı, güneşi, toplumunun inandığı Tanrıları sorgulaması manevi olarak içsel yolculuğunun bir tezahürüdür. Budist keşişlerin yüksek bir manevi haleti ruhiye için manastırlara inzivaya çekilip meditasyon yapmaları da insan ve maneviyat ilişkisine bir örnek teşkil eder.

Sosyoloji toplumun nesnel gerçekliği ile ilgilendiği kadar metafizik boyutunu da inceleyerek, toplumun nesnel ve ontolojik özelliklerinin birlikte kavranmasını sağlamaktadır (Yıldırım, 2021: 9). İnsan anlam üreten bir varlık olduğu gibi inanma gereksinimi duyan bir canlıdır. Bir toplumun maneviyatla kurduğu ilişki biçimini, maneviyat gereksiniminin nedenlerini anlamak sosyal alanın dinamikliğini sosyolojik olarak çözümlmeyi kolaylaştırmaktadır. İnanç toplumları harekete geçiren, bütünlüklerini pekiştiren bir özelliğe sahiptir. Ve inanç sosyal düzen içerisinde ortaya çıkar, büyür ve gelişir. Bu nedenle bireylerin oluşturduğu toplumsal düzenle anlam kazanmaktadır.

İlk din sosyologları olan Comte, Durkheim, Weber 19. yüzyılın buhranlı dönemlerinde dinin toplumda birleştirici bir rol oynadığı yönünde incelemelerde bulunarak inanç unsurunu sosyolojik perspektiften incelemişlerdir. Sosyolojik perspektif dinin, inancın yapısını sosyal oluşumlarla birlikte anlama imkânı sunmaktadır. Ünlü sosyolog Comte'a göre din insanlık tarihinin ilerlemesi için gereklidir. Onu moral bir güç olarak elzem bulur. Durkheim da *Dinsel Yaşamın İlk Biçimleri* eserinde dinin kökeni üzerine incelemelerde bulunarak dinsel duygunun kolektif coşku ile arasındaki bağa dikkat çekmiştir.

Eserinde tüm dinlerin temel özellikleri olarak ritüelleri, sembolleri, tabuları ile kolektif bilince de sahip olduklarını söyleyerek dini bu kavramlarla analiz etmiştir. Bu şekilde nesnel gerçekliğiyle birlikte dinin toplumdaki anlam dünyasını açıklamaya çalışmıştır.

İnsan tarih serüveni boyunca pek çok şeye kutsallık atfetmiş, aşkın olanı deneyimlemeye çalışmıştır. Bu süreçte kutsallık atfedilen şey'ler değişse bile kutsal algılama şekli değişmemiş, doğüstü ve metafizik üzerine sembolik düşünme yeteneği var olagelmıştır. İnsanların anlam atfettikleri dinsel olanla ilişkili şeyler sıradan bir nesne olmaktan çıkmaktadır. Durkheim'a göre kutsal olan ve kutsal olmayan arasındaki ayırım burada ortaya çıkmaktadır. Kutsal, din dışı (profan) olanın karşıtı olmakta ve toplumda kolektif bilinç yani toplumun ortak duygu ve kabulleri tarafından oluşan temel bir unsur haline gelmektedir. Kutsallık olgusu fiziki varlığın ötesinde bir anlama sahip olarak sosyal sistemin içerisinde oluşmaktadır (Yıldırım, 2016: 25). Din ve dini anlam içerisinde var olan kutsallık olgusu dinsel düşünme tarzının bir özelliğidir. Sosyal alanda belirli nesnelere, şeylere anlam yüklenerek oluşturulurlar. Örneğin Müslüman toplumlarda Cuma günü diğer günlerden ayrılarak özel bir konumdadır.

Hıristiyanların pazar günleri ve Yahudilerin cumartesi günleri de o toplumlardaki kutsal olandan örnekler oluşturmaktadır. Kutsal kabul edilen şeyler içerisinde bulunduğu toplumsal düzende var olan geleneği geliştirmekte ve sürdürmekte, saygıyı artırmakta, üyelerin sorumluluk almasını sağlayarak sistemsel düzeni sağlamaktadırlar(Schwarz, 2019: 269). Eliade'nin (2004: 30) *Dinin Anlamı ve Sosyal Fonksiyonu* eserinde açıkladığı şekilde kutsalı tarihselleştirmekten çok bilincin yapısında var olan bir unsur olarak ele aldığımızda insan olmakla bir inanca sahip olmak aynı şey haline gelmektedir. Toplumsal alandaki fonksiyonuna baktığımızda din sosyoloğu Berger inanç sistemlerinin işlevini üç şekilde ele almaktadır: sembolik bütünleştiricilik, toplumsal kontrol ve sosyal yapılandırma. Sembolik bütünleştiricilik dinin toplumsal işlevinin toplumu kapsayıcılığı ile açıklanmaktadır. Ferdin toplumsal birlikteliğe katılarak manevi anlam dünyasındaki inancı pekiştiren ayinsel törenler sembolik bütünleştiriciliğin bir örneğidir(Berger, 2002: 130-131). Toplumda var olan sosyal kurumların aralarındaki bağ ve bu kurumların üzerinde dinin bir üst çatı görevi görerek başat anlam ağı ören yapı olmasıyla dinin toplumsal işlevi aktif halde olmaktadır. Din dış ve iç kontrol aracılığıyla da toplumsal kontrol gerçekleştirmektedir.

Dışsal şekilde örneğin aile kurumunun kurulma şeklinde, otorite olarak görülmesi gereken şeylerin meşrulaştırılmasında dinin rolünün olduğu görülmektedir. Din toplumsal kurumların işleyişinde toplumun faydasına olacak biçimde kullanılabilirdiği gibi toplumun üzerinde baskı aracı olarak da kullanılabilir. Elbette diğer kurumların işlevlerinde görülebileceği gibi olumlu ve olumsuz durumlar otorite aracılığıyla meydana gelebilir. Burada amaç toplumsal kontrolün sağlanmasıdır. Weber'in teorisi ile "meşrulaştırma" yöntemiyle otoritenin kontrolünün dini gerekçelerle kabullenilebilir hale getirilmesidir. Bu da toplumda var olan otorite gücü kadar dinin etkisinin de boyutunu anlamamıza yardımcı olmaktadır. Haçlı Seferleri ile kaç kez milyonlarca insanın sefere çıkmasında, insanlar dini motivasyon ile yola çıkmış ama başarısızlık yaşayarak ölmüşlerdir. Bunda etken güçlerden biri de dinin içselleştirilerek oynadığı rolüdür. Ferdin dini içselleştirdiği kadar yaşamaktadır. Ve bu da onun bilincinde güçlü bir kurallar bütünü oluşturmakta, eylemlerine dini anlam dünyasındaki bu kurallar yön vermektedir. Sosyal yapılandırma ise, inancın meşrulaştırma yöntemi aracılığıyla da toplumsal tabakalaşmaya destek olabileceği görüştür.

Berger burada Hint kast sistemini, ruhbanlığı örnek vermektedir(Berger, 2002: 134-135). Dinin kitleleri harekete geçirici gücü olan içselleştirilmesi ve inancın kurduğu sistemin birey tarafından benimsenmesi nasıl ki sosyal meşrulaştırmanın yapılmasını kolaylaştırıyorsa toplumda tabakalaşmaya da neden olabilir. Protestanlık ve kapitalizm arasında kurulan ilişki gibi bu incelenilen inancın gerektirdiği yasalarla ve kurduğu sistemle ilgilidir. İnançların kendilerine has özellikleri kimi toplumda üretim ilişkilerini kapitalist bir noktaya getirirken başka bir toplumda kapitalistleşmeye izin vermeyebilir. Bu şekilde inanç sosyal alanı yapılandırma gücüne sahiptir diyebiliriz.

Maneviyat, otantik anlamda dini inancın bir parçasıdır. Kutsal olanla kurulan irtibatla hissedilen duygu ve düşünüş şeklidir. Manevi tecrübeye sahip olmak bireyde grup aidiyeti oluşturmada, sosyal statü kazandırmada ve bilinmeyen hakkında bir anlam inşa etmesini sağlamaktadır. Bu şekilde insanların yaşamlarında yardımcı bir sosyal fonksiyon görevi görmektedir(Maton & Wells, 1995). Her zaman ve her dönem insanla birlikte var olagelmiş ve toplumları güçlendirmiş büyük bir özelliktir. Bu tüm insanların bir şekilde inanma gereksinimine sahip olduğunu, evreni, dünyayı ve kendimizi anlama ihtiyacında olduğumuzu göstermektedir.

Maneviyat insan bilincinin Tanrı ile kurduğu ilişki olup, tüm toplumlarda görüldüğü üzere evrenseldir(Hegel, 2016: 33). Bir inanca bağlı olmak insanın gündelik yaşam pratiklerini etkileyen, şimdiki yaşamasında ve geleceği kurmasında ona yardımcı olan bir unsurdur. Temelde inancın oluşturduğu pratiklerle birlikte bir sistem mevcuttur. Ve birey inancını yaşamaya başladığında bu sistemin içerisine dâhil olur. İnanç sistemi kişinin hayatını belirli kurallarla çevreler. Burada önemli nokta kişinin bu sisteme gönülden bağlılığıdır.

H. Richard Niebuhr (1962) ve Ferdinand Tönnies'in (1955) üzerinde durduğu sosyolojik gelenekte, bir topluluktaki ortak payda olarak onları birbirine bağlayan bağların zayıflamasının dini değerlerdeki çözülüşle ilişkili olduğu belirtilir. Bu açıdan dini bağların bir topluluktaki birleştirici kuvvetli bir unsur olması önemlidir. Ne kadar çok dini parçalanmışlık varsa bu o kadar çok ayrışmayı beraberinde getirebilir. Maneviyat, insanın toplumsal bir varlık olduğunu hatırlatarak toplumdaki rolünü disipline eder. Belirli ritüeller etrafında aynı hissiyatı paylaşan insanları bir araya toplar. İnanç ilkeleri ve yasaları ona inanan insanlarda pratikleştikçe ve bir ortak konsensüsle insanları bir araya getirdikçe bireylerde grup aidiyeti oluşturur. Tekrarlanan ritüeller sosyal grubun içinde ibadetin önemini göstermektedir.

Ritüeller belirli insani duygu ve hislere düzenli bir ifade kazandırarak duyguları canlı aktif tutar. Manevi atmosferin oluşturduğu ortak duygular grubun ortak coşkusu haline gelmektedir. Dini grubun katılımcı sayısı arttıkça geniş bir kitleye ulaşması beraberinde büyük bir nüfusu getirmekle birlikte bu nüfusun ortak maddi ve manevi kültürel, ekonomik, siyasi anlam dünyasını da birlikte geliştirecektir. Bireylerin davranışlarını kontrol etmeleri ya da etkilemeleri yoluyla düzenli bir toplumsal yaşamın varlığı ve devamı bu duygularla gerçekleşir(Radcliffe-Brown, 2023: 36). Güçlü bir milletin varlığını sürdürebilmesi için üyelerinde iyi gelişmiş bir vatanseverlik duygusu olmakla birlikte bu duygu maneviyat tarafından desteklenebilir. Örneğin Çanakkale Zaferi'nde Türk milletinin "Vatan sevgisi imandandır" cümlesinden alınan İslam'a olan bağlılık ve iman gücüyle Müslüman toprakları müdafaa edilmiştir.

Aynı zamanda tasavvuf da Müslüman toplumlarda maneviyatın toplumsal varlığını gösteren unsurlardandır. Manevi bir pratik olarak tasavvuf ve tasavvufa dair tüm kavramlar bireylerin hayatı anlamlandırmalarında önemli rol oynamaktadır. Tasavvuf İslam'da güzel olanı yapmak ve maneviyatı mükemmelleştirmek için çıkılan bir yolculuktur(Chittick, 2019: 60). Tasavvuf içerisindeki manevi bir ruh yolculuğu bireyin olduğu halinden daha iyi bir versiyona erişmesi ve en sonunda kutsal olan Tanrı'yla bir olma halinden bahsetmektedir. Bireydeki kötü özelliklerin törpülenmesi, aşırılıkların, kinin, nefretin, öfkenin bireyin kontrolüne geçmesi onun daha iyi bir ahlaki pozisyonda olmasını sağlamaktadır.

Wong'un(1998: 364) maneviyatın nihai ve kişisel hakikatleri ilgilendirdiği yönündeki tanımlaması bireylerin hayatlarının nihai olanla anlamlı olabileceğini gösterir. Din insanların hakikatin bilincini anlamaya çalışırken sahip olmaları gereken hal ve hareket tarzı olarak (Hegel, 2016: 52), insanı terbiye eden bir unsurdur. Birey maneviyata sahip olarak inancını samimi bir şekilde yaşadığında hem bireysel anlamda hem sosyal ilişkilerinde bu inancın ona sağladığı özellikleri göstermesi gerekmektedir. Örneğin komünal şekilde gerçekleşen ritüellere katılım sağlayarak dayanışmanın devamına destek olmalıdır. Bu şekilde birliktelik bilinci sağlanacak ve sosyal anlam yeniden inşa edilecektir. Toplumda sosyal bir kaynak olarak bir cemaati olmadan dinin sosyal temsili zayıflayacaktır(Yıldırım, 2016: 46). Bu nedenle toplumsal birlikteliklerin varlığı dinin ve dine dair anlam, sembol, ritüellerin yaşamasına kaynak olmaktadır.

İnsan “Nereden geliyoruz?”, “Ben Kimim?” gibi en temel sorularına maneviyat aracılığı ile ulaşmaya çalışmıştır. Halen modern ve postmodern olarak anlaşılmaya çalışılan günümüz dünyasında “Tanrı benimle ne kastetmiş olabilir?” sorusuna yeniden cevap aranmaya çalışılmaktadır.

Günümüzde kapitalist sistem içerisinde kentlerin karmaşıklığında bireyselleşen ve modernliği deneyimleyen birey, manevi arayışına devam etmektedir. Bu yaşam tarzı Marx’ın ifadesiyle insanı kendisine yabancılaştırmaktadır. Modern yaşam kentlerde vücut bulur ve metropoller, kentler yüzeysel yaşantılarla dolu olarak insana güvensizlik vermektedir(Simmel, 2017: 101). İkincil ilişkiler ağının yaygın olması, ortak sosyal bütünleştirici unsurların azalması ve ruhsuzlaşması insanları sıkıntılarıyla baş başa bırakmaktadır.

Dini inancın insandan göstermesini beklediği davranış bütünü ve değerler modern toplumlarda ikincil plana atılmaktadır. Bu durum modern zamanın seküler yaşam formlarına evrilerek maneviyatı çoğullaştırmasıyla ve göreceli hale getirmesiyle de ilgilidir(Taburoğlu, 2019:112).

Bizi Tanrı kavramını düşünmeye iten güç kederdir(Hume, 2016: 49). İnsanlar mutlu ve neşeli anlarında yardıma ihtiyacı olmadığı, zavallı hissetmediği zamanlarda bir Tanrı aramaya gerek yokmuşçasına yaşar. İnsan düştüğü ve zorlandığı anlarda çaresiz hissettiği anlarda Tanrıyı aramaya başlar. Modern yaşamın materyalist bir ideoloji üzerine kurulması ise insanları tarihte olduğu gibi yeniden Tanrı arayışına, içsel huzura, ruhu düşünmeye itmektir. İnsan salt materyalist bir varlık olarak hayatını devam ettiremez. Modern anlayış dinsel itkiden insanı arındıramaz, yalnızca dışsal örtüsünden yoksun bırakabilir büsbütün hayatının tamamından değil(Simmel, 2003: 81). Tasavvuf bu açıdan toplumu anlamlandıran zihni süreçlerin, değerlerin Max Weber’in “büyü bozumu” olarak ifadelendirdiği çözülmeyi yaşadıkten sonra toplumu yeniden bir anlamla bütünleştirmek için rağbet görmeye devam etmektedir(Yıldırım, 2021: 67).

Milenyumda belirginleşmeye başlayan spiritüel hareketlerin popüler hale gelmesi insanın manevi arayışlara yeniden yönelmesini sorgulatmıştır. Sosyal bilimler alanında bu hareketler spiritüel inançlar olarak irdelenmektedir. Kurumsal dinleri taklit eden, yeni bir cemaat oluşturan ve büyük kitlelere ulaşmayı başaran yeni dini hareketler modern bireyin arayışını göstermektedir.

Dr. Mustafa Merter, Yeni Çağ manevi arayışlarını bilinen kategorilerle örtüşmeyecek şekilde farklı ve tehlikeli bir depresyon türü olarak tanımlar(Merter, 2012: 392). Bu tespit modern yaşamı benimseyen insanların giderek daha fazla materyalist bir hal alan dünyada manevi arayış halinde oldukları süreçlerin görüldüğü kadar basit olmadığını göstermektedir. İnsanlar boş inançlara bağlılıklarını artırdıklarında rastgele yaşamaya başlamaktadır (Hume, 2016). Modern kentler ve modern yaşantı bireyleri nihilist ve materyalist bir yaşantıya sürüklemektedir. Aile, ahlak ve maneviyata yönelik her şeyin hurafe ve gericilik olarak adlandırıldığı modern toplumlardaki materyalist ve nihilist yaşamın kendisi kritik edilmesi gereken asıl unsurdur(Şasa, 2019: 81-90). Bu açıdan maneviyatın toplum üzerindeki görüntülerini resmetmeye çalıştığımızda her dönem belirli biçimlerde var olan ve ihtiyaç duyulan bir unsur olduğunu görebiliriz.

2.2. Maneviyatın Kutsal Alandan Tecrit Edilişi

Aydınlanma felsefesi ile temelleri atılan maneviyat kavramı, Ortaçağ sonrası Avrupası'nda Teosentrik dünya görüşünden sıyrılarak hümanist formda insan merkezli bir dünya görüşüyle kullanılmaya başlanmıştır. Karşılaştırmalı din bilimcisi olan Wilfred Cantwell Smith (1962- 1991) modern toplumlarda dinin maddileştirildiğini, soyut bir süreçten somut bir varlığa dönüştürüldüğünü öne sürmektedir. Avrupa modernleşme serüveninde yaşadığı problemler neticesinde dini fenomenleri inceleme nesnesi haline getirmiştir. Bu bir düşünce tarihi serüveniyle, politik değişimin ve kurumsal dini zayıflamanın da beraberinde getirdiği süreçle gerçekleşmiştir. Neticede sosyal fizik (sosyoloji) ile dinin kökeni, kutsalın anlamı araştırılmış ve sosyal düzen üzerinde oynadığı rol irdelenmiştir. Hakikatin bilgisi Tanrısal bir anlamdan uzaklaştırılarak, oluşan boşlukta Batı bilimleriyle temellendirilmeye başlanmıştır(Yıldırım,2017: 48). Bu açıdan mutlak bir varlığın otoritesi yerine hümanist bir çizgide insan otoritesi yerleştirilmek hedeflenilmiştir. Modern toplumlarda sosyal tabaka, aile, iktidar, değerler ve gündelik yaşam biçimleri “modern toplum” imgesiyle yeniden şekillenmiştir(Yıldırım,1999: 39). Bu durum politik iktidarda, devlet kurumlarında, sosyal alanın insana etki eden her köşesinde var olduğu sürece fertlerin bu durumu *içselleştirmesi kaçınılmazdır*.

Bunlarla birlikte Groos'un (2006: 424-425) ortaya koyduğu şekilde dindarlık üzerine yapılan çalışmalar, dindarlığın somut göstergelerine odaklandıkları için dindarlığın alanı sınırlandırılmıştır.

Bu durum dindar davranış kalıplarına uymayan her bireyin seküler olarak adlandırılmasına, dindar ve seküler arasındaki ayrımın keskinleştirilmesine katkı sağlamıştır. Modern toplumlarda sosyal düzen içerisinde dini referanslı yaşamın etkisinin azalması, modern bireylerin sekülerleştiği teziyle açıklanmıştır. Ayrıca dindarlığın keskin hatlarla belirlenmesi dini tecrübenin görüntü içerisine sıkıştırılması ve geniş anlamlar evreninin maneviyat kelimesi ile ifade edilmeye başlanmasını doğurmuştur (Düzgüner, 2021: 48). Geleneksel din anlayışından daha geniş perspektifte bir anlam boyutuna sahip olmaya başladığını söyleyen Bash(2004: 11) maneviyatı, seküler bir ahlak formunda açıklamaktadır.

Bu açıdan dindar olmakla bir maneviyata sahip olmak farklı anlamlar çerçevesinde değerlendirilmektedir. Maneviyatın geleneksel dini anlayıştan farklılaşan yönünün ilk kez 17. Yüzyılda Fransa’da Madam Guyon tarafından *la Nouvelle Spiritualite* isimli eserinde kullanıldığı da belirtilmektedir (Wakefield, 1988: 184). Madam Guyon Katolik kilisesi tarafından eleştirilen bir mistik olarak dua ederek Tanrı’yla bir olma halinden söz etmektedir (Cook, 2004: 539-540). Onun Katolik Kilisesi’nin kuralları ve geleneklerinin dışında Tanrı’yla kurulan bu iletişimi özel bir alana indirgemesi eleştirilmiştir.

Din ve maneviyatın anlamının birbirinden uzaklaştırılması dini maneviyat ve din dışı maneviyat olarak kavramlaştırılmasıyla da belirginleşmiştir. Dini ve din dışı maneviyat kavramlarıyla belirli bir sınıflandırmada bulunan Cicirelli’ye (2011: 128-129) göre maneviyat kişiyi belli bir davranışa yönelten motivasyon kaynağıdır. Her iki sınıflandırmada bu gücü bireye verebilir. Farklılaşan nokta bireylerin edimlerinde buldukları anda onları harekete geçiren gücün kendisidir. Dini maneviyata sahip kişi Tanrıyı ve onun kurallarını referans alarak kendisi ve kendisi dışındaki başka bir şey için bir iyilikte bulunabilir. Din dışı maneviyata sahip olan ise aynı davranışı tür bilinci, karşılıklı destek gibi faydacı bir referansa dayandırır. Seküler hümanist çizgide oluşturulmuş bu ayrıma göre maneviyat din dışı anlamında daha genel ve kapsayıcı olduğu için mühim vaziyette yer alır. Bu ayrıma göre dini referans alan maneviyat sahibi birey ahiret inancına göre hareket ederken, din dışı maneviyata sahip olan ahiret inancına sahip olmadığından o cenneti dünyada yaşamaya çalışmaktadır.

James ve Otto dinin en özgün biçiminin *bireysel dinsel tecrübe* olduğunda hemfikir olarak dini tecrübeyi *özel bir duygu yaşantısı* olarak betimlemektedirler(Tüzer, 2006: 42).

Dinle birlikte oluşan otantik anlamın dışına çıkan maneviyat kavramı, herhangi bir dini inanca sahip olmadan da insanda var olabilen tahayyül yeteneği benzeri bir anlamla, pozitif psikoloji ile sınırlı kalmıştır. Bu şekilde pozitif psikoloji ile ele aldığımızda bireyin maneviyatının yaşamına etkisini ve davranışlarına yansımalarının sınırlarını kendisinin belirleyebileceği(Hiçdurmaz, 2013: 50) yönünde bir maneviyat tanımıyla karşılaşmaktayız.

Lukes da dinsel bireycilik kavramıyla yeni bir tanımlama ortaya koymaktadır: “inançlı bireyin ruhsal kaderinin sorumluluğunu kendisinin tek başına alabileceği, kendi bildiği şekilde bir yoldan giderek Tanrısıyla kurduğu baş başa iletişim halinde olmak” şeklinde ifade etmiştir(Lukes, 2006: 40).

Maneviyat bireysel anlamda kullanıldığında inancın daha özel olması gerektiğine yönelik yapılan vurguyu görülmektedir. Bireysel maneviyat ve maneviyata dair şeylerin popüler hale gelmesinin bireyciliğin (individualism) daha yaygın bir yaşam şekli olarak benimsendiği bir zaman içerisinde artması tesadüf değildir(Berger, 1967: 28). Burada dinin birleştirici bir unsuru olarak cemaat oluşturma özelliği ortadan kalkmaktadır. Çünkü bir cemaat- cemiyet birliktelik bilinci, ortak bir konsensüs demektir. Durkheim dinin ortaklaşa bir eylem olduğunda vurgu yaparak, dine dair anlamlar sisteminde kutsalın ve tapınanın önemini vurgulamaktadır(Durkheim, 2020: 76). Bu anlam dünyasının en somut hayat kazandığı yer tapınaklar olmaktadır ve bir inanç tapınak olmadan düşünülemez. Öyleyse maneviyat anlayışının fertlere sağladığı bir inanç ve bu inancın kutsalları ile birlikte gelen tapınak göstergeleri ve kolektif eylem bilincinin mevcut olması gerekmektedir.

Toplum ve birey arasındaki bu diyalektik süreçte daha öznel alana çekilen inanç için fertlerin sorumluluk duygusu azalacaktır. Bireysel yaşantı standartlarının popülerliğinde toplumsal birlikteliklerin, ortak sosyal bilincin oluşturduğu gücün ne anlam ifade etmekte olduğu sorgulanabilir bir durumdur. Bireyselleşen, kutsal otoriteden ayrılmaya başlayan, seçenek haline gelen din anlayışını Grace Davie (1990) “ait olmadan inanma” şeklinde açıklamaktadır. Dinin yok olmasından ziyade form değiştirdiğini söylemektedir. Bu form modern seküler yaşamın dejenere ettiği otantik maneviyat anlayışının kutsal alandan tecrit edilmesiyle gerçekleşmektedir. Bu durumun ilk sırada görüldüğü Batı toplumlarının Tanrı anlayışlarındaki sorunlarla da ilgili olabileceğini göz önünde bulundurmak gerekir.

Hristiyanların problemleri Tanrı anlayışları ve ruhban sınıfı kilise sorunu onların dine bakışlarını ve dini yaşama şekillerini etkilemiştir. Ve tarihsel süreçte Batı toplumlarının deneyimleri sonucu modern toplum yasalarının inşa edilmiştir.

Modern yaşam fikri toplumun birleştirici merkezi unsuru olan Tanrının yerine bilimi koyarak, inanca yalnızca özel yaşam dâhilinde yer ayırmaktadır(Touraine, 2018: 26). Otantik maneviyat dışındaki yeni maneviyat anlayışları kolektif bilinçten yoksun görünmektedir. Bu durum bu maneviyat düşüncesinin seküler anlamda üretilmesiyle de ilgilidir. Dinin modern toplumla uyumlu olup olmadığı tartışması alternatif modernliklerin üretildiği gibi alternatif maneviyatların üretilmesini de sağlamıştır. Örneğin Protestanlığın oluşumu gibi Protestanlık içerisinde ortaya çıkan Sosyal İncil Hareketi(Social Gospel Movement) de Kilise otoritesine ve İncil'in yasaklarına karşı duyarsızdır. Kurumsal bir din içerisinden ayrılarak oluşan bu hareket modern sistemin endüstrileşmesindeki, şehirleşmesindeki sorunları sosyalist görüş içerisinde çözmeye çalışır. Referanslarının hepsini İncil ya da Hristiyan inancın tapınağı olan Kilise oluşturmaz. Eşitliği ve ezilenlerin yanında olmayı dini bir görev olarak görürken eşcinsellere yönelik tutumlarında İncil'i referans almazlar. Ortak bir yargı da geliştirememişlerdir. Bu açıdan ne tam Hristiyanlığı yansıtmakta ne de tam olarak sosyalist görüş içerisinde kalmaktadır. Bu şekilde kurumsal din seküler kültür karşısında zayıflamaktadır. *The Future of Religion* isimli eserde Stark ve Bainbridge sekülerleşmenin dini tamamen ortadan kaldırmadığını ama geleneksel din anlayışının değişmesinde etkin rol oynayarak yeni din anlayışlarının ortaya çıkmasını sağladığını söylemektedirler. Toplum dinamik yapısıyla varlığını sürdürmektedir. Bu açıdan değişimler kaçınılmazdır. Bu değişimin nasıl olduğu ve neye yol açtığını burada görebilmek önem arz eder.

İnsan herhangi bir dini yükümlülük altına girmek ve sorumluluk almamak kolaylaşmışken, yine de bir inanca sahip olma duygusundan kurtulamamaktadır. İzlanda'da yapılmış bir araştırmanın ortaya koyduğu verilerde seküler ve rasyonel olarak kabul edilmesine karşın akademisyen ve entelektüel kişiler arasında spiritüalizmin yaygın olduğu bulunmuştur(Köse, 2014: 83). Bu süreçte kurumsal dinlerle birey arasında açılan mesafeyi spiritüel deneyimler kaplamaktadır. Kamusal alanı ise modern toplumların oluşum süreçlerinde rol oynayan *sivil din* oluşturmaktadır.

Bellah tarafından 1967 yılında yazılmış *Civil Religion in America* (Amerika’da Sivil Din) makalesi bu konuda önemlidir. Kavramın tarihsel arkeolojisinde Greko- Romen din düşüncesi yatmaktadır.

Bu düşünce aşkın bir inancın bireyde tezahürü olmaktan çok, toplumun üzerine inşa edilmiş olduğu yasalara törenlere bireyin saygı ve bağlılık göstermesidir (Ataman, 2014: 15). Tıpkı kutsal alanın sosyal fizik (sosyoloji) ile araştırılması gibi kamusal alanın ise modern kurallara göre yeniden inşa edildiğini ve oluşturulan sisteme tıpkı bir dine gösterilmesi gerektiği şekliyle beşeri normlara bağlılık beklenildiğini görürüz. Burada kamusal bir dini inancın sembolleri, ritüelleri, kutsalları bulunmaktadır. Durkheim’a göre dini olmasına gerek olmasa da bütün törenler dini bir atmosfer içinde kutlanmaktadır (Durkheim, 2005: 451). Bu törenler dini ritüellerin niteliklerini taşımaktadırlar. Klan toplumunda kollektif coşku ile gerçekleşen dini ritüellerdeki kutsallık taşlara yahut hayvanlara atfedilirken, modern toplumlarda bu duygu devlet başkanlarına atfedilir. Bellah bu ritüeli Amerika toplumunu analiz ederken yorumlamış ve *sivil din* kavramıyla açıklamıştır. Ruhani varlık alanından siyasal varlık alanına taşınan din siyasi erkin seromonilerine aktörlerine indirgenmektedir (Yıldırım, 2016: 189).

Kutsal alandan dışlanan maneviyat, otantik anlamından ziyade spiritüelliğin yüzeyselliği ile denk bir konuma gerilemiştir. Burada kutsal alan olarak bahsettiğim şey maneviyatın otantik özünü belirtmek içindir. Maneviyat kurumsal dini çağrıştırdığında otantik anlamına bağlı kalmış olur. Örneğin tasavvuf İslam’ın yaşanma şekli olan manevi, ruhsal bir anlam dünyasına sahiptir. Literatürdeki dini olmayan maneviyat tanımları mutlak bir varlığa değil topluma ait olmayı ön plana çıkarmaktadır (Düzgüner, 2021: 158). Bu anlayış maneviyatı sekülerleştirmektedir. Aslında Budizm’de yer alan etkin bir tanrının varlığı olmadan kurtuluş için öğretileri uygulamak gerektiği yahut Brahmanist düşüncenin içinde yer alan özde maddeci ve tanrısız bir algıyla kurtuluşun insanın özüne yönelmesi olduğu düşüncesi kutsalsız maneviyatı anlamamıza yardımcı olabilir. Kutsalsız kutsallık (Yıldırım, 1999: 49) olarak tanımlanan bu anlayış Tanrı otoritesi ve Tanrının istediği kurallar olmadan birey tarafından üretilen toplumsal ritüellerdir. Örneğin spiritüel gruplar şifa kampları düzenleyerek bir grup bilinci oluşturarak hep birlikte Hindu ilahileri (mantra) söyleyebilmektedir.

Bunu yapmak için Hindu olmanız gerekmemektedir. Spiritüel konuların, mistisizmin kullanılarak büyük bir coşkunluk halinde yapılan topluluk ritüelleri için insanlar yüklü miktarda para ödemektedir.

Postmodern toplum içinde üretilen yeni manevi ritüellerin tüketim ürünü haline gelmesi, geleneksel maneviyat anlayışındaki hikmet kavramı ile tezat bir durum oluşturur. Maneviyat para karşılığında edinilen bir şey değildir. Maneviyatı kapitalistleştirdiğimiz zaman insana sağlayacağı uhrevi anlamı bozguna uğramaktadır.

İçlerinde ruhsallık barındırmalarına ve birtakım ahlaki nitelikleri insanlara kazandırma hedefleri olan geleneksel bu öğretilerin popüler versiyonlarıyla aralarında farklar vardır. Anladığımız şekliyle Tanrı kelimesi, Budizm içerisinde geçerse de aşkın bir düşünce ve manaya sahip bir yapısı vardır(Schuon, 1997: 89). Nitekim bu popüler anlayış ve öğretilerden modern bireylerin bihaber olduğunu söylemek imkânsızdır. Yine de bu öğretiler pazarlama alanında bir dini öğreti olarak reklamı yapılmamakta, ruhsal şifalanma ve manevi yolculuk olarak reklam edilmektedir. Büyük kentlerin merdiven altlarında karşı kültür hareketleri içinde başlayan mistik hareketlerin çoğunun içeriğini bu doğu mistisizminin söylemleri oluşturmaktadır. Günümüzde bu söylemler yaygın bir şekilde kitaplarda, filmlerde, podcatslerde, youtube ve sosyal medya içeriklerinde yer almakta hatta bu söylemlerden ticaret elde edilmektedir. Dini bütün bir sistemden yoksun olarak Tanrısız mistik anlayışla maneviyat yolculuğuna çıkan bireyler bu yolculukta inancını istediği gibi şekillendirmekte özgürdür. Nitekim buna mani olacak bir kutsal ve dokunulmaz şey onlara göre yoktur.

2.2.1. Spiritüalizmin Endüstriyel Boyutu

Toplum dinamik yapısıyla değişimler yaşamakta olup, bu değişimlerin kısa ya da uzun vadede etkilerini analiz etmek, yorumlamak sosyologlar tarafından gerçekleştirilmektedir. Modern dönem içerisinde bu değişimler geleneksel olarak adlandırdığımız dönemlere göre daha fazla hızlanmıştır. Bu hızlanmaya sebep olan faktörlerin başında nitekim endüstri, ulaşım ve internet kolaylığı gelmektedir. Modern toplumlar “Ağ toplumu” olarak kendini var etmektedir. Yüz yüze iletişim ve sosyal ağların dijital ortamda desteklenerek yeni alanlara taşınması bireylerin zaman ve mekân üstünde iletişim kurabilmesini hızlandırmıştır.

Dünyada var olan toplumsal değişim ve dönüşümleri pek çok farklı tanımlarla ele alan sosyal bilimcilerin hemfikir oldukları ortak nokta iletişim ve ulaşım ile birlikte oluşan hızın önemi, ayrıca iletilen bilgiyle bilginin doğruluğu tartışmasıdır(Lyotard, 2019: 13). Küresel alışveriş bilgi aktarımında, ulaşım kolaylığında insanlara sağladığı yeniliklerle toplumların daha dinamik bir yapıda olmasını desteklemektedir. Bu açıdan pazarlanacak ürünler geniş bir yelpazede çeşitlilik göstermektedir. Modern toplumlar dini turizmle, yoğunluğu düşük dinlerle, televizyon evanjelistliği ile ticari dini metaların çoğullaştığı bir yer haline gelmiştir(Turner, 2009: 219). Bu çeşitliliğin içerisinde spiritüel akımların kendileri yahut ürünleri de pazarlanmaktadır. Spiritüalizm (ruhçuluk) kavramsal olarak maneviyatçılık olmakla birlikte manevi ve ruhani tüm konuları kapsamaktadır(Parrinder, 1976: 8). Spiritüel hareketlerin ortak özelliği manevi bir unsur olan ruhun varlığını hepsinin kabul etmesidir. 1950’li yıllara kadar dindarlık ve spiritüellik eş anlamlı kullanılırken son on yıllarda kavramların kullanılışı birbirinden ayrılmıştır(Pınarbaşı, 2021: 47). 2.Dünya Savaşı’nın Batı toplumları üzerinde bıraktığı olumsuz etki insanların inanca yönelik anlam dünyalarını da etkilemiştir. Kurumsal dinlerden uzaklaşan insanlar bireysel manevi arayışlarını spiritüel gruplar içerisinde bulmaya başlamıştır.

Her bir ürün toplumda bir alıcı bularak o toplumda varlığını genişletmektedir. Küreselleşmenin etkisiyle spiritüel hareketlerin yaygınlaşması ve kitlesinin genişlemesi sosyal bilimcilerin araştırma nesnesi haline gelmiştir. Küresel ağların yaygınlaşması yalnızca elit tabakanın üyelerinin fenomenliğinde değil, bireylerin kişisel girişimleri sonucunda kendi fenomenliğini kazanabilmesinde de büyük rol oynamaktadır. Bunu sağlayan en önemli araç ise internet ağları ve sosyal medya olmaktadır. Bu açıdan sosyal medya üzerinden spiritüel akımlar geniş kitlelere daha çabuk ulaşabilmektedirler ve etki sahalarını genişletebilmektedirler. Burada spiritüel ağ (Demir, 2011: 153) sosyal medya platformları üzerinden kurulmaktadır. Adorno ve Horkheimer’ın belirttiği kültür endüstrisi ile medya kültürü arasında doğrusal bir hat vardır(Adorno, 2017: 50). Mekan ve zaman sınırlaması olmadan geniş kitlelere daha rahat ulaşmak ve ürün pazarlamak artık daha kolay hale gelmiştir. Spiritüel mistik bilgiler ve eğitimler bir piyasa ürünü haline gelmiştir.

Modern dönemin endüstriyel üretim tarzı bilgi toplumunun bilgi üretim tarzına dönüşmektedir(Yıldırım, 2017: 195). Bu bilgilere facebook, twitter, instagram, youtube gibi içerik üretiminin sağlandığı ve pazarlanabildiği sosyal medya mecralarında rastlamak çok kolaydır.

Bilimsel gelişmelerde görülen erken dönem Yunan ve Doğu felsefelerine yönelim ile spiritüalizmin üretilmesi arasında bir ilişki kurulma ihtimali açıktır. Bu yönelim tamamıyla erken dönem felsefesinin bir kopyası şeklinde olmaktan ziyade “mistisizmi” dışlayan modern bilim düşüncesi bizzat kendisinin de aracılığıyla mistik düşünceye olan ilgiyi artırmaktadır. Burada önemli nokta spiritüel bilgilerin bilimsel dayanaklarıyla birlikte pazarlanmasıdır.

Tarihsel akış boyunca spiritüel bilgilerin ve rasyonel bilgilerin düalist bir şekilde karşı karşıya kaldığını görebiliriz. Kimi zaman bu iki form birbirini destekleyecek şekilde denk gelmiş olsa da Giordano Bruno ya da Galileo gibi isimlerin başına neler geldiğini herkes bilmektedir. Modern dönem öncesinde toplumsal gücün belirleyicisi dinsel inançken (Churchland, 2012: 22) modern dönemde rasyonel bilginin otoritesi hâkim olmuştur. Bu açıdan günümüzde spiritüel oluşumlar kadim bilgileri, ezoterik inançları bilimsel bilgilerle süsleyerek aslında bilimsel otoriteden güç alarak hakimiyet sağlamaya çalışmaktadırlar. Daha önce insanların ihtiyaçlarına karşılık vermek için kullanılmakta olan ürünler kapitalist sistemde kazanç elde etmek için yapılmaktadır(Güngör, 2016: 161). Modern rasyonel topluma hitap ederken de bilimsel terimlerle destekleme yoluna gitmektedirler. Ya da var olan teknoloji aracılığıyla kendilerinin reklamını yapabilmektedirler. Televanjelizm buna iyi bir örnek oluşturur. Kitle iletişim araçları dini araca hizmet etmek için kullanılmaya çalışılmıştır. İncil mesajını yaymak için tüm yeni teknolojik gelişmelerin araç olarak kullanılması 1920’lerde Evanjelistler tarafından kullanılmıştır(Schultze, 2003: 65). Örneğin Yehova’nın Şahitleri 1989 yılından beri Gözcü Kulesi adlı çıkardıkları dergilerinin 15 Ekim 1993 yılında 16.400.000 adet basıldığı ifade edilmektedir(Yasdıman, 2005: 117). Yayınlarının merkezini New York oluşturmaktadır. Onlar için manevi hizmet Awake ve Watchtower adlı dergilerinin satışlarını yaparak misyonerlik faaliyetinde bulunmaktadır.

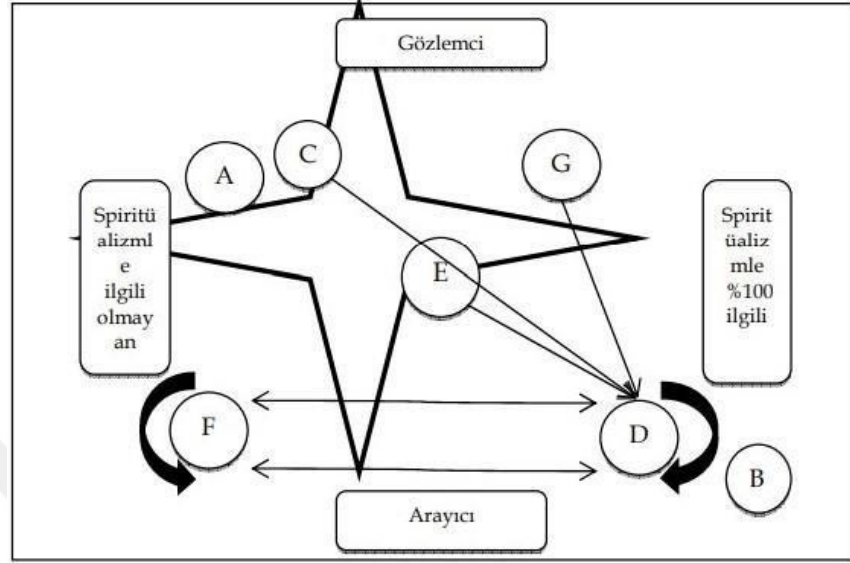
Aynı şekilde Transandantal Meditasyon hareketleri de hem propaganda hem de gelir kapısı olarak kitap, dergi ve dvd satışları yapmakta, Hindistan merkezinde olmak üzere Tv(Maharishi Veda televizyonu) kanalları bulunmaktadır.

Medya ve din ilişkisine yönelik araştırmaların önemini artıran bu faktörler sosyal bilimcileri medya üzerine daha derin düşünmeye yöneltmiştir. James Carey (1989) “Medya Ritüelleri” (*Media Rituals*) adlı bir denemeyi kaleme almıştır. James Carey iletişim alanını yorumsamacı şekilde yeniden canlandırmıştır. Kitle iletişimini ‘transmission’ (iletim) ve ‘ritüel’ olarak iki ayrımla incelemiştir. Ona göre iletişim kültür yaratan bir fenomendir. Ritüel yalnızca enformasyon gönderip almak değil o bilginin betimlendiği ve onaylandığı durum içerisine girmek ve bilginin aktarıldığı uzamda kendimizi konumlandırmakla ilgilidir(Taş vd., 2014: 102). Carey’nin teorisi ile ele alırsak spiritüel akımlar medya içerisinde kendilerini konumlandırarak enformasyon aktarımında bulunarak topluluğun sürekliliğini sağlayan ritüelleri gerçekleştirmektedirler. Medyalaşma olarak da isimlendirilen sürecin dini eylem ve anlayışın merkezi haline gelmesi onun çalışmasının katkılarıyla da gerçekleştirilmiştir(Clarke, 2012: 155). Yoga Journal’da çevrimiçi grup meditasyonlarının topluluk bulma, stresten uzaklaşma ve sevgiyi bulmanın yeni yolu(O’Brien, 2021) olduğuna dair görüşler medyanın topluluk oluşturmak ve bir topluluk bulmak için kolaylaştırıcı bir faktör haline geldiğini göstermektedir.

İnternet ağlarıyla birlikte spiritüel ürün pazarının yoğunlaştığı bir alan da turizm sektöründe bulunmaktadır. Spiritüel oluşumlar benlik arayışındaki insanları tinsel yolculuklara çıkarmaktadır. Turizm sektörü spiritüel hareketlere geniş bir pazar ağı açmakta aynı zamanda spiritüel hareketler de turizm sektörüne müşteri sağlamaktadır. Spiritüel turistler anlam arayışının peşinde koşarak ruhsal yolculuklarında kendi özlerini bulmak istemektedirler(Vargheese ve Varghees, 2012: 245-251). Spiritüel mekânların yalnız dini unsurları barındırmasından ziyade sıradan olmayan özelliklere sahip yerler olması gerekmektedir(Özdemir vd, 2018: 595). Farklı jeolojik özelliklere sahip yerler olmakla birlikte kutsallık atfedilen ve merak uyandıran inanışları da barındırmalıdır.

Hindistan ve Nepal'deki tapınaklar, El Camino de Santiago St. James Yolu Müslümanların kutsal yeri olan Kâbe ve Kudüs spiritüel mekânlardan bazılarıdır.

Tablo 2.2.1: Spiritüel Turizm Tipolojisi



Kaynak:Özdemir, Acar, & Dinçer, 2018

Şekil 1'deki spiritüel turist tipolojilerini anlatan zihin haritasında gözlemci, spiritüel faaliyetleri uzaktan gözlemleyen ve başlangıç seviyesinde ilgi duyan kişileri ifade etmektedir. Arayıcı kavramı ise kendi ruhsal yolculuğunda arayış halinde olan ve spiritüel ilgisi en yüksek kişiyi ifade etmektedir. Yatay eksen ise spiritüalizme hiç ilgisi olmayan ve çok ilgisi olan şekilde bir sınıflandırma yapılarak bu ikisi arasında salınan kişiler belirli tiplendirmelerle harflendirilmiştir. Tablo 2.2.1'deki Schaar (2008) tarafından oluşturulmuş spiritüel turist tipolojisi üç grupta incelenerek tiplendirilmiştir.

A: Spiritüel olmayan turist; sadece gezinin sunduğu imkânlarla ilgilenen turist.

1. *B: Saf spiritüel turist; Kendini ruhsal yolculuğunda gören turist.*

2. *Spiritüalizme ilişkisi olan turistler*

C: Yoga faaliyetlerine katılan

D: Spiritüel gezi deneyimi olan

E: Kültürel merkezi yerleri görmek için katılan

F: Şifa arayışında olan wellness turisti

G: Kutsal mekânları ziyaret için katılan

Hindistan spiritüel destinasyonlar arasında göze çarpan yerlerden biridir. Spiritüel turizm için onu cezbedici bir yer haline getiren şeyler ise Banerjee (2013) çalışmasından destek alınarak şöyle özetlenebilir: Ashramlar (inziva yeri/Yoga evi), Gurular (Hintli bilge/din adamı), Yoga ve yogaya dair Pazar ürünleri, Tapınakların ziyareti.

Çoğunlukla din/inanç ağırlıklı gerçekleştirilen spiritüel turizmde sağlık da önemli bir yer kaplamaktadır. Şifa arayışı olarak kamplara katılarak keşfe çıkan turistler de mevcuttur. Maneviyat (spiritüality) ve sağlık arasındaki ilişkiyi ele alan “Din ve Sağlık: Duanın İyileştiriciliği” (Wall Street Journal), “ABD’li Doktorların Çoğu Maneviyatın Sağlığı Etkilediğini Söylüyor” (ABC News) gibi yazılar sağlığın üzerindeki maneviyyatın gücünden bahsetmektedirler. Yazılı yayınların dışında kurumsal realitede de spiritüel pratikler görülmektedir. Örneğin Ankara Üniversitesi Hastanesi’nde çocuklara özel yoga dersleri verilmektedir. Toplumsal alanda spiritüel bilgilerin rasyonelleşerek kurumlarda bir realite olarak yer alması bireylerin bu tarz ritüellerde şifa aramasını engellemeyerek hatta daha çok rağbet göstermelerine neden olabilir. Modern tıp ve alternatif tıp arasındaki ilişkinin bir güç birliği yapıyor olma durumuyla birlikte özellikle yoganın sağlık alanında da söylem üstünlüğü oluşturmuş olmasının pratiksel boyutuyla karşı karşıya olabiliriz. Kurumlarda kullanılıyor olması hala toplumsal alandaki marjinal görüntüsünün kırıldığı anlamına gelmemekle birlikte toplumsal alanda otoriteler tarafından tanındığını göstermektedir.

Türkiye’nin en çok kitap satışı yapan sitelerinden Kitap Yurdu’nda 2.444 adet satışı yapılmış olan *Ramtha Beyaz Kitap* yorum alan ve yorumlarda beğenildiği anlaşılan bir kitaptır. Aynı zamanda bu kitabın Ramtha lakaplı yazarı olan Judy Zebra Knight, Ramtha adlı bir ruhsal varlığa bedeni aracılığıyla kanallık ettiğini söyleyerek Amerika’da ün elde etmiştir. J. Z. Knight MSBNC ve The Merv Griffin Show gibi ABD TV kanallarında yer alarak kendisini göstermeye başlamıştır. 1985 yılında bir TV yayınında bedenine Ramtha’nın girerek konuştuğunu söyleyip erkek sesiyle konuşması herkesi şaşırtmıştır.

Yazdığı kitaplarla bir kitle elde etmiştir. Aynı zamanda bu spiritüel işini büyüterek Washington’da 12.800 metrekarelik Fransız şato tarzı bir evde yaşayıp takipçilerine dersler vermeye başlamıştır. Ramtha Aydınlanma Okulu kurup yönetmektedir.

Burada Ramtha'nın felsefesini öğretmektedir ve bu felsefenin dört ayağı vardır: a) Sen Tanrısın ifadesi, b) Bilinmeyeni bilinir kılma talimatı, c) Bilinç ve enerjinin gerçekliğin doğasını yarattığı kavramı, d) Kendinizi fethetme mücadelesi.

Bu öğretiler Jung felsefesi ve Batı Okült gelenekleriyle yeniçağ inançlarından biri olarak karma bir temele sahiptir. Ve öğretilerinde Hıristiyanlığın geri bir din olduğunu iddia etmektedir. Kurumsal dinlerle çatışması olan tipik spiritüel akımların özelliklerini taşımaktadır. Knight kurduğu bu spiritüel işle pek çok ülkede kitaplarını pazarlamış, medya aracılığıyla kitlesini genişletmiş ve bu markalaşmadan para kazanmıştır.

Sennett Kamusal İnsanın Çöküşü'nde bireyin benliğinin birey için kaygı haline gelmesinde modern kurumların etkisinden bahseder(Sennett, 2010: 45). Kapitalist üretim anlayışı ile büyüyen toplumların seküler özellikler taşıdığı ve bu toplumlarda kamusal alanın otoritesinin azaldığı görülmektedir. Kapitalist toplumlar tüketicilere ihtiyaç duyarlar. Ne kadar tüketici varsa bu o kadar büyüme demektir. Tüketim üzerinden kamusal alanın dönüşümü bireyin dönüşümüne de neden olmaktadır. Ve burada etken olan neo-maneviyat anlayışı ezoterik bilgilerle, şifa kamplarıyla, meditasyon ritüelleriyle, atalarla yüzleşme seanslarıyla bir pazar alanı oluşturmaktadır. Küreselleşme, modern toplumlarda dini bir pazar haline getirmektedir. Sosyal medyada geniş kitlelere kolayca ulaşabilmektedirler. "Kendini baştan yarat", "Ruhsal Uyanış ve Arınma Kampı" gibi kişinin kendisine ilgisini yoğunlaştırıp merak uyandıran başlıklarla farkındalık çalışması programları düzenlemektedirler. Bu programlarda özünü bulma vaadi, kişinin kendisini ve hayatını olumlu yönde değiştirebileceği vaat edilerek programların karşılığında yüksek ücretler alınmaktadır. Spiritüel akımların kitle oluşturma süreçlerinde bilimsel bilgiyi de bireylere ulaşımada araç olarak kullandıklarını söylemiştik. Bilgiyi rasyonelleştirerek kentte yaşayan insana hitap edecek formülasyona dönüştürebilmektedirler.

Aynı şekilde bu akımları bilimsel alandan gelen uzmanlar da toplumda pekiştirebilmektedir. Buna örnek bir reklamın yer aldığı internet sitesinde haber şöyle verilmektedir(Yıldırım, 2023):

Nörobilim Uzmanı Gülferi Yıldırım'ın ilham veren ve dönüştürücü rehberliğinde, modern bilimin sunduğu veriler ve kadim kültürden gelen meditasyonlar ve ritüellerden oluşan uygulamalarla harmanlanmış bu kampta, kendine, doğaya ve evrene dair yeni bir bakış açısıyla tanışacaksın. Geçmişini arındırarak geleceğe adım atmak için içindeki bilgeliği uyandıracaksın.

5 gün 4 gece süren bu kampın fiyatı 16.500- 19 bin tl arasındadır. Otelde gerçekleştirilen kampın fiyatı tek kişilik ya da iki kişilik oda seçimine göre değişmektedir. Kampın içeriğini büyük oranda yoga çalışması oluşturmaktadır. Doğada vakit geçirme ile Hemithea Tapınağında çalışma yapma faaliyeti de bulunmaktadır. Kampın sonunda “Yeni bir sen” başlığı ile kapanış partisi verilmektedir. Burada kişinin dönüşümünden ne anlamamız gerektiği sorusu sorulabilir. Kampın içeriği ağırlıklı olarak Uzakdoğu inançlarından oluşmakta hatta bir tapınakta çalışma dahi yapılmaktadır.

Kamp programları dışında pek çok yoga stüdyosu kendi online mağazasını açıp yoga ürünleri satışı yapmaktadır. İçerisinde kullanılan ekipmanlarla birlikte Buda figürleri, aksesuarlar, tablolar ve kendi bastıkları kitapları pazarlayabilmektedirler. Yoga stüdyolarına üyelik yaptırmak da belirli bir maliyet gerektirmektedir. En meşhur ve tercih edilen stüdyolardan Cihangir yoga tanışma paketi 2023 fiyatıyla 1.100 TL ve 6 aylık üyelik ücreti ise 10.400 TL'dir. Bir yıllık ücret ise 18.700 TL'dir. Yogaşala'da ise 3 aylık limitsiz online katılım ücreti 2550 TL, 3 aylık yüz yüze limitsiz eğitim paketi ise 4575 TL'dir. Bir yıllık ücret ise 14.750 TL'dir.

Yoga başlı başına spiritüel akımlar içerisinde yayılımı geniş yer kaplayan ritüellerden biridir. Çünkü sağlık, turizm, spor, felsefe, din gibi pek çok şeyin içerisine katılabilir şekilde kapitalistleştirilmiştir. Çetin Çetintaş ekibiyle birlikte bunun bir örneğini gerçekleştirmiştir. Kendilerini yogi olarak tanıtarak Yogakioo'yu kurmuşlardır. İstanbul'da 8 Ankara'da 2 şubeleri vardır. Bursa, Gaziantep, Girne, Lefkoşa, İzmir, Denizli, Adana, İskenderun, Antalya, Kayseri, Mersin ve Yogakioo online şubesiyle toplamda 24 şubesi vardır.

Bununla birlikte 43 dönümlük araziye 7500m2 kapalı alanı, 250 üzerinde konaklama kapasitesiyle Yogakioo Retreat Center kurularak 2023 yılında hizmete açmışlardır. Türkiye'nin en büyük yoga merkezi olması noktasında çaba göstermektedirler. Burada uzmanlık programlarıyla birlikte inziva programları ve kamplar da yapılmaktadır. Uzmanlık programları ücretleri 35 bin ve 42.500 TL arasında eğitim saatlerine göre değişmektedir. İnternet sitelerinde dergilerinin, kitaplarının, ekipmanlarının, giyim ürünlerinin, online şube üyeliklerinin, dergi üyeliklerinin satışları yapılmaktadır. Aynı zamanda 352 bin abonesi ile YouTube kanallarında da geniş bir kitle tarafından takip edilmektedir.

Hinduizm ve Budizmde dini ritüellerde kullanılan mantralarla müzikli video klipleri, yoga dersleri, yoga felsefesi üzerine vaaz tarzında çeşitli içeriklerde paylaşımlar yapmaktadırlar.

Bireysel astroloji sayfaları da son zamanlarda giderek fazlaca görebileceğimiz şekilde yaygınlaşmıştır. Doğum haritası analizleri, reiki çalışmaları gibi spiritüel birkaç deneyimini bir araya getirenler bunların eğitimlerini para karşılığında verebilmektedir. Bu grupları Twitter ve Instagram aracılığıyla bir yıl boyunca araştırdım. Bazı eğitimlere para karşılığında katıldım. Aşk, travma, ilişkiler, kariyer, maddiyat konularında şifalandırma çalışmaları açılır, whatsapp üzerinden ya da telegram üzerinden iletişim kurulur ve bu üç günlük çalışma için 200 TL istenmektedir. Telegram grubuna eğitim ücretini ödeyen kişiler alınmaktadır. Gruplarda kişi sayısı 500 ve 1.000 arası değişmektedir. Ücretsiz alınan telegram gruplarında eğitim değil, spiritüel paylaşımlar yapılmaktadır. Örneğin “Kuantum Manyetizma” grubu kurucusu Eren Ener kendi eğitimlerinin duyurusu ve spiritüel paylaşımlar için grubu kullanmaktadır. Grup katılımcı sayısı 4.000 kişidir. Yine telegram gruplarından biri olan “Great Re-membre” ise kozmik bilgiler, enerji, şifalandırma, ezoterik bilgi paylaşımı için kullanılmaktadır ve 970 grup üyesi bulunmaktadır. “Spiritüel Fısıltılar” grubunda şifa ritüelleri, spiritüel bilgiler paylaşılmakta, ritüeller ödev olarak verilmektedir. Bağ kesme uygulamaları gibi ritüeller astroloji bilgileriyle birlikte anlatılmaktadır. Facebook'ta “Spiritüel Bilgelik Yolu” gurubu 14bin üyeye sahip olarak Dr. Bedri Ruhselman'ın çalışmalarıyla birlikte Neo-spiritüalist bilgiler paylaşmaktadırlar.

Bu grubu sırasıyla 12bin üyesiyle “Spiritüel kuantum grubu”, 11bin üyesiyle “Spiritüel ilimler ve manevi danışmanlık” grupları takip etmektedir.

Kurumsal dinleri kullananlar gruplar da bulunmaktadır. Örneğin Eylem A. Altunkaynak spiritüel konuları İslami anlatımla birleştirerek ücretsiz whatsapp grupları kurarak eğitimler vermeye başlamıştır. 10'un üzerinde whatsapp grubu olmakla birlikte 20.000'i aşkın telegram grup üyesi vardır. Ücretsiz olarak başlanan eğitimler yeni versiyonlarıyla sertifikalı eğitmen eğitimlerine dönüşmüştür. Seminer ücretleri 3bin TL'den başlamaktadır. Beden şifası eğitimi 15bin TL'dir. Miraç hakikatiyle bilinçaltı temizliği ile cinsel terapi eğitimleri de vermektedir. Kendisinden danışmanlık almak isteyenler için bireysel danışmanlık ücreti 15bin TL'dir. Online danışmanlık paketi ise 21bin TL'dir.

Yurtdışı merkezli Meetup'ta "SF Free School" 19.971 üyesi ile en büyük spiritüel grubu oluşturmaktadır. İçerisinde pek çok spiritüel eğitimler ücretsiz verilmektedir. Sırasıyla onu 15.803 üyesiyle "I Meditate NY" takip etmektedir. Bu grupların merkezlerini ise ABD oluşturmaktadır. 1992'de kurulan Isha Vakfı'da pek çok ülkede faaliyet gösteren yoga sistemi ve felsefesini yaymayı amaç edinmiş kuruluşlardan biridir. Dünya genelinde 11milyon gönüllüsü mevcuttur. Kurucusu Sadhguru tarafından tasarlanan Adiyogi Shiva heykeli inşa edilerek her yıl yedi gün süren dans ve müzikli kutlama partisi yapılmaktadır. Heykelin önünde dünyanın farklı yerlerinden gelen Adiyogi gönüllüleri Sadhguru taraftarları bir arada toplanır. Sadhguru'nun YouTube'da sadece 11,5 milyon abonesi Instagram'da 10,8 milyon takipçisi bulunmaktadır. Yapıtılan Adiyogi heykeli ise dünyanın en büyük heykel büstüdür. Tanrı Shiva'yı temsil etmektedir. Her yıl farklı ülkelerden gelen bu insanlar için özenli bir gösteri hazırlanmaktadır. Bu törende "Om Namah Shivaya" mantraları da geçmektedir. Bunun anlamı basit şekilde 'Lord Shivaya boyun eğiyorum' demektir. Shiva ilk yogi ve insanlığa yogayı sunan ilk Guru veya Adi Guru olarak tasvir edilmektedir. Isha Vakfı yoga matları, kişisel bakım ürünleri, yoga eğitimleri ve aksesuarları gibi çeşitli ürünler pazarlamaktadır. ABD'de bulunan şubesi 25 milyon dolar gelir bildirmiştir. En büyük kaynak Premium programlardan elde edilmektedir. Özellikle işletme liderliği içgörü programının fiyatı kişi başı 6500 dolardır.

ABD'den İngiltere'ye, İsrail ve Singapur, Avustralya'ya kadar dünya çapında 300 merkezi bulunmaktadır. Hindistan kayıtları vakfın UNICEF ve eyalet tarım bütçelerinden fon aldığını göstermektedir(Pundir, 2022).

Spiritüel hareketler de medyadan, yayıncılık faaliyetinden, sağlık alanından, turizmden, psikolojiden, dini ve kültürel ilgiden gelir elde etmektedirler.

2.3. Sekülerlik Kavramı

Modern toplumlarda din, birey ve siyaset arasındaki ilişki ve problematiklerin sonucu olarak sekülerlik tartışması güncelliğini korumaya devam etmektedir. Dini önceleyen bir yaşamla dünyevi bir yaşam arasındaki gerilimi ele alan dinsellik ve sekülerlik tartışmaları son zamanlarda bu zıt fenomenlerin aralarındaki geçirgenliği ele alan kritikler üzerinden tartışılmaya devam etmektedir. Sosyologlar ilerlemeci bir perspektifle geleneksel toplumdaki modern topluma geçişte sekülerleşme kavramını kullanmaktadırlar.

Sekülerliği anlamının en bariz yöntemi Batının kendi inancı ile olan çatışmalarının, krizlerinin anlaşılmasını gerektirir. Sekülerlik, Ortaçağdan itibaren Roma-Batı-Hıristiyan toplumlarının kendi iç çatışmaları sonucu gelişen bir fenomen olarak diğer toplumların da gündeminde yer etmeye başlamıştır(Özden, 2016: 61). Batıyla başlayan bu süreç başka toplumların yaşamlarında etki edecek derece onları güçlü bir şekilde etkisi altında tutmaktadır. Bu açıdan halen Türkiye’de de mikro ve makro boyutta toplumun kılcal damarlarında kendisini gösteren ve modernleşme serüvenimizde büyük yeri olan bu kavramı anlayabilmemiz önemlidir.

2.3.1. Seküler (secular) kavramının teorik arka planı

Sekülerizmden türetilmiş olan sekülerliğin etimolojik kökenine baktığımızda, *sæculum* kelimesinden türetildiğini görürüz. Türkçede ilk kullanımı Fransızca *sécularisme* kelimesinin türetilmesiyle oluşmuştur. Fransızca’da ise Latince *seaculum* kelimesinden türetilerek kullanılmaya başlanmıştır. Saeculum kelimesinin Etrüksler arasında bir zaman dilimi olarak kullanıldığı bilinmektedir. Ardına bu kelimeyi Romalılar kullanmaya devam etmiştir. Kavram en başta bir insan ömrünün süresini belirtmek, tarihçiler tarafından kronikleri dönemselleştirmek ve savaşları takip etmek gibi amaçlarla kullanılmıştır. Webster sözlükte seküler tanımı laikliğin eş anlamlı sözcüklerinden biri olarak şu tanımlarla karşılanmıştır. 1. Dünyevi, geçici olan ve bunlarla ilgili kaygılar, 2. Manastır yeminlerine, kurallarına bağlı olmayan, spesifik olarak dini bir tarikata cemaate bağlı olmayan, 3.a. Bir çağda veya yüzyılda meydana gelen, b. Çağlar veya yüzyıllar boyunca devam eden, c. Belirsiz süreli uzun süreli bunlarla ilgili laik enflasyon.

İsim olarak ise manastır yeminlerine veya kurallarına bağılı olmayan din adamı, laik din adamlarının üyesi olarak tanımlanmaktadır(Webster, 1957).

Ayrıca Orta Çağ'da hususi olarak dini düzene bağılı olan ruhban sınıfına ait üyeler ile dünyevi olarak hizmette bulunan (bu sebeple de seküler olan) yerel keşişlerin ayrımı için kullanılan bir kavramdır(Calhoun vd, 2017: 19). Hıristiyan Batı toplumunun dinle ilgili olan tecrübelerinin sonucu olan bu kavramın Hıristiyanlık içindeki belirli (dünyevi işle uğraşan) din adamlarına kullanılan bir isim olarak kullanılmış olması dikkate değerdir. Din adamları için kullanılmış olan bu terim günümüzde ideolojik olarak sekülerizm ve din arasında bir uçurumla zıt kavramlar halinde tartışılmaya devam etmektedir. Dinin bu tartışmalar içindeki konumunu daha iyi anlamamız gerekmektedir. Seküler kavramı kutsal, sonsuz olanın karşıtı olarak insan ömrünün bir yüzyılına işaret eder yani dünyevi zamana işaret etmektedir(Taylor, 2017: 54-61). Bu süreç Batı'nın rasyonelleşme serüveniyle doğrudan bağlantılıdır.

Sosyolojik ve antropolojik olarak seküler olanın düşünömselliğı üzerine yeni yeni geliştirme çalışmaları yürütölmeye başlanmıştır(Casanova, 2017: 86). Ülkemizde sekülerliğın laiklik ile sık karıştırılması ve sekülerlik yerine laikliğın kullanılması kavramın daha az yaygın olmasına etki etmektedir. Türkiye'de en çok laiklik ile beraber, 'laik yaşama ait olan' şeklinde tanımlanarak bu kavramlar beraber ele alınır. Türkiye'nin modernleşme modeli olarak Fransa'yı ve Fransız laikliğini örnek alması bunda büyük etken olmuştur diyebiliriz. Bir önemli unsur da İngilizce 'de laikliğı karşılayacak kelimenin olmaması ve Fransızca (laicite) hali ile kullanılıyor olmasıdır. Çoğu zaman bu iki kavram birbirlerinin yerine kullanılmaktadır. Sekülerlik kamusal alan ve bireysel alan ilişkisini anlatırken, laiklik siyasi alanı vurgulayan bir kavram olarak kamusal alanın devlete ait olduğunu belirtmektedir. Sekülerlik sosyolojik ve laiklik ise siyasal bir alanı vurgulamaktadır.

Kadir Cangızbay'ın tanımıyla laiklik, dinselliğın meşru ya da gayrimeşru olarak kullanılıp kullanılmamasıyla ilgilenmektedir(2006: 63).

Kavram karmaşası olmaması için bu iki kavramın birbirinin yerine kullanılmaması gerekmektedir. Seküler sözcüğünden türetilmiş olan sekülerlik, sekülerizm, sekülerleşme kavramları da ortak kökenden türemiş olmalarıyla birlikte farklı zamanlarda farklı tanımlamalarla meydana getirilmişlerdir.

Sekülerleşme gelenekçi toplumsal formun aksine dinin merkeziliğinden arındırılmış yeni bir tarihi süreci yansıtmaktadır; bu sırada sekülerizm sekülerliğin ideolojik terimidir, sekülerlik ise bu ideolojinin yaşatılma şeklidir. Sekularizasyon ifadesi ise ilk kez Protestanlar ve Katolikler arasında imzalanan *Westfalya* Antlaşmasında kullanılmıştır. Din ve devlet işlerinin ayrılması anlamında kullanılan bu kavram Protestan hareketinin neticesi olarak ortaya çıkmıştır(Altıntaş, 1987: 37).

Sekülerleşen bir toplumda görünür ölçüde dini inanca dair işaretler ve anlamlar ortadan kalkmaya başlamaktadır. Seküler bir toplum ve seküler bireylerden söz edilirken burada kastedilen şey bu toplum ve bireylerin başka toplumlara göre hayatını daha az şekilde dini inançlarına göre yaşayıp yaşamamasıdır(Bruce, 1992: 7). Bir inanca mensup olan bireyler gündelik yaşamlarında dini inancının gerektirdiği şekilde birtakım vazifeleri yerine getirmek durumundadır. Dini inancın ritüellerini uygulamak, bireylerin inandıkları değerleri ne kadar içselleştirdiğine dair en somut göstergelerdir. Bir toplum ortak unsuru kültürü haline gelmiş davranış biçimlerinin onların toplumsal coşkularıyla bir ilişkisi vardır. Durkheim'a göre toplumda bu coşkunluğun en büyük göstergesi dini ritüellerdir. Ona göre kutsallık sosyal hayatın en önemli özelliği olarak var olacaktır(Akt: Köse, 2014:163). Peki sekülerleşen toplumlar kutsallığı ve kolektif bilinci nasıl sağlayacaklardır?

Sekülerleşmenin asıl hedefi bireysel bilinç düzeyinde tabiatüstü inancı yok etmektir(Köse, 2014: 25). Sekülerleşme bireylerin zihin dünyalarında ve konuşmalarında ilk olarak dini anlam dünyasının ardına tüm metafiziksel anlam dünyasının hâkimiyetinin kaybolması (Attas, 1995: 43) olarak tanımlanmaktadır. Burada sadece din ya da dinsel şeylerin değil metafiziksel doğaüstü şeylerin de dâhil edildiğini görüyoruz.

Bireylerin gündelik yaşamlarında sadece dünyevi işlerle uğraşması, herhangi bir dinsel aktivite gerçekleştirilmemesi seküler bir yaşam tarzını benimsediklerini göstermekle birlikte aynı zamanda bu kavramın sadece dini terim ve argümanlarla ele alınması da eksik bulunup eleştirilmiştir. Bir kişi herhangi bir dine inanmamakla birlikte spiritüel, ruhsal, mistik deneyimlerle ilgileniyor olabilir. Taylor'a göre, bir çağın seküler olup olmamasının ölçüğü tinsel olanla gerçekleştirilen deneyimlere ve tinsel olana duyulan ihtiyaçla onu aramamıza bağlıdır(2017: 6). Tinsel ve uhrevi olan rasyonel düşünelere göre bireyin gözünün önündeki perdedir.

Rasyonelleşmesi gereken birey bu sis perdelerinden arınmalıdır. Ancak bu şekilde ilerleme ve gelişme sağlanabilir. Sekülerleşme Cabiri'ye göre Batı'nın yaşadığı şu andır ve bugünü kendisinin kılarak tüm toplumların geleceğinin odak noktası olarak görmeye meyillidir(Cabiri, 2000: 16). Avrupamerkezci bir bakış Batı'nın rasyonel tarihinde her zaman mükemmel en yakın ve son aşamanın kendi toplumlarında olduğu görüşüyle yaşamıştır. Bu açıdan sekülerleşen Batı'ya göre ilerleyen ve gelişen tüm toplumlar sekülerleşme çizgisine yaklaşacaklar demektir. Bu görüşte olan bilim insanlarından biri de Weber olmuştur. Sekülerleşme kavramını sosyoloji bilimine kazandıran Weber'dir. Weber sekülerleşmeyi “rasyonelleşme”, “gözün açılması”, “gizemin ortadan kalkması” şeklinde yorumlamıştır. Dünyevi problemlerin çözümünde artık dini otoriteye değil sosyal danışmanlara, psikologlara, siyaset bilimcilere, doktorlara danışılacaktır (Köse, 2014: 13). Sekülerleşme teorisinin beklentisine göre modernleşme ile din bireylerde anlamını kaybedecekti. Bu teorisinin beklentisi tam olarak karşılanmış sayılmaz.

“Görünmeyen Din” adlı çalışmasında Luckmann *dinin özelleşmesinden* bahsetmektedir(privatization of religion). Bu özelleşme neticesinde din modern toplumlarda kaybolmadan görünmez(invisible) hale gelmekte ve birey sekülerleşmektedir. Mikro şekilde bilincin sekülerleşmesi ile makro şekilde kurumların sekülerleşmesi arasında diyalektik bir yapı vardır. Kurumların sekülerleşmesini Berger perspektifiyle ele alırsak eğer burada kurumlardan dinsel sembollerin, anlamların temizlenmesi anlaşılacaktır.

Devlet ve Kilise birbirinden ayrılacaktır. Otorite devletin elinde olacaktır. Aynı zamanda Berger bireysel anlamda *bilincin sekülerleşmesini* dini çoğulculuğa neden olan bir süreçle açıklamaktadır(Akt: Yıldırım, 2016: 191). Çoğulculuk sekülerliği üreten bir yapıdır. Çoğullaşma insanı dünyevileşmeye götürmektedir.

Seçenek bolluğu ve tercih edebilir olma hali bir şeyin yerine başka bir şey ikame edilebilir anlayışı inanç konusunda da yerleşmeye başlamıştır. Modernleşme çoğullaşmayı getirirken çoğullaşma dünyevileşmeye dolayısıyla sekülerleşmeye neden olmaktadır.

Hasslinger de sekülerleşme kavramını beş madde ile ele alır: Kiliseden ayrılma, Hıristiyanlıktan çıkma, İnançsızlaşma, İnançın herhangi bir safhasından ayrışma, Dini kurumlar ve devlet kurumları arasındaki ilişkinin ortadan kalkması(Kutay, 2020: 55).

Tacettin Kutay ise sekülerleşme tartışmalarına Hıristiyanlık özelinde bir yorum geliştirmiştir. Ona göre, Avrupa sekülerleşmesinin en büyük sorumlusu Hıristiyanlığın Katolik yorumu içerisinden çıkmaktadır(Kutay,2020: 11). Batılı olmadığı ve Batı toplumunun kendi iç problemlerine yabancı olduğu halde bireylerin neden sekülerleşmeye eğilimli olduklarının açıklanmasını burada sayılan pek çok sekülerleşme teorileri açıklamaya çalışmaktadır. Aynı zamanda bu sekülerleşmeye eğilimli elit bir kültürün dünyada pek çok ülkede var olması yerel kültürün dini ağırlıklı yaşantısı ile çakışabilmektedir(Berger, 2014: 51). Bu da neticede kültür çatışmalarına neden olmaktadır.

Tüm bu sekülerleşme teorileriyle birlikte sekülerleşme teorisinin kendi kendisini imha ettiğini söyleyen tezler de vardır. Ali Köse, modernitenin getirdiği bireyselleşme faktörünün dini öldürmek yerine güçlendirdiğini hatta sekülerliği ortadan kaldırmaya başladığını söyler(Köse, 2014: 37). Luckmann da dinin kiliseden ayrılarak bireyselleşmesini, otoritesini kaybeden kiliseye ve sekülerleşmeye bağlayarak yeni oluşan sosyal formun *bireysel din* olduğundan bahsetmektedir. Yani din imha olmamıştır.

Jose Casanova'nın belirttiği gibi sekülerleşme süreçlerini zıt kutupların karşılıklı dışlayıcılığı üzerinden değil birbirini inşa eden süreçlerin etkileşimi olarak okumamız gerekmektedir(Casanova, 2017: 99). Çoklu modernlikler kavramı 'öteki' olana yönelik dışlayıcı anlamdan uzaklaştırarak ayrıştırıcı seküler-dini ikilikleri kapsayıcı bir formunu önermektedir.

Bunun toplumsal aktör olarak bir karşılığını hayırsever kurumlar oluşturmaktadır. Cecelia Lynch dini ve seküler olan arasındaki ayrımın her zaman sabit olmadığını hayırsever kurumların STK'ların uluslararası faaliyet motivasyonları etrafında anlamaya çalışır(Lynch, 2017: 297-326).

STK temsilcileriyle yaptığı mülakatlarda kişilerin dini inançlarına göre tanımlanmasını ve şeyleştirilmesini engellemeye çalıştıklarını gözlemlemiş ve dini ayrımlar yerine milli kimliği vurguladıklarını belirtmektedir. Dini kimliğin kamusal alanda dışavurumlarıyla ve bu kimlikle konumlandırılmakla baş etmeye çalışırken dini inanç ve uygulamaları özel alana sürgün ettiklerini belirtmektedir(Lynch, 2017:311). Görüştüğü Iraklı, Somalili ve Filistinli STK temsilcilerinin Müslüman kimlikleriyle beraber seküler dil kullandıklarını belirtir.

Seküler ve dini ayrımı için yeni yorumlar geliştirilmeye çalışırken iki tarafın birbirini nasıl değiştirdiğini ve etkilediğini ifade eden çalışmalar bu dikotomiye yeniden düşünmeye davet etmektedir.

Politik arenada dinin var olan gücünün görmezden gelinemeyeceği açıktır. Dünyada ve yerel politikalarda dini referanslar önemli olarak kullanılmaktayken bu durum sekülerleşme tezinin sağlam bir temele dayanıp dayanmadığını sorgulatmaktadır (Haynes, 1998: 211). İtalya Başbakanı Giorgia Meloni 2019 yılında *Piazza San Giovanni*'de halka hitap ederek yaptığı konuşmada şu ifadeleri kullanmıştır:

Ben bir Hristiyan'ım. Ben bir anneyim. Ben bir İtalya'nım. Bunu asla benden alamayacaksınız. .. Her birimiz insan olarak değerliyiz. Her birimiz eşsiz ve tekrar edilemez genetik kodlara sahibiz. Kabul edin ya da etmeyin bu kutsal bir şey. Bunu savunacağız. Tanrıyı, ülkeyi ve aileyi savunacağız. Bunların duyunca tiksindiği şeyleri..(19.10.2019).

Bu konuşma yeniden sağcı politikanın Avrupa'da yükselişi olarak okunabilir. Aynı zamanda baskın dini referansların politikada yer alarak toplumsal kitleden karşılık bulması da önemlidir. Politikacılar dinin gücünün kitleleri harekete geçirmede etken bir dil oluşturacağını bilincindedirler.

Meloni tarafından ifadelendirilen Hristiyan kimlik vurgusu ve kutsal, Tanrı ifadelerinin kullanılması sekülerleşmeden dönüşe (de-secularization) bir örnek teşkil edebilir. Sekülerizm devletin otorite sahibi hükümetin dini inançlara tarafsız yaklaşmasını ve uygulamalarını bu şekilde atmasını gerektirir.

Yani 19.yüzyıl başında Avrupa Batı devletlerinde sekülerleşme görülüp buna müteakiben 21.yüzyılda politik dile egemen olmaya başlayan bu söylemlerle diğer döneme göre de-sekülerleşme yaşandığı söylenebilir. Dinin modern toplumlarda gücünün azalacağı iddiası bu anlamda etkisiz bir teoriye dönüşür.

Sekülerleşmenin dinsizleşmeye neden olacağı iddiası "klasik sekülerleşme teorisini" yansıtmakla birlikte sekülerleşme teorileri zamanla kendini yenilemeye çalışmıştır(Şentürk, 2000:291). İnançın kamusal alanda da etken bir unsur olduğunu ve kitleler için önemini, siyasal alanda kullanmaya duyulan ihtiyaçla farkederiz. Politika laik/seküler evrensel dayanaklar oluşturmaya çalışsa da inancın kitleleri harekete geçiren bir gücü vardır. Bu da toplumda yarattığı kolektif coşkuyla ilişkilidir.

Bunun yerini doldurmaya çalışan kamusal dinler milliyetçilik akımları ya da oluşturulmuş başka ideolojiler kıyasıya bir yarış içerisinde olabilir. Toplumlar varlıklarını milli ya da dini veya her ikisini de temel alan bir felsefeyle meşrulaştırmaya çalışabilir. Otoriteye neyin sahip olması gerektiğini ise o toplumu oluşturan bireylerde ağır basan ortak inancın coşkusu belirleyecektir.

2.3.2. Sekülerlik ve Maneviyat İlişkisi

Sosyoloji biliminin sistematik temellerini atan Batılı sosyologlar, başlangıçta toplumu pozitivist bakış açısıyla incelemişlerdir. İlerlemeci bir anlayışla rasyonelleşen toplumların gelişeceğini düşünmüşlerdir. Auguste Comte üç hal yasasıyla (Orj. Loi Des Trois Etats) toplumların geçirdiği üç evrimsel aşamada teolojik evreden metafizik aşamasına, son olarak da pozitivist aşamaya doğru bir ilerleme kaydettiklerini söylemiştir. Avrupa toplumu buna örnek olarak diğer toplumların da kendi evrimsel süreçlerini tamamlayarak Avrupa toplumları gibi olacakları öngörüsü mevcuttur. Comte bu süreçte pozitivist aşamada olan toplumlarda sosyoloji biliminin ahlaki yargıları temsil ederek dini inançların yerini alacağı düşüncesini savunmuştur. Hocası Saint Simon bir inanca sahip olmamasına rağmen dinin toplumda gerçekleşecek anarşizmi çözecek bir unsur olduğunu ama 19. yüzyıl Hıristiyanlığının bunu yapmaya gücünün yetmediğini söylemiştir(Kalelioğlu, 2019: 538).

Din bu anlamda bütünleştirici bir güçse eğer insanları pozitivist şekilde etkisi altına alacak insan tarafından üretilen yeni bir inanç sistemi de pekâlâ olabilirdi.

Comte'un düşüncesiyle pozitivist inşanın amacı ahlaki reformla birlikte entelektüel reformun başlangıcı olduğu manevi bir dönüşüm yaratılmasıydı (Campbell, 2006: 363). Aydınlanma çağı ile birlikte gelişen dönemde din yerine bilim, tanrısal emir ve yasalar yerine doğa yasaları, din adamlarıyla da filozoflar yer değiştirmiştir (Nisbet ve Bottomore, 2014: 23). Toplum zamanla metafiziksel inanışlardan arınacak bu şekilde daha rasyonel bir hale gelerek sosyoloji yeni toplum dini haline gelecektir. Aynı şekilde Engels gibi sosyalist düşünürler de sosyalist devrimle birlikte dinin ortadan kalkacağını düşünmüşlerdir. Modern toplumda dinin kurtulması gereken bir unsur olduğu düşüncesinin yaygın olduğu görülmektedir. Her ne kadar dinin pozitif anlamda topluma sağladığı faydaları dile getiren sosyal bilimciler olmuş olsa da din ilkel, dogmatik olarak görülmüştür.

Rasyonaliteyi kullanarak teknolojik gelişmelerle ilerleyen ve bu şekilde modernleşen toplumlarda zamanla dinin ortadan kalkacağı düşüncesi mevcuttur.

Modernleşmeyle birlikte ilk olarak dini yapılar, kurumlar toplumda görünen dini pratikler ve bireydeki dini bilinç sosyal anlamını yitirecektir(Wilson, 1982: 149). Bu şekilde sekülerlik, modern toplumların bir özelliği olarak görülmeye başlanacaktır. Sekülerlik kamusal alanda dünyevi ve ruhani işlerin sahiplerini ayırarak sınıflaşmanın ve ayrışmanın devamını sağlamaktadır(Taburoğlu, 2019:112). En büyük fark kilisenin dünya-dışı işlerle uğraşırken, maddi işleri ve ilişkileri devletin kontrol ettiği iki otoritenin varlığıdır.

Aydınlanma düşüncesinin bir teorisi olan sekülerleşme, modern dönemde dinin yok olacağını gözlemle açıklamaya çalışmak yerine, bu gelişmenin olması gereken ve iyi olacağını savunarak ideolojik bir boyuta taşımışlardır (Köse, 2014: 18). Olması gereken düşüncesiyle ideolojik bir hal alması toplumdaki bireylerin kendi doğallıklarından ortaya çıkan bir durum değil, ona uygulanan bir doktrin haline gelmesi anlamını taşımaktadır. Bu durumda modern kentlerde dini ve dinimsi figürlerin yer işgal etmemesi gerekmektedir. Çünkü ilerleme ve gelişme seküler bir toplum haline geldikçe sağlanabilecektir. İdeolojik bir yanılısama ile sekülerlik tezi savunulduğunda toplumun yaşadığı ve yaşayacağı gerçeklik ile uyuşması sorgulanabilir.

Weber'in büyü bozumu olarak tarif ettiği yoldan düşünürsek içinde yaşadığımız toplumsal dünyadaki değişimlerin en büyüğü kutsal olanın sihrinin üzerimizdeki etkisinin kaybolmasıdır. Bu bizim tını tarihselleştirmemizle de ilgilidir.

İlerlemeci yaklaşımla gelenekselden modern bir yaşama doğru geçen toplumların en kritik değişimi dini inancı hayatlarının merkezinden kaldırmalarıyla gerçekleşmiştir. Bu kutsal olana ait alanın kamusal alandan çıkarılmasıyla mevcut hale gelmiştir. Evrimci bir bakışla beşeriyet tarihinin okunması, diğer toplumlara göre ilerlemiş olan Batı'da dinin geri kalmış bir durumu ifade etmesidir. Modern toplumun kutsal mekânları olan kentlerinde, metropollerinde insanların uğrayıp ferahladığı yerler dini yapılar olmaktan çıkıp AVM'ler haline gelmiştir. Tüketim toplumu olarak tanımlanan modern bireylerin sosyal anlam inşalarında alışveriş yapma pratiği daha normal ve olması gereken bir pratik olarak içselleştirilmiştir.

Oysa kapalı AVM'lerde kaç saat harcadıklarının farkında olmadan tüketimde bulunarak zenginliğine yetişemeyecekleri şirketleri daha fazla kapitalistleşmesine yardımcı olmaktadır. Seküler toplumlarda bireyler rasyonel ve faydacı bir anlayışla hareket etmektedirler (Shiner, 1967/1995: 209-217). Çünkü sekülerleşme yalnız toplumsal düzendeki kurumların işleyişinde, imarında, siyaset ve kültüründe değil bilinç düzeyinde de etkili olmaktadır(Yıldırım, 2016: 187).

Seküler alanın işaret ettiği dünyevi işlerin dışında kalan kısım, dini manevi (spiritüel) olanla ilişkilendirmektedir. Batının düalist okuma tarzıyla kutsal ve kutsal dışı olarak bölünen anlamlar dünyası toplumsal kurumlarda da tezahür etmiştir. Bu ayrım sekülerlik ve maneviyat ilişkisinin refleksif bir yansımasını zaman içerisinde bizlere göstermiştir. Modern toplumlarda insanların yeni arayışlara yönelmesi ile modern ve seküler olan arasındaki refleksif döngüde maneviyatın ve maneviyata dair ritüellerin yeniden üretildiğini görebiliriz. Geçtiğimiz yüzyılın ikinci yarısından itibaren Batı kültüründe meydana gelen spiritüel arayışlar sekülerlik ile dünyada halen tartışılmaktadır. Bu durum sekülerlik teorisinin iddia ettiği üzere toplumdan dini, dinsel yapılara artık ihtiyaç duyulmayacağı ya da bireylerin daha fazla rasyonelleşmeyle dini aramayacağı iddiasının asılsız olduğunu göstermektedir. Tamamıyla inançtan ve dinden bağımsız bir toplum ütopyik bir görüşü yansıtmaktadır.

Kapitalistleşmenin modernleşmeye, modernleşmenin sekülerleşmeye doğru yönlendiren özellikleri olduğunu görebiliriz ama bu sürecin ardına gelişen neo-spiritüel akımlar ya da yeni dini hareketler öngörülenin aksine çok fazla metafiziksel inanç taşımaktadır.

Modern dünya anlayışımızda Tanrı ve Tanrı'ya dair düşüncelerimiz sorgulamaya, şüpheyeye, kritik etmeye, yorumlanmaya açık haldedir. Tanrı sorgulanır ve şüphe edilir haldeyken yeni manevi arayışların artmış olması tinsel olana duyulan ihtiyacı göstermektedir. Yeni dini eğilimler olarak tanımlanan spiritüel akımlar, modern insanın dinle ilgili problemini kutsal olanın dünyevileştirilmesi şeklinde bir çözüm yoluyla bulmaya çalışmaktadır. Marcello Truzzi'ye göre astroloji, okültizm gibi spiritüel oluşumlar modern toplum kültürünün sekülerleşmesi nedeniyle gelişmektedir(Truzzi, 1972: 16-36). James Hunter *American Evangelicalism*(1983) kitabında ve Nancy Ammerman'ın *Bible Believers* (1987) kitabında sekülerleşmiş pratiklerle hareket etmeye başlayan dini grupların inanç ve değerlerini gelecek kuşaklara aktarma süreçleri araştırılmıştır.

Sekülerleşmenin dini aktarımı zayıflattığı görülmüştür. Batı kültüründe yirminci yüzyıl sonlarında ortaya çıkan spiritüel inanışlar kurumsal dinlerin rakibi olarak büyümeye devam etmektedir. Aynı zamanda bu kurumsal dinlerin otoritesini sarsma tehlikesini yanında getirmekle birlikte toplumun birleştirici unsurunun zayıflaması anlamına da gelmektedir.

2.4. Neo-Maneviyat Olarak Spiritüalizm (Ruhçuluk)

Spiritüalizmin kökenini antik çağlardaki ruhların keşfine ve bunun üzerine gerçekleştirilen anlamlar dünyasına kadar götürmek mümkündür. Birçok toplumda ölüm-hayat ikilemi, rüyalar, ataların ruhu, büyü, şeytan-melek konuları üzerine sosyal anlamlar inşa edilmiştir. Ölümden sonra yaşam için, Tanrı için şüphe duymak maneviyatta görülen bu kırılmalıklar rasyonel aklın keşfiyle modern dönemde güçlenmiştir. Spiritüalizm on dokuzuncu yüzyılda bu tartışmaların konusu haline gelerek Aydınlanma sonrası şüphelere karşıt bir hareket olarak ortaya çıkmıştır.

Spiritüalizm beden ve ruh ilişkisini inceleyerek felsefi anlamda varlık, evren, Tanrı, ruh kavramları üzerinden görüşlerini ortaya koymaktadır. Spiritüalizm metafiziksel olan alanla ilgili olarak maddi dünya ve ötesinde olan her şeyde ruhsal ilişkilendirme biçimleri üretmektedir. Spiritüalizm Webster sözlüğünde anlamı birden fazla olarak şu şekilde tanımlanır: 1. Manevi(ruhsal) karakter, nitelik ya da doğa; maddiliğin tersi, 2. (çoğunluklu çoğul) kilise veya papaza ait hak, yetki, 3. Manevi yani cisimsiz olma durumu(Webster, 1959: 1406). Burada kelimenin kökeni olan “Spirit”, Latince’deki spiritualitas(spiritual) “spiritus” (nefes) kelimesinden türemiştir.

“Spirit” kelimesi Türkçede “Ruh” kelimesine karşılık gelmektedir. Cambridge sözlüğünde “Spiritual” kelimesi derin duygu ve inançlarla özellikle dini inançlarla ilgili olan bir sıfat olarak geçmektedir. Eski Ahit İbranicede Ruach(telaffuz; roo-akh) ruh, nefes ya da rüzgar anlamlarına gelmektedir. Bunları özetlemek gerekirse birden fazla anlama gelmekte olup genel olarak ruhsallık çağrıştıran bir anlamı vardır.

Ruh genişlik, imkan ve süreklilik demektir(el-Hakim, 2004: 539). Ruh, insanın ruhu olarak tanımlanmakta ve rih kelimesinden türetildiği bilinmektedir. Batı’da Spiritüalizmin ortaya çıkışı Britanya’da 1850- 1880’ler arası olarak ortaya konulmakla birlikte spiritüalizm tarihçileri 1850 sonlarından itibaren bir karşı-kültür hareketi olarak devam ettiğini söylemektedirler(Brennan vd., 2022: 154).

The Spiritual Herald gazetesi Swedenborg'lu spiritüalistlerin kısa ömürlü bir İngiliz dergisi olarak 1856'ya kadar Londra'da yayınlanmıştır. Kehanet, Büyü, Periler, Ruhlar gibi konular "Sir Charles Isham ve Spiritüalizm", "Pasifik Vapurunun Kaybı" gibi esrarengiz konularda bu tarihlerde konuşulan ve ilgi duyulan konulardır.

19. Yüzyılın ortalarında New York'da sosyal dini bir hareket olarak sistemli hale gelmeye başlamıştır. Kiliselerin ulusal spiritüel derneklerinin tanımına göre spiritüalizm ruhlar dünyasında yaşayanlarla medyumluk aracılığıyla iletişim kurmanın kanıtlanmış gerçeğine dayanan sürekli yaşamın bilim felsefesi ve dinidir. Spiritüalizm Parapsikoloji ve Okültizm Ansiklopedisi'nde hem felsefe, hem bilim, hem de din olarak tanımlanmaktadır(2001: 1463). Spiritüalizm iki temel öğretiyeye dayanmaktadır: ölümden sonra kişiliğin devamlılığı ve Dünya'da yaşayanlar ile ölüme geçiş yapmış olanlar arasındaki iletişim olasılığıdır.

Spiritüalizm reel olan her şeyin ruhsal(manevi) olduğu yönündeki bir inançtır. Türkiye'de spiritüalizmin tarihi Osmanlı döneminde ikinci Meşrutiyet ile başlamaktadır. Bu alanda çalışmalar yapıp öne çıkan önemli şahsiyetlerse İsmail Fenni Ertuğrul(1855- 1946) ile Şehbenderzade Filibeli Ahmet Hilmi (1865- 1914) ve Ömer F. Kam(1864- 1944), M. Şemsettin Günaltay(1883- 1961), Mehmet Ali Ayni(1868- 1945), Mustafa Şekip Tunç(1886- 1958)'tur. Bu isimler erken dönemlerde pozitivist anlayışa karşı olarak maneviyatçı bir perspektif ile bu çalışmalarını ele almışlardır.

Maddeye karşı daha çok maneviyatı incelemek istemişlerdir. Spiritüalizm dediğimiz kavramın ilk kullanımları dini alanla ilişkilidir. Materyalizmin karşısında ruhu ve dolayısıyla ruha dair anlamları bütünlüklü şekilde dinle açıklayan bir sistem savunulmuştur. Türkiye'de deneysel Neo-spiritualizmin (yeni ruhçuluk) kurucusu Dr. Bedri Ruhselman tarafından 1950 yılında İstanbul'da kurulan Metapsişik Tetkikler ve İlmi Araştırmalar Derneği'dir. Dernek 1959 yılında çıkarmış olduğu "Ruh ve Madde Yayınları" ile spiritüalizm, meditasyon, ruhsal şifa, rüyalar, bilinç ve bilinçaltı çalışmaları, mistisizm, ezoterik bilgiler, ufoloji, neo-spiritualizm hakkında yayınlar yapmıştır.

1960 yılından itibaren Ruh ve Madde dergisiyle yayın hayatına devam etmektedir. 1994 yılında dernek üyeleri "BİLYAY"(İnsanlığı Birleştiren Bilgiyi Yayma Vakfı) isimli bir kuruluşa ortaklık yapmışlardır.

Milenyum başından itibaren spiritüel akımların Türkiye'deki klasik spiritüalizmden en büyük farkı kurumsal dine bağlılıklarının görülmemesidir. Oysaki Türkiye'deki ruhçuluk incelemeleri ilk olarak kurumsal dinlerin ateizme ve materyalizme karşı varlığını savunmak için ortaya çıkmıştır.

1970'lerin başında New Age Movement, Spiritualizm, Yeni Düşünce gibi Batı ve Doğu inançlarının sentezinden oluşan mistik öğretisi ve uygulamalar görünürlük kazanmaya başlamıştır(Pınarbaşı, 2021: 53). Bu akım ve uygulamalardan bazılarının isimleri şu şekildedir: Meditasyon, Astroloji, Kristaller, Şamanizm, Renk Terapi, Aile Dizimi, Telepati, Feng Shui, Reiki, Refleksoloji, Kozmik Enerji, Maji uygulamaları ve Cadıcılık, Satanizm, Reenkarnasyon, Yoga, numaroloji bunlardan bazılarıdır. Bu inançların bir din olup olmadığı araştırmacılar tarafından tartışılmıştır. Kurumsal dinler gibi bir sisteme sahip olmayışı din olarak tanımlanmalarını engellemektedir. Yine de Batılı araştırmacılar teorik olarak bu inançları dini hareketlerin bir alt kültürü olarak tanımlamışlardır(Bromley, 2007: 351).

Modern dönemde görülmekte olan manevi arayışlarda üzerinde en çok durulan ve vurgulanan şey'in yeniden ruh olduğunu, böylelikle aşkın olana yönelimin olduğu görülmektedir. Yeni maneviyat anlayışında belirli bir dine mensup olmak şart değildir. Sadhguru olarak tanınmış olan Jagadish Vasudev "İçinizdeki yaratılışın kaynağına erişebilirsiniz, mutlaka büyüdü bir hayat yaşayacaksınız" diyerek, manevi/mistik düşünceleriyle kitlelere seslenmektedir.

Aslında bu büyü bozulan dünya için spiritüel şeylerin peşinden insanların ilgi ve merak duyarak vakitlerini bunlara ayırmalarının arkasında yatan şeyi böylece bizlere gösterebilir. Şeyleri büyü yapmak, insanların problemlerine sihirli bir değnekle çözümler getireceğini vaad eden bu sistematik işleyiş içerisinde en mühim şeydir. Püf noktalarla kısa pratik çözümler getirdiğini varsaymaları, pozitif içerikli cümlelerle umut aşılama çalışmaları kemik kurallardan bazılarıdır.

Spiritüalist akımların ritüellerinde telepati (zihin okuma), telekinezi(düşünce yoluyla maddenin hareket ettirilmesi), duru görü(uzaktaki nesnelere bilinmesi) gibi fizik-üstü zihinsel fenomenler olarak bahsedilmektedir.

Newton fiziğinin hâkim olduğu döneme göre insana ve evrene dair her şeyi ölçebileceğimize olan inancımız kuantum fiziği ile değişikliğe uğramıştır.

Enerjinin maddeden meydana geldiğine dair düşünce yanlışlığı, izafiyet teorileri ile düzeltilmiştir. Artık maddenin enerjiden meydana geldiği bilinmekle birlikte, tüm dengeler değişmiş ve enerji öncelikli hale gelmiştir. Enerji fizik bilimine ait bir terim olmasına karşın spiritüel anlamda da kullanılmaya başlanmıştır. Erwin Schrödinger, madde hakkındaki görüşlerin on dokuzuncu yüzyılın ikinci yarısından itibaren çok daha az materyalist hale dönüştüğünü söylemektedir(Schrödinger, 2020). Bu da spiritüelliğin gelişimiyle yakından ilgilidir.

Bir iş adamı ve aynı zamanda motivasyon konuşmacısı olan yazar James Arthur Ray, spiritüalizm üzerine yazdığı kitabında Tanrı'nın bir enerji alanı (ruh) olduğunu ve bireylerin spiritüel güce adım atarak kendi içlerindeki cenneti keşfetmesi gerektiğini yazmaktadır(Ray, 2008:16). Ortaçağdan itibaren süregelen maddeciliğin post-modern dönemde yerini metafiziğe bıraktığı görülmektedir. Bu büyük kırılma öne çıkan fen bilimlerindeki ilerlemeler neticesinde oluşmaya başlamıştır. Klasik Newton fiziğinin 1657'de başlayan etkileri ekonomiyi, bilim dallarını, felsefeyi insanların düşünme şekilleri üzerinde etkili olmuştur. Newton fiziği egemenliğinin kuantum fiziği ile son bulmasıyla beraber insana ve evrene olan bakışı da değiştirmiştir. Determinist bir bakışla evrene ve insanlara bakan bu bakış neticesinde, her şeyin önceden belli olduğu bir evrende Tanrı'ya gerek kalmayarak "Tanrı öldü" algısı yer etmeye başlamıştır(Tarlacı, 2012: 21). Tanrı'nın sorgulanması kolaylaşmıştır.

Modern bireyi mistisizme yönlendiren şey dinsel hayatı şekillendiren formların artık bireyleri hayatlarına uymamaya başlaması ve bu süreçte dinsel ihtiyaçlarını giderecek spiritüel yollara başvurmaya başlamaları gerçekleşmiştir(Simmel, 2003: 77).

Yani bir tarafta modern birey kurumsal dinin gereklerini yerine getirmeyi yaşam tarzı olarak sürdüremezken diğer yandan da halen manevi boşluğunu tamamlayacak bir arayışa yönelmektedir. Alan boşluk kabul etmediği gibi bulduğu bir şeyle boşluğu doldurmaya çalışır. Bu boşluk Batı toplumunda spiritüel hareketlerle birlikte kültürel bir dönüşümü de başlatmıştır. Yeni manevi inançlar gelişmiş ve toplumda yer edinmeye başlamıştır. Bu alanda yayınlar bu tarz hareketlerin yaygınlaşmasında en etken rolü oynamıştır. Modernleşmeye çalışan toplumlarda da küreselleşme etkisiyle spiritüel hareketler iletişim görsel ve basılı yayın aracılığıyla, yeni teknolojilerle rahatlıkla taşınmaktadır.

Öncelikle bireylerde eksik bir şey uyandırmaları, ya da insan için tabii olan olumsuz duyguların travmatize edilerek konu edilmesi bireylere sunacakları çözüm önerilerini ihtiyaç hâbi olarak sunmalarını getirmektedir. Tucker'a (2002) göre benlik, bireyin kendinde eksiklik bulması ve aynı zamanda kutsallaşma yolunda yardıma ihtiyacı olduğuna inanmasını ifade eder. Ve tüm popüler ruhsal kişisel gelişim kitapları da buna hizmet etmektedir. Günün sonunda bireyin ihtiyacı olan şey kişisel gelişim yolculuğuna çıkması gerektiğidir.

Psıseyi iyileştirme vaadi, ilk olarak bireylerin kendilerinde eksik olan bir şey olduğuna inanmaları için kusurlu yönlerin konuşularak işe başlamasını gerekli kılmaktadır. Bu şekilde kişisel gelişim için reçete yazmaları kolaylaşmaktadır. Hanegraff kişisel gelişime yapılan bu vurgu için "kişiselleştirilmiş dinin bir çeşidi" ifadesini kullanmaktadır(Hanegraff, 2000: 307). Psikoloji biliminin terimleri kullanılarak bilinçaltı temizleme seansları, enerji çalışmaları, geçmiş yaşamlarındaki sorunları çözme gibi ve daha pek çok benzer çalışma yürütülmektedir.

Uhrevi alemden gelerek öğretiler yazdığını iddia edilen bilge olarak anılan Silver Birch, Ruhsal Alemin Işığı kitabında ruhsal yasalardan, ruhun maddeye üstünlüğünden bahsettiği gibi ruhun gücünün kilisenin prensibinden daha güçlü olduğunu söylemektedir(Birch, 1997: 137). Kiliselerin dinin kaynağındaki ilhama ulaşamadıklarını söyleyerek onları zavallılıkla suçlar. Kilise bireylerin eksik hissettiği kısımları kapatamamaktadır. Bunu gerçekleştirecek olan kendileri gibi spiritüel liderlerdir.

Onlar ruhlar aleminden gelerek Tanrının elçileri olarak ruhun planını uygulamaktadır. Ve bu dünyadaki bir başka ruhun bu bilgileri onlardan öğrenmesiyle karanlıktan ruhsal bilginin ışığına çıkacaklardır.

Yani insan seviyesinden daha üst bir boyuta ulaşmak vardır. İşte tam olarak neo-maneviyat anlayışı olarak bahsettiğimiz spiritüalizmin kendisi budur.

Ruhsal alemlerle ilişkili olması spiritüel uygulama ve anlayışların ortak noktasıdır. Spiritüalizm milenyumun yeni maneviyat anlayışı haline gelerek kamusal ve bireysel alanda etkili olmaya başlamaktadır.

Resmi dini ve kurumsal otoritelerden sıyrılmak isteyen kişilerin yönelmiş olduğu spiritüel hareketler, bu yeni maneviyat anlayışı ile hareket etmektedirler. Örneğin yoga gruplarında anlatılan felsefede spiritüalizmin yaygın temel öğretileri yer almaktadır.

Ölümden sonra bireye ne ceza ne de ödül verilmeyeceği, ama frekansını yükselterek özüne dönüş sağlayıp karmaya göre hareket ederek ruhsal ışık varlığıyla sonsuz huzura erişebilecek insan. Her ruhun gerçeği kendisini keşfetmesi inancıdır. Bu nedenle spiritüel hareketlerde sıklıkla *kendi yolculuğunuzu* keşfedin, inşa edin mesajı bulunur.

Yeniçağ maneviyatının büyüüne kapılan insanlar ağırlıklı olarak kimlikleri hakkında güvensiz hisseden kişilerdir(Cengiz, Gür, Küçükkural, 2021: 67). Bu güvensizliğin oluşmasında modernitenin oluşturduğu kapital, metropol kültürü ve işleyiş tarzı büyük rol oynamaktadır. Metropoller üzerine incelemelerde bulunan Simmel, para ekonomisinin metropolü ele geçirerek zihinsel anlayışı da etkilediğini söylemektedir. Metropolde tüm nitelik ve tikellikler “fiyatı ne?” anlayışına indirgenerek, ussal ilişkilerde insan bir sayı gibi yalnızca nesnel ölçülebilir işleriyle ilgi görmektedir(Simmel, 2003: 88). Adorno’nun ifade ettiği şekilde kapitalizm bir kültür endüstrisi meydana getirmektedir. Uzmanlanmış dallar filmler, radyo, müzik bir kültür endüstrisi metaları haline gelmiştir. Bu sektörler kapitalizmin ayrılmaz birer parçası haline gelmiştir. Daha mesafeli bu ilişkiler ağı hızlı bir yaşam döngüsünün içinde gerçekleşmektedir. Metropollerde nüfus kalabalıktır. Ve her şey dakik işlemektedir. Samimi ilişkiler geliştirmenin ve sürdürmenin zorluğu bu çoğulluklarla beraber hesapçı anlayış içerisinde zorlaşmaktadır.

Aynı zamanda kent yaşamının getirdiği klasik ekonomik üretim tarzından farklı bu yeni sistem uzmanlaşmayı gerektirmektedir. Marx’ın ifadesiyle kişi bu ilişkiler ağı içerisinde *kendisine yabancılaşmaktadır*.

Astroloji, reiki, enerji çalışmaları gibi ezoterik ürünler büyüü bozulmuş ve sihri kalmamış bu yabancılaştırıcı sosyal yapı içerisinde bireylerin eğlence araçlarına dönüşmüştür. Adorno büyüden arınmış ama kuşkucu insanların bu bilgilere inanmalarını sağlayan şeyin ampirik dünyanın anlaşılmağını yansıtmaması olduğunu anlatır(Adorno, 2007: 27). Astroloji bireylerden bir şey talep etmez, sorumluluk yüklemes. Bu nedenle inanç gerektirip gerektirmemesi elzem değildir.

Kişiler bu özgürlüğün rahatlığını yaşarlar. Aynı zamanda bu uygulamalar sürekli ve otantik hissiyatı bireylere sağlayamazlar. Spiritüel, yeni maneviyatta dinde olduğu gibi ritüellerin zorunluluğu yoktur. Sandra Schneiders spiritüelliği üç özelliği ile ele almaktadır.

Bunlar: ‘İlk olarak İnsani deneyimin önemli yönlerini (güzellik, anlayış, iyilik, sevgi, dürüstlük vb.) içinde barındıran bir farkındalıkla birlikte kendini aşma bilincini ifade eder.

İkincisi, spiritüel inançlar temel anlam, değer ve bunlarla ilgili pratikleri kapsayan yaşanmış deneyimleri belirtir. Üçüncüsü ise spiritüellik önceki iki maddeyi sürdüren bir çalışmadır” (Schneiders, 1990 akt. Cengiz, Gür, Küçükkural, 2021: 175).

Spiritüalizm geleneksel dinleri yaşatmaya çalışmaz. Onları bozarak eklektik bir şekilde kendi tarzına dâhil eder. Birçok dini anlamlara dayanan kadim ritüelleri dünyevi algılayışla bir araya getirir, yeni formlar ve yeni anlamlarla yeniden pazarlar. Bireyler bu uygulamalar içerisinde ruhlarını temizlemeye, şifalanmaya, üst enerjiye ya da frekansa geçerek evrenle bir bütün olmaya çalıştıklarını düşünürler. Spiritüel hareketler modern bireyin zaaflarından ve açıklarından yararlanır. Bazı bireyler travmalarından kurtulmak isterken, bazıları yeni şeyler keşfetmek için bu gruplarla iletişim haline geçebilmektedir. Aynı zamanda medyada etkin rol oynamaları geniş bir yelpazede reklamlarını yapabilmelerini ve daha çok kişiye ulaşabilmelerini sağlamaktadır. Yoga federasyonu, Türkiye’de yetişkin kursları, çocuk yoga kursları, hamileler için yoga vermektedir. Meb kurumları, tüzel kişilikler, temsilcilikler gibi birçok alanda işbirliği yapmaktadırlar.

Bu spiritüel faaliyetlerin egzersiz ve spor kategorisinde yaygınlaşması oldukça dikkat çekicidir. Spiritüelliğin kendine yeni alanlar açması, piyasa oluşturması ve mevcut dini alanı ciddi anlamda sarsmaya yönelmesi spiritüel hareketlerin gelecek dönemlerde nasıl bir boyuta evrileceğini sorgulamayı gerekli kılmaktadır.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

SPİRİTÜALİST BİR AKIM OLARAK YOGA

Türkiye’de zaman zaman ismini haberlerde gördüğümüz, bazen devlet kurumu olan Diyanet’in de eleştirel yaklaştığı yoga hakkında mutabık olunan net bir tasvir ve tanımlama yok gibi görünmektedir. Yoganın Türkiye’de ne işi olduğunu soran olduğu gibi, yogaya sağlıktan spora psikolojiden ruhsal iyileşme, onların ifadesiyle şifalanmaya, kadar çeşitli başlıklarda ilgi duyan ve savunan kişiler de mevcuttur. Temelde problem edinilen konu yoganın Hinduizm ve Budizm dinlerinin bir parçası olarak bilinmesiyle birlikte şehirlerde yapılmaya başlanması ve oluşan kafa karıştırıcı görüntüsüdür. “Şimdi biz ne yapıyoruz?” sorusunu sordurtan ama işin içerisine katıldıkça da belirli grup faaliyetlerinin dinamikleri içerisinde yeni bir pencere açan yoga, dışarıdan görüldüğü ile içeriden görünenin farklı olduğunu içine girdikçe bize öğretmektedir. Evet, yoga bir tartışma konusu olarak zaman zaman gündem olmaktadır. Dünyanın birbirinden farklı yerlerinde yoga okulları görmek ya da var olan kurumsal yerlerde yoga eğitimlerine rastlamak normal hale gelmeye başlamıştır. Amerika’da istatistikler her yıl yaklaşık 16 milyon kişinin yoga yaptığını ve yoga faaliyetlerine katıldığını göstermektedir(Gordon White, 2011). Hatta Türkiye’de de MEB onaylı yoga kursları olmakla birlikte çeşitli hastanelerde hastalara yoga eğitimi verilmektedir. Yoga stüdyoları birden fazla şehirde mekânlarını yaygınlaştırmakta ve kitesini genişletmektedir. Yoga yirmi yıl öncesinden daha fazla bilinir haldedir. Spritüel hareketlerin merkezinde yer alan ve dünyada yaygınlaşması hızla artan yoganın nihayetinde bir tanımlamasını yapmak ve kafa karışıklığı yaratan söylemleri düzeltmek gerekmektedir. Bu açıdan bu bölümde yoganın otantik anlamı ve modernleşme serüveninde nasıl değişimler yaşadığı açıklanmaya çalışılacaktır.

3.1. Yoga Nedir?

Yoga, kadim bir tarihe sahip olmakla birlikte günümüzde geniş bir coğrafya tarafından tanınmaktadır. Yoga öncelikli olarak Hint kökenli dinlere ait olan zihinsel, fiziksel ruhsal bir ritüeller bütünüdür.

Aynı zamanda yogayı bir din olarak kabul etmeyenler de vardır. Onlar yogayı daha çok felsefe ve disiplin biçimi olarak ya da fiziksel duruşlarıyla ve nefes egzersizleriyle sağlık açısından şifa verici bir uygulama olarak da tanımlamaktadır.

Etimolojik olarak yoga kelimesinin kökeni olan *yuj* Sanskrit dilinde “bir araya getirip bağlamak”, “bağlantı”, “birlik” anlamlarına gelmektedir(Eliade, 2020: 18; Iyengar, 2016: 15). Yoga bağlantıda olmak anlamını taşıyorsa neyle ya da kimle bağlantıda olmak diye sorulabilir. Özünde yoga başta kişinin aşkın, yüce olan Tanrı ile ve kendisiyle daha sonra tüm her şeyle bağlantısını ifade etmektedir. Bu eylemin ortaya çıkış şekli ve anlamı teolojik perspektif içerisinde doğmuştur. Yoga bir ritüel olarak sakinliği ve dinginliği kişinin yaşaması gereken ve bu deneyim içerisinde “birliğe” (samadhi) ulaşmaya çalışarak kişinin uzun soluklu bir benlik terbiyesine giriştiği ritüeller bütünüdür(Eliade, 2020: 47). Esas amaç ruhun benlik kısılcısından özgürlüğe kavuşmasıdır. Bunu sağlamak için zihin üzerinde ve beden üzerinde çalışmalar yapılır. Bu açıdan yoga sadece bedensel hareketlerden oluşan bir uygulama değildir. Zihin çalışmaları büyük oranda ruhla da ilişkilidir. Aslında hem beden hem zihin üzerinde hakim olan felsefe içeren anlamlarla iç içedir. Yogada derine indikçe Hindu ve Budist inançlarını ve bu inançlar etrafında gelişmiş yaşam felsefesi karşımıza çıkmaktadır.

Hint dininde ve felsefesinde yoga temel inanış olan reenkarnasyon ve yeniden doğum döngüsünden kurtuluş çabasını anlatmaktadır(Jung, 2021: 22). Bu inanç sisteminde ruhun karmasını tamamlayana kadar reenkarne olarak yeniden doğması ve kişinin bu döngüden çıkabilmesi için belirli bir ruhsal seviyeye gelmesi gerekmektedir. Kişi ruhsal disiplinini sağlayarak karmalarını ödeyip yeni karma yaratmadığı müddetçe nirvanaya ulaşacaktır. Bu disiplini ise yoga ile sağlayabilir.

Aslında onu bir sistem haline getiren kişi Patanjali(पतञ्जलि, Patancali)'dir. *Yoga Sutralar*'da yoganın geleneksel mistik formunu sistematik şekilde inşa etmiştir. Günümüzde yaygın haliyle yoganın tanınma biçimi Batıda popüler olan yoga sutralar eserinin etkisiyle gerçekleşmiştir.

Bu eserde Hindu bilgin yoga bilgilerini sentezleyip derlemiştir. Yoga sutralar 4 bölümde 196 sutradan oluşmaktadır. İçerik olarak bir yoginin bilmesi gereken yoga felsefesi ve pratikleri yer almaktadır.

Patanjali deneysel bilgi olmadan “bilinç hallerinin” (çitavrtti) değişkenlerini yani ben bilincinin yok edilemeyeceğini savunur(Eliade, 2020: 47). Bu nedenle deneyime odaklanarak yoganın fiziksel pratiklerini Sutralarda açıklamıştır.

Patanjali ilk Sutrada yogayı “birlik” olarak tanımlamaktadır(Patanjali, 2020: 21). Birlik olarak kastedilen şey kişinin kendisi ve çevresi ile Tanrı ve her şeyle bağlantısını, kendini tüm bu şeylerle bir hissetmesini anlatmaktadır.

Ona göre yoganın anlamının benliğin erimesi ve kaybolmasıyla yakından ilişkisi vardır. Birlik olma hali ise benliğin ortadan kalkmasıyla gerçekleşmektedir. Patanjali yogayı zihni disipline eden, zihni kontrol edip eğiten bir ritüel olarak açıklamaktadır(Öztürk, 2020:14). Zihin üzerinde düşünceleri kontrol edebilmek aslında benliğin doyumsuz istek ve arzularını, pişmanlık ve öfkelerini ortadan kaldırabilmek içindir. Yani meditasyon yapmanın temel hedefi zihni tembellikten kurtarmak, düşünceleri kontrol ederek terbiye etmektir. Bu şekilde kişinin yanlış düşüncelere ve fuzuli duygulara kapılması önlenecek ve böylece ruhen yükselecektir. Ruhun sonsuzluğu düşüncesi yoganın merkezinde yer alır. Asıl olan ruhtur.

Onun huzuru duyabilmesi için yoga pratiğine ihtiyaç vardır. Aynı zamanda bu eğitim ruhun karmalarını da ortadan kaldırabilmek içindir.

Karma Hint dinlerinde neden-sonuç açıklamasıyla insanın eylemlerini anlamlandırmasını sağlayan ilkelere dir. Bu inanca göre birey hangi düşünce ve niyetlerle bir davranışta bulunuyorsa onun karşılığını mutlaka bulacaktır.

Karma inancı; Hinduizm, Taoizm, Jainizm, Budizm ve Sihizm’de bulunan yeniden doğuş fikriyle ilişkili ve bağlantılıdır. Aynı zamanda karma inancı Hindistan’da gördüğümüz kast sistemiyle de ilişkilidir. Hinduların inanç ve yaşam tarzı birbiriyle iç içedir. Bireyler içine doğdukları kastların gereklerini yerine getirmez ya da kurallarını çiğnerse bir sonraki yaşamlarında kötü şeylerle karşılaşır lar. Başlarına gelen kötü sonuçları da geçmiş yaşamlarında yaptıkları yanlışlarla açıklamaktadırlar.

Bütün aşırılıklar ortadan kaldırılıp dengeye ulaşıldığında yani ben bilinci nihayetinde ortadan kalktığında ruh özüne kavuşacaktır. Karma döngüsü ortadan kalkacaktır. Yogayla birey en yüksek hedefe ulvi amaca yani nirvanaya ulaşmayı sağlayacaktır.

Patanjali(Patancali) Yoga Sutralar'da 3.18'de karmanın kişinin bilinçaltında biriken izlenimler (samskara) olduğu ve bunu yok etmek için *sattvik* bir şekilde meditasyonlarla bilinçaltına inerek önceki yaşamdan taşınan karmalara ulaşabileceğini söyler(Öztürk, 2020: 170). Kişinin bu karmalara ulaşması onları düzeltip tekrarlamaması içindir. Bu birikmiş izlenimleri ortadan kaldırmak, zihni kontrol edebilmek ruhun saflaşması beden ölmeden önce Tanrıyla buluşabilmesi içindir.

Şayet kişi bu uygulamayı yapmazsa ölmeden önce ruhunu yükseltip Tanrıyla buluşamazsa başka bir bedenle dünyaya gelmeye mahkûm olacaktır(Upanişadlar, 1976: 32). İşte bu durum karmayı oluşturan döngüyü (samsara) anlatmaktadır. Bu döngüyü kırmak için yogayı ciddiye alarak içten bir şekilde yapmak gerekir. Bunun için yoga yapmak gönüllü bir inanmışlık gerektirmektedir. Yoga içerisinde var olan hareketlerin her birinin anlamı vardır.

Şehristani el-Milel ve'n-Nihal eserinde Hint inanç ve görüşleri altında meditasyon yapan kişilerden (Ashab-ı Fikre ve Vehm) bahsetmektedir. Bu kişilerin düşünceye çok önem verdiklerini, duyular ve akılla bilinen şeyler arasında aracı olduklarını söylemektedir(eş-Şehristani, 2014: 451). Meditasyon yapan kişilerin inançlarına göre vehm ve riyazet teknikleriyle düşünceler hislerden sıyrıldığında göremediğimiz başka âlemler onun anlatımıyla görünür olmaktadır. Onlar bu yöntemle gaybı bilebilir ve yağmuru durdurabilir(eş-Şehristani 2014: 451).

Şehristani, eserinde vehm duygusunun cisimleri hareket ettirme gibi özelliklerinden bahsedip nazarın aynı gücün tezahürlerinden biri olduğundan bahsederek bu inancı açıklamaktadır(eş-Şehristani, 2014: 451). Fiili olarak eylemlerinin, başlarına bir şey geldiğinde ahlaklı dürüst kırk kişinin toplanıp hiç konuşmadan günlerce gözleri kapalı durarak riyazet halinde oldukları ve yapmaları gereken doğru şeyin onlara görüldüğünde hareket ettikleri tasvir edilmektedir. Bu şekilde yoganın köklü geçmişinde büyüsel ya da olağanüstü güçle ilişkili yanlarının olduğunu anlayabiliyoruz.

Bütün bu yoga sistemini birey tek başına tamamlayamaz. Onun bir yol göstericiyle anlatılması şart olduğu gibi bireye bir manevi rehber "guru" aracılığıyla aktarılır (Eliade, 2020: 19). Yoga bu şekliyle mistikliği ifade etmektedir. Bu ritüellerin sonunda bir vahdeti vücut anlayışı yer almaktadır. Meditasyon anlarında Osho kişinin maneviyatını aydınlattığını söylemektedir(Osho, 2005: 3).

Hintliler için psişik fenomenler Jung'un tarif ettiği şekliyle fiziki gerçekliklerden daha gerçektir ve onlar bu fenomenleri temel kabul ederler(Jung, 2021: 20). Hinduizm, Budizm ve Caynizm'de bazı zihinsel ve fiziksel uygulamalara da yoga adı verilmektedir. Hint kutsal kitabı olan Bhagavad Gita'da yoganın çeşitlerinden bahsedilmektedir. Bunlar arasında Jnana Yoga, Karma Yoga, Bhakti Yoga, Mantra Yoga, Raja Yoga, Kundalini Yoga, Tantra Yoga, Kriya Yoga, Swara Yoga, Hatha Yoga vardır.

Hepsinde ortak unsur olan ruhsal yücelmenin gerçekleşmesi için kişinin mizacına göre ayrılan yollar olduğu belirtilmektedir(İzer, 2003: 21). Klasik üç yoga türü Jnana, Karma ve Bhakti yogadır. Hinduizm içinde gelişen yeni akımlarla diğer yoga türleri geliştirilmiştir. Hint kutsal metinlerinde Yoga sözcüğü kimi zaman “yöntem”, “etkinlik-eylem” veya “güç” ve “meditasyon”, “birlik-birleşme-bağ” anlamlarında kullanılmıştır.

Bu bölümde Hint dinleri içerisinde yoganın yeri ayrıntılı şekilde anlaşılmasına çalışılarak onun otantik anlamı irdelenecektir. Ardına günümüzdeki yoga çalışmalarının modernizasyon etkisiyle değişimi sosyolojik teorilerle tartışılacaktır.

3.2. Hint İnançlarında ve Felsefesinde Yoga

3.2.1. Hinduizm ve Yoga

Hindistan farklı etnik unsurları bir arada bulabileceğimiz zengin çeşitliliğe sahip bir ülkedir. Hindistan tarihi zengin topraklarından ve jeopolitik konumundan ötürü pek çok imparatorluğa da ev sahipliği yapmıştır.

Bu nedenle kültür çeşitliliği ile birlikte bu ülkede dini çeşitlilikte görülmektedir. Hindistan Cumhuriyeti'nde (Bharat Ganarajya) en yaygın din, Hinduizm oluşturmaktadır. Hintliler inançlarını Hinduizm olarak değil *sanatana dharma* olarak ifade ederler. Bu şekilde dinlerini ezeli-ebedi şekilde vahiy yoluyla gelen bir kökene dayandırmış olurlar. Hinduizm kelime olarak yabancı milletlerin adlandırmasıdır. Hindu kelimesi klasik Arap ve Fars metinlerinde İndus Vadisi bölgesinde yaşayan insanları tanımlamak için kullanılmaktaydı.

Hintlilerin kendi inançlarını ifade eden kavram olan Sanatana dharma ise ‘sonsuz, ezeli yasa’ anlamını taşımaktadır. Dharma din kelimesini doğrudan ifade etmese de Hintlilerin maddi ve manevi inançlarının bütünü yansıtan ifadelerin hepsini kapsamaktadır. Düzen, kanun ve hakikat anlamlarına da gelmektedir(Knott, 2017: 69).

Hinduizm’in köklü bir geçmişi olmakla birlikte tarihi kalıntılar bu inancın izlerini milattan önce 4000-2200 tarihlerine dayandırmakta ve elde edilen şehir buluntuları ile açıklanan toplumsal kültür *Antikİndus Vadisi Medeniyeti (Harappan-Mohenco-daro Medeniyeti)* olarak isimlendirilmektedir. İndus Vadisi dininin Hinduizm’in klasik en erken dönemini yansıttığı düşünülmektedir(Aydın, 2021: 20).

Vedalar öncesi olarak dönemselleştirilen bu dine ait kazı çalışmalarında yoga yaparken resmedilmiş çıplak erkek tanrı mühürleri bulunmuştur. Kazılarda çıkan eserlerde bağdaş kurup oturmuş ve etrafı hayvanlarla çevrili figürlere rastlanmıştır. İngiliz Arkeolog Sir John Marshall’ın Harappa ve Mohenjodaro’daki incelemiş olduğu kazılarda bizlere kazandırmış olduğu görüntülerde yogaya dair ilginç bir bağlantıya rastlanmıştır. Şiva’nın ilk örneği olarak ele alınan ulu tanrıları yoga pozisyonunda oturmuş şekildedir. Burada tasvir edilen tanrıyla Şiva/mahayogi arasında bağlantı kurulmaktadır. Figür bazı bilim adamları tarafından bir yogi, üç başlı proto-şiva ve hayvanların efendisi olarak tanımlanmıştır. Bu bizim Hindu inancının en erken dönemlerine kadar baktığımızda görebileceğimiz yoga izine rastlayışımızdır. Şiva Hinduizmin önemli bir tanrısı olmakla birlikte modern dönemde en görkemli ve dünyadaki en büyük Adiyogi büstüne sahip isimdir. Bugün dünyanın dört bir yanından yogiler bu büstün olduğu alanda her yıl yapılan kutlamalara katılmak için gelmektedirler.

Hindu inançlarının önemli temaları olan dharma (etik görevler), samsara, moksha(bağlılıktan ve Samsara’dan kurtuluş), reekarnasyon(tenasüh) ve yoga çeşitleri (yollar ritüeller) bulunmaktadır. Bu bakımdan yoga ve Hindu inançları arasında bağlantılar ve köklü inançlar vardır. Yoganın başlı başına içeriğindeki anlam bütünlüğünü kavrayabilmek için Hindu inançlarının temel öğretilerini en azından bilmek gerekmektedir. Bu öğretiler Hinduizm’in kutsal metinleri Shruti ve Smriti olarak iki ana başlığa ayrılmaktadır. Shruti kutsal metinleri vahiy olarak alınmış metinleri kastetmektedir(Knott, 2017: 32). Shruti kelime anlamı olarak Sanskritçe “shru” kökünden türeyen ve “işitilen” anlamına gelmektedir.

Vedalar (Rigveda, Samaveda, Atharvaveda, Yajurveda), Brahmanalar, Aranyakalar, Upanişadlar shruti metinlerdir. Smriti metinler ise Mahakavyalar, Sutralar, Mahabarata ve Bhagavad Gita, Ramayana, Puranalar, Agamalar- Tantralar smriti yani “hatırlanan” metinleri oluşturmaktadır. Bu bölümde parça parça kutsal metinler aracılığıyla yogaya dair izler literal alandaki eserlerle birlikte açıklanacaktır.

Kutsal metinler yoga yolunu anlamak için başlıca müracaat edilmesi gereken temel metinlerdir. Hepsi Hinduizm’deki tanrılarından ve tanrıların yolundan, yaratılıştan ve bu dünyada nasıl yaşanması gerektiğinden bahsetmekle birlikte yoga kelimesinin geçtiği ve yogaya dair öğütlerin yer aldığı eserlerdir.

Örneğin Vedalar kutsal metinler Yajur Veda, Atharva Veda, Sama Veda ve Rig Veda olmak üzere dört derlemeden meydana gelmektedirler. Bunlardan Sama Veda, Rig Veda, Yajur Veda daha çok ilahiler yani mantralardan oluşmaktadır. Ayetlerden bazıları halen Hindular tarafından ibadetler esnasında okunulmaktadır. Atharva Veda ise evrenle ilgili dualarla birlikte büyülerden de bahsetmektedir.

Nitekim yoga eğitimi almakta olan yogilerin başucu kitabı olarak okumaları istenen *Bhagavad-gita*, Hinduizm’in önemli bir mezhebi olan Vişnucuların kutsal kitabıdır (Aydın, 2021: 64). Bhagavad Gita Tanrıların şarkısı (Rabbin ezgisi) anlamına gelmektedir. İlahi şekilde elde edildiklerine inanılır ve halk tarafından sevilmektedir (Knott, 2017: 37). Mahabharata Destanı’nın bir bölümüne aittir. On sekiz bölüm olan destanın VI. Bölümünde yer almaktadır. Bhagavadgita on sekiz bölümden oluşmaktadır. Kurukshetra Savaşı’nda akraba olan iki tarafla kan bağı olan Arcuna ile Tanrı Krishna’nın sohbeti anlatılmaktadır.

Krişna, Brahmanizm inancının en ünlü kişiliğidir. Brahma ise yaratılışın tanrısıdır. Tanrıların en üst tabakasında Brahma yaratıcı olarak yer alırken, Vişnu koruyucu, şiva cezalandırıcı tanrı olarak yer almaktadır. Tanrı Brahma zamanüstü bir konumda olup her şeyin o ve O’nun her şey olduğu üstün ve kapsayıcı bir anlam taşımaktadır. Brahma evreni ‘’om’’ (aum) sözüyle meydana getirmiş, yaratmıştır. O her şeyin özünde yer almakta olup, insanların içindeki ruh olan Atmanın kendisidir. Gerçekte sadece Brahma vardır, var olan her şeyin de ondan türetildiği söylenmektedir (Seyrek, 2018: 34). Krişna’nın sözleri doğrudan Brahmanın sözleri olarak ifade edilir.

Krişna yogi için tek amaçtır, yoga uygulamasında yogin ona yoğunlaşarak insan ruhu ve Tanrısı arasında mistik birlik oluşur(Eliade, 2020: 150). İçerisinde Tanrı hakkında, yeniden doğuş(samsara) inancı ve ruh hakkında açıklamalar yer almaktadır.

Yogiler ile Bhagavadgita'nın bağlantısı, bu büyük anlatının içeriğinde Tanrının Arcuna'ya seslenirken verdiği öğütlerde yogilerden bahsetmesiyle başlamaktadır. Yogiler hakkında öğütler vardır ve bu öğütler yogilerin izlemesi gereken yolu anlatmaktadır. Bir yogi bu kitabı okuduğunda Tanrı inancıyla birlikte, nasıl yaşaması gerektiğini, varoluşunun anlamını metafiziksel temeller üzerine kurmaktadır. Doğrudan yogilere hitap eden Tanrı cümleleri, bir yoginin özelliklerini ayrıntılı hale getirerek gerçekten kimlerin yogi olabileceğinden bahsetmektedir.

Bhagavadgita eserinde yogi hakkında şu ifadelendirme yapılıır: “O kişi her şeyi gören, kadim, her şeyi yöneten, inceden daha ince, bu evreni tutan, şekli bilinmeyen, karanlıktan uzak güneş gibi parlayanı düşünür”(Bhagavadgita, 2004: 51).

Bunu yapan kişiye yogi denir ve bu yogi aynı zamanda ölüm anında yoga gücüyle zihnini yoğunlaştırarak yaşam gücünü alınının ortasında toplayarak ayrılır ve o parlayan en yüce varlıkla bir olur(A.g.e., 51). Bu eylemi yaparken om hecesini söyleyip zihinlerini alınlarının ortasında toplanan ışığa yoğunlaştırmaları önemlidir.

Bir yoginin dikkat etmesi gereken şeyler arasında kurban sunmaktan da bahsedilmektedir. Kurban sunmanın kutsal bir eylem olduğu ifade edilmektedir.

Kurban yoluyla tanrıları onurlandıracaksınız ve tanrılar da sizi sevecekler; bu uyum içinde en büyük iyiliğe kavuşacaksınız... Kurban artıklarını yiyecek olarak alan kutlu insanlar bütün günahlarından arınırlar... Bazı yogiler kurbanlarını tanrılara sunarken diğerleri kurbanlarını Brahma ateşine sunarlar...(Bhagavadgita, 2004: 37-41).

Çile ateşinin (tapas) yoganın dinsel anlama sahip olmasında desteği vardır(Eliade, 2016: 283). Yogiler belirli bir nesneye eğilerek değil, direk olarak tanrıyla iletişime geçerek kurban sunmuş olurlar. Kurban sunmak belirli bir nesneyle olmak zorunda değildir. Kişi yoga yaparken duyularının tüm işlevlerini, nefeslerini de kurban verebilmektedir. Vedik dönemde de görülen ve Brahmanlarda anlatılmış tanrılar için sunulan kurban törenlerinde agnihotra ile eş tutulan bir durum vardır.

Agnihotra her hanedeki ev reisinin sabah güneş doğmadan hemen öncesinde ve güneş battıktan hemen sonra uygulaması gereken ateş adağını temsil eder.

Ve bunu bir kurban biçimi olarak ifade ederler(Eliade, 2020: 109). Benzer şekilde bir kimse nefes alıp verirken de konuşamaz ve sözleri kurban vermiş olunur. Kurban töreninde bu nefes sunusuna dikkat edilmesi gerekir ki bu ritüelin zihinsel anlamda pekiştirildiğini göstermektedir. Eliade bu durumu ritüeli içselleştirme olarak ele alır(Eliade, 2020: 109). Böylelikle yoga yapanlar da yoga pratikleriyle kurban sunmuş olmaktadır. Bu kurban ritüeli ve mantığı Vedalar döneminin özelliklerindedir. Eliade ateş adağı ve Pranayama(nefes ritüeli) arasında benzerlikten bahsederken yoga uygulamaları olan riyazet tekniklerinin ve Veda ritüeli olan kurbanların Brahmanca gelenekle ilişkisini anlatmaktadır.

Yogi olabilmek için dünyalık düşüncelerden vazgeçilmesi gerekmektedir. Öfke, tutku, şehvet endişe gibi bireye ait tüm duygulardan arınması kurban vermesi Tanrıya ulaşmada yoginin görevidir.

Yoga bir erme hali gibi üstün bir hal olarak tasvir edilerek ulaşılması ve çabalanması gereken bir durum olarak şöyle ifadelendirilir:“Bir kimse duyu nesnelere ve eylemlere bağlılık geliştirmese, dünyalık düşüncelerden vazgeçerse, bu kişiye Yoga’ya ulaşmıştır denir”(Bhagavadgita, 2004: 45).

Yoga pratiklerden ruhsal bir anlama geçerek bütünlüklü olarak belli bir mertebeye erişmeyi ifade etmektedir. Birey bedenini keşfederken yeryüzünde bulunan bedeninin varlığıyla birlikte psikolojik özünü merkez alan tüm faaliyetlerinde belli bir aşama kaydetmektedir. Gita eseri bize, yoga yapmanın evrensel bir güç, hakimiyet unsuru olan her şeyin o ve onun her şey olduğu hâkim güce bağlı kalarak Tanrıyı duyumsamanın gerekliliğini göstermektedir. Aşkın bir gücün varlığı aşikârdır. Ve yoga bu güce yani tanrı Krişna’ya götüren her türlü eylem ve düşüncedir.Tanrıların yanında hissettirecek şekilde aşkın bir deneyim elde etmek Hint maneviyatında özel bir yer kaplar. Gita eseri bir yoginin nasıl yoga yapacağından ritüelin kendisine dair ayrıntılar anlatıldığını bize göstermektedir. Bu şekilde Hindu kutsal metinlerinde yoganın kapsayıcı bir biçimde merkezi bir yer aldığını görmekteyiz.

Örneğin yoginin nasıl bir yerde yoga yapması gerektiği, nasıl ve neden yapması gerektiği hakkında şöyle anlatılmaktadır:

Yogi, tutku ve mal düşkünlüğünden uzak, akli ve bedeni kontrol altında, sessiz bir yerde kalarak, hiç durmadan aklını Yoga ’da yoğunlaştırmalıdır.

Yeri temiz bir yerde olmalı, ne yüksek ne de alçak olmalı, kutsal Kuşa otlarının üstünde ceylan derisi ve onun üzerinde de bir örtü olmalıdır.

Bu yerde oturarak aklını yoğunlaştırıp, onun ve duyuların işlevlerini denetleyerek öz arınma sağlamak için Yoga uygulaması yapılmalıdır.(Bhagavadgita, 2004: 46).

Buda'nın da çimenler üzerinde aydınlanmaya ulaştığı hakkında bilgiler vardır(Williams, 2006: 262). Yoga buradaki anlamıyla sadece teknik açıdan bir düşünce kontrolü ya da yoğunlaşma olmaktan daha fazla Tanrıyla birleşmeyi hedefleyen ruhsal bir bütünlüktür(Sarma, 2005: 53). Yoganın nihai amacı yoga yapan müridin ancak saf bir şekilde Tanrıya yoğunlaşması ile gerçekleşecektir.

Bu şekilde yoga ile mistik adanmışlığın (bhakti) en üstün yol konumuna yükseltildiğini görüyoruz (Eliade, 2021: 319).

Krişna, bu eserde iki yöntemden bahsetmektedir: İlki bireylerin günlük eylemlerine ruhani bir anlam katacakları karma yoga, ikincisi de kendi mizaçlarına uygun ruhani yücelimi sağlayacak birden fazla yol olduğu fikridir(Knott, 2017: 60). Yoga gücü(yogabalam) olarak ifadelendirilen tüm yoga pratikleri zihnin bir noktaya yoğunlaşması (dharana) ve bununla birlikte soğukkanlılık ve sükûnet elde edilmesi (itidalli olma) ile gerçekleşir. Aşamalı bir şekilde nefes alıp verme ritmine hakimiyet sağlama, çeşitli nefes alıp verme yöntemleri ve duruşlar (asanalar) ile bu yöntem pekiştirilir.

Hinduların köklü inançlarından gelişmiş olan Hindu felsefesi günümüzdeki modern yoga anlayışı içerisinde çıkarılamaz. Çünkü yoga bu sistemin kendisini ifade etmektedir. Yoga yapan bireyler sakinliği, dinginliği yaptıkları duruşlarla birlikte deneyimlerler. Bedenin ihtiyacı olduğu kadar onu esnetebilirler. Gita'da geçen Arcuna ve Tanrı Krişna arasındaki öğretilerde de Tanrı Krişna'nın tavrını taklit ederek; etkinliği koruyarak edilgenliğiyle evrensel kargaşaya katkıda bulunmamayı, yani dengeyi görürüz(Eliade, 2020: 147).

Bir yogiden beklenen budur. Eylemde bulunmak eylemsizlikten daha fazla övülmüştür. Krişna, Yoga'yı güneş tanrısı Vivasvan'a açıkladığını, Vivasvan'ın bu bilgiyi oğlu Manu'ya anlattığını, Manu'nun ise bu yüce bilgiyi oğlu kral İkshvaku'ya söylediğini anlatır(Bhagavadgita, 2004: 39). Yogadan ölümsüz olarak bahsedilir ve sır olarak görülüp kutsal ve sadece hazır olan kişiye verilmektedir.

Yoga sutraların yazarı Patanjali Hindu bir yazardır. O sutralarda doğru bilgiye ulaşmanın yollarını 1.7 sutrasında şu şekilde sıralar:

Yollardan biri meditasyondur. Meditasyon bilginin özünü kaynaktan çekip almaktadır... İkinci yol sorgulama, analiz ve araştırmadır. Başka bir yol da gerçeği anlatan binlerce yıllık kutsal metinleri öğrenmektir.

Bu metinlerin doğruluğu, aydınlanmış yogilerin derin meditasyonlarla edindiği bilgiler olması ve zamandan, mekandan bağımsız olarak geçerliliğini korumasındadır.(Öztürk, 2020: 27).

Bilge Patanjali'nin Hindistan'ın Tamil Nadu kentinde Brahmapureswarar Tapınağı'nda yoga meditasyon yoluyla samadhi'ye ulaştığı söylenmektedir. Hinduizm'de Samadhi mutlaka özdeşleşme olarak görülmektedir. Paramahansa Yogananda, Samadhi'yi sessiz bir nefessizlik haliyle birlikte, bir yoginin bireyselleştirilmiş ruh ve kozmik ruhun kimliğini algıladığı mutlu bir süper bilinç durumu olarak ifade etmektedir(Yogananda, 2014: 123).

Yaratılış çarkı, dharma ve reeankarnasyon hakkında da açıklayıcı bilgilerin yer aldığı Bhagavadgita eserinde günümüz yoga uygulamalarında kullanıldığını gördüğümüz 'Om' seslendirmesi hakkında da detaylar ve karmaya dair inanışlar hakkında bilgiler alabiliyoruz. Om hecesi Upanişadlarda, kutsal metinlerde en sık geçen ve Tanrı Brahman'a işaret eden ulu bir sembol olarak anlatılır(Upanişadlar, 1976: 25-58). Bu hecenin üzerinde tefekkür etmenin kişi için binbir kapı açacağından söz edilir. Upanişadlarda ise her bir harfinin bir anlamı olduğunu ve özel bir hece olduğunu anlıyoruz. Yoga yapan kişi Om(aum) hecesinin sadece A harfi üzerinde düşündüğünde Rig-Veda'yı okuduğunda, ölümünden kısa bir süre sonra ermiş yogi olarak yeniden doğup yeryüzünde olacağından bahsedilir(Upanişadlar, 1976: 58). Aynı şekilde iki harfi (A,U) derin bir şekilde düşünerek ve Yajur Veda'yı okuyarak yücelecektir.

Tanrının simgesi olan OM (A,U,M) hecesini tefekkür etmesi ise ölümünün ardından güneşin nuru ile birleşeceği ve tüm günahlarından arınacağı şeklinde anlatılır.Günümüzde Yoga derslerinde tekrarlanan ve çoğunlukla yoga sonunda söylenen Om Shanti mantrası kutsal barışı ve huzuru temsil edip çağıran, iyileştirici vedik bir ses olarak görülmektedir.

Mantralar dini şiirler olarak kullanılır ve kişinin bu şiirleri ya da heceleri tekrarlamaıyla daha yüksek bir bilince ulaşacağına inanılır. Meditasyon anında tekrarlanan mantralar bu açıdan anlamsız sözcüklerden oluşmamaktadır.

New Age akımı tarafından guru olarak görülen Jung'a göre(2021: 22) Hint dininde yer alan reenkarnasyon ve yeniden doğum döngüsünden kurtuluş arayışı yoganın temel olarak barındırdığı iki kavramdır. Bu kavramlar ise Karma ile bağlantılıdır. Hinduizm'in inançları arasında yer alan karmanın yogayla derin ilişkisinin var olduğunu tüm Hindu metinlerinde rahatça görebiliriz. Gita'da olduğu gibi Hint dini tarihi eserlerinde de bulabildiğimiz karma ve yoga ilişkisi hakkında ritüelistik kodlarla birlikte ruhsal anlamları da bir arada buluruz. Karma yalnızca zorunlu iradi ayinleri kapsamakla kalmaz manevi değere sahip tüm eylemlerle de ilgilidir(Sarma, 2005: 53). Birey yaptığı tüm eylemlerinde niyetiyle birlikte mesuldür. Yalnızca yoga pratikleri aracılığıyla erişmeye çalıştığı yüksek ruhi statüye manevi ahlaksal bütünlüğü edinmeden ulaşamaz. Burada yoga içerisinde bulunan fiziksel duruşların ya da yoğunlaşma neticesinde elde edilen sakinliğin ve iradi hakimiyetin yanında görülmek istenen ahlaki saflık yer almaktadır. Birey yoga yaptığında sadece yoga yapmakla kalmaz, belirli bir ahlaki normlar içerisinde de yaşam tarzı geliştirmelidir. Aynı şekilde bahsetmiş olduğum kurban ve yoga ilişkisi karma ile de iç içedir. Birey eylemlerinden sorumludur çünkü karma yoluyla yaptıklarına bir şekilde maruz kalabilir. Bu süreçte tüm eylemlerinde yalnız fiziksel değil manevi duruşunda bile dikkat etmeli, ahlaki saflık ölçütlerini taşımalıdır. Bunun yolu kendine hakim olma şekli, duygularını ve niyetlerini kontrol etmesi ve davranışlarında itidalli olmasıyla ilişkilidir.

Kişi bu bilinçte olduğunda zihnin saflaşması için gerçekleştirdiği nefes egzersizlerinde bile aslında bir kurbanda bulunmuş olur. Artık onun dikkat ederek ve eyleyerek bulunduğu tüm adımları kurban yerine geçmektedir. Yani yoga yaparak da kurbanda bulunmuş olmaktadır. Yapmak anlamına gelen karma kelimesi Sanskrit dilinde *kri* kökünden türetilmiştir.

Bu kelime kutsal metinlerin öngördüğü yapılması gereken ayinsel eylemlerle birlikte yapılan herhangi bir eylemi kastetmektedir(Schwarz, 2019: 92).

Nedensellik enerjisinin kendisi olarak düşünülen karma aynı zamanda reenkarnasyonda etken olan ana unsur olarak görülmektedir.

Yani bu inanca göre bir varlık doğum ve ölüm sürecinde geçmiş yaşamlarında nasıl eylemlerde bulunduysa o şekilde yeni bir varoluş yaşamaktadır. Reekarnasyon denilen süreç animistik bir biçimde maddi olarak görünmeyen astral bir beden imgesiyle ruhsal bir varlığın beden değişimini anlatmaktadır. Reekarnasyonu karma yönetmektedir. Reekarne sürecinde geçmiş karmalarında biriktirdiği iyi ya da kötü şeyler onun öldükten sonra yeni yaşamında nasıl bir varlık olacağını ya da nasıl yaşayacağını belirleyecektir. Evrende her şey harekette olduğu için bu döngüde kurtuluşa ermenin yolu çıkar güdülmeyen eylemin şekli olan yoga yapmaktan geçmektedir.

Mistik bilge/ermişin büyük ve gizli ilimlerini paylaştığı öğretileri anlatan Upanişadlarda bu yaratılış konusu hakkında daha fazla detay görmekteyiz. Hindu ritüelleri sınanan öğrencilerine bu bilgileri erişirme (initiation) törenleriyle vermektedir. Buda'nın yaşadığı dönemden çok daha öncesinde İÖ. 800 yıllarında tamamlanmış olduğu aktarılmaktadır(Güngören, 1981: 26). Upanişadlarda bilge birine guruya sorular sorarak öğrenme yöntemi vardır. Upanişadlarda Yoga, duyuları ve zihni kontrol etme yöntemi olarak tanımlanmaktadır(Upanişadlar, 1976: 33). Birey ne kadar zihnini ve duyularını kontrol edebilirse o kadar bu dünyadaki yanılgılardan kurtulmuş olacaktır. Tanrı yalnızca kendini kontrol edebilen ve düşüncelerinde derinlikli olabilen kişinin kendisinde ortaya çıkacaktır ve o kişi ölümsüz olacaktır(Upanişadlar, 1976: 32).

Bireyin Tanrıyı düşünerek hareket etmesi gerektiği ve gördüğü görmediği her şeyde Tanrının varlığının bilincinde olması öğütlenmektedir.

Zihnin düşünme, hatırlama ve arzu etme kudreti Tanrının kudretidir. Bundan dolayı, kişi gece gündüz Tanrıyı düşünmelidir... Sana gizli bilgiyi öğrettim. Tanrı bilgisinin kökü; sadelik, kendini kontrol ve her işin tutkusuz olarak yapılmasıdır. Kutsal Vedalar bu bilginin dallarıdır. Gerçek ise onun ruhudur. Om.. huzur..(Upanişadlar, 1976: 46-47).

Diğer Hint kutsal metinlerinde görüldüğü gibi bu eserde de yeryüzündeki görülen ve görünmeyen her şey Tanrının parçası olarak kabul edilip kutsallaştırılmaktadır.

Tanrı Brahman kendiliğinden olan varlık olarak söz edilmekte ve yaratılış hakkında detaylı bilgiler sunmaktadır.

Guptalar Dönemi'nde(M.S. 300-700) görülen altı Ortodoks okul olan Mimamsa, Vedanta, Samkhaya, Yoga, Nyaya ve Vaişēṣika Hindu kutsal metinleri üzerinden Hint felsefesini sistemleştirmiş ve Hinduizmi popüler hale getirmişlerdir. Mimamsa ve Vedanta Veda'nın Karma Kanda ve jnana Kanda parçalarını sistematik şekilde açıklamaktadırlar. İkisi birlikte Hinduizm'in sistematik felsefesini şöyle açıklamaktırlar:“Pramanaların nisbi değerleri-sezgi, çıkarsama ve kutsal metin, Vedalar'ın ebediliği ve yanılmazlığı, Ölümden sonra gerçekleşen Karmanın sonucu Apurva ve Jivatman ile Paramatman arasındaki benzerlik ve farklılığın formüle edilmesi” (Sarma, 2005: 62).

Kişi kadere dayanan dünya bedeni olan Jiva ile meditasyon aracılığıyla bildiği öz benliği olan atmana ve tüm yoga uygulamaları aracılığıyla içselleştirdiği Brahmana ulaşmaktadır. Bu yolda kutsal metinleri okumalı ve tefekkür etmeli, karma yasasını bilmeli ve yüce benlik Brahman (paramatman) ile her şeyin bir olduğunu kavrayabilmelidir. Yoga yolu budur.

3.2.2. Budizm ve Yoga

Budizm Hinduizm'e inanan bir toplum içinden doğmuş Hint dinlerinden biridir. Budizm inancının felsefesini ve insanın varoluşuna dair anlam dünyasını acı ve ıstırapların nedeni ve bu nedenlerden kurtuluş çabası oluşturmaktadır. Budizm Hinduizm'deki meditasyon aracılığıyla şekillenmiştir. Budizm içerisindeki temel felsefe ve inanışların pek çoğu yoga ile bağlantı oluşturmaktadır. Yoga öğretisinin içerisinde bulunan temel taşların çoğunluğu Budizm kaynaklıdır. Budizm inanışındaki düşünceleri yogadan çıkarırsak yoga ruhsuzlaşır. Ona metafiziksel özellikler katan ve spiritüel boyutuyla insanlara yeni pencereler sunan ilkeler Budizm ve Hinduizm metinlerinden gelmektedir.

Yoganın birey için başlı başına zihinsel, ruhsal ya da manevi bir yol olduğuna yönelik düşünce de bu inançlar içerisinde gelmektedir. Bu açıdan Budizm ile bağlantısını yok saymak yogadaki pek çok düşüncenin nedenini açıklamamızı zorlaştırır.

Budizm'in kurucusu olan Buda, Budist felsefe ve inanışa yön veren kişidir. MÖ. 558-560 tarihleri arasında doğduğu kabul edilmektedir(Yılmaz, 2007: 20). Asıl adı Sidhatta Gotama veya Sanskritçe söylenişiyile Sidharta Gautama'dır.

Hayatı Brahmanist bir Hindu ailenin içerisinde başlar. Ama kendisi Brahmanizm'in içerisindeki temel bazı görüşleri eleştirmiştir.

Hint Tanrıları hakkında olan tartışmaları kurtuluş yolu için gereksiz ve yararsız bulmuştur. Uzun inziva ve çile yıllarından sonra orta yolu bulmayı öğreten kendi yoluna insanları davet etmeye başlamıştır. Maurya Hanedanlığı'nın Hint imparatoru olan Asoka'nın Budizm'i kabul etmesi bu inancın yaygınlaşmasında önemli rol oynamıştır.

Budizm'de ibadet ya da dua yeri olarak iki mekan bulunur ve bunlar Buda'ya adanmış yerlerdir. Bunlardan Budistler özellikle Stupaları ziyaret ederler. Bu Stupaların Hindistan'da Cetiya adında bir tümsek, toprak yığını ile bağlantısı olduğu bilinmektedir(Taşpınar, 2017: 115). Bunlar Asoka döneminde de yaptırılan Buda'yı anma ibadet yerleri olarak kullanılmaktadır.

Budizm Cayinizm ile birlikte her ne kadar bu topraklarda varlıklarını sürdürmüş olsa da Brahmanik Hinduizm kadar etkin olup onun yerini elde edememiştir(Sarma, 2005: 67). Budizm öğretilerinin Brahmanlar döneminde olan Upanişadlardan etkilenmiş olduğuna yönelik izlenimler vardır.

Buda, yerleşik Brahman inancındaki ateşe tapma veya ateşe takdimler sunma gibi ritüelleri ya da Tanrılara pirinç ve takdim etme törenlerini müritlerin bırakmasını ve kendisine tabi olmalarını sağlamıştır(Yılmaz,2007: 33). Bunlarla beraber Brahmanizm içinde bulunan kastları da ortadan kaldırmıştır. Döneminin toplumunda var olan yerleşik inanca karşı bir devrim gerçekleştirmeye çalışmıştır. Vedalar'da bulunan büyüsel ritüeller de Budizm'in müritleri için yasaklanmıştır. Mucizevi güçlerin (siddhi) insanların Budizm yolunda gitmeleri için ikna aracı olarak kullanmak yerine o insanları *Prajna* yani hikmet anlayışıyla kazanmaya çalışmıştır(Yılmaz, 2007: 34). Yine de kendisinden sonra gelecek olan çeşitli Budist mezheplerden bazıları büyüsel güçleri kullanmayı bazıları Buda'nın öğütlediği yolu takip etmeyi tercih etmiştir.

Temel olarak Hinduizm ile belli başlı yol ayrılıkları dışında temel kavramlar etrafında bir inanç dünyası geliştirilmiştir. Dharma, karma, mokşa, atman, meditasyon gibi kavramlar Budizm içerisinde de mevcuttur. Budizm de diğer Hint dinsel hareketlerinde görülen eklektik bağdaştırmacı bir yapıya sahiptir(Eliade, 2021: 286). Örneğin karma ve reenkarnasyon hakkında halkın kullandığı ve inandığı bu kelimeleri kullanmaya devam etmiş ama içeriğinde bulunan animistic anlamları yeniden şekillendirmiştir.

Buda için reenkarnasyon sürecinde bir yaşamdan diğerine geçmek için aktarılan ve yer değiştiren şey *ben* ya da *ruh* değil sadece yaptığımız eylemlerin zorladığı sonuçlardır(Güngören, 1988: 113). Oysa Brahmanist metinler de tam aksi görülmektedir. Bu durumda aralarındaki ayrılıkların belli başlı noktalarda olduğunu ama anlatılan çerçevenin aynı olduğunu bize gösteriyor. Budist inancın içerisinde her şey her an oluşum içerisinde. Bir şey kendisinden öncekinin bir sonucudur ama aynı şekilde devamı değildir. Reenkarnasyon mantığı Buda inancı içerisinde her nefes alışta yeniden tüm evrenle özdeşleşme anlamı taşır. Her şey akışta ve geçici (anikka) bir haldedir. Amaç ise Nirvana'ya (Pali: nibbana) ulaşmaktır. Nirvana ölümden sonra erişilen bir şey değildir, yaşarken burada ve şimdi gerçekleştirilebilecek bir ruhsal durumdur(Güngören, 1988: 115). Kişi zevk ve tutku ateşinin sönmesi ile sakin ve içsel huzuru yakaladığında Nirvana'ya ulaşmış olur.

Acı ve zevklerin kişiyi etkilememesi hali bu durumu açıklayabilir. Elbette kişi duyguları yaşayıp hissedebilir ama bunları kontrol etmede ve hayatındaki etkisini azaltmada zamanla ustalaşacaktır.

Budizm diğer Hint inançlarına göre ılımlı bir çilecilik sistemi ile diğerlerinden ayrılarak bireyde nefsin köreltilmesini dünyevi hazların yerine manevi haz ile hareket edilmesini amaçlamaktadır(Deveci, 2022: 329). Aşkın olanı duyumsama ihtiyacı ile yapılan ritüellerdir.

Buda, dinini tebliğ ederken dört asil hakikatten bahsetmektedir. İlk Dukkha olarak bilinen hakikat hayatın acı, üzüntü, sevinç gibi duygularla karışık ve dolu olduğu aynı zamanda sürekli ve mükemmel olmadığıdır. Mürid bu ilk hakikati açık ve net bir şekilde iyi anlamalıdır. İkinci hakikat Samudaya, insanda bulunan arzunun, ihtirasın tanınması ve tamamıyla kişinin kendini bundan arındırması gerekmektedir. Yoksa bunlar yeni karmalar oluşturmaya neden olacaktır.

Üçüncü hakikat Nirodha ise Nirvana'nın mutlak doğru olduğu ve bu hakikate ulaşmanın asıl amaç olması gerektiğidir. Dördüncü hakikat Magga ise Nirvana'ya ulaştırılan yol olan *Sekiz Katlı Asil Yolu* takip etmek gerektiğidir. En eski Budist okul olan Theravada'da bu dört gerçeğin öğrencilere benimsetilebilmesi üzerine Dhamma Cakka Pavattana Sutta (Dharma Çarkını Döndürme Üstüne Vaaz) metinleri kullanmıştır. Kişi bu dört gerçeği iyi kavradığında ve son hakikatin işaret ettiği şekilde sekiz basamağı birebir takip ettiğinde karma döngüsünü ortadan kaldıracaktır.

Bu şekilde huzura erişecektir. Bu dört hakikat ve işaret etmiş olduğu sekiz katlı asil yol ise bizi yogaya götüren kapıdır.

Budizm içerisinde de temel inanış hakikate erişmeyi sağlayan yegâne uygulama olan yoga yapmaktan geçmektedir. Bu sekiz aşamalı yoga teknikleri şu şekildedir: Doğru bilgi: Samyag drishti, Doğru zihniyet: Samyak samkalpa, Doğru söz: Samyag vac, Doğru davranış: Samyak karmanta, Doğru yaşam biçimi: Samyag ajiva, Gerçek çaba:samyag vyayama, Gerçek dikkat:samyak smriti, Gerçek uyanıklık:samyak samadhi. Tüm bunlar uygulanması ve hayata geçirilmesi gereken davranışlardır. Orta Yol olarak adlandırılır ve kişinin yaşamına bu adımları entegre etmesi beklenir. Bu adımlardan ilk ikisi olan gerçek bilgi ve doğru zihniyet zihinsel işlevleri kapsamaktadır. Bu ilk iki yol geri kalan tüm yolun hedeflediği şeyi yani amacı belirtmekte gerçek bilgiye doğru istikamet aldırılmaktadır.

Tam uyanıklığın elde edilmesi için tüm basamaklar bir bütün halinde uygulanmalıdır. Doğru zihniyet yani doğru kavrama gerçek bilgiye odaklandıktan sonra onu doğru kavramakla ilgilidir. Şeyleri olduğu gibi kavramayı içermektedir.

Doğru söz Buda'nın ahlak kurallarından olan alan söylememek, iyiyi ve güzeli konuşmakla bağlantılıdır. Doğru söz, yaşam biçimi, davranış ve çaba eylemlerdeki ahlaki duruşu ve samimiyeti gerektirmektedir. Doğru davranış(samyag- karmanta) içten gelen ve nefsin karışmadığı eylemleri belirtir. Eylemlerden iyi ya da kötü bir sonuç ve beklentiye girilmemesi gerekir. Tüm bu sekiz yol ahlaki bir çerçevede yaşamak gerektiğini göstermektedir.

Bir Budistin yaşam şeklindeki tüm hal ve hareketleri, oturup kalkması veya yemek yeme şekli ile konuşması gibi tüm unsurlarda dinsel törendeymişçesine pür dikkat bir özen olmalıdır(Güngören, 1981: 129). Ancak böyle bir düstur içindeyken insan bu öğretileri yaşamına aktararak hayatında canlandırabilir ve yaşayabilir. Sekiz basamaklı yolun sonuncusunu tam uyanıklık olarak ifade eden *samyag samadhi* oluşturmaktadır.

Açıkça meditasyon anlamına gelen son basamak Sanskrit diliyle dhyana yani meditasyon yapmanın zihinsel çalışma ile kişide bütünsel bir uyanıklık sağlayacağı üzerinde durur. Meditasyon yapmak anladığımız şekliyle bir noktaya odaklanıp kendimizi kapatmak değildir, aksine zihni tüm evrene doğru açmak, genişletmektir.

Budizm modern dünyanın yücelttiği aklın kendi başına her şeyi çözmekte yeterli olamayacağını söylemektedir. Çünkü akıl eğitilmesi ve kontrol edilmesi gereken bir şeydir. Meditasyon yapmak ise bu kontrolü sağlamaya yarayan bir araçtır. Birey kendisinin en iyi versiyonunu ancak meditasyon yoluyla gerçekleştirebilir.

Budizm inancında bu yolda bilinmeye değer olan gerçek, meditasyon anında bilinen duyum ve gözlemlerden uzak içkin bakışla elde ettiğimiz bilgilerdir(Yılmaz, 2007: 139). Birey sekizli yolda izlediği tüm adımlarla konsantre olma hali, zihni arındırma süreci ile doğal bir saflık elde eder. Burada amaç kişinin doğumundan itibaren edinmiş olduğu sosyal ve psikolojik tüm kimliklerden arınmasıdır. Yaşadığı süre boyunca edindiği tüm stereotipleri, kimlikleri ve yasa kabul ettiği tüm düşünceleri bırakabilmelidir. Bu dünya gerçekliği yanıltan bir yerdir. Sözcükler kişiyi aldatarak yargılarda bulunması neden olur ve bu durum gerçeklikten kopuşun başlangıcıdır.

Bu nedenle meditasyon anında hiçbir konuşma gerçekleşmez, adeta sessizlik orucu tutulur. Zihnini sabit bir şeye odaklar. Zihnine gelen ve sürekli akan düşüncelerin bir enerji olduğu bilinciyle hareket eder ve onlara hakim olmaya çalışır. Bunu kendini zorlamadan sadece odaklanması gereken şeye odaklanarak başarır. Yogin yoga çalışmasını yaparken hayalinde lotus çiçeğini, ateşi, güneşi ya da ayı veya Tanrıyı odaklanma nesnesi olarak hayal edebilir(Yılmaz, 2007: 141). Bir nesneye odaklanılarak yapılan kasına meditasyonu Güney Budizm’inde yassı bir teker ya da ateş olabilmektedir. Meditasyon çeşitleri farklılık gösterebilse de temelde nefes çalışması ortaktır. Sekiz Basamaklı Yol’daki gerçek dikkati sağlayarak şu ana odaklanıp, kişinin nefes alıp verişinde dikkatini yoğunlaştırması meditasyondaki en önemli şeydir. Yoğunlaşma kişiye bu anda kalmasını ve zihnindeki karmaşık düşünceleri sakinleştirmesini sağlayacaktır. Böylece sakinleşmiş kozmik düzenle uyumlanmış bir halde evrensel yaşam gücüyle bütünleşmeye başlamıştır(Güngören, 1988: 134). Meditasyon anında duyularından uzaklaşan ve sessiz ve derin bir odaklanmaya dalan kişi bu deneyimin sonunda hiçlikle ve sonsuzlukla karşılaşacaktır. Nihai hedef ise zaten bu hiçlikle bir hale gelmektir.

Tibetli dharma hocaları(gurular) için kullanılan *lama* unvanına sahip kişilerce yani lamaist terminolojide hiçlik, açıklanamayan gerçek olarak yer almaktadır. Nirvana ile kastedilen şey de bu boşluk ve hiçliktir.

Budist metinleri Nirvana'nın varoluş ya da yokluk olarak tanımlanamayacağı konusundaki fikir birliklerinde ve bu tanımlanamaz şeyin somutlaştırılması konusundaki tartışmaları bu mistikliğin sadece mantık ya da akılla anlaşılamayacağını göstermektedir. Nirvana en yüce hakikattir ve bu açıklanmakla anlaşılacak bir şey olmaktan ziyade dikkati artırarak iç görüyü elde ederek yaşantıyı değiştirmeyi şart kılan deneyimsel bir süreçtir. (Yılmaz, 2007: 167).

Bu şekilde sonsuz ve merkezi olmayan döngüsel bu yaşamın bir parçası olduğu hissi kişiyi sonsuzluğun bir parçası halinde huzurlu hissettirecektir. Yani merkezde yer alan bir Tanrı fikrine ihtiyaç duyulmaması gerektiği bilinci öğretilmeye çalışılır. Hinduizm'de mevcut olan yoga anlayışındaki Tanrı ile bir olma sürecinin burada zayıfladığı görülmektedir. Lakin her ikisinde de Nirvana anlayışının yer aldığını görürüz.

Zen (Çince: 禪 C'han) Budizmi'de Budizm'in bir kolu olarak meditasyonun kişinin içsel dünyasında aranması gerektiği üzerinde durmaktadır. Bu nedenle kutsal metinlerden hareket edilerek spiritüel arayışlarda bulunulmasını gereksiz bulur.

Bir Tanrı fikri ya da Tanrı arayışı gereksizdir. Bu meditasyon türünün kurucusu olan Bodhidharma (skt. बोलिल म् Çince: 達摩, Damo Japonca: だるま, Daruma) ile Budizm artık olabildiğince içkin bir hal almaktadır. Bu şekilde Tanrı merkezli kutsallık anlayışını burada göremeyiz ve Buda'ya duyulan ilahi manifestonun burada azaldığı ortadadır. Zen yolunda kutsal kitaplar, kişiler Tanrılar ortadan kalkmaktadır. Kişi Descartes felsefesinde görülen *Theos* (Tanrı) ve *anthropos* (insan) dikatomisini ortadan kaldıran, bunun yerine hiçlikle kişiyi buluşturan ve bu hiçliği kabul etme anlayışı yer almaktadır. Aşkınlık anlayışı Hindu Budizm'inde olduğundan giderek uzaklaşmış hatta yok olmaya başlamıştır. Aslında ""birlik olma, birleşme" anlamlarında kullanıldığını gördüğümüz yoga Zen Budizmi'nde aşkın olanla birleşme halini ve bir bütün hissetme halini yansıtmaktan ziyade 'birleşebileceğim herhangi bir aşkın varlık yok' bilincindedir. Bu nedenle aşkın olanla uğraşmak, onu aramak yerine şu anın sıradanlığını kabul etmek gerekir.

Varlıktaki öz büyümlü bir gerekçe ile oluşmamıştır; lakin yine aynı Zen inancında iki dağın birbirlerine doğru hareket etmesini sağlamak ya da ateş maşasından suyu sıkmak gibi bir sanat söz konusudur(Han, 2021: 46).

Bu olağanüstü güçler yoga deneyimi sahibinin doğa yasalarının boyunduruğundan çıkmış ve uyanmaya başladığının bir göstergesi olarak düşünülmüştür. Bu güçler beş ayrı ilim sınıfında “siddhi, tanrısal göz, tanrısal işitme, başkalarının düşüncelerini bilme, daha önceki varoluşları hatırlama” olarak sınıflandırılmıştır(Yılmaz, 2007: 163). Buda felsefesinin güçlü yanı sıradanlığın içinde, kişinin kendinde de, tüm evreni keşfetmek olduğu için olağanüstü güçler elde edilmesinin bu yola inananlarda büyük bir önem kazanmaması gerekir. Çünkü bu kişinin manevi imanını zedeleyebilecek şekilde riskli bir durumdur.

Kişi meditasyon yoluyla bunları elde edebileceği gibi bu güçler aracılığıyla meditasyonla elde ettiği derece yani iman kuvvetini azaltabilir. Çünkü yok edilmeye uğraşılan benlik kendini yeniden gösterebilir. Bu olağanüstü güçleri farklı versiyonlarda deneyimleyerek tanrıyla bir olacağını düşünen Budist yollar oluşmuştur.

Temel olarak Budizm içerisindeki yoganın yerini irdelediğimiz bu kısımda nitekim geniş ayrıntılarıyla pre-modern ve modern yanlarıyla, mezhepleriyle ele alacak olsak Budizm’i bitirebilmek bizi müşkül duruma sokabilir. Aynı şekilde Hinduizm içerisinde de yer alan hatta Caynizm içerisinde de görebileceğimiz yogaya dair ayrıntıları çalışmamızın çerçevesinden çıkmamak adına yalnızca merkezi anlamda yer vererek anlatmış bulunduk.

3.3. Modern Dönemde Batıya Taşınan Yoga

Modern dönemde karşılaştığımız ve dünyada yaygınlaşması hızla devam eden modern yoga, klasik dönemlerde gördüğümüz yoga mantığı ve uygulamalarından apayrı bir uygulama değildir. Nitekim Vedalar dönemi Hint inanç ve düşünce sisteminin izlerini taşımakta, asanalarla beraber Hint anlam dünyasını yaşatmaya devam etmektedir. Batılılar 18. Yüzyıldan beri sömürgeci adımlarla bu bölgenin dinlerini tanımaktadır. 1893-1896 yıllarında Hindu temsilcileri Chicago Dinler Parlamentosu’nda Batı ezoterik hareketleriyle bir araya gelmeleri ve yogayı tanıtmaları yoganın serüven başlangıcından biridir. Batılılar 19. Yüzyılın sonlarında gezgin bir guru olan Vivekananda ile tanışıp Hindu ruhaniliğini daha yakından öğrenmişlerdir. Ondan öğrendikleri Vedanta’nın tefsirini kendi görüşleri ile yorumlayan Şankara’nın perspektifi ile modern yoga anlayışı gelişmeye başlamıştır. Bu görüşe göre Tanrı her insanın içinde yer alan yüksek benliktir.

Aslında Hinduizm mezhepleri arasında farklılaşan Brahmanizm ve Budizm arasında da üzerinde ayrı görüşlerin yer aldığı *atman* ve *benlik* tartışmaları mevcutken tüm Hinduizm'e dair bilgiler Vivekananda'nın yaygınlaştırdığı bu tefsirle görüşle yaygınlaşmıştır. Yeni Hinduizm olarak bilinen bu tarz, tüm dinlerin aslında aynı amaca doğru giden farklı yollar olduğunu ortaya koymaktadır. Raja Yoga adlı kitabını yayınladığında da bu dikkat çekmiştir. Aynı zamanda yoganın dünyaya açılan ilk dönemlerinde Madame Blavatsky yoganın popüler hale gelmesinin önünü açmıştır.

Öğretileri Budizm ve Hinduizm'e saygı uyandırarak meditasyon, gurular, yoga ve reeankarnasyona ilgi artırmış, kitleleri etkilemiştir. 1920'lerde ise Kvarayananda, Krishnamacharya yogayı bir hareket haline getirmiştir.

İlk olarak fiziksel duruşların sağlığa faydası üzerinde durulmuştur. Ve ağırlıklı olarak bu yoga İngilizce konuşan Amerika ve Avrupa ülkelerinde yaygınlaşmaya başlamıştır. Batı'daki özellikle karşı kültür hareketi insanları 1960-70'lerde Hindistan'da geziler yaparak gurularla ve bu tarz akımlarla karşılaşmışlardır. Yirminci yüzyılda maddeciliğin manevi olana karşı üstünlüğü fikri Batı'nın alternatif inanç aramalarına neden olmuştur.

Modern Yoga'nın ilk görüntüleri Hint milliyetçiliği yayma düşüncesi ile Batı okültizmi ve neo-Vedantik felsefe arasındaki bağlantılar aracılığıyla bu yaygınlaşmayı hızlandırmıştır. Günümüzde modern uygulayıcılar tarafından popüler bir şekilde yaygınlaşmaya devam etmektedir.

Modern yoga anlayışının Hindistan ve Avrupa'daki tanımlamaları birbirinden farklıdır. Batı'daki modern yogadan ağırlıklı olarak asanalarla(duruşlar) ilgili olarak gördüğümüz form anlaşılır.Batı'da yer alan yoga uygulamaları ağırlıklı olarak Hatha Yoga ile yaygınlaşmıştır. Hatha Yoga, Patanjali'nin Ashtanga Yoga'da ortaya koyduğu sekiz basamaklı yaklaşımla beraber ortaya çıkan bir yoga türüdür. Doğru davranış, asana (duruş) ve nefes egzersizleri aracılığıyla gerçekleştirilen bu yoga pratiği modern kentlerde sayısı hızla artan yoga kurslarının birincil olarak kullandığı yoga türüdür. Ağırlıklı olarak sağlık açısından arayışta olanlar, nefes egzersizleri gibi egzersiz ve sporla ilgilenenler için bu eğitimlere başvurumaktadırlar. Pek çok bilimsel çalışmada yoganın sağlık üzerindeki iyicil etkileri ortaya konulmaya çalışılmaktadır.

Bununla birlikte kişinin psikolojik iyi oluşuna, kişisel gelişimine ve manevi iyi oluşuna yönelik yeni bir başlangıç yakalama imkanı veren özelliği ile de tanınmaktadır. Eğitimler ve doğa kamplarıyla desteklenen meditasyon vakitlerinde Hindu ve Budist felsefe metinleri aracılığıyla spiritüel bir şifalanma içsel yolculuk bu eğitimlere katılan kişiler tarafından deneyimlenir. Hatha yoga ile beraber diğer yoga çeşitleri de denenmeye başlanmıştır. 1900'lerde Amerika'da yoganın fiziksel duruşları ile başlayan popülerleşmesi zamanla yeni yoga türlerinin geliştirilmesini ortaya çıkarmış ve zamanla yoga felsefesinin de dahil edilerek yaygınlaşmasını hızlandırmıştır. De Michelis (2008) yoganın küreselleşmesindeki dönemeçlerini üçe ayırarak açıklar: Popülerleşme süreci(1950-1975), güçlenme dönemi (1970- 1980) ve kültürel etkileşim dönemi (1980- günümüz).

Güncel olarak yoga ve meditasyon özelinde yapılmış çalışmalarda yoganın egoyu susturucu olduğunu savunan bakış açısına karşı ego yükselten benmerkezci bir yaklaşımın psikoloji deneyleriyle desteklendiğini görmekteyiz(Vaughan-Johnston vd, 2021: 1511). Bu da yoganın kişinin hayatında dengeyi bulmaya yardımcı olmasına ve zararlı egoyu ortadan kaldıracı etkisiyle bilinen ruhsal şifa sağlayıcı reklam edilme tarzıyla bir tezatlık oluşturmaktadır. Yani yoganın kişiye vaat ettiği psikolojik/ruhsal ve bedensel dengede olma halini ne kadar sağladığı hakkında düşünülmesi gerekmektedir.

3.4. Spiritüel Endüstri ve Yoga İlişkisi

Yoga bir spiritüalizm biçimidir. Geleneksel ve modern olarak ayrılan yoga günümüzde kendi tarihsel çerçevesinden giderek uzaklaşmaktadır. İçerisinde tin/ruhsallık barındıran, içsel bir dönüşümü kutsal bir yolculuk olarak nitelendiren nevi şahsına münhasır bir yapısı vardır. Yoga tarihsel serüveninde inanç pratiklerinden yaşam felsefesine kadar çoğunlukla insanın baş edilemeyen yönlerine belirli bir disiplin sağlamak ve kişinin benlikle mücadelesinde bir çözüm olarak kullanılmak için var olmuştur. Ardında spiritüel bir saflığa erişme amacı yatmaktadır. Günümüzde ise bu amaç ve ilkeler marketing haline dönüşerek spiritüel endüstri ürünleri haline gelmektedir. Aslında yoga ve inançları pazarlanmakta ve bir sermaye kapısı olarak kullanılmaktadır. Elbette özünü koruyarak saf bir amaç için uygulamaya devam eden oluşumların da yaşamaya devam edildiği görülmektedir. Bununla birlikte yoganın otantik anlamından hızla koparak bir meta ürünü halini almış olması dikkat çekicidir. Başlangıç modern versiyonlarıyla Batı'da popülerleşmesiyle ilişkilidir.

Batı'ya taşınan yoga bir şekilde modernleşme serüveniyle birlikte otantik yapısından farklılaşarak dejenere olmaktadır diyebiliriz. Çünkü bu pratiğin içerisinde var olan ilke ve pratik bütünlüğü modern versiyonların uygulanış şekillerinde ve Batı dünyasında Batılıların zihin ve anlam kapasiteleri kadar uygulanmaktadır. Bir Hintlinin baktığı ve gördüğü şeyi Batılı bir insanın görmesi ve anlaması muhtemeldir ki daha fazla zaman alacaktır. 1932 yıllarında Jung ve Hindolog J. W. Hauer birlikteliğinde gerçekleştirilen yogaya dair seminer ve konferanslarda psikanaliz ve yoga incelemeleri çoktan başlamıştır.

Barbara Hannah, Jung çalışmalarında edindiği yoga çeşitleri ve içeriği hakkındaki sohbetlerde bunlar hakkında şu ifadeleri kullanır: “Doğu bu meditasyon teknikleri hakkında yüzyıllardır çalışıyordu ve bu nedenle hazmedebileceğimizden daha fazla sembol birikti. Doğu bizim günlük gerçekliğimizden çok daha ötedeydi ve mevcut üç boyutlu yaşamımız yerine Nirvanayı hedefliyordu.”(Hannah, 1976: 206).

Buna rağmen zaten modern yoga içeriklerinde bu öğretilerin hepsini vermek için bir haftalık ya da bir aylık inziva kampları yeterli değildir. Hatta bu içerikler otantik anlamların tamamını yansıtmamaktadır. Yalnızca otantik külliyyatın içeriğini dönüştürerek kullanmakta eklektik bir şekilde yeni formlarda tüketiciye sunulmaktadır. Sanatın sonunu getiren kültür endüstrisi başka bir formda spiritüel endüstriye dönüşerek otantik inançların metalaşmasına neden olmaktadır.

Burada da ezoterik ürünler, şifa kampları, yoga stüdyoları gibi unsurlar yeni kültür endüstrisi ürünleridir. Var olan kurumsal inançların ve otantik felsefi-dini bilgilerin içerikleri spiritüel endüstri tarafından üretimi yapan kişiler tarafından farkında olarak ya da olmayarak değişime uğratılmaktadır. Bu değişim ürün haline gelen şeylerin tüketilmesinden ve pazarlanmasından sadece üretim şekliyle değil, nesnenin dönüştürülerek rasyonelleştirilip yaygınlaştırılmasıyla da ilgilidir. Tüketim nesnesi haline dönüşen inanç ve pratikler popüler versiyonlarıyla küçük parçalar halinde bölünerek tüketilmektedir. Nihayetinde Adorno'nun kültür endüstrisi tezinde ifade ettiği gibi taklit olan mutlak olanın yerine konulmaya çalışılır(Adorno, 2007: 61).

Ürün haline gelen bu bilgiler ve uygulamalar tek kullanımlık ve sürekli ürünler olmak üzere farklı şekillerde reklam edilmektedir.

Yeni dini akımların hızla yaygınlaşmasındaki etkenlerden olan şifa bulma arayışı gibi tüm spiritüel hareketlerde şifa kavramı dini ritüel ve söylemlerde önemli yer tutmaktadır(Meintel ve Mossiere, 2011: 5-31). Sağlıklı yaşam endüstrisi içerisinde markalaşma ivmesi yakalayan yoga için spiritüel pazarda önemli bir yeri olduğunu söyleyebiliriz. Dünya Sağlık Örgütü gibi kuruluşların yöneticileri tarafından da desteklenen ve reklamı yapılan yoga için spiritüel yaşam rehberliğinden, alternatif ve modern tıp karışımı sağlığa, psikolojiye ve ruhsal şifa almaya değin çeşitli yelpaze genişlemesi git gide büyümektedir. Yoganın içerisinde yer aldığı sağlıklı yaşam endüstrisi 3,4 trilyon ABD dolarını temsil etmektedir.2016 yılındaABD’de yoga özelinde hizmet, giyim, aksesuar gibi ürünler tek başlarına yıllık 16 milyar dolarlık harcamaya neden olmaktadır(Mora vd, 2019: 174).

Uluslararası Yoga Federasyonu da yoganın tanıtılması ve teşvikinde önemli bir kurum görevi görmektedir. Küresel olarak yoga topluluklarına liderlik etmeye çalışmaktadır. Yoga topluluklarına kaynak sağlamak ve yoga öğretilerini desteklemek misyonları arasında yer almaktadır.

Amerika’da 18 ülkede 83, Asya’da 20 ülkede 60 olmakla birlikte Avrupa’da 30 ülkede 111, Afrika’da 6 ülkede 7 adet ve Avustralya’da 2 ülkede 3 olacak şekilde 76 ülkede 264 yoga organizasyonu vardır(UYF Resmi İnternet Sayfası). Batı duruşa dayalı yogayı ticari bir girişime dönüştürmüştür(Mora vd, 2019: 178). Ashtanga-Vinyasa sistemi aracılığıyla dünyanın pek çok yerinde kurulan sağlık ve spor kulübü stüdyoları bu ticari girişimin önemli bir parçasıdır.

Aynı şekilde “fitness yoga” ve “güç yogası” ile bikram yoga bu girişimin bir başka ürünleridir. 1990’larda Amerika’da geliştirilen yoga tarzları bu ticaretin Avrupa’ya ve diğer ülkelere yayılmasında aracılık etmiştir. Bikram Choudhury tarafından geliştirilmiş ve 1970’lerde popüler olmuş olan Bikram yoga ise yoganın yeni bir tarzda tıpkı diğer yoga türleri gibi tüketicilere sunulmuş başka bir versiyonudur. Farklı yoga tarzlarının spiritüel bir hareketlilik halinde artması yaygınlaşması ile birlikte yoga stüdyoları da çeşitlenmiştir. Farklı yoga stüdyoları tüketici ideolojilerini farklı derecelerde benimserken bireyler kendi yaşam tarzlarına değerlerine ve ideallerine uygun olan uygulama türünü seçmektedirler(Mora, 2011: 178).

Bununla beraber birey bu sektör içerisinde farklı bir yaşam tarzı bütünlüğü ile dönüşmeye başlamaktadır. Sürdürülebilir ürünlerle ilgilenme, vegan ya da sattvik beslenme, ezoterik takılar ve giyim, spiritüel hareketler içerisinde aktifleşme bu yolculuğun kişiye kattığı yeni yaşam tarzının belli başlı çizgileridir.

Ağırlıklı olarak yoga spiritüel endüstri içerisinde bir yaşam tarzı olarak kategorileştirilmektedir. Yoga yapmak, meditasyon yapmak kişinin kendisine sağlıklı, sofistike, bilinçli bir şekilde yeni bir yaşam tarzı üretmesini sağlamaktadır. Ticari yoga tüketicilerde ilgi uyandıran yaşam standardını reklam ederek kitlelere ulaşmaktadır. Örneğin Lululemon Athletica, Yoga Endüstrisi'nde küresel bir şekilde genişleyen ve yoga giyiminde öncülük yapan Kanadalı ilk yoga markasıdır. Marka değeri 2015 yılında 1.15 milyar dolarken 2018 yılında 3.29 milyar dolardır. Marka uluslararası modeli kapsamında HummingPuppy üzerine yapılan bir araştırmada en yüksek ayrıcalık faktörü görülmüş ve en yüksek fiyatla en yüksek istek uyandıran marka stratejisine sahip olduğu ortaya konmuştur(Mora, 2011: 180).

Avustralyalı Jackie Alexander ve Chris Koch tarafından kurulan Humming Puppy “çınlayan yoga” adıyla da bilinmektedir. Ses mühendislerine yaptırılmış olan bu stüdyoda kendine özgü bir uğultu bulunur ve bununla katılan bireylerin “iyi enerjiler” elde etmeleri amaçlanır.

Tamamıyla yoganın egzotik ve şifacı görüntüleriyle spiritüel pazarda yankı bulmasına destek olan bu pazarlama stratejisi pek çok farklı versiyonlarla tüketicileri çekmeye devam etmektedir.

DÖRDÜNCÜBÖLÜM

ARAŞTIRMA YÖNTEMİ

Bu bölümde araştırma yöntemi açıklanmaktadır. Araştırma modeli ile birlikte araştırma evreni, örnekleme, veri toplama araçları, analiz yöntemi yer almaktadır.

4.1. Araştırmanın Modeli

Tez araştırması nitel yöntem kullanılarak gerçekleştirilmiştir.

Nitel yöntemle amaç insan davranışlarını içinde bulunduğu ortam içinde ve çok yönlü olarak anlamaya çalışmaktır(Sayım, 2019). Nitel yöntem araştırmaları insan davranışlarının karmaşık doğasından ötürü onun en iyi şekilde bulunduğu ortam ve yüklendiği anlam dünyası ile anlaşılabilmesiyle gerçekleştirilir. Araştırmacı bu yöntemle olayın içinde yer alarak insanların davranışlarını daha yakından gözleme ve hislerini anlama imkânına sahip olur. Bu fen bilimlerinde gerçekleştirilen deneysel araştırmalardan farklıdır. Burada en önemli unsur incelenen araştırma nesnesinin doğasıyla ilişkilidir. Creswell'in bahsettiği üzere nitel araştırmacıların veri toplama şekli doküman incelemesi, davranış gözleme veya katılımcılarla mülakatlar aracılığıyla bizzat araştırmacının kendisinin veri toplayarak elde ettiği bir yöntemdir (2017; 185).Araştırmada nitel yöntemde veri toplama tekniklerinden katılımcı gözlem ile görüşme teknikleri kullanılmıştır. Araştırma fenomenolojik yaklaşım çerçevesinde yürütülmüştür.Bu çalışmadanitel araştırma yönteminden biri olan fenomenolojik yaklaşımın temel amacı insan deneyimini anlamaktır(van Manen, 2007: 12).

Dini gruplar sosyolojisi çalışmalarında özellikle tercih edilen katılımlı gözlem tekniği kullanılarak, yoga yapan katılımcıların kullanmış olduğu pratikler, semboller, ritüeller, ilişkiler ve bu ilişki pratiklerindeki anlamların analiz edilmesi hedeflenerek gözlemlerde bulunulmuştur. Bu sosyolojik araştırma çerçevesinde "Seküler" ve "Maneviyat" kategorileri sorgulanmıştır. Türkiye'de *Seküler* olmanın pratiklerinden biri olarak yoga incelenmiştir.

Araştırmacının amacı, araştırma konusunu örneklem grubundaki katılımcıların perspektifinden ele almak, bu perspektifi nasıl ve neden oluşturduklarını anlamaktır(Gürbüz & Şahin, 2018).

Olabildiğince önyargı olmadan bireylerin kendilerini rahat hissetmelerini sağlayarak yarı yapılandırılmış sorularla görüşme gerçekleştirilmiştir. Görüşme esnasında bireylerin anlatmakta olduğu tecrübeleri, deneyimleri, hisleri, değer ve düşünme şekilleri yeni soruların doğmasına ya da var olan soruların revize edilmesini gerektirebilir. Bu açıdan sorular esnek bir biçimde hazırlanmıştır.

4.2. Evren ve Örneklem

Nitel araştırma yöntemini kullanarak 2022 yılından itibaren yoga üzerine literatür incelemelerin yanı sıra saha gözlemleri ve analizleri ile çalışmaya başlanmıştır. İstanbul'daki en popüler Yoga stüdyolarının hangileri olduğu ve ağırlıklı olarak yoga stüdyolarının bulunduğu bölgeler incelenmiştir. İstanbul'da Nişantaşı'nda bulunan YogaŞala ilk yoga stüdyolarındandır. Nişantaşı bölgesinde daha köklü bir geçmişi olmasıyla buradaki stüdyolarda eğitim almış kişiler örneklem grubu olarak tercih edilmiştir. Aynı zamanda Nişantaşı semtinin nevi şahsına münhasır bir şekilde Türkiye'nin moda, lüks tüketim noktasında isim yapmış bir semttir. Sosyo-ekonomik anlamda orta/ üst gelir grubunda yer alan bireylerin vakit harcamayı sevdikleri, defile, moda festivalleriyle birlikte dünyaca ünlü markalara ev sahipliği yapmaktadır. Abdi İpekçi Caddesi ile İstanbul'un en yüksek gayrimenkullerine ev sahipliği yapmakta ve pahalılığıyla ünlüdür. Türkiye'nin toplumsal yapısına baktığımızda bu bölgedeki insanların sosyolojik anlamda seküler bir yaşam tarzına sahip olması da araştırmanın örneklem grubuna uygun bulunmuştur.Araştırma evrenini İstanbul Nişantaşı semtindeki yoga kurslarından eğitim almış ve buralarda eğitim vermekte olan kişiler oluşturmaktadır.

Araştırmada amaçlı ve kartopu örneklem türü kullanılmıştır. Kartopu tekniği kullanılarak 15 kişiye ulaşılmıştır. Katılımcılar kendisini modern seküler olarak tanımlayan kişilerden oluşturmaktadır.Araştırmada yarı-yapılandırılmış derinlemesine görüşmeler 15 kişi ile gerçekleştirilmiştir. Araştırma süreci boyunca erkek katılımcılara erişmekte zorluklar yaşanmıştır. Spiritüel pratikler içerisinde erkek katılımcıların oranı kadınlara göre daha azdır.

Katılımcıların 14'ü yoga eğitmeni 1 kişi eğitmenlik eğitimi alma sürecindedir. Araştırmada 22- 78 yaş aralığında her yaştan olabildiğince katılımcı dâhil edilmeye çalışılmıştır.

4.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak demografik soru formu, yarı-yapılandırılmış görüşme soruları, günlük ve saha not defteri kullanılmıştır. Katılımcıların onayıyla yarı yapılandırılmış görüşmelerde ses kaydı alınmıştır. Ses kayıt cihazı olarak kişisel telefona sesler kaydedilmiştir. Aynı zamanda katılımlı gözlem yoluyla içerisinde bulunduğum yoga stüdyoları, seminerler, çevrimiçi meditasyon dersleri ve sohbet odaları, yoga stüdyoları ve ekolleri hakkında sosyal medya araştırmalarım, yazın incelemeleri hakkında notlar tutmuş olup veri analizinde bulgular kısmında değerlendirilmiştir. Görüşmeler ve saha süreci günlük tutularak takip edilmiştir.

4.3.1. Günlük

2023 Ocak itibariyle Nişantaşı semtinde geziler yaptım ve tüm yoga stüdyolarını, içerisinde yoga dersleri veren stüdyoları gezdim. İlk olarak araştırma sürecimden haberi olan yakın arkadaşlarımla tanıştıkları aracılığıyla kartopu tekniği kullanarak semtte yoga eğitimleri almış ve eğitmen olmuş ilk kadın katılımcımla görüşme fırsatı yakaladım. Katılımcı ünlü bir futbol yıldızının baldızı ve Taksim'de vegan kafe sahibiydi. Yoga eğitmeni ve 40 yaşında olan katılımcımla pilot bir çalışma yapmış oldum. Görüşme sonucunda sorularımın yenilenmesi ve derinlemesine görüşmeye hakim olabilmem gerekiyordu. Bunlarla birlikte başörtüm katılımcımla görüşmemi gerçekleştirirken bir bariyer haline geldi. Maneviyat/spiritüellik hakkında olan sorularıyla birlikte başörtüsü takıyor olmam tüm empati dolu mimiklerim, cümlelerim onay ifadelerime rağmen onda bir yargılanma hissi uyandırdı. Görüşme sonunda önyargılı ifadelerde bulunarak zorla başörtüsü kullanıp kullanmadığım, erkeklerle el sıkışıp sıkışmadığım hakkında sorular sormaya başladı. Bu görüşme cesaretimi kırdı ama bırakmama neden olmadı. Bu bariyeri ortadan kaldırabilmek için kadın katılımcılarımla görüşmelerimi özel bir ortamda başörtüm olmadan gerçekleştirdim. Onların yargılanmış hissetmemeleri, rahat hissetmeleri önemli bir unsurdu. Aynı zamanda Nişantaşı bölgesine araştırma için gittiğim her süreçte daha renkli kıyafetler giymeye özen gösterdim.

8 Mart 2023 sabah 10.00’da gerçekleşen Raja yoga eğitmeni katılımcımla ilk görüşmemizde beyaz renkler tercih etmiş olmam hakkında sohbet esnasında şu ifadeleri kullandı: “Bak, kılıklara kıyafetlere bak. Hocalar beyazlar giyerler. Bugün sende beyazlar giymişsin. Çok uygun. Beyaz iç açıcudur. Dikkat et, papazlar siyah giyinirler. Bizim din adamları da siyah giyinirler. Hep korku var orada, hep ürkütme var.” Aynı zamanda Raja yoga eğitmenlerinin ağırlıklı olarak beyaz kıyafet tercih etmeleri de dikkatimi çekti. Gösterişli kıyafetler yerine rahat ve basit giyiniyorlardı. Yeme ve içme konusunda ise oldukça titiz davranıyor belirli saatlerde yemek belirli saatlerde çay içiyorlardı. Vejetaryen beslenmeye özen göstermektedirler. Araştırma sürecinde başka bir sattvik beslenen katılımcım kendi hazırlamış olduğu sattvik yemeği gittiği yerlere saklama kabıyla yanında taşımaktadır. Bulgular kısmında bunlara ayrıntılı değinilecektir.

Kartopu tekniği kullanarak başlamış olduğum süreçte arkadaşlarım aracılığıyla ulaştığım Nişantaşı stüdyolarından eğitim almış başka bir kadın yoga eğitmeninden yoga başlangıç dersleri almaya başladım. İlk görüşmemin ardından görüşmelerimin kolay olmayacağı farkındalığıyla araştırma stratejimi katılımlı gözlem yoluyla derinleştirmeye karar verdim. İnanç merkezli çalışmalarda bireylerin söylemsel inşalarıyla birlikte pratik eylemsel hareketleri de önemlidir. Bu nedenle yogayı hem deneyimleyip, hem de dolaysız gözlem yoluyla yoga yapan bireylerin gündelik pratiklerini inceleme fırsatı buldum. Araştırmacı kimliğim yogayı merak eden ve spiritüel yönünü sosyolojik olarak araştıran yüksek lisans öğrencisiydi. Gözlemci olarak katılımcı şekilde araştırmacı kimliğimi bildirdikten ve konu hakkında bilgi verdikten sonra aralarına katıldım ama rolüm katılımcı olarak gözlemci olacak şekilde gruba dahil olmam istendi. Yoga eğitimi aldığım eğitmen daha üst pozisyonda olan ve yoga ile daha fazla vakit geçirmiş kendi yoga eğitmeni ile beni tanıştırdı. Yoga eğitmenleriyle birlikte onların Mecidiyeköy, Etiler’deki kendi evlerinde uzun sohbetler gerçekleştirebildim. Bu süreçte yaptığım gözlemlerde aşırı lüks bir yaşantı içerisinde olmadıklarını, eğitilmiş bir aileye sahip olduklarını, dindar muhafazakar bir kültür yerine modern seküler bir kültüre sahip olduklarını not aldım. Pek çok kez onlarla kendi evleri ya da yoga derneklerinde buluştum.

Meditasyon seminerlerine katıldım. Seminerler kişisel farkındalık hakkında, eril ve dişil enerjiler, kişinin geçmişi bırakabilmesi ve duygularını kontrol edebilmesi hakkında çeşitli başlıklarda geniş bir yelpazeden oluşmaktadır. Bu seminerlere katılan katılımcılarla sohbet ettim ve yeterince gözlem yapabilme şansım oldu. Çünkü tam olarak yoga ve maneviyat ilişkisini kuran ve özümseyerek kendi hayatlarında yaşamaya çalışan kişilerdi.

Bu deneyimlerim sırasında Raja Yoga ekolünü takip eden spiritüel öğretmen olarak 25 yılını vermiş Brahma Kumaris eğitimcilerinden çevrimiçi şekilde Raja Yoga eğitimi, meditasyon dersleri aldım. Bu dersler ücretsiz veriliyordu. Katılımcıların düzenli devamlılığı önemliydi. Meditasyon derslerinde Whatsapp ve Skype’da başlangıç aşaması grubuna dahil edildim. Bu derslere meditasyon yaparak başlanıyor ve her hafta belirlenen bir konuda eğitimci kişilerin yaşamalarında o konu hakkında ne yapılması gerektiğini anlatıyordu. Belirlenen konuda haftalık sohbet veriyordu ve ders meditasyonla başlıyor kapanış da meditasyon ile oluyordu. 06.03.2023 – 10.12.2023 tarihleri arasında her hafta gerçekleşen meditasyon dersleri ayrıntılı bir şekilde yoganın spiritüel boyutu hakkında bana bilgi katmış oldu.

Bu yoga alanında yirmi beş yıllık bir deneyimi birikimi olan yoga eğitimci derslere devam edip etmeyeceğimi öğrenmek istedi. Devam edebilmem için Raja Yoga öğretisini içselleştirmem gerekiyordu. Bu süreçte ikinci kademeye geçebilmem için bundan emin olmaları gerekti. İkinci kademe daha pratik şekilde ve daha derin anlamların öğretildiği bir basamaktı. Aynı zamanda beslenme tarzımı vegan şekilde değiştirmem de gerekiyordu. Bu süreçte tezim için araştırma yaptığımdan haberleri elbette vardı. Ama bir üye olarak beni aralarında görmek istiyorlardı. Benim için veri doyumunu sağlanması nedeniyle katıldığım bu süreçten tezimi yetiştirmek için az zamanım kalması nedeniyle daha fazla meditasyon ve seminer derslerine devam etmedim. Yüksek lisans tezi için kısıtlı bir zamanda etnografik bir çalışmaya yönelen bu araştırma sürecimde saha deneyimi büyük bir rol oynadı.

4.3.2. Görüşme

Yarı-yapılandırılmış görüşmeler gerçekleştirilirken ses kayıt cihazı olarak kullanılan kişisel telefona ses kaydı alınmıştır. Görüşmelerde demografik sorularla beraber görüşülen kişi profili, yoga algıları, yoga deneyim süreci ve yaşam tarzı, ilişkiler ve gruplar, maneviyat/spiritüellik ve kutsal ve kutsaldışı/sekülerlik kategorilerinde sorular sorulmuştur. Sorular önceden hazırlanmış olsa da yarı-yapılandırılmış görüşmelerde sohbetin akışına göre esnek biçimde sorulara ekleme yapılabilir ya da çıkarılabilir(Bal, 2014: 283). Görüşmeler en kısa 1 ve en uzun 3 saat arasında sürmüştür.



BEŞİNCİ BÖLÜM

ARAŞTIRMANIN BULGULARI VE YORUM

Bu bölümde tüm saha araştırması sonucunda elde edilen verilerin analizlerine yer verilmiştir. Saha sürecine başlangıç notları ile katılımcıların demografik özellikleri ayrıntılı bir şekilde ele alınmış ve devamında araştırma verilerinin analizi açıklanmıştır.

5.1. Demografik Bilgiler

Tablo 5.1: Katılımcıların cinsiyeti

Cinsiyet	Sayı
Kadın	10
Erkek	5

Görüşme gerçekleştirilen katılımcıların 10'u kadın ve 5'i erkek olmak üzere toplam 15 kişidir. Araştırma süreci boyunca pek çok yoga yapan kişiyle temas kurulabilmiştir. Lakin görüşmelere dahil olmak isteyen pek çok kişi görüşmeleri kişisel durumları nedeniyle ertelemiş ve en sonunda katılamayacağını bildirmiştir. Görüşmeye vakit ayırabilecek bir erkek katılımcı bulmak zor olduğu gibi sadece erkek katılımcı bulabilmek daha zordur.

Tablo 5.1: Katılımcıların eğitim düzeyi

Eğitim Düzeyi	Sayı
Ortaokul	-
Lise	-
Üniversite	11
Lisansüstü	4

Katılımcıların hepsi eğitim seviyesi yüksek ailelerden kişiler olmakla birlikte okumuş bir çevreye sahip, üniversite mezunu bireylerdir. Birden fazla bölüm bitirenler ve kendi işini kurup tüm bu belge ve iş yerlerini kapatıp yogaya başlamış olanlar da içlerinde vardır.

Tablo 5.1: Katılımcıların istihdam durumu

İstihdam Durumu	Sayı
Çalışıyor	14
Çalışmıyor	1

Katılımcıların bir kısmı iş sahibi olarak kendi işiyle birlikte yoga eğitmenliği yaparken bazıları kendi mesleklerinden emekli olup yoga eğitmenliği yapmaya öyle başlamıştır. Çoğunluk olarak yoga eğitmenliğini bir iş amacıyla gerçekleştirmektedirler. Yoga eğitmenliği sertifikası almak bir zaman istediği gibi yoga hareketlerinde ustalaşmak da emek gerektiren bir durumdur. Bu nedenle uzun zaman ayırmaları bireylerin karşılığında maddi bir gelir elde etmeye yönlendirmiştir.

Tablo 5.1: Katılımcıların aylık gelir aralığı

Gelir Aralığı	Sayı
1.000-3.000 TL	1
15.000- 30. 000TL	7
30.000 TL ve üzeri	7

Katılımcıların çoğunluğu ekonomik olarak orta-üstü bir gelire sahiptir. Sadece bir öğrenci part-time iş ücretiyle burslu olarak geçimini sağlamaktadır ve yoga eğitimine devam etmektedir. Aynı zamanda bu süreçte yoga eğitmenliği sertifikası almış olup yoga eğitmenliği yapmayı hedeflemektedir. Geriye kalan katılımcıların çoğunluğu yoga sektörü içerisinde farklı ekollerle birlikte çalışmakta ve yoga eğitmenliği ile birlikte çeşitli spiritüel etkinliklerden gelir kazanmaktadır. Örneğin yoga eğitmenleri workshoplar ile ek kazanç elde edebilmektedirler. İnziva kampları düzenleyebilmekte, ya da doğa yürüyüşleri ile yogayı bir araya getirmekte ve bu tür etkinlikleri ücretli bir şekilde gerçekleştirmektedir. Beş günlük ya da aylık kamplar ve etkinlik ücretleri 2023 güncel rakamlarıyla en az 7 bin TL'den başlamakta ve 30bin TL'ye kadar rahat artış gösterebilmektedir.

Araştırmamızda öne çıkan popülasyon üst gelir toplum kesimlerini oluşturmaktadır. Bu açıdan durumu iyi olan ve üst sınıfta konumlanan bir sosyolojik kesim çalışmamızın evrenini ve örneklemini meydana getirmektedir. Nişantaşı, İstanbul'un üst gelir gruplarını ve modernleşmeyi üst düzeyde temsil eden bir sosyal yaşam alanıdır.

Bu sosyal evrende, yine çalışmamızı oluşturan kişilerden oluşan örneklem grubu da üst toplumsal sınıf ve bu “modern seküler” mahalle sosyolojisini yansıtmaktadır.

Tablo 5.1: Katılımcıların yaş aralığı

Yaş Aralığı	Sayı
20-35	4
35-45	3
45- 55	5
55-78	3

Katılımcıların her yaş grubundan olmasına dikkat edilmiştir. Katılımcı grubunun yoga hakkında spritüel liderliğe erişmiş yetkin kişileri 8 tanedir. Bunlar 45-55 ve 55-78 yaş aralığı grubundaki kişilerdir. Katılımcıların yaşları arttıkça yoga ile tanışma geçmişine sahip olma oranları da artar. Yoga grupları içerisinde yoga ile alakalı deneyimi ve eğitimi fazla olan, en çok zaman geçirmiş kişiler diğerlerine göre daha fazla saygı görmektedir. 20-35 yaş aralığındaki kişiler yoga eğitmenliğine yeni başlayanlar ve henüz eğitimcilikte ilk beş yılını doldurmakta olan kişilerdir.

Tablo 5.1: Katılımcıların medeni hali

Medeni Durum	Sayı
Bekâr	9
Evli	5
Boşanmış	1

Katılımcıların 9’u bekâr ve 5’i evlidir. Boşanmış aynı zamanda bekâr ebeveyn katılımcı yalnızca bir kişi vardır. Yoga ile ilgilenen eğitmenlerin ağırlıklı olarak 30 yaş üzerinde olmaları göz önünde bulundurulursa Türkiye standardında bekâr kalma sürelerinin uzun olduğu görülmektedir (TÜİK, 2022). Ailesiyle beraber yaşayan katılımcı sayısı 5 kişidir. Yalnız yaşayan kişiler çoğunluktadır. Aileleriyle irtibatları sürekli ve sık olmasa da iletişimleri tamamiyle kopuk değildir. Türkiye’deki geleneksel aile ve akrabalık ilişkilerinden uzaktırlar. Aileleriyle beraber yaşayanlar ise yoga ile ailelerini tanıştırmışlardır. Yoga eğitim sürecinde ya da yoga çevrelerinde edindikleri bilgileri aileleriyle paylaşmakta ve teşvik edici davranmaktadırlar.

Eşiyile birlikte yoga stüdyolarına katılım gösteren K11 eşinin yoga stüdyolarındaki ortamı birebir görmesini istemiştir. Arkadaş çevrelerinde bir erkek olarak yoga yapması hakkında çıkan dedikodular ve stüdyoların ağırlıklı olarak kadınlardan oluşmasından dolayı eşiyile boşanma sürecine gelen K11 bu süreci şöyle anlatmıştır:

Eşimin arkadaşları ailecek görüştüğümüz arkadaşları ve kadınlar u daha çok eşime ciddi bir baskı uyguladılar. Ve o da bu baskılar altında zaman zaman kırılabilirlik gösterip o tepkileri bana yansıttığı oldu. Çünkü hani her buluşmamızda iş dönüp dolaşıp yogaya geliyordu. Aile buluşmalarımızda erkekler büyük altı sırtarak helal olsun konuşmalar, kadınlar ay ben olsam hayatta izin vermem kocamın hayatta gitmesine işte ayrı ayrı oturduğumuz anda eşimin üzerine bir dünya işlemler kadınların eşleriyle benle oturuyorken var mı birlikte olduğun şu nasıl bu nasıl az çok tahmin edebilmişsinizdir ortamı. Ailemize o kadar büyük saldırı gerçekleşti ki bu yoganın hayatıma girmesiyle birlikte orda aile dengemiz nerdeyse kırılma noktasına geldi. Çünkü ben bırakmak istemiyorum bana çok faydası var ama bakış açım bu tarz değil. Bu tarz olsa zaten kalamazsınız yoga içerisinde. Öyle bir durum var.. Ben eşimi alıp yoganın içerisine çekmeye çalıştım.

Yogaya karşı var olan önyargıların katılımcılar farkındadırlar. Özellikle kadın erkek ilişkileri, yoganın konsepti; rahat bir ortamda belirli sayıdaki katılımcılarla ve özellikle kadınlarla, hareketlerin rahat yapılmasına yardımcı olduğu söylenen yogaya uygun tarz kıyafetlerle belirli pozisyonlar söz konusu edilmektedir. Bu unsurlar yoga yapan kişiler için yapmayanlara göre tamamıyla farklı anlamlar taşımaktadır. Yoga yapan kişiler birbirlerini kadın erkek, abi kardeş, ilerici gerici, Ankaralı Trabzonlu gibi herhangi bir kimlikle veya önyargı kalıplarıyla tanımlamaya karşıdırlar. Onlara göre kimliklerin, cinsiyetin ya da toplumun atfettiği herhangi bir statünün, normun değeri yoktur. Örneğin bu araştırma sürecinde benden yirmi yaş büyük erkek katılımcılar benden onlara isimleriyle seslenmemi istemişlerdir. Bey, abi, amca, hoca gibi herhangi bir şekilde hitaba izin vermemişlerdir. Bu durum kadınlar için de geçerlidir. Bu noktada yoga gruplarının içerisinde bu tarz yaklaşım gayet normal yaklaşılırken dışarıdan bakanlar için farklı bir durum olarak görülebilir. Katılımcılar bu hassaslık için kendilerinden genelde birbirlerinden hiçbir şekilde farkı olmayan bu dünyaya uğramış ve buluşmuş ruhlar, canlar kardeşler olarak bahsetmektedirler.

Tablo 5.1: Görüşülen kişiler listesi

Görüşme Kodu	Yaş	Cinsiyet	İş ve alaka	Meslek	Eğitim	Medeni Durum
K1	38	Kadın	Yoga eğitmeni	Mimar	Lisans	Boşanmış Bekâr Ebeveyn
K2	78	Kadın	Spiritüel/Ruhsal Lider Yoga ve meditasyon eğitmeni	Kimya Mühendisi	Doktora	Evli
K3	46	Kadın	Kafe işletmecisi, Yoga eğitmeni	Veteriner	Lisans	Evli
K4	23	Kadın	Yoga eğitmenliği öğrencisi	Siyaset ve Kamu Yönetimi	Lisans	Bekâr
K5	40	Erkek	Salsa profesyonel dans öğretmeni, yoga eğitmeni	Memur	Lisans	Bekâr
K6	46	Erkek	Yoga eğitmeni	Sanat yönetmeni	Lisans	Bekâr
K7	66	Kadın	Spiritüel/Ruhsal Lider Yoga ve meditasyon eğitmeni	Emekli öğretmen	Lisans	Evli
K8	50	Kadın	Spiritüel yoga eğitmeni	Emekli muhasibeci	Lisans	Evli
K9	48	Erkek	Yoga eğitmeni	Sinema ve Fotoğrafçılık	Yüksek Lisans	Bekâr
K10	31	Erkek	Yoga eğitmeni	Yazılım Mühendisi	Lisans	Bekâr
K11	44	Erkek	Yoga eğitmeni	Muhasebeci	Lisans	Evli
K12	56	Kadın	Spiritüel yoga eğitmeni	Emekli eczacı	Yüksek Lisans	Bekâr
K13	55	Kadın	Yoga eğitmeni	Emekli yönetmen	Lisans	Bekâr
K14	34	Kadın	Yoga eğitmeni	Edebiyat öğretmenliği	Lisans	Bekâr

5.2. Yoga'yı Tanımlama

Katılımcıların Yogayı nasıl tanımlandıkları önemlidir. Çünkü böylece aslında yogayla kurdukları ilişkinin algılama ve anlam düzeylerini de gözleme imkanına kavuşabiliriz. Yoganın katılımcı grubu tarafından nasıl tanımlandığına dair sorulan sorulara çeşitli şekilde cevaplar verilmiştir. K8 yogayı tanımlaması istendiğinde aşağıdaki tanımlamada bulunmuştur.

Yoga aslında tasavvuf açısından baktığımız zaman tevhit kelimesiyle daha çok örtüşüyor. Ne anlamda diyebiliriz buna. Her şeye eş yaklaşım diyebiliriz. Zihnin her duruma, her şeye eş yaklaşımı diyebiliriz buna. Yani her şeye eş bakmak. Bir köpeğe de yani çok sevdiğin birisine de aynı gözle bakabilmek yoga hali olarak tanımlanıyor. Gerçek yoga ustalarının tanımlarından bahsediyorum. Yoga deyince aklımıza ilk gelen yazı milattan sonra beş yüzlü yıllarda yazılmış Yoga Sutralar adlı bir metin. Çok ciddi, çok önemli bir metin yoga dünyası açısından. Ama bugün yoga yapanların yüzde doksanının isim olarak bildiği ama belki birkaç kelimesini bildiği bir yazıdır. Herkesin bilmesi gereken hani özellikle eğitim veren vesairesi ama çoğunun bilmediği. Şimdi bu metin de yoga için der ki, yoga zihin dalgalarının zihinsel alandaki tüm dalgaların dindirilmesi. Şimdi buna tasavvufla baktığımızda da aynı şeyleri görüyoruz zaten. Zihnin sakinleştirilmesi yani düşüncelerin yok edilmesi değil ama. (K8)

Emekli muhasebeci 50 yaşındadır ve on yıldır yoga ile ilgilenmektedir. K8 yogayı, Yoga Sutralar eserinin tanımladığı şekilde görmektedir. Bu temel eserden yola çıkılmadan yoganın öğrenilemeyeceğini aktarmaktadır. Aynı zamanda bu tanımlamaya tasavvuf ile karşılaştırmalar yaparak aktarması kendisinin yoga yolculuğunda tasavvuf derslerine yönelmesi ile de ilgilidir. Yoganın bir anlamda tevhid anlayışına benzediğini söylemesi her ikisinde de tek bir yaratıcı üstün varlık inancı ve onunla bir olma, hissetme, ona ulaşma tahayyüllerini içermesiyle ilişkilidir. Yoga öğretilerinin İslami mistisizm ile birlikte ele alınması spiritüel gruplar içerisinde karşılaşılan eklektik inanç şekli ile benzerlik göstermektedir.

Bireyler kurumsal dinlerin dışında inançlarını başka manevi değerlerle bir arada kullanarak oluştururlar.

Yoga yapılmaz, yoga olunur. Yogi de yogi olmak da biraz şey bir kelime. Hani mesela kimse ben ermiş oldum der mi mesela? Ermiş olan ermiş oldum der mi? Hani şu an karşınızda bir ermiş duruyor demez mesela. Onun gibi yani. Benim bir hocam vardı yıllar evvel. Yogada değil yani başka bir spiritüel konuda ben ona gidiyordum. Bir gün böyle bembeyaz giyinmiş, inzivaya böyle bir programına gitmiştim. Hocam dedim (ben de o zaman senden biraz daha büyüğüm) Hocam yogi gibi olmuşsunuz, dedim. Bozuldu bana ve şöyle dedi, 'gibi'. Hani ben tabii ki yogiyim yani sen bana bir de gibi mi diyorsun gibi. Hani o anlamda sordu. Bozuldu yani bana. Hâlbuki yani yogi olan kişi yogiyim demez. Ha Yogi Kazım der adına hani mesela. O olabilir. O olabilir ama aslında o kişi de benim tahminim kişisel olarak yan yana sohbetim hiç olmadı ama benim tahminim o kişi de onu sadece isim lakap olarak kendine takmıştır yani. Evet karşınızda bir yogi duruyor diye dediğini zannetmiyorum. Yani bu kişisel benim şeyim. (K8)

K8 yogayı sportif bir eylemden çok aydınlanma sürecinde ruhsal bir yolculuk olarak görmektedir. Bu bakımdan kişilerin içsel derin deneyimler elde edip aydınlandığında kibire kapılmaması gerektiğine inanmakta ve yogada da yogi olmayı ermişlikle bir tutmaktadır. Bu bakımdan bir kişinin yogiyim demesi ben ermişim demesi ile eş anlama gelecektir. Ve bunu gerçek bir ermiş dile getirmez.

Bir yogi olmak için ne yapmak gerekir? sorusuna diğer katılımcılardan K11 yoganın içerisinde yer alan temel öğretilere dayanarak cevap vermiştir. Katılımcı kendi yaşamında da bunları içselleştirmeye çalışmaktadır.

Bir yogi olabilmek için birincisi en temeli kendini sevmen gerekir. Bencil olmadan benci olman gerekiyor. Kendine yapacağın iyilik aynı zamanda topluma yapacağın iyilik, tabi dediğim gibi burada kendine yaptığın şey burada egon mu istiyor arzun mu istiyor iyi belirlemen gerekiyor. Bunu belirleyebildikten sonra kendine yaptığın her iyilik seni iyi bir yogi yapacaktır. Kendine zarar vermezsen başkasına da zarar vermezsin. Kendine yalan söylemezsen başkasına da söylemezsin.

*Ve **Brahmaçarya** hani azmamak, abartmamak. Herhangi bir şeyi keyif aldığıın ya da acı duyduğun herhangi bir şeyi abartmayacaksın. Bunu sadece olduğu gibi kabul edebilirsen herkesin başına gelen şeyleri de kabul edebilirsen iyi bir yogi olursun. Asanalarla meditasyonda astral seyahatlerle ışık saçmakla falan iyi yogi değilsin. Bahsettiğim dört unsuru hayatına katıyorsan iyi yogi oluyorsun. İyi insan olduğunda da iyi yogi olmuş olursun.*
(K11)

Yoga sizin için ne anlam ifade ediyor? Yoga içerisinde verilen ilkeler hakkında ne düşünüyorsunuz? sorusuna K9 şu şekilde yanıt vermiştir.

Ben ilke gibi görmüyorum aslında öğrendiklerimi. İlke gibi görsem uygulayamazdım. İlke, kural, kaide gibi şeyler bence çalışmıyorlar. Bunları yapan insanlar biraz üzgün ve mutsuz oluyorlar sanki benim gözlemlediğim. Kurallar, kaideler ölü; hislerinizse canlı yüzü hayatın bence. Yoga zihnin uçuşkan doğasının, bedenin his üreten doğasıyla bir araya gelmesi aslında. Hissederek yaşamak. Ve bunun bir tane yolu yok. Bazı şeylerin doğru anlaşılması gerektiğini düşünüyorum. Yalnızca hissederek hareket etmek hayatın her anına “kendiliğinden” yayılan bir süreç. (K9)

K9 yoga içerisinde verilen bilgileri hissederek yaşamak olarak anlamlandırmaktadır. Onun için ilke, kural, öğreti gibi belirli kalıplardaki şeylerin kişiyi mutsuzluğa ittiğini düşünmektedir. Kendiliğinden ifadesi de önem taşımaktadır. Dışardan insana dikte edilmesinden daha fazla iç ile ilgili tarafın önemli olduğunu vurgulamaktadır.

İçe dönmek gibi bir şey.Yani yoga illa böyle bütün hareketleri çok güzel yapmak değildir, diyor okuduğum kadarıyla.

Nur Meryem: İçe dönmek nasıl bir şey yani?

Ya içe dönmek aynı bence sufizmdeki hani bu şey yaparlardı ya rabita gibi. Mesela o yüzden yoganın işte dalga geçiyor bizim Türk milleti. Sadece oturup bir ses mmm diye bir ses çıkarmak için para verilir mi bir yerde diye. Hani evde de oturabilirsiniz. Mesela sadece uzan diyor. Sadece yere uzan. O yüzden Yılmaz şey Yılmaz Erdoğan değil. Şey Cem Yılmaz bununla dalga geçiyor.

Hani sadece evde de uzansam zaten rahatlayacağım gibilerden ama öyle değil. Orada bir sert zemin var zaten koltuğa uzanmakla yere uzanmak aynı şey değil. O sert zeminde, o matın üstünde bütün her şeyi... Sanki bir an bana şey gibi geliyor yani hani belki kimse böyle değerlendiriyor mudur bilmiyorum ama benim fikrim. Sanki ölmüşüm gibi düşünüyorum ben. Sanki orası kabirmiş gibi. (K1)

Katılımcı K1 yogayı içe dönmek olarak tanımlamakta ve Sufizm ile arasında benzerlikler kurmaktadır. Aynı zamanda yogada oturma şeklini dahi normal bir oturma pozisyonundan farklı tutmaktadır. Matın üzerinde oturduğu zamanı ölümle, kabirle ilişkilendirmektedir. Uhrevi bir anlamla yogaya bakmaktadır. Katılımcılar ağırlıklı olarak hissetmekle, içe dönüşle yogayı tanımlarken, İslam ve Budizm terminolojisindeki pek çok dini kavrama atıf yaparak yogayı açıklamaktadırlar. Yine yoganın yanlış anlatıldığını düşünmektedirler. Bu açıdan yoganın katılımcılar tarafından yalnızca fiziksel bir aktivite olarak görüldüğü düşünülemez.

5.3. Yoga ve Beden Algısı

Fenomenolojide beden de anlam ile beraber yorumlanır. Salt bir organizma olarak görülmez. Katılımcılara yoga deneyimleri hakkında sorulan sorulara verdikleri cevaplarda beden üzerinde durdukları kısım bu bölümde ele alınmıştır. Katılımcılar açısından yoga deneyiminde bedenin önemli bir yeri olduğunu anlıyoruz. Yalnız bedenle kurulan ilişki salt fiziksel bir uygulama olmaktan çok manevileşen bir duruma evrilmektedir. Kişiler bedenleriyle bağ kurduklarını, bedenlerini benimsediklerini aynı zamanda bu sürecin onları zihinsel ve ruhsal iyi oluş haline götürdüğünden söz etmektedirler. Bu da yoganın din fenomenolojisi açısından önem taşımaktadır.

Bednimle gerçek bir “bağ kurmamı” sağladı aslında. İlk başlarda, estetik değerler benim için çok daha önemliydi. Yogayı henüz tam anlamamışken, esneklik ve güç üzerinden ilerliyordum. Yapabilmek odaklıydım. Fakat sonradan konu beden bütünlüğüne doğru dönüştü. Hem sezgisel, hem de matematiksel bir hal aldı. Beden bütünlüğü de beraberinde kendin olmayı getirdi. Ve bu beraberinde psikolojik olarak derinliği getirdi. Kendi ifademi bulmamı destekledi bu durum. Herkes için de bunu destekliyor bence. (K9)

K9 yogadaki bedensel duruşların kişinin kendisiyle bağ kurmasına yaradığını ifade etmektedir. Yogadaki hareketlerin her birinin sıradan bir şekil, poz olmaktan çıkarak daha fazla anlam yüklenilmiş olarak hayatın her alanına taşınabilecek bir duygu haline gelmektedir.

Sanki bir fotoğraf makinasında objektif değiştirmiş gibi, farklı açılardan kendine bakmak, olanları hissetmeye yarıyor. Pozlara dışarıdan bakıldığında yanlış anlaşılabilir. Yanıltıcı olabiliyor. Çünkü o insanın aslında ne yaptığını bilmiyorsunuz. Mesela poz gibi görünüyor en azından ve ben o yüzden daha çok “hareket” diyorum. Çünkü hareket eylemi vurguluyor. Hareket aracılığıyla kendinle bağ kurmayı öğreniyorsun ve sonra fark ediyorsun ki aslında hareket her an var. Yaptığımız eylemlerin içinde, anı dolu dolu hissederek yaşama yönünde ilham veriyor. Nefesinin akışı, kalemi tutuşuna ekrana bakışın, ayaklarının yere basışı, basmayışı.. Küçük detaylar her an fark edilebilir. Hissetme kapasitenin artması için bir itici güç oluyor hareket uygulaması. (K9)

Katılımcılara bedenle çalışmanın kendileri açısından nasıl faydaları olduğu hakkında sorulmuştur. K2 ağırlıklı olarak ruhsal çalışmalar yapmaktayken her gün beden çalışması da yaptığından bahsetmektedir.

Bedenle çalışmanın önemli bir faydası var. Ben her sabah fırsat oldukça Brahma Kumaris'teki ruhsal çalışmalar nedeniyle az zaman kalabiliyor bazen. O nedenle ama her gün mutlaka çok küçük de olsa, 20 dakika bile olsa mutlaka hatha yogaya ilişkin bir şey yapıyorum. Bu ağırlıklı olarak yine nefes oluyor ve benim bugünkü bedenime uygun olan iki tane asana yeter. (K2)

Ve ona göre yoga denilince genelde herkesin aklına ilk gelen zor yoga pozlarını ne kadar iyi yapılabildiği önemli değildir. Bedene göre hareket etmek, bedeni öncelemek ve bunu ruhsal bir gelişmeye doğru katkısını iletmek esas alınmaktadır. Burada K2 uzun yıllar spiritüel yoga liderliğinde bulunmuş biri olarak öğrencilerine her zaman yoga felsefesini içselleştirmeleri için öncü olmuştur.

Onun buradaki bakışı diğer sorulara verdiği yanıtlarla daha iyi anlaşılacaktır. Bu nedenle yogada pozların önemi üzerinde duran yoga eğitmenleri tarafından eleştirel bulunduğu da olmuştur.

Burada önemli olan senin bedensel becerin değil ki sen bedenine en uygun, en akıllı şekilde kullanmayı öğreneceksin. Ve işte bütün hadise de bu. Ben öğrencilerime hep bunu aşulamaya çalıştım. Ve bugüne kadar çok şükür sakatlanan öğrencim olmadı benim. Ha beni çok eleştiren hoca oldu. (K2)

K6 ise kutsallık hakkındaki görüşlerinde bedenini ve ruhunu kutsal bulduğunu ifade etmiştir. Sattvik beslenen K6 günlük evinden uzak yerlerdeki zamanları için yemeklerini evde hazırlayıp yanında taşımaktadır. Çünkü dışarıda sattvik yemek bulmakta zorlanmaktadır.

Kesinlikle insanın kendisi kutsal aslında yani. Bedenimiz kutsal, ruhumuz kutsal. Yani gerekli özeni göstermiyoruz aslında baktığın zaman. Kim gösteriyor ki? Al işte bu beslenme yani. Kim bu kadar dikkat ediyor?(K6)

Katılımcıların bedenle bağ kurma sürecini daha iyi anlamak adına yogadaki hareketlerin ne tür faydalar sağladığı sorulmuştur. K11 bu süreci detaylı bir şekilde anlatmıştır.

Birincisi bedenimi tanımamı sağladı bu aynı zamanda zihinsel de bir gelişim. Yanlış bilmiyorsam iki yüz kırka yakın iskelet kemiğimiz var, altı yüze yakın da kasımız var. Bunlar bize ait. Ve çalışıyor. Şu an konuşurken çenemi oynatabiliyorum bu çok doğal bir hareket. Ama mesela karın kasının sol tarafındaki kaburgalara doğru olan bölümünü yukarı çekmek istediğimde onu yapamıyorum ve bu kas bana ait. Ve sinir sistemiyle beynime bağlı. Ancak ben bu kası kontrol edemiyorum. Kendi refleksleriyle çalışabiliyor. Bu asana çalışmaları bize bedenimizin ulaşamadığımız noktalarına ulaşmamızı sağlıyor. Ben bana ait olan bu bedenin herhangi bir parçasına neden hâkim olamayayım. Karaciğerim kendi başına yaşıyor orda. Baldırım çalışıyor demek ki ben bu bağırsağıma neden müdahale edemiyorum. Kalbim refleks olarak atıyor işte nefes çalışmasıyla kalp hızımı yavaşlatabiliyorum. Bunları yapabilecek yapıya sahibiz. Doğal olarak bedenimi kontrol edebilme yetisi kazandırıyor yoga benim açımdan. Bir adım sonrasında daha sağlıklı bir hayat sürebiliyorsun hâkimsin artık bedenine.

Ve ilerleyen yaşlarla birlikte hareket kabiliyeti kaslarına hâkim olabilmek seni daha sağlıklı yaş alabilmeye itiyor. Hastalıkların önüne de geçebileceğini düşünüyorum.

Tüm bedenine hâkim olabildiğin an sorunlu yere müdahale etme şansın da olacak zihinsel olarak. Bedenime hâkim olmaya başladığımda zihnime hâkim olabiliyorum. Ve meditatif tarafta da güçlü bir bedenle sağlıklı ve hâkim olabildiğim bir bedenle zihni, biraz tezat gibi gelecek ama zihnin beden üzerinde kontrolü sayesinde bedenden ayrılabilirsin. Çünkü zihin, işte şu elimi şuraya koyayım elim ağrıdı burayı uzatmam lazım deyip sana sürekli veriler gönderiyor meditasyonda esnasında ve sen bunların tamamını absorbe edebilecek pozisyona geldiğinde zihne diyorsun ki tamam senin çalışmana gerek yok sen kenarda dinlen ben şimdi başka bir şeyler yapacağım diyorsun, doğal olarak bedene hâkim olabilmek bedeni bırakabilmenin de anahtarı.(K11)

Dikkat çekici bir kısım katılımcının bedenindeki her organın yönetimine katılabileceği, yoga hareketleri aracılığıyla vücudunda hareket ettirmek istediği tüm kısımları hareket ettirebileceği ve en son olarak istediği zaman zihninin beden üzerindeki kontrolüyle bedenden ayrılabilmesi inancıdır. Beden üzerindeki tüm hâkimiyet zihinsel olarak güçlenmeyi ve zihnin güçlenmesi bedene olan bağlılığı azaltmaya yaramaktadır. Zihnin beden üzerindeki hâkimiyeti sayesinde bedenden ayrılan şey ruhtur. Ve kişi tüm bu çabasının sonucunda bu üst düzey aşamaya gelmeyi hedeflemektedir. Burada yoga ve sağlık ilişkisi de rahat bir şekilde kurulabilmektedir. Sağlıklı bir zihin ile beden üzerindeki hakimiyetin daha rahat kurulabildiğini düşünmektedir. Zihni kontrol edebilmek beden üzerindeki hakimiyeti de sağlamaktadır. Zihin ve beden kontrol edilmesi gereken bir şey olarak görülür ve zihin ve beden hakimiyeti sağlandıkça sağlıklı olmakla ilişki kurulur.

Katılımcıların yoga deneyimlerinde ruhsallık kadar ruhsallığı keşfetmeye çalışırken başlangıç noktası olarak kullandıkları alan olan bedenleri büyük rol oynamaktadır.

Ağırlıklı olarak beden bu açıdan merkezi bir rolde oynaması bir katılımcının kullanmış olduğu “ruhsal gelişmenin tapınağı olarak beden” ifadesiyle daha da belirginleşmiştir.

*Dolayısıyla hepsi kendi içinde bir bütünlük halinde ki hatta bir takım yoga kitaplarında bu geçer Der ki; ‘**ruhsal gelişmenin mabedidir, tapınağıdır. Bedeninize iyi bakın, bedeninize saygı gösterin.**’ ‘Yani hiçbir zaman ben bir dağ başına çekileyim, yalnız başıma tefekküre dalayım.’ Bir süre için olabilir yani öyle bir ihtiyaç vardır. Ama yoga bu değil.*

Yoga bir kere eylem halinde olacak, eylem halinde kendini hep kontrol etmeyi bileceksin. Bedenine çok iyi bakacaksın, saygı göstereceksin. Bak hep onun üstünde duruyorum. (K2)

Bedenin kutsanması ifadesi yeni değildir. Yoga literatüründe yer alan ve sıkça yoga eğitimcileri ya da yoga öğrencileri tarafından okunan guru Osho, beden kutsanması gerektiğini anlatmaktadır(Osho, 2009: 6).

Yoga öğretisini alırken bir şeyi yapma sürecinde belli bir takım çalışmalar yapılmaktadır. Örneğin meditasyon sırasında kişinin uygulaması gereken düşünce kontrol aşamaları ve öz farkındalığa (öz bilinç) yönelik kendisiyle ilişki kurma biçiminde yeni anlamlar inşa etmesi gerekmektedir. Yapılan bir iş konusunda kişinin iyi ya da kötü bir deneyim diyebilmesi için iyi hissedip hissetmemesine bakılır. Eylemlerin ölçüt noktası kişinin kendi bedeni ve hisleridir.

Şimdi meditasyonda Raja Yoga yani Brahma Kumaris bilgisinde kendinin kralı ol, kendi düşünce kumandan senin elinde olsun, sen o düşünce kumandasını istediğin doğrultuda kullan. Kullanırken de ölçütü şu olsun. Bu düşünce beni kuş gibi hafif hissettiriyor mu? Yok. Ne yapıyor? Ağırlaştım. Kendimi kötü hissediyorum. Ha, bu düşüncenin içine çöp karıştı. Olumsuzluk karıştı. Yani burada birey her an kendisiyle farkındalık sınavındadır. (K7)

K11 yoga aracılığıyla bedenini kabullendiğini ve bu sürecin onu bambaşka bir noktaya götürdüğünü şu sözleriyle açıklamıştır:

Öncesinde ben bu bedenin hapisane olduğunu ruhun bu bedene sıkışmış olduğunu düşünüyordum ve öyle hissediyordum. Şu an bu bedenin bi hediye olduğunu düşünüyorum. Ve yapabildiğim ve yapamadığım şeylerin tamamen kendi zihinsel blokajlarım nedeniyle olduğunu biliyorum. Fiziksel olarak bedenimi geliştirebilirim.

Ama bu şu demek değil beş ton bişey kaldırma değil, hayır o değil. Çünkü ruhsal olarak ve zihinsel olarak bunu kaldıramayacağımı şu an biliyorum o noktaya geldiğimde belki kaldırabilirim, her şey enerjiden oluşuyo, bu beden bana verilen bir hediye onunla çok inatlaşıyorum bazen o hayır diyor ben evet diyorum üzerine gidiyorum bazen ama artık seviyorum bedenimi.

Özellikle yapabildiğim asanalarda o harekete girerken ki bedenim o kas iskelet sisteminin bunu daha önce yapmamasından kaynaklı ve zihnimin de bunu yapamayacağını düşündüğü şeyler konusunda karşılıklı diyaloglarla ilerliyoruz. Bedenimle konuşuyorum yani şu an. Onu biraz yoruyorum açık konuşmak gerekirse ama o da karşılığını veriyor. Birçok sakatlığım var önceki yıllardan. Bunlarla beraber ilerliyorum birçok blokajlarım var. Bunları aşmaya çalışıyorum. . Hani göbeğimin olması diyim ben sana ya da orada bir benin olması ya da şurada bir tüyün çıkması gibi. Bedenimi kabul noktasına getirdi yoga beni. Hatta şu an aldığım tantra eğitiminde tamamen beden üzerine çalışma bu zaten. Orada şu an acayip bir keşif içindeyim. Daha da tanımaya başlıyorum. İnsan metabolizması mucizevi bir yapı. Biz bunu belli zihinsel blokajlarla tutuyoruz bir arada. İy yani gidilecek yol şu an çok güzel ulaşılacak yer neresi bilmiyorum şu an ama bedenimle ilgili çok iyi yerlerde olduğumu hissediyorum. Bir taraftan tabi dedim ya o arzular vesaire var. Bedenim neden böyle olmasın hissiyatı arada geliyor. An itibarıyla seviyorum hiç sıkıntım yok. (K11)

Yoga eğitmeni olan K9 pratik deneyimlerin, hislerin zihin dünyasını özgürleştirdiğini söylemektedir. Bedeniyle kurduğu ilişki aracılığıyla kendisinde duygu, düşüncelerinde gelişme gösterdiğini düşünmektedir. Bu şekilde beden ruhsal gelişmenin gerçekleşmesinde üzerinde çalışılması gereken yegane alan halini almaktadır. Bedene bakış salt maddi bir varlık olmaktan çok metafizik anlamlarla ilişki inşa edilmektedir.

Öncesinde çok daha neden sorgulayan, kendini suçlu hisseden ve bunun yükünden kurtulmak için çevresinde de suçlu arayan bir tiptim. Sonrasında bu tamamen değişti. Suçlamak yerine sorumluluk almaya doğru dönüştü. Hoşuma giden yöne doğru gitmek, iyi geleni bulmak benim sorumluluğumda.

Kavramlarla boğuşmaktansa, bedende giderek daha net bir şekilde görülmeye başlayan hisleri izlemeye başladım. Zihnin düşünsel süreçlerini özgür bıraktığımda da benim için harika bir işlemciye, arkadaşına dönüştü zihin.(K9)

Hisler, katılımcıların ortak vurgu yaptığı noktalardan bir tanesi olmuştur. Hisleriyle hareket eden bir sürece doğru yol almışlar, yargılanma ya da yargılama durumuna mesafeli olmayı öğrenmişlerdir.

5.4. Yoga ve Cinsellik

Yoga literatürü içerisinde var olan ahlaki yasalar kişinin mahrem alanı olan cinselliği deneyimlemesinde de kontrol mekanizması görevi görebilmektedir. Yoganın ne kadar içselleştirildiği hayatlarında en özel alanlarını etkileyecek kadar önemli şekilde yer kaplayıp kaplamadığı öğrenilmeye çalışılmıştır. Katılımcılara yöneltilen “*Yoga ilişkilerinizi ve cinsel hayatınızı etkiledi mi?*” sorusuna verilen cevaplar oldukça dikkat çekicidir.Örneğin Brahmaçarya cinselliğin kontrol edilmesi üzerine uygulanır. Katılımcılardan bir kısmı bu ilkeye göre ilişkilerini geliştirmişken olumlu etkilenmiş bir kısmı ilişkilerini sonlandırmıştır.

2017 tarihinde yapılmış olan “Yoga yapan bireylerin cinsel doyumlarının, beden farkındalıklarının ve yaşam memnuniyetlerinin değerlendirilmesi” başlıklı çalışmada yoga yapan bireylerin yapmayanlara göre cinsel anlamda daha avantajlı olduğu sonucu elde edilmiştir. Literatürde ağırlıklı olarak yoganın cinsel yaşam üzerindeki olumlu etkilerinin yer aldığı ifade edilmektedir. Özellikle Tantrik yoga ile gündeme gelen yoga ve cinsellik arasındaki ilişki yoga felsefe ve pratikleriyle iç içe sunulan ritüelleri kapsamaktadır.

K6 yoga deneyimi sonrası bu öğretiyi uygulamaya başladığını ve bu süreçte partneri ile arasında olumsuz bir sürecin geliştiğinden bahsetmektedir.

Yani sırf yoga değil işte bu beslenme, yoga, bir de pranayama dediğimiz nefes çalışmaları var. Bunlar benim cinsel hayatımı çok etkiledi. Yani şu yönde etkiledi, daha az bağımlı oldum cinselliğe. Zaten kız arkadaşımınla çok cinsel bir şeyimiz yoktu bu şey yüzünden.

Yani ben kendi adıma konuşayım, onun adına konuşmayayım. Daha böyle ya törpülenmek demeyeyim de nasıl söyleyeyim onu bilmiyorum, daha az ihtiyaç duydum yani cinselliğe.(K6)

K8'e göre bu ilke cinselliğin dengeli kullanılmasını gerektirmektedir.

Ayrıca bu ilkeyi açıklarken cinselliği sürekli düşünmeyi nefsanî, şeytansı bir arzu olarak görmekte bunun dengelenmemesinin Allah'a yönelmede sıkıntı oluşturacağını düşünmektedir. Burada Hindu inancı ile İslam dinine dair ilke ve inanç kesişimlerinde bulunmaktadır. Her ikisinin bir arada kullanılmasında herhangi bir sakınca görmemekte buna ilaveten birbirlerini destekleyici noktalara dikkat etmektedirler.

Üçüncüsü Brahmacharya diye bir ilke var. Cinsel enerjinin dengeli kullanılması. Boşa harcama. Bu ne demek? Hiç kimseyle birlikte olma deme değil. Onu da yapan olabilir tabi ki. Ama bu onunla bununla düşüp kalkma. Yani tek eşlilik aslında söylemeye çalışıyor. Yani dengeli kullan. Eşinle bile aslında dengeli kullan. Hani bu çünkü .. neden? Hem enerjisel olarak senden birçok şey götürüyor hem de kafa sürekli orada olduğu zaman sen nasıl Allah'a yöneleceksin ya çünkü bu çok insanı çok ne diyelim bu şehvet duygusu insana verilmiş şey, şeytansı, nefse ait bir şey çünkü. Ama bunu yapma anlamında değil. Dengeli kullan. Benim bir hocamın lafı vardı. Hep şöyle derdi karım yanımda yanımdaysa kullanırım ama aklımda değil. Param cebimde ama aklımda değil. Varsa cebimde kullanırım derdi. Onun gibi. Yamalar ve Niyamalara dikkat etmek gerek. (K8)

K9 yoga deneyiminin cinsel ve romantik ilişkilerini olumlu etkilediğini söylemektedir.

Etkiledi. Daha samimi ilişkiler kurmaya başladım. Bununla beraber yakınlık oluşmaya başladı. Cinsellik de kurulan yakınlıkla beraber dönüşmeye başladı. Yapılan bir şey değil de, beraber olmanın tadını çıkardığımız bir hal oldu.(K9)

Katılımcılar cinselliğe yönelik bakışlarında yoga öğretilerini dikkate alarak özel yaşamlarında da yer vermeye çalışmakta, bu kimini olumsuz etkilerken kimine de olumlu bir şekilde yansımıştır. Beden üzerinde yapılan çalışmalarda metafiziksel anlamlarla ve yogada bulunan bedenle ilişkili öğretilerin uygulandığı belirli düşüncelerle karşılaşmış bulunduk.

Burada yoga kişinin bedenine olan bakışını metafiziksel bir alana yönlendirmekte ve onu nasıl kullanması gerektiğini şekillendirmektedir. Beslenme ve cinselliğini kontrol ediyor olması da yoga ilkelerinin kişilerin hayatında otorite halini aldığını göstermektedir.

5.5. Beslenme ve Vejetaryenlik

Yogada, bütün inançlarda olduğu gibi beslenme konusunda belli sınırlılıklar, kurallar ve eylemler önem taşımaktadır. Katılımcıların hayat pratiklerinde bunlar oldukça belirgin bir şekilde ortaya çıkmaktadır. Katılımcıların hepsi vejetaryen ağırlıklı beslenen kişilerdir. Vejetaryenlik ve yoga arasındaki bağlantı yoga içerisinde yer alan ahlak yasalarına bağlanmaktadır. Katılımcılar ağırlıklı olarak bu ikisi arasındaki ilişkiyi birbirine çok girift bir şekilde ele almaktadır.

Vejetaryen ağırlıklı beslenmiyorum ama çok fazla et de tüketmem bu arada. Kırmızı etten falan çok hoşlanmam. Genellikle sebze tüketirim ama kendimi de böyle zorlamam yani illa atıyorum 'yoga yapıyorsun, vejetaryen ağırlıklı besleneceksin' falan diye. Canım ne istiyorsa o an onu yerim. Kendimi bir kalıba sokmayı sevmiyorum aslında.(K4)

Yoga yolu öğretisini benimseyenlerin, yoga eğitimi yolculuklarında karşılına çıkan felsefi öğretilerle birlikte anlatılan sattvik beslenme bir takım belli kurallarla uygulanmaktadır. Ayurvedik geleneğine ait bitkisel beslenme şekillerini içermektedir. Aynı zamanda içerisinde soğan, sarımsak, pırasa gibi bitkilerin tüketilmesi yasaktır.

Satvik besleniyorum. Satvik yani 'satva' kelime anlamıyla 'uyum' demek. Neyle uyum? Doğayla uyum. Yani et tüketmiyoruz, hiçbir eti tüketmiyoruz. satvada mesela soğan yemek yok, sarımsak yemek yok, pırasa yemek yok. Ne bileyim. Sirke tüketmiyoruz, turşuları tüketmiyoruz. Alkol yok. Hiç, hiçbir şekilde. Sigara yok. Çok tatlı, çok tuzlu, çok acı bunların hiçbirisi yok. zor bir beslenme tarzı. Ben çok zorlanıyorum mesela dışarıda. Mesela bak yemeğimi getirdim yani bugün.(K6)

Bu beslenme şeklinin eş seçiminde önemli bir unsur olabileceğini katılımcının şu ifadeleriyle anlıyoruz.

Eğer yani sevgilim bu yoganın dışında olursa tabii bu beslenme falan çok önemli yani benim için mesela soğan yememesi çok önemli.

Sattvik beslenmesi çok önemli çünkü o şey yani açıkça söyleyeceğim insanlar gerçekten çok soğan kokuyor. Ben bu sattvik beslenmeyle bunu gördüm. Herkes buram buram soğan kokuyor yani kız arkadaşımın da eğer sattvik besleniyorsa benim için on numara.

Çok önemli bir şey gerçekten onu ancak öyle beslenen insan şey yapabilir, anlayabilir onu. Bunu anlatmak da zor yani. Düşünsene sen şimdi mesela benim kız arkadaşım var. Bir içki içiyor, sigara içiyor, evde et pişiyor. Ne bileyim, soğan pişiyor istemem yani. Rahatsız ediyor çünkü beni artık. (K6)

K6 aynı zamanda yogadan önceki hayatında seküler bir yaşam tarzına sahip olan biridir. Yoga ile karşılaşmasından sonra önceki alışkanlıklarını bıraktığından bahsetmektedir.

Öncesi, yani hani ben arada tabii ki alkol kullanıyordum, et de yiyordum. Seküler bir çevrem vardı. Ondan sonra bunların hepsi yogayla birlikte kesilince yani tamam dedim, kendi kendime karar verdim. Ben böyle besleneceğim çünkü önce onu gördüm. Ha dedim ki gayet güzel bir beslenme türü. 7 Şubat'ta başladım böyle şey gibi milat gibi yani. 2022'nin 7 Şubat'ında başladım. Ondan sonra hep sattvik besleniyorum yani. Ha arada çok az peynir yiyorum yani ne bileyim mesela tatlı yiyorum. Tatlının içinde süt var, yumurta var yani yüzde yüz sattvik olmak diye bir şey de yok. O da yanlış bir şey yani. (K6)

K6 bu beslenme tarzının çevresindeki kişilerle ilişkisini etkilediğinden şu şekilde bahsetmiştir.

Çünkü orada yani o felsefe çok etkilemişti hepimizi. O çok değiştiriyor, arkadaş çevresi ister istemez değişiyor. Çünkü başka şeyler konuşuyorsun, başka şeyler duyuyorsun, görüyorsun. Bu beslenme yüzünden bile mesela çoğu arkadaşım benden uzaklaştı yani. İçki içmiyorum diye, et yemiyorum diye. (K6)

K10 sattvik beslenmeyi bir yaşam tarzı haline getirerek öğretiyi içselleştiren kişilerden biridir. Yoga öğretisi içerisinde bu beslenme şeklinin yer aldığını ve uygulanması gerektiğini söylemekle birlikte katı çizgilerden ziyade bütünlüğe uygun şekilde bir beslenme tarzı vardır.

Sattvik beslenme doğru bir beslenme şekli. Çünkü sattvik beslenme dengeli beslenme demektir. Yoganın söylediği bu aslında dengeyi bulmak. Dengeli beslendiğimi düşünüyorum. Kendi adıma yediğim şeyleri düzenli tutmaya çalışıyorum.

Cips de yiyorum canım çekince. Ama onunla da uyumlu bir şekilde yapabileyim. Genellikle bu konularda yoga eğitmenlerinin ilgilendiği şey ayurvedadır. Ayurvedada geçer. Birkaç veda var. Rigveda vs. bunlara bakmak gerek. Kişinin et yeyip yememesinin kendisine zararını deneyip görmesi gerekir. Öyle karar vermeli diye düşünüyorum. (K10)

K9 yoganın öğretilerini benimseyip uygulamaya çalışan katılımcılara göre daha bireysel ve kendi bireyselliğine dönük olarak kararlar alıp uygulamaktadır. Yogayı da hissederek yaşamakla bağdaştırmakta ve gerçek olanın hisler olduğunu vurgulamaktadır. Bu nedenle beslenme tarzına baktığımızda da düşünceleri doğrultusunda seçmecî bir yaklaşım sergilediğini buna rağmen yogayla birlikte edindiği sattvik beslenme tarzını da yaşam şekli olarak uyguladığı görülür. Bir tanımlama olarak aynı zamanda kendisinin peskateryan beslendiğini söylemiştir.

*Tütün vs kullanmıyorum. Arada biraz şarap, bira içtiğim olur arkadaşlarımla. Nadiren. Fakat hiç bir alışkanlığım yok. Yalnızca katı yaklaşmıyorum. Yeri geldi mi, atıyorum tatildeysen vs arada ortamla beraber eğlenip, güllüp geçiyorum. “Yogi”nin beslenmesini de değil de, bana iyi gelen yaşamı tercih ediyorum. Bence bazen bazı şeylere koyduğun tepkinin gerginliği, onun kendisinden daha zarar verici olabiliyor. Bence yoga, yani “zihin-beden birlikteliği” hissederek yaşamakla ilgili. Kurallar değil de, **senin hislerin gerçek olan**. Kurallar ölü, başkası için geçerli olan kaideler gibi. Hislerinse şu anda olan, gerçeklerle ilgili. Onları görmeye, onların görünmesine tutkuluyum. Her ne kadar birçokları için verilen ezbere bir yaşam şekli çok daha fantastik gelse de; insanlar bunu isteseler de. Bu arada bence kolayca kaçmak istiyorlar aslında. “Şunu ye, bunu giy.” Sanki bir şey olduğunu zannediyorlar. Hâlbuki aynı zihin yapısı onlarla geliyor. Önemli olan bir şeyleri anlamaya başlamak. Bununla beraber sorumluluk alabilmeye başlıyorsun. Bana bu çok daha zekice geliyor. Yoksa hep biri söylesin, sen yap. Basit olan yol. Sorumluluk hep başkasında. Ve bu hayatını dönüştürmüyor. (K9)*

K9 katılımcı peskateryan olduğunu söyleyerek diğer vegan ve vejetaryen beslenenlerden farklılık göstermektedir. Peskateryanlar yalnızca et olarak deniz ürünlerini tüketmektedirler. Balık eti dışında başka et tüketmezler.

Aynı şekilde seçmeci bir tavırla yoga yolundakilerin uyguladığı daha ağır şartları olan sattvik beslenmeyi de uyguladığından bahsetmektedir. Sattvik beslenme et ve et ürünlerini yememeyi gerektirirken K9 belirli kurallar içinde yaşamayı tercih etmeyen biri olarak kişisel duyguları doğrultusunda beslenme şeklini yönlendirebileceğini bize gösterir. Bu şekilde referans noktası yogik beslenme tarzı olan sattvik beslenme ya da vejetaryen bilinci değildir, kendi bedenini o anki isteklerini referans alır.

3 sene vejetaryendim. İyi geldi bir dönem için. Hafif hissettim. Şimdiyse bana iyi gelen yönde besleniyorum. Ağırlıkla peskateryanım. Yani deniz ürünlerini yiyorum. Pek de iyi geliyor. Genelde “kendiliğinden” sattvik beslendiğimi söyleyebilirim. Ama arada ufak kaçamaklarım oluyor. Eskiden beri gittiğimiz güzel bir kebabçı vs gördüm mü affetmem genelde. Ama gerçekten iyi bir yer olması gerek.(K9)

Başka bir katılımcı (K8) vegan olma sürecinde ailesiyle yaşadığı zorluktan bahsetmektedir.

Uygulamaya çalışıyorum. Uzun süre bir üç yıl kadar vegan oldum, pandemi döneminde oldum. Daha rahat olabildim evde. Evde veganlığı uygulayabildim. Çünkü ev daha senin rahat uygulamalar yapacağın bir yer. Ama ne zaman ki artık dışarı çıkmaya başladık, benimle birlikte kocam ve çocuğum da aç kalmaya başladı. Çünkü aynı yerde yemek yiyemiyoruz. Bu sefer iki-bir yıl falan onlarla birlikte böyle bir uzun bir yerlere gittik, geldik. Bir gün onlardan dönerken Konya'dan dönüyorduk. Konya'da malum hiç etten başka bir şey yok. Ve yolda da hani ‘şurada duralım, orada yok. Burada yeriz. Aaa bir sonrakinde yeriz. Şöyle yeriz.’ Böyle eve geldik. Açız. Ve ben şunu düşündüm. Senin bunu yapmaya hakkın var mı bu insanlara? Yani senin çocuğun ve de kocan yani. O adamcağız araba kullanıyor. Onların yemeğe ihtiyacı var. Sen vegansın diye onlar bu seçimi yapmak zorunda değiller veya kendi kendime dedim ki böyle bir yere gittiğimizde eğer sadece peynir varsa peynirli pide yerim ölmem ya. Ha o da Allah'ın bir şeyi yani. Hani sen bazı şeylerden kaçmak uğruna işte ben veganım peynir yemem.

Hayvanları düşünüyorum falan deyince bu sefer senin yanındaki insanlar heba oluyor. Sen başka bir kötülükle 'ahimsa' diyoruz şiddetsizlik. Ee sen onları şiddet uyguluyorsun. Yani hayat bir denge işi. Böyle elinizde etiketlerle dolaşamayız. Ben veganım, ben anneyim, ben şuyum, ben buyum.(K8)

K8 tasavvufu da ilgilenen aynı zamanda yoga eğitimi için Hindistan'a gitmiş çeşitli meditasyon aktivitelerine katılmış biridir. Veganlığı yoga öğretisi içerisinde olan ahimsa yasasına uyarak uygulamaya çalışmaktadır. Aynı zamanda bu davranışının ailesini zor durumda bırakmasına karşın yeniden ahimsa kuralını çiğneyip çiğnemediğine dikkat göstermektedir. Bu açıdan yaptığı davranışlarda yoga ilkelerine bağlı hareket ettiğini görüyoruz.

K15 ise yoga yolculuğu nedeniyle beslenme alışkanlıklarında farklılık gösteren ve yeni bir bakış açısıyla hayatına devam eden katılımcılardan biridir.

Yaşam tarzım kökten değişmedi ama şöyle mesela imm nasıl desem üniversitedeyken falan arkadaşlarımla çok sosyaldim alkol falan da kullanıyordum. Yogayla tanıştıktan sonra komple bıraktım artık içmiyorum. Yoga da yaptığım için içmemeyi devam ettirip mesela uzun süredir artık iki üç yıl mı olmuştur dört yıl mı olmuştur içmiyorum yani. Yaşam tarzımı o yönde değiştirdi. Çünkü yoga diyoruz yani ama yoga adı altında alkol tüketmek yasak çünkü alkol tüketmek bir açgözlülük işareti. Senin nefsinin istediği bir şey sana faydası olmuyor. Ona yöneliyorsun ama bu sana fayda sağlayan bir şey değil sadece arzuların için tükettiğin bir şey.(K15)

K3, vegan kafe işletmecisi biri olarak hamilelik sürecinde de vegan beslendiğini söylemekte ve herhangi bir zarar görmediğini anlatmaktadır.

10 yıldır ben vegan besleniyorum. Evet. Ve hayvansal hiçbir ürün tüketmediğimiz için de doktorum da mesela çok şaşkındı ve mutluydu hani test sonuçlarımla ilgili. Ve tabii ki hamilelerin yaşadığı o ödem, şişkinlik, şeker işte hamilelik zehirlenmesi, hamilelik tansiyonu, hamilelik şekeri... Bunların hiçbirini, bu arada rutin yani hamleler yaşıyor bunları ben bunların hiçbirini yaşamadım. (K3)

K3 veganlığı bir yaşam tarzı haline getirmiştir. Burada önemli bir rolü eşinin de vegan olması oynamaktadır. Çocuğunu vegan yetiştiren K3, çocuğu büyüdüğünde tercih yapmakta özgür olacağını ifade etmektedir.

Evet ne istiyorsa yapabilir. Şimdi biz onu vegan besliyoruz bu arada. Vegan bir çocuk. Ama bana yarın bir gün diyebilirim. Ben vegan olmayacağım. Olma. Ya da diyecek ki atıyorum ben şunu yiyeceğim. Ya da ben şu dine mensubum. İsteddiğini yapıp ya da ben eşcinselim. Hiç önemli değil yani.

Yani ne kadar sıkarsan bazı şeyleri, ne kadar kapatırsan, baskı kurarsan o kadar patlamalar oluyor. Çünkü hiçbir anlamı yok. (K3)

5.6. Ritüeller

Ritüel kavramsal olarak kutsal olarak anlam atfedilen şeylerin bilinçli bir şekilde sürekli tekrar edilmesi(Zuesse, 2005: 7834), kült davranışları ifade eden(Snoek, 2006: 8), seremonyal (ceremonial) olarak bir dinin kültürünü oluşturan unsurlar(Spiro, 1982: 199) olarak adlandırılmaktadır. Türk sosyal psikoloji profesörü Nuri Bilgin'e göre "Dinsel anlamda belirli bir cemaatin uyguladığı törenler, sosyolojik anlamda ise bir sosyal grubun günlük yaşam ve tören pratiklerini de kapsayan alışkanlıklar halindeki davranma biçimleri" olarak tanımlanmaktadır (Bilgin, 2003: 312). Ortak bir tanımlamada ritüel tekrarlanan davranış örüntüleridir. Bireyler ritüel haline getirdikleri davranışlarına çeşitli anlamlar verebilmektedirler.

Yoganın kendisi de otantik anlamında geleneksel Hint inançlarında görülen dini bir ritüeldir. Modernize edilmesine rağmen yoga grupları içerisinde görüldüğü üzere temel anlamı yaşatılmaya devam edilmektedir. Yoga stüdyolarında yoga pratiği yapılırken halen Hint dini terminolojisindeki kavramlar kullanılmaya devam edilir. Ve bu eylem Hindu ve Budist terminolojide gördüğümüz şekilde ruhsal kurtuluş, aydınlanma, aşkın bir varlıkla bir olma, huzuru elde etme amaçlarına odaklanmaktadır. Bu durumda yoga dinsel ritüel formuna sahip olarak yapılmaya devam etmektedir diyebiliriz. Aynı zamanda örneklem grubu içerisindeki katılımcıların meditasyon/yoga eylemlerine yükledikleri anlamlara odaklanıldığı için burada katılımcıların anlam dünyalarını inceleyeceğiz.

Öncelikle meditasyonun katılımcılar için ne anlam ifade ettiği sorulmuş ve devamında daha detaylı sorulara geçilmiştir.

K3 meditasyon hakkında uzun ve zorlu emek isteyen bir süreç olarak tanımlamaktadır.

Ben meditasyon 'hadi oturayım. İki dakika gözünü kapatayım da işte huzura ereyim.' Öyle bir şey yok. Çok uzun çalışmalar bunlar böyle. Yıllarını veriyor insanlar meditasyonda anda kalabilmek için, onu sağlayabilmek için. Bunların kampları var. İnsanlar bir ay kampa gidiyor kapanıyor mesela. Sadece meditasyon yapıyor. Yani kaldıramayanlar oluyor.

Yapamayan bırakanlar oluyor. Çünkü o sessizlikte telefon yok. Bir şey yok. Hiçbir şey yok. Saatlerce oturuyorsun mesela.(K3)

Meditasyonu tanımlamaları istendiğinde K7 şöyle açıklamıştır.

Allah'ı sevmek. Hüda'yı sevmek. Bütün dinlerdeki aynı kaynak olan, yaradan. Ve bütün bilgi onda mevcut. Bütün her şey mevcut. Tek bir varlık var. Ve ben onu bilmek ve hatırlamak, onun o ışığının içinde onun sevgisini kendime aktığını hissetmek, meditasyon bu. Bütün meditasyon bu. Ama bunu yapabilmek için senin aklında soru olmamalı, hiçbir şüphe olmamalı. (K7)

Meditasyonu yüce bir yaratıcı ile kurduğu irtibat şeklinde tanımlamaktadır. Ve bu bağlantıyı sağlayabilmek için kişinin aklında hiçbir soru ve şüphe olmamalıdır. Yani tam teslimiyet ile ancak meditasyon yapılabilir.

Katılımcılara meditasyon deneyimleri hakkında çeşitli sorular yöneltilmiştir. "Meditasyonu ne sıklıkla yaparsınız?" sorusuna K6 şu yanıtı vermiştir.

Yani çok yoğun olduğum zaman mesela çalıştığım zaman tabii ki biraz aksıyor ama tekrar o eski sakin rutine geldiğim zaman vücudum istiyor. Ama mesela meditasyonumu her gün yapıyorum hani deli gibi de çalışsam meditasyonumu yapıyorum, nefes çalışmalarımı yapıyorum onları kesinlikle aksatmıyorum. Yoga aksayabiliyor hani. (K6)

Katılımcılara günlük yaşamlarında meditasyon yapmaya ihtiyaç duyup duymadıkları sorulduğunda K4 şu şekilde yanıt vermiştir.

Meditasyon yapmaya, evet ihtiyaç duyuyorum. Atıyorum bir tütsümü yakayım, mumumu yakayım, böyle sakinleşeyim falan gerçekten buna ihtiyaç duyuyorum. Bence herkesin buna ihtiyacı var. Böyle bir oturup kendimi dinleyeyim. Napıyorum ben, ne istiyorum, nereye gidiyor hayatım?' diye düşünmeye herkesin ihtiyacı var diye düşünüyorum.(K4)

Raja yoga eğitmenlerinden kendini ruhsal rehber, ruhsal yardımcı olarak tanımlayan K7 meditasyon sürecini detaylı bir şekilde anlatmıştır.

Şimdi ben biz meditasyonda ne yapıyoruz? Diyoruz ki; kimseyi inceleme, eleştirme, onun eksikliğini görmek için uğraşma, hiçbir gördüğün şeyi olduğu gibi alıp büyütme, konuşma, aktarma, başkalarına taşıma. Şimdi bütün bunlar küçücük şeyler değil mi?

Ama bunları yaptığı zaman ruh farkında olmadan kendi enerjisini tüketiyor. Çünkü ruh saf enerjidir. Eğer sen saf düşüncelerle beslersen, çoğalırın, güçlenirsin, farkındalığın yükselir. Ama dışarıdan gelen olumsuz düşünceleri zihnine alır, onu içinde büyütür taşır kendi o saf enerjinin yakıtını kullanırsan bir an gelir kafan karışır bişey anlamazsın. Ne oluyor dersin. Şimdi meditasyonda biz bunları yapmıyoruz. Diyoruz ki daha gelirken kendimizin o düşüncenin olumsuz düşünce zihnimize gelirken yakalayıp onu dönüştürüyoruz. Niye biliyor musun? O karşıdaki kişi bana şunu yaptı, bunu yaptı, onu dedi.. ona sevgi gönderiyorsun. Sen de bir ruhsun, ben de bir ruhum. Bu bir oyun ve biz bu oyunda mutlaka başarılı olmalıyız. Çünkü dünyanın bizim bu iyi düşüncelerimizin ışığına ihtiyacı var. Şimdi burada birdenbire kendini sorumlu hissetmeye başlıyorsun. Yani benim o kişiyle ilgili kişisel duygularımdan çok daha yüce bir düşünce var. Yani ben iyi olmalıyım. Olumlu tutmalıyım zihnimi ve enerjimi olumlu kullanarak etrafa da bu enerjiyi dalga dalga yaymalıyım. Nasıl internet yayıyor? Herkes açıyor, kullanıyor. Ne güzel değil mi, ee peki ben de huzur dalgası yayabilirim. İnsanlar birbirlerini mesela ben otobüste metroda hiç böyle boş oturmam. Hemen çalışmaya başlıyorum.(K7)

Katılımcıya “Ne çalışması yapıyorsunuz?” sorusu sorulduğunda şu yanıtı vermiştir:

Etrafa dağılmış olan enerjimi ayaklarımdan başlayarak alnımın ortasına topluyorum. Alnımın ortasında parlak bir ışık noktası hayal ediyorum. O benim ruhum, ruhumun ışığı. Ve etrafımda fayda sağlamak için ben ruh, o da bir ruh ama ondan önce kendimi eğer çok şeyse etraf böyle negatif enerji doluyorsa hemen yaradanın ışığını düşünürüm. Yaradan da sonsuz ışık kaynağı düşüncemle ona düşünce ipimi bağladığımı düşünürüm. Yaradan'dan bana akan o saf enerjiyle doluyorum ve etrafa deniz feneri gibi yayıyorum.

Bunu zihnimde hayal ederim. Bir başlarım etrafıma Yaradan'dan bana akan o saf enerjiyi ruhuma çekiyorum. Ruhum bir elmas gibi onu alıyor. Deniz fenerinin içinde biliyorsunuz elmaslar bir elmas ve etrafında da aynalar vardır hani o, en uzaktaki karanlığın içinde bile uzaktaki gemiye gideceği yolu gösterir. İşte ben orada hizmete başlarım hemen. Yani ben ruh onlar da bir ruh ve karanlıkta yollarını kaybetmiş.(K7)

Katılımcı bu meditasyon çalışmasını “hizmet” olarak tanımlamaktadır. Burada yaratıcı güçle bağlantı kurularak ondan alınan ışık metaforu ile tarif edilen bir güç vardır, daha çok sevgi ya da bilgi olarak nitelendirilen bir özelliğe sahiptir. Bu gücü alan ruhsal lider ya da yardımcı kişi bunu ihtiyacı olan kişilerle paylaşır. İçinden telkin ettiği cümlelerle ve zihninde canlandırdığı (imagination) şekilde ışığı başka kişilere ulaştırmaktadır.

***Hizmet bu** işte, ben ruh Yaradan'dan ışık bana akıyor. Benden de bütün işte buradaki ruhlara bu ışığı neye ihtiyaçları varsa sevgi, huzur, bilinçlerinin belki ne bileyim işte o an kirlenmişlerdir değil mi, belki intihar etmeyi düşünüyor. Ben hissediyorum mesela. Orada biri intihar etmeyi düşünüyor mesela. Çünkü hissedebiliyorum bunu. Tamam mı. Ve diyorum ki Yaradan'dan akan ışıksın sen bir, sadece şey gibi anten gibi alıyorsun ve etrafa vermek zorundasın. Ama onun için ağlaman ya da gidip konuşman falan gerekmiyor. Böyle şeyler yok, iletişime geçmeye gerek yok. Çünkü benim işim o değil. Çanak anten aşağı inip on üçüncü dairenin çanak anteni istiyor musunuz diye soruyor mu sormuyor. Değil mi yani. Çanak anten burada duruyor. Alıyor veriyor. (K7)*

Bu eylemi hizmet olarak tanımlamaktadır. Yoga öğretisi yolunda en üst mertebe bilgileri alan kişiler ruhsal bir liderliği edindikleri bilgiler aracılığıyla alarak kademleşirler. Ama bunu doğrudan telaffuz ederek kullanmayı sevmezler. Çünkü yoga bilgisine göre herkes birbiriyle ruhsal kardeştir. Bazıları çok çalışır ve Tanrı ile kurduğu bağlantıyı geliştirir. Bağlantıyı geliştirmek yoga/meditasyon sürekliliği ve içselleştirme ile sağlanmaktadır.

K8 ilk meditasyon deneyimini şöyle açıklamaktadır.

Çok muazzam bir deneyimdi. İlk derse girdim. Kendime çok güvenmediğim için en sona geçtim. Kalabalık bir sınıftı zaten. Son anda girmiştım.

Herkes ne yapıyorsa ben de yaptım. En son shavasana anlamını bile uzun aylar sonra öğrendim, ceset anlamına geldiğini. Herkes baktım yattı böyle, ritüeli de bilmiyorum. Tabii her yerin kendine göre bir ritüeli var. İşte mat tamam o vardı zaten. Bir battaniye koydu herkes üzerine. Ben de koydum. Ondan sonra böyle birkaç dakika geçti. Böyle gözüme bir şey kondu. Damla mı anlamadım çok hoşuma gitti. Mentollü bir şey nane kokusu gibi.

Ay ne kadar güzel dedim. Sonra bir müzik sesi böyle çok derinden gelmeye başladı kulağıma. O müzikle birlikte böyle uçan halı gibi matımın yukarı kalkıp uçtuğunu falan düşündüm. Ya o kadar iyi geldi. Hafıfledim. Böyle çok iyiydi. O yatış pozunu en zorlarından biridir. Kendini bırakamaz herkes öyle.
(K8)

Yoga deneyimini diğer pilates gibi fiziksel çalışmalardan ayıran bir özellik zihinsel çalışmalar yapılmasıdır. K2 yoga deneyiminden şu şekilde bahsetmiştir.

Sakinleşiyorum yani belki de o zamanı kendime ayırdığım için de olabilir ama gerçekten sakinleşiyorum ve mutlu oluyorum. Mesela eve gittim o pazar günü oradan çıkıp. Çocukların hepsi diyor ki anne ikisi de anne ne kadar tatlı olduğunu sen böyle yumuşacıksın falan deyip hani ses tonun bile yumuşuyor o derece. Hani ve evet çok işe yarıyor ama şöyle pilateste o kadar mesela ben kıyasla desen pilateste o o kadar olmuyor. Pilateste sadece bedene sürekli odaklanıyorsunuz. Yogada zihnine de odaklanıyorsun. Yani daha sakin nasıl olabilirim? Anda nasıl kalabilirim?(K2)

Katılımcılar arasında meditasyon sırasında spiritüel deneyim yaşadığını belirten de vardır.

Hani ben maditasyonda nefes kontrolü falan bişeyde kaldığım zaman orda yükseldiğim zaman gerçekten de içimdeki enerji ya da dışımdaki o spiritüel deneyimlere ulaşmaya başlıyorum. Gerçekten gidebiliyosun. (K10)

Bir başka ritüel yoga içerisinde tapas denilen riyazet tekniğinin uygulanmasıdır. Tapaslar yoga öğretilerinde irade gücünün geliştirilmesi için çeşitli şekillerde uygulanan bir öğretilerdir. Alışkanlıklardan ve bağımlılıklardan kurtulmak için kişinin kendisini bir tür terbiye etme metodu olarak uygulanmaktadır.

Ya mesela işte bizim aldığımız eğitimlerde işte şey diyorlardı kendinize bir tapas koyun. İşte on beş günlük. Hedef gibi. Doğru.

Yani biraz daha o boyutla bakabiliriz. Kendimize yasak koymak değil de amaç, hedef gibi. İşte ben on beş gün kahve içmeyeceğim. Bu bir hedefasında bakarsanız. Kendine bir yasak koymak değil. Hedefim ne? On beş gün boyunca kahve içmiyorum. Şimdi şöyle bir şey var.

Kendindeki değişimleri de fark etmek adına şimdi bizim günlük alışkanlıklarımızı sürekli her şeyi alışkanlık haline getirmek biraz insanlarda bağımlılık yaratıyor. Bağlılık ve bağımlılık çok farklı bir şey. (K5)

K14 yoga ritüellerinde bulunan güneşi selamlamadan, ritüelin içerisinde yer alan her pozisyonun anlamından bahsetmektedir. Yoga eğitimleri içerisinde anatomi dersleri de verildiği için eğitimciler vücudun her bölgesindeki çalışan sinir sistemi ve kaslar hakkında bilgi sahibi ve terminolojiye hâkimdir.

*Genel olarak güneşe selamla başlanır. Bir top yapılır orada. Sonra yer hareketlerine veya işte dersin şeyine göre hem yaş düzeyine derstekilerin düzeyine göre bir ders akışı yapılır. Sonra gittikçe yavaşlar o ders akışı. Yer hareketlerine geçilir, daha böyle öne eğilmeler yani pasif hareketlere geçilir. Öne eğilmenin de bir sürü anlamı vardır tabii yani. Her namaste yaptığında veya birine saygı gösterdiğimizde de şöyle yaparız yani illa yogada böyle yapmak gerekmez. Yani bu aslında boynun eğilmesi yani boyun en hassas yerdir ve **boynumu sana sunuyorum** anlamı da taşır. Aslında **çok derin manalar var her birinde.***

*Dolayısıyla vagus sistemi yani bizim parasempatik sinir sistemimizin anahtarlarından en önemli sinirlerinden biri olan vagus sistemini her seferinde yogada devamlı hani güneşe selamda da öyle bir göğsü açarsın bir kapatırsın. Açma kapamayla oluşur güneşe selam. On iki pozdan oluşur. Bir açılırsın bir kapanırsın. Bir **şöyle rükû gibidir hani belki bir açılırsın sonra bir tamamen kapanırsın.***

*Hani ayakta öne eğilme. Sürekli açılıp kapanmalarla aslında anatomik olarak baktığımızda omurganın açılıp kapanmasıdır. Çünkü omurga bizim en önemli yerimiz. Omurgada her şey, sinirler vesaire omurgada. **Spiritüel veya manevi açıdan da her öne eğilmeye sen o anlamda hani secdeye eğilme gibi kendi bireyselliğini yok etmeyi aslında davet edersin kendini. Farkında olmadan, farkında olman da gerekmez. Farkında olmadan bile o küçülme hissi insana iyi gelir.***

Neden bir yoga dersinden çıktıktan sonra insan iyi hisseder kendini? Çünkü küçülmüştür. O büyük büyük büyük kimliklerin azalmıştır. O azalmışlık ve küçülmüş eksiklik hissi seni mutlu eder. Aslında yoga veya bu çalışmaların hepsi aynıdır. Fazlalık, bir yerimize bir şeyler öğreneyim de yapıştırayım, büyüyeyim, işi değil eksilteyim işidir.

Ne kadar eksilirsek, ne kadar o kimliklerden kurtulursak, ne kadar silme işlemi yaparsak aslında daha mutlu oluruz aslında. (K14)

Pozlar anatomi kavramlarıyla sık sık sağlık açısından yararlarıyla birlikte anlatılmakla birlikte spiritüel manevi açıdan dini terminolojilerle bağlantı kurularak açıklanmaktadır. Tüm ritüelin sonunda kişinin yoga dersinden ayrıldığındaki iyi hissetmesini öncelikli olarak manevi anlamı ile değerlendirmektedir. Birey yoga dersi sonunda “küçülmüştür”, “fazlalıklarından arınmıştır”. Ama bu küçülme ve fazlalık fiziksel bir şeyi değil manevi bir anlamı kastetmektedir. Yoganın bireyi egosundan kurtardığı kastedilir. Yine diğer tüm katılımcılarda görüldüğü üzere pratiklerin sonunda kişi kimliklerinden de arınmıştır. Buradaki ritüeller dini terminolojilerdeki tanrıya tapınma ritüelleriyle benzer anlamda ifadeler taşımaktadır. Aynı zamanda kişi Hinduizm, Budizm veya İslam’da olan nefsi terbiye konusuna vurgu yapmaktadır.

K9 meditasyonu her an yaptığından bahsederek hissetmekle eş anlamlı şekilde tanımlamaktadır. Kendisi tanımlamalara ve herhangi bir kimlik, kalıp, tip belirten şeylere karşı tepkilidir. Bu tarz düşüncelerin önyargı içerdiğini ve ürettiğini düşünmektedir. Bu nedenle meditasyon kelimesini kullanmamayı dahi yeğlemektedir. “Her an yaparım. Her anı hissetmeye tutkuluyum. Meditasyon benim için bir oturma pozuyla veya çeşitli şekillerle, tekniklerle sınırlı değil. Her an hissedilebilir. Meditasyon kelimesinden de kurtulunabilir böylece.”(K9)

Meditasyon deneyim süreci hakkında K4 hayatı hakkında düşündüğü sorgulamalara değinmektedir.

Meditasyonda düşündüğüm şeyler genellikle geleceğe yönelik oluyor. İşte nasıl bir hayat bekliyor beni, ne yapacağım bu hayatta, hayallerime nasıl ulaşabilirim ya da gerçekten bir hayalim var mı? Tam olarak onu bilmiyorum mesela. Ne yapıcım, ne yapmam gerektiğini bilmiyorum. Başka bir hayatta başka bir şekilde başka bir aileyle büyüseydim nasıl olurdu gibi. (K4)

Yoga pratikleri içerisinde guru, eğitmen, lider tarafından verilen telkinler deneyim sahibi kişiler için etkili olabilmektedir. Bu telkinlerde kişiler düşününce onu psikolojik olarak rahatsız eden şeylerin bırakabilmesi için zihinlerinde bir yolculuğa çıkarlar. Liderler bu spiritüel yolculukta kişinin manevi olarak yüceldiğini, ışık olduğunu, değerli olduğunu vurgular ve Tanrıya şükranla bitirir.

Genel olarak bitirilirken Om Şanti kelimeleri söylenir. Bu şekilde kişilerin beden ve zihinlerine huzur geldiğine inanmaktadırlar.

Mesela diyor ki 'sen özelsin, sen dünyada eşi benzeri olmayan bir varlıksın.' Zaten o yogadaki telkinler işte atıyorum sana iyi hissettiriyor. Mesela sen şey düşünüyorsun 'ben bu dünyada kimim ki, herkes gibiyim işte, dünyadaki bütün insanların ben de bir parçasıyım böyle, dıştan görünse bir karınca gibi bile görünemem' vesaire diye kendi içinde düşünüyorsun ama yoganın sana kattığı şey çok daha başka. Hayır diyor, 'sen özelsin, sen teksin, sen birsin'. Bu şekilde. (K4)

Bu telkinler hakkında K1 ise şu ifadeleri kullanmıştır.

Şöyle sabah kalkıyorum mesela işe gideceğim. Saat yedide kalktım diyelim. Spotify'da şeyler var. Müzik değil, müzik değil. Direkt bu şekilde telkinlerle başlayan meditasyon şeyleri var. Yani ben onları dinlediğim zaman mesela bilmiyorum ama başka biri bana bunları söylemiyor gün içinde ve çok stres olduğum zamanlar olabiliyor iş yerinde. Hiçbir şey nasıl anlatayım? Ya seni hiçbir şey tatmin etmiyor. Yani mimarsın ama yurt dışında okumuşsun ama gelmişsin. Türkiye'de işte yalnız bir halde kalmışsın. İki çocuğun var. (K1)

Aynı şekilde K2'de yoga yapmayı bağlantıda olmak olarak açıklayarak Tanrı ile birlik olmayı onu düşünmeyi kastetmekte ve bu bağlantıyı her an her yerde kurabileceğini belirtmektedir.

Görüşülen kişi gerçek anlamda yogayı Tanrı ile bağlantıda kalmak olarak tanımlamaktadır. Hareketlerle yapıldığında da bedene yoğunlaşılması gerektiğini söylemiştir.

Şöyle, şu an araba sürüyorum ve baba ile birlikteyim, tanrı ile birlikteyim. O benim yakın yoldaşım. Tabii niye olmasın. Ben bunu yapıyorum ve hakikaten o kadar sakin gidiyorsun ki. Bir sürü saçmalık önüne çıkanlar, şunlar, bunlar ama sanki böyle bir koruyucu şemsiye altında gibi oluyorsun. Her zaman yapabilirsin o anlamdaki yogayı kastetmiyorum ben.

Yani o şeyi bağlantı anlamında yani gerçek anlamında yogayı günün her saatinde, her zaman yapabilirsin. Hatta ben şimdi sana bunları anlatırken kafamın arkasında da şu olmalı: aslında ben bir şey öğretmiyorum, oradan geleni aktarıyorum. Kendi deneyimimden ama aktarıyorum. Dolayısıyla ancak onun enerjisini ben aynı anda kullanabilip yansıtıyorsam o bilgi sana daha kolay geçiyor. Yani burada (uu) onu devreye alıyorsun. Bedensel olarak Hatha yoga yapıyorsun ama yine aynı orada da bedenine çok yoğunlaşmış olman lazım. (K2)

Bu şekilde yoganın sadece stüdyolar, kamplar gibi cemaat halinde yapılan eylemsel özelliklerinden başka kişilerin istedikleri an istedikleri yerde çevrimiçi platformlardan yoga ile ilişkide kalabildiklerini anlıyoruz. Birebir katılımcıların bunu ifade etmesi yoganın dijital ortamlarda da etkin olduğunu daha iyi anlamamıza katkı sağlamaktadır.

K3 Buda tarafından uygulanmış en eski meditasyon tekniğini uygulamalarından bahsetmekte ve bu uygulamanın sabır gerektiren zorlayıcı bir meditasyon türü olduğundan bahsetmektedir.

Saatlerce böyle vipassana diye kamplar var. Vipassana deniyor işte. Orada (uumm) yani tamamen kendini o sabıra itmek. Yani çünkü biz anatomik olarak zaten, anatomik olarak biz insanlar bir yerde uzun süre oturmaya programlı değiliz. Çünkü bizim hormonlarımız var ve hem kalkacağız, bir şey yapacağız, bir şeyle uğraşacağız. Ama bunu eğitebiliyor muyuz? Bakalım neredeyiz? Ne yapacağız ve bunu hayatına uyguluyor musun?(K3)

Ritüellerden birini de “çemberler” oluşturmaktadır. K11 bu ritüellerden şöyle bahsetmektedir: “Meditasyon sonrası elimizi kaldırmadan içinden akanı yazma ile ilgili bir çalışma yapıyoruz. Kişiye bağlı tabi. Paylaşmak isteyen sesli paylaşıyor yoksa kendine özel tutabiliyor. Çemberlerde her katılımcı özgürdür.”

Çemberlerin ne olduğunu anlatmasını istediğimde şu şekilde yanıtlamıştır:

İlk çağlardan bu yana insanlar hep bir çemberde toplanır. Bir ateşin başında mesela. Çemberde bir rehber olur ama çemberde her can eşittir. Rehber sadece süreci yönetir. Cem olma hali yani. Kadın çemberi, erkek çemberi veya karma çember vardır. Arkadaşlarıyla bir araya gelip kahve içmek de çemberdir, ritüeldir. Aslında çok basit ama derin bir konu.(K11)

Çemberler kişilerin bir halka oluşturarak grupça bir arada toplandığı birlikte gerçekleştirilen uygulamalardır. Örneğin kadın çemberlerinde kadınlar bir araya gelir ve halka oluşturur. Süresi uygulamaya liderlik eden kişinin oluşturduğu programa göre değişebilir. Bazılarında farkındalık temalı özbenlik gibi çeşitli konularda çalışmalar yapılır. Birlikte meditasyon gerçekleştirilir.

Bazı çember ritüellerinin bir kısmında kişilerin birbirlerine dokunarak sıcaklıklarını hissetme aracılığıyla varlıklarının anlamı hakkında farkındalık kazanmaya çalışılır. Aynı şekilde erkek çemberleri ya da karma çemberler içinde söz konusudur.

Çember açmak, oluşturmak büyü ritüelleriyle de ilişkili ve köklü bir kavramdır. Pek çok çember oluşturma şekli bulunmaktadır. Yoga yapan kişilerde gözlemlediğim üzere çember oluşturma için düzenlenen kamplarda ruhsal keşif, farkındalık, arınma temaları her zaman işlenmektedir. Bununla birlikte kutsal dişiliği keşfetmek, kutsal erillliği anlamak ifadelerine de sıkça yer vermektedirler.

Pagan ritüellerine benzerlik oranı daha yüksek olan bu ritüellerin yoga gruplarında deneyimlenmesi spiritüel hareketlerin içerisinde yoganın eklenmesiyle ilişkilidir.

Yoganın sadece turizm sektöründe değil sağlık sektöründe de geniş bir alan elde etmeye başladığını biliyoruz. Alternatif tıp hareketleri içerisinde Hint ve Çin tıbbı gibi sağlık konusunda kişilerin başvurduğu ama özellikle yoga ile tanışmış olan kişilerin rağbet gösterdiği temel yoga ve sağlık hakkında bilgiler mevcuttur. Kriyalar (shatkarmas) yogik arınma teknikleridir. Bu teknikler Hatha yoga içerisinde 6 şekilde ayrıntılandırılarak anlatılır. Dhauti, Vasti, Neti, Trataka, Nauli, Kapalabhati bu tekniklerin isimleridir.

Bunlar modern tıptan çok farklı olarak kişinin hastalığına göre uygulanan yöntemlerdir. Yoga içerisinde yalnızca ruhsal arınma, şifalanma ritüelleri değil bedensel temizlik üzerine de ritüeller bulunur. K11 bu ritüelleri gündelik olarak uyguladığından bahsetmektedir.

Bedensel olarak kriyalar dediğimiz burun temizliği dil temizliği buna her gün devam etmeye çalışıyorum. Yine her gün bedenle ilgili pratiklerime devam etmeye çalışıyorum. İnsanları dinlemeye yargılamamaya çalışıyorum. Yoga öğretilerinin hepsini uygulamaya çalışıyorum. (K11)

5.7. Söylemler

Katılımcıların sohbet içerisinde sorulan sorular dışında üzerinde durdukları kavramlar, söylemler bulunmaktadır. Spiritüellikle kurdukları ilişki içerisinde bu kavramları referans olarak kullanmaktadırlar. Kişiler spiritüel literatürle ilişkili bu kavramları kişisel ilkeler ve değerler haline getirmişlerdir.

5.7.1. Enerji

Enerji kavramı katılımcıların ortak olarak üzerinde durdukları soruları açıklarken kullandıkları ve başvurdukları bir kavramdır. Enerji kavramsal olarak fen bilimlerinde kullanılan bir terim olmakla birlikte inançlarda ruhla ilişkili anlamlara da gelmektedir. K7 enerjinin bir ışık olduğundan ve insanların da ruha sahip olarak ruhlarının ışık olması nedeniyle ışık varlıkları olduğundan bahsetmektedir. Kendisi Raja yoga ile ilgilenmektedir.

Enerji gözle görülmeyebilir. Fiziksel olmayabilir. Bu boyutta biz onu görmeyebiliriz. Ama enerjiye hani bazıları ışık diyor. Değil mi? Ama o onun mesela bu bilgide bram elementi bir ışık elementidir. Ve bu dünyanın ötesinde bram elementinin olduğu bir boyut vardır. Şimdi o bram elementinin olduğu yer için bu bilgi de ruhlar dünyası deniliyor. Şimdi ruhlar dünyası o zaman bram elementinin olduğu yere o zaman ruhun senin bir ışık noktası. Yani sen de bir ışıksın ama işte bu kısım fazla bir bilgi bu. Bu fazla bir bilgi senin soruna karşı. (K7)

K7 boyutlardan, ruhun yapısından bahsederken kullandığı enerji açıklamalarında söylediği bilgilerin üst kademedeki bilgiler olduğunu kastederek daha fazla detay vermemiştir. Bu detaylara yani üst bilgilere ulaşabilmek için yoga bilgisinde derinleşilmesi, içten bir şekilde bu yolda kademe kademe tüm bilgileri ruhani liderlerden öğrenmek gerekmektedir.

Enerjim tutmadıvesaire ben buna çok inanıyorum. Mesela benim enerjim normalde yüksektir. Ben auramın falan çok şey olduğuna inanıyorum böyle ne biliyim bir ortama girdiğimde falan kim bana bakıyor, kim bana bakmıyor. Ben onlara bakmasam bile onları hissedebilirim ya da mesela kalabalık bir ortamdayız derim ki 'şimdi şu gelip bana soru soracak.' ve o gelip bana soru sorar. Böyle şeylerin olduğuna inanıyorum ama son zamanlarda enerjimin düşük olduğunu da kabulleniyorum.

Çünkü mesela bir ortama giriyorum vesaire bir şey oluyor ve o eski enerjim yok. Atıyorum eskisi gibi konu açamıyorum ya da eskisi gibi ortada konuşulan konular benim dikkatimi çekmiyor, beni yeteri kadar içine almıyor. Böyle şeylerin var olduğuna inanıyorum ya birinin de bir ortama girdiğinde enerjisiyle o ortamı yükseltebileceğini ya da düşürebileceğini vesaire düşünüyorum. Yani bence çok önemli bir şey. (K4)

Görüşülen kişiler enerji bedenleri olduğuna inanmakta ve bunun onları gündelik yaşamlarında etkilediklerini düşünmektedirler.

Aslında kullanmamız bize iyi gelir. Yani hani bir şey yolunda gitmiyorsa illa ki o bizim bir çakramızla ilgili bir şey anladın mı? Hani ilişkin iyi gitmiyor. İşte bizim kalp çakramızla ilgili bir şey. Oraya yani o çakrayla ilgili yogalar yapabilirsin. Yani sonuçta o çakralara iyi gelen yogalar da var, yoga hareketleri var yani. Onları yapabilirsin. Telkinde bulunabilirsin. Mesela işte bu bolluk, bereket meselesi yani hani işte bolluk ve bereket bana sınırsızca akıyor diyebilirsin. Kendini böyle telkin edebilirsin. (K6)

K6 hayatındaki sorunların çakralarda var olan enerji problemlerinden kaynaklandığını söylemektedir. Bunları düzeltmek için yogaya başvurulmasını gerektiğini, kişinin kendi kendine telkinlerde bulunarak sorunu düzeltebileceğine inanmaktadır.

Bahsettiği noktada telkinler, olumlularla düşünce akışını değiştirebileceğini ve böylece zihnindeki dönüşümle birlikte etrafa yaydığı enerji ile yaptığı olumlamanın gerçekleşeceğine inanmaktadır.

K6 için enerji kişinin maneviyatı ile ilgili bir anlama gelmektedir. Ve maneviyatı zayıf olan kişilerin daha materyalist ve maddeye bağımlı olduğunu düşünmekte dünyevi bir yaşamı öncelediğini söylemektedir. Bu şekilde K6 için dünyevi, maddi yaşamın değil manevi yaşamın öncelenmesi önemlidir.

O enerjyi biliyoruz aslında. Ama işte hepimiz o kadar katmanlıyız ki. Yani o kadar materyal düzeydeyiz ki. Anladın mı? Maddiyatımız, maneviyatımızdan daha kuvvetli. O yüzden işte bunlara kapalıyız. Yani işte enerji ne be diyoruz mesela yani öyle bir şey yok diyorlar. Çünkü sen daha maddeye bağımlısın yani kendini bu dünyadan bu hayatı sadece bu şeyden görüyorsun. Sadece bu hayat var. (K6)

Burada kullanılan telkinle iyileşme durumu guru Osho tarafından geliştirilmiş ve yedi günlük kürlerle verilen eğitimlerdeki yöntemle benzerlik gösterir. Osho 1989'da geliştirdiği teknikte beden ile konuşarak bedenin acıdan kurtulabileceğini söylemektedir(Osho, 2009: 6). Bir benzeri düşünce gücü ile iyileşmek olarak kişisel gelişim ve psikoloji alanında bilinen Emile Coue tarafından telkinle kendine hâkim olma üzerine geliştirdiği yöntemlerdir.

Mantra tekniğine benzer şekilde olumlu kelimelerle kişilerin kendilerindeki negatifliği pozitifliğe çevirme çalışması yapılmaktadır.

K9 katıldığınız enerji çalışmaları oldu mu?sorusuna şu deneyiminden bahsederek yanıt vermiştir:“Reiki uygulamasına giderdim. Grup halinde birbirimize dokunmak, ellerimizi birbirimizin bedenine koyup öylece sessizce durmak, o ısıyı hissetmek, sonra da insanlarla sohbetleşmek iyi gelirdi”(K9).

Yoga içerisinde enerji ve çakralar kişinin subtil bedeni ile ilişkisine referans verilirken de kullanılmaktadır. Hint düşüncesinde bu kavramlar yoga ile bağlantılı şekilde yer almaktadır. K2 enerji bedeni olduğuna inanmakta ve enerji bedeninde tikanıklıklar olduğunda yoga yoluyla bunun düzeleceğini düşünmektedir. Buna yardımcı olabilecek şeyin en önemli olarak nefes egzersizleri olduğunu söylemektedir. Bu şekilde yogada yer alan suptil beden, çakralar denilen bedendeki bir takım önemli noktalardan oluşan kısımların nefes agzersizleriyle çalışılmasıyla olağanüstü güç edinme, sonsuz hayata ulaşma gibi manalarla açıklanmaktadır.

K2 bu bilgileri içselleştirmiş biri olarak yoga hareketleri ile enerji bedeninin iyileştirilebileceğine inanmaktadır. Bu kısımda yogadaki nefes çalışmalarının düzenli ve doğru yapılması gerektiğini söylemektedir.

Bizim bir enerji bedenimiz olduğu için ve o enerjinin süreklilik içinde bir takım tıkanıklıklar olmadan akışını sağlamak için hakikaten bir gayret içinde olmamız gerekiyor. (ii) Yaptığımız her bir asana aslında bir yerde o tıkanıklığı sanki mekanik olarak çözmeye yardımcı oluyor ama doğru yapılması halinde tabii ki. (ii) Ama o tıkanıklıklara yol açanda bizim zihnimiz, yarattığımız düşünceler, duygular vesaire. Yani şöyle bir üçgen düşünecek olursak; nefes, beden ve zihin. Birbirlerini sürekli, sürekli, sürekli etkiliyor. Dolayısıyla nefeslerin çok önemli olduğunu söyleyebilirim bu üçgenin içinde. O asanalarla mesela diyelim ki, böyle bir yerde bir sıkışmışlık var. Orada enerji akmıyor. Yani nefesi kullanmadan mesela diyelim ki sen mum duruşuna kalkıyorsun, bir örnek vereyim somut.

Bir mum duruşuna kalkıyorsun. Kalkmadan önce omuzların, ensen, boynun çok sert mi, çok katı mı? Önce bir nefes al, nefesi ver. Önce orayı bir rahatlat çünkü o sert halinde paldır küldür kalkarsan yırtabilirsin bir şeyleri. Yani onun için o nefes hep farkındalık, farkındalık diyoruz. Ve eğer mesela çok kötü bir ruh halindesin, yani biri seni çok kızdırdı, yeni bir telefon geldi, uff içinden böyle köpürdün ettin. O zaman yoga yapılmaz.

*Önce bir kendini rahatlatman lazım. Onu tolere mi edeceksin, nefesler mi yapacaksın. Önce bir kendini hazırlaman lazım. Yani o vaziyette yoga yapmak davetiye çıkarmak bir sakatlanmaya. Bu şey gibi, çok sinirlendiğinde mesela yemek de yememen gerekiyor. Neden? Çünkü orada o sinirlenmek, kızgınlık demek **mide çakranı, o üçüncü çakrayı büyük ölçüde kilitledin** demek. (K2)*

Katılımcılar enerji çalışmalarına da ilgili olduklarını göstermiş olmakla birlikte görünmeyen bir enerji yaydıklarına, enerji bedenleri olduğuna, çakralara inanmakta; bunların meditatif şekilde, olumlama ile, telkinlerle dönüştürücü gücü olduğunu düşünmektedirler. Bu kavramlar çerçevesinde başka konuları açıklamaktadırlar. Sık referans noktası olan bu kavramların kullanılması spiritüel düşüncelerle pratiklerini şekillendirdiklerini göstermektedir.

5.7.2. Ruh ve Karma

Katılımcılar yoga ile birlikte ruh ve karma kavramlarına sıklıkla başvuru yapmaktadır. Ruha dair inanç geliştirmelerinde spiritüel akımlarla birlikte özellikle yoganın katkısı olduğunu görüyoruz. Önemli kısım yoga öğretisi içinde karma inancının büyük yer kaplaması ve yoga katılımcılarında da karma inancının gelişmesidir.

Ruhu ben bilinçaltı olarak tanımlıyorum aslında. 6-7 sene boyunca aile dizimi eğitimleri aldım. Asistanlıklar da yaptım. Ve o alanda çok fazla grup çalışması deneyimim oldu. Bu çalışmalar esnasında gözümüzle göremediğimiz ama bizi yönlendiren büyük güçlere tanık oldum. Bu yönde bir anlayış gelişti.(K9)

Kişilerin metafiziksel deneyimler yaşamaları ve metafiziksel güçlere inanmaları onların seküler düşünce biçiminden uzaklaşmalarının bir göstergesidir. K9 yüce bir yaratandan ziyade kişilerin de bir parçası olduğunu düşündüğü sonsuz bir yaratım sürecine inanmaktadır. Düşünceleri kuantum fiziğiyle, natüralist perspektifle birlikte seyir halindedir.

Evrenin bir parçası olan doğayla bütün olan bir insan anlayışına sahiptir. Aynı şekilde karma inancına dair diğerlerinden farklı bir görüş yansıtmaktadır.

“Benim bir daha doğacağıma değil ama evrenin sürekli olarak yeniden doğduğuna inanıyorum. Diğer peri masalı gibi olanlar bana çok inandırıcı gelmiyor.” (K9)

Karmaya dair kişiler gündelik yaşamlarında doğal bir şekilde yer vermektedir.

Başlarına gelen problem ya da olayları karma ile açıklayabilmektedir.

Ben bunu yaşadığımı düşünüyorum şu an ya. Yaşadığımı düşünüyorum yani. Yani buna inanmazdım çok fazla aman karma der geçerdim ama şu an bence bunu yaşıyorum ben. Atıyorum, birinin bir derdi vesaire bir şeyi bana gelmiş anlatmış o derdini. Ben ona tamam iyi gelecek bir şeyler söylüyorum ama içimden diyorum ki ‘bunu mu dert ettin anasını satayım’ diyorum ve şu an o şey benim başıma geliyor mesela. Geldi yani ve şu an kötü hissediyorum kendimi. Yani böyle bir başına gelmesi gerekiyor bir şeyler hissetmen için ve karma var ya. (K4)

Yoga literatüründe geniş bir yer kaplayan karma inancının Hinduizm, Jainizm, Budizm gibi dinlerde önemli bir yeri vardır. Kişilerin hedefi mokşa’ya kurtuluşa erişebilmektir.

Bu nedenle karma üreterek yaptıkları döngüyü kırmaları gerekmekte ve nirvanaya ulaşmayı hedeflemektedirler. Yoga eğitimleri içerisinde kişilerin bu ruhsal süreç inancını kendi iç muhasebeleriyle değerlendirdikleri görülür. Kendileri hakkında düşünmeye sevk edilmektedirler.

Bence işte her insanın, her ruhun bir amacı var ama bu amaca ulaşmak, bu amacı bulmak, bu amaç için bir şeyler sarf etmek yani benim mesela şu an da içimde hesaplaştığım bir konu. Ben neden bu dünyada varım, ne yapıyorum? şu an mesela hesaplaştığım konu bu. Ruhumun hesaplaştığı konu bu. Kendim mutlu olduğum bir şeyi bulmak istiyorum aslında. Bence bu dünyadaki ruhun amacı da hani insanın kendini kendi gibi hissettiği, mutlu olduğu bir mertebeye ulaştırmak. Bu diye düşünüyorum. (K4)

K2 drama ve baba kavramlarını kullanarak yoga öğretisi içerisinde yer alan daha derin bilgileri paylaşmıştır. Baba ile kastedilen tanrıdır. Drama ise kişinin bu dünyada yaşadığı şeylerdir. Bu inanç Karma Yoga, Raja Yoga öğretilerinde ayrıntılı yer alır.

Yani zaten burada şunu öğreniyoruz bu Raja yogada. Önümüze gelen bir durum var. Bu yine aynı lafi söyleyeceğim. Sen demin takılmıştın.

Drama gereği bu durum önüme geldi. Peki, ben ona nasıl tepki vereceğim? Yani bir yerde işte o benim tepkim, benim kendi dramamı yaratıyor. Anlatabildim mi? Dolayısıyla ben bir yerde o kadere mahkûm gibi hissedebilirim dramada gelen geliyor önüme. Sen yani orada bir seçimin var, ona getirdiğin tepki nasıl olacak? Kırıp dökmeden, ortalığı dağıtmadan, babanın sevgisini yanına alarak onu nasıl yapabilirsin acaba. (K2)

K6 ruh kavramını İslam terminolojisine referansla açıklamıştır. Ruh denildiğinde aklına gelen Tanrı'nın bir parçası olmasıdır. Ağırlıklı olarak katılımcıların çoğu kendini yolculuk halindeki ruhsal bir varlık olarak görmektedir.

Yani Kur'an'da da diyor ya biz size ruhtan çok az bilgi verdik. Yani ruh sonuçta özden bir şey yani anladın mı? Tanrının kendisinden bir nüve yani ruh. Hepiniz tanrın yani o derya diyelim ona hepimiz onun içinden birer damlayız, ruhu ben öyle tanımlıyorum. Tekrar ona dönmek için zaten bu kadar pratiklerimiz oluyor. (K6)

5.8. Seküler Maneviyat

Peter L. Berger, bireylerin yaşamlarında dünyayı anlamlandırabilmek için kutsal gök kubbeye ihtiyaç duyduğunu, düzenli evrenimiz açısından anlamsızlığın başlı başına bir tehdit olduğunu söylemektedir(Berger, 1969:100). Tezin ana bulgusu olan bu kısımda seküler yaşam tarzına sahip bireylerin yoga aracılığıyla yeni bir maneviyat anlayışı geliştirdikleri ortaya konulmaktadır. Bu tür maneviyat anlayışı seküler maneviyat olarak tanımlanmıştır. “Seküler maneviyat” ile bir dine bağlı olmadan geliştirilen maneviyat anlayışı kastedilmektedir.

Katılımcılar inanç konusunda deizme daha yakın olacak açıklamalarda bulunmuşlardır. Yaratıcı bir gücün varlığını onaylamaktadırlar ama kendilerini bir dine bağlı görmekte zorlanmaktadırlar. Aynı zamanda hepsinde kurumsal dinlerde yer alan cezalandırıcı sistem eleştirilmiştir.

Doğal bir şekilde içinde buldukları toplumdaki dini terminolojiyi kullanarak İslam dininin kavramlarına da başvurmuşlardır. Geleneksel dindarlıkla uyuşmayacak şekilde Müslüman olduğunu söyleyenler de bulunmaktadır. Bu şekilde ne tam olarak kendilerini bir dini grup içerisinde tanımlamak istemekte ne de inanç konusunda tamamen ateist olduklarını söylemektedirler. Sosyal davranışlarını kendi tasarladıkları bu eklektik inanç perspektifi etkilemektedir.

Açıkçası ben kendimi böyle pek inançlı bir insan olarak tanımlamam. Çok fazla inancım var demem ya da inancın getirdiği şeyleri %100 hayatıma entegre ettiğimi vesaire düşünmüyorum ama bu eskiden şöyleydi. Önceden kendimi ateist olarak tanımlıyordum mesela.

Evet bir şeye inanıyorum ama gerçekten onun gerekliliklerini %100 yerine getiriyor muyum? Hayır, kesinlikle böyle bir iddiam yok. Ama içimde bir şeye olan inanç var, evet. Yukarıda bir Allah var. Evet, ona inanıyorum hatta çoğu zaman onunla konuşuyorum da bile. Aslında arkadaşlarımın daha çok etkisi oldu buna benim bunu fark etmemde. Çünkü aile içinde de böyle bir (uu) yapımız yok bizim. Aile içinde de dindar bir yapımız yok. Ya da bu zamana kadar olan arkadaşlarım vesaire de böyle değildi.(K4)

Deist olarak nitelendirebileceğimiz görüşme gerçekleştirilen kişiler ağırlıklı olarak tek bir yaratıcı gücün varlığını hissettiklerini söylemekteyken yine de bunu belirli bir dine bağlı kalmak için yeterli bir sebep saymamaktadırlar.

Burada kurumsal dinlerdeki kuralların ve kalıpların hayatlarını yönlendirmesinden çekinen insanların duruşları görülür. Bu kişiler çoğunlukla dindar bir aileye mensup değildir. Modern seküler bir çevre içinde yetişmiştir. Bir inanca sahip olmanın bağlılık olduğunu düşünen K4 için inanç kişiyi kısıtlayıcı şekilde özgürlüğe engel olmaktadır.

İnanç bence birazcık da bağlılık, bir şeylere bağlılık, bağlanma. Yani bir şeylere karşı inançlı hissedersen aynı şekilde bağlılık duygusunu da hissediyorsun diye düşünüyorum. Ve (ii) o bağlı olduğun şeye, (iii) kendini de bir şeylerden kısıtlayarak yönelim gösteriyorsun aslında diye düşünüyorum. (K4)

K4 burada inancı bağlılık olarak tanımlamaktadır. İnancın gerektirdiği sorumlulukların kişinin kendisini kısıtladığını düşünmektedir.

Dünyevi işler daha önemlidir benim için. Şunu yapmalıyım, bunu yapmalıyım, şunu da halletmeliyim. Bunları yaparken aslında maneviyatı bir yerde unutuyorsun, kaçırıyorsun. Çünkü neden? Ona karşı tam bir inancın yok. Gerçekten ölümden sonraki yaşamın varlığına inansan belki de şu an da bu dünyada bu kadar mutsuz olmayacaksın. Bu dünyaya bu kadar çok önem atfetmeyeceksin.

Onun varlığını kabul ediyorsan ona göre onun yükümlülüklerini yerine getirmelisin ama bu sevap, günah işleri bana birazcık da insanların gözünü korkutan şeylermiş gibi ya da işte onlara iyiliği vadediyorlar, tamam ama. Kim gerçekten biliyor ki bunları diye düşünüyorum aslında ama bu da aslında biraz çelişkili oluyor. Sonuçta sen o ilahi gücün varlığını kabul ediyorsun ama onun yükümlülüklerini yerine getirmiyorsun. O zaman ne işe yaradı yani gibi. Birazcık çelişkili oluyor mesela bunu söylediğimde.

Günahla sevap hani böyle olabilir ama bunu kullanan insanlar da var ya o şeyi doğru bulmuyorum. İşte şunu yaparsan cennete gideceksin, şunu yaparsan şey olacak vesaire gibi. Bu sadece ilahi varlığın belirlediği şeylerle sınırlı kalmalı. Böyle bunun üstünden din adamları, din tüccarları vesaire prim kasmamalı diye düşünüyorum. (K4)

K4 inanca yönelik düşüncelerini anlatırken içerisinde bulunduğu ikilemleri de paylaşmıştır.

Bir dini inancın sorumluluğunu almak istememekte ama inancın bu dünyada onu manevi açıdan rahatlatacağını da bilmektedir. Bu nedenle Tanrı inancı taşımakta ama cennet cehennem varlığına dair sorgulamalar geliştirmekte temkinli durmasını din ticareti yapan kişilere bağlamaktadır. Kişiler ideolojilerden yogaya doğru bir geçiş göstermektedir. Yalnızca kafası karışık olan tek kişi K4 değildir. K11 de inanç konusunda bir dine bağlı olmadan Tanrı anlayışı taşımaktadır. Hatta Tanrıya dair inancını yoga felsefesi ile şöyle açıklamaktadır:

Bir zamanlar hem sosyalist hem milliyetçi hem inançlı biriydim. Kutuplar bir arada olabiliyor. Şu anki durumda teknik olarak inançlı biri değilim. Ateist biri diyebilirsiniz bana deist de denilebilir baktığınızda. İnançsal olarak nereye oturduğum konusunda net bir bilgi veremiyorum size. Tanrısallık yaratıcı güç bunları yoga felsefesi içinde konuşucuz zaten.

O felsefe içerisinde bana en yakın gelen şu, hepimiz yaratıcının tezahürüyüz, veçhesiyiz. Dolayısıyla tanrı benim içimde, tanrı benim diye söyleyebilirim. Tabi bunu dediğimde şöyle algılanıyor, ben tanrıyım. Genelde yanlış anlaşıldığım nokta bu oluyor.

Varsa bir yaratıcı ki bir gücün içerisindeyiz burada. Bir varoluşun, bunun altına ne eklerseniz ekleyin hangi felsefeyi koyarsanız koyun istiyorsanız dört kitabı koyun istiyorsanız kitabı olmayan dinleri koyun ya da çok tanrı dinler koyun, her şey bir yaratımın sonucunda burada olduğumuzu belirtiyor. Ben bu canlılığa tabiiyim. Buraya geliş amacım da bunu görüp gözlemlemek olduğuna inanıyorum. (K11)

Yoga öğretisi bedenden başlayan ruhsallığa doğru geçiş yapan ve kişinin kendisine kutsallık atfetmesine yarayan özellikleri ile ön plana çıkmaktadır. Kişiler varoluş özelliklerinde tanrısal bir tezahürü yaşattıklarını düşünmektedirler. Yoganın dışıl enerjiyi yükseltmek için kullanıldığı görülmektedir.

Kutsal dışıl, kutsal eril kavramları katıldıkları stüdyolarda yoga öğretisini benimseyenlerin sıkça gördüğü ve aşına olduğu kavramlardır.

Yani ben dindar bir insan değilim. Öyle bir inancım yok. Ben kalp güzelliğine inanan bir insanım. Yani kalbim güzel olup da namaz kılmıyorsun, oruç tutmuyorsun diye cezalandırılacağımı düşünmüyorum.

Ve dediğim gibi bilime de inandığım için senin vücudun organların duruyor ve toprağa karışıyorsun. Bazı ülkelerde, toplumlarda, kültürlerde yaklıyorsun. Her neyse. Yani orada o işin bittiğini düşünüyorum. Böyle bir öbür taraf olduğunu düşünmüyorum ama tabii.(K3)

K3 katılımcı herhangi bir dine inanmadığını belirtirken aynı zamanda bilime inandığını söylemektedir. Katılımcı burada din yerine bilimi koymaktadır. Kurumsal açıdan dini kabul etmemesiyle birlikte öte yandan kişinin dine yakın olan ruhsallık, meditasyon, maneviyat yönüyle de öne çıktığı görülüyor. Din dışında metafizik bir ruhsallık arayışına seküler maneviyat diyoruz. Burada senkretik bir inanç görülebilmektedir. Bazıları tanrıya inanmaktadır. Ama ruhsal arayışlarında Hint inançlarından yararlanmaktadırlar. Burada pratik dini değerlere karşı bazen mesafeli bazen karşıt durumdadırlar. Genel grupsal bütünlük olarak seküler bir anlayışa yakın bir grupla karşılaşmaktayız.

Yani din böyle bir şey değil. Din hani daha basit bir şey. Daha böyle hoş görünüyor. Budizm de işte özünde öyle bir şey. Hoş görüyor işte şu bu.

Herkesin kendi dünyasında kendi şeyiyle yaşaması ama inananlara şeyim yok yani. Herkesin kendi şeyi ama Budizm de öyle yani. Çok farklı bir şey değil yani. O yüzden yogada tabii o boyutu inceleniyor.

Yani adamın işte Buda'nın nasıl hani buraya kadar geldiği, o nasıl bir süreçten geçtiği, neler yaşadı da böyle oldu? Aslında hepimiz gibi. Hayat yani. Yaşadığı şeyler bu farkındalığa ulaştırıyor onu. Ve onun söylemleri var, sözleri var. İşte o güzel kitapçıklarda eğitimde, onların hepsi vardı küçük böyle öğretileri. Ama tabii hayat dersi. Bunu Mevlana da söylemiş öbürü de söylemiş. Çok da farklı şey değiller yani ama tabii Buda'nın biraz zevklerden mahrum yaşamasıyla geçici zevkler dediği nasıl diyeyim yani bu kolayı içtiğim zaman bana şu anda bir iki dakikalık bir zevk veriyor ya. Daha büyük daha uzun süreli hazlar arıyor.

Yani işte bu da işte merhamet duygusu atıyorum, iyi bir insan olmak, böyle geçici ufak mutluluklar değil. Mesela cinselliği geçici bir mutluluk olarak görüyor. Yani cinsel yaşamı yok mesela. Ya da ne bileyim parayla çok işi yok. Bu tarz mutluluklar. Mesela ben de kişilik olarak şeyimdir.

Hırslı bir insan değilimdir. Yani hırs insanları biraz beyhude görüyorum ben. Böyle yani ben küçük şeylerle mutlu olan biriyim.(K3)

K6 inanç konusunda bir Tanrının varlığına inandığını ama ibadet konusunda belirsizlik yaşadığını ifade etmektedir. Burada İslam'daki Tanrı anlayışına sahip olduğunu görüyoruz. Yogadan önce Kur'an ile vakit geçirmiş ve merak ederek mealini okumuştur.

Yani kişinin kendi inandığı şey, kendi inancıdır yani hani illa bu bir dine şey olmak zorunda değil, mensup olmak zorunda değil. Hiçbir şeye inanmasa bile onun şeyi yani o anladı mı? İnanç önemli. Çünkü inandığımız şey için aslında yaşıyoruz da. Benim için önemli.

Nur Meryem: Peki dinin gerekliliklerini yerine getiriyor musunuz?

K6: Hayır. Getirmiyorum. Yani nasıl söyleyeyim ya orası biraz şey yani tam tam orayı bir çözemedim biliyor musun?(K6)

Yani bu çoktandır düşündüğüm bir şey bunu hatta arkadaşlarımızla dönüşüyoruz çünkü yogada bu da var. Çünkü yoga sana şunu söylüyor: İnandığın dinin pratiklerini de yerine getir. Yani Hristiyanın işte onların gereklilikleri neyse ya da Müslümanın onların şeyini yerine getirmen lazım. Bunu sana söylüyor, yapmanı söylüyor tabii ki.

Sonra ben işte Kur'an'la tanıştım. Yani hatta demiştim Yaşar Nuri Öztürk sayesinde. Onun o konuşmaları çok mantıklı gelmişti bana. Çok güzel konuşuyordu. Hep Kur'an bazlı konuşuyordu. Hep işte insanların neden okumadığı üzerine şey yapıyordu, tartışıyordu falan. Ya dedim alayım ben de okuyayım dedim yani. Sonra alıp okuduğumda gördüm ki yani hakikaten Kur'an çoğu şeyi açıklıyor yani çoğu şeyin cevabını veriyor bize. Şey geldi bana hani hem mantıklı geldi hem güzel bir kitap yani. Çok şey derin bir kitap.(K6)

Seküler bir aileye mensup olduğu için geleneksel dindarlık anlayışı ya da dine bağlı bir yaşam tarzı yoktur bu nedenle K6 Kur'an-ı yetişkin döneminde merak edip okumuştur.

Aleviyiz evet. Onun bile şeylerini vecibelerini bilmiyorum yani. Hiç öyle bir ihtiyacım yok yani. Ama sonra Kuran'dan sonra zaten o mezhebin de yanlış bir şey olduğunu gördüm. Yani sonuçta çıkça ayet yazıyor. Yani fırkalara bölünmeyin, mezheplere bölünmeyin. Anladın mı? Açıkça söylüyor yani mezhebin yanlış olduğu, ne bileyim gruplaşmanın yanlış olduğu. Ya bir tane kitap var, bir tane Allah var, bir tane din var yani. Neyi yetmeyecek yani mesela? O yüzden mezhep falan da yanlış bir şey yani benim için. Kur'an için yanlışmış yani benim için değil, Kur'an için yanlışmış yani. (K6)

Katılımcılar arasında ailesi Müslüman olanlar üçte birini oluşturmaktadır. Türkiye'nin daha çok doğu bölgelerinden olan bu kişilerin bir kısmı Aleviliği tam anlamıyla yaşamakta bir kısmı ise çok bir bilgiye sahip değildir. K6 yogadaki öğretiler ve Kur'an arasında ilişkiler kurmaktadır.

Yani sonuçta mesela yogada yama ve niyamalar var. Yani yamalar ahlak kuralları. İşte yalan söylemeyeceksin, çalmayacaksın. Ne bileyim aç gözlülük yok anladın mı? Ve bunlar Kur'an'da da olan şeyler yani aslında bütün din kitaplarında olan şeyler. İşte gene aynı şey.

Bhagavat Gita, Yoga Sutralar bunların hepsi şey yani bunların kaynakları. İşte o ahlak kuralları yani tabii ki örtüşüyor Kur'an'la. Ne bileyim bu ve bunun gibi şeyler örtüştüğü zaman benim hoşuma gidiyor yani hani burada da böyle, burada da böyle deyince mutlu oluyorum. (K6)

Aynı zamanda bu benzerliği görmek kişiyi daha motive edici gelmektedir. Bu şekilde çelişik bir şey yapmadığı düşüncesiyle yoga içerisinde rahattır. Dine karşı sorumluluk alma konusunda ise çekimser davranmaktadır.

İnanç konusundaki görüşlerini açıklarken yoga ile bağlantı kurması Budizm öğretileri üzerinden olmaktadır. Bu da otantik yoga anlayışının dinsel bir pratik olarak varlığının yoga eğitimcisi tarafından kabullenildiği anlamına gelmektedir. Dini tanımlarken yoga öğretisinde Budizm'de olduğu gibi ya da Mevlana referans gösterilerek daha yumuşak ve katı kurallar içermeyen bir din anlayışını örnek vermeye çalışmaktadır.

Katılımcılar her ne kadar kurumsal bir inanca bağlılık göstermese de enerjiye, ruhsal şeylere olan inançları onların manevi yönlerini bize göstermektedir.

Her ne kadar modern seküler ailelere ve çevreye sahip olsalar da onların tamamıyla seküler olduğunu belirtmek imkânsızdır. Çünkü metafiziksel terminolojiyi gündelik hayatlarında aktif kullanmakta ve inandıklarını belirtmektedirler.

Söylemlerinde incelediğimiz gibi sık sık enerji, ruh, karma gibi kavramları kullanmaktadırlar. Bu durumun onların yogayla tanışmalarından sonra oluşmuş olduğu görülmektedir. Bu şekilde manevi anlayışlarını yoga aracılığıyla yenilemeleri seküler bir maneviyat oluşturmalarını sağlamıştır. Aslında yetersiz olan kurumsal din bilgileri yoga sonrasında tanımlanamayan, keskin hatlara sahip olmaktan kaçınan bir boyuta evrilmiştir. Bu durum da eklektik bir inanç inşa etmelerini kolaylaştırmaktadır.

Kutsalın çözülümü sekülerleşme ile açıklanırken neo-maneviyat anlayışı gelişmekte ve bu yeni maneviyatçılık da kutsalsız manevileşmeyi sağlamaya çalışmaktadır. Sekülerleşme maneviyatı dejenere ederken aslında yeni bir maneviyat anlayışının gelişmesine neden olmaktadır. Bu yeni anlayış, seküler maneviyat(secular spirituality) olarak tanımlanmaktadır.

Seküler maneviyat maddi olmayan bir şeyden bahsetmez, burada maneviyat yaşam gücü olarak kullanılmaktadır. Seküler maneviyat bireyin dini bir kurumun dışında anlam arayışından oluşmaktadır.

Bireyin kendisiyle, diğer insanlarla, doğayla ve nihai olduğunu düşündüğü her şeyle olan ilişkisini dikkate alır. Doğallaştırılmış maneviyat öteki dünyaya ihtiyaç duymayan maneviyattır.

Peter Van der Veer seküler spirituality olarak ele aldığı ruhsallık anlayışında, önemli bir yönün ortak evrensel gerçek aracılığıyla dayanışma yaratarak topluluğu teşvik etmesi olduğunu öne sürmektedir(Van der Veer, 2009: 1097-1120). Burada ortak evrensel gerçek, dinsel olmayan aşkın bir gücü ifade eder. Bu araştırma sonucunda ulaştığımız şekliyle bireylerin maneviyat anlayışlarında bu aşkın metafor kullanılmaktadır. İncelenilen bu grup içerisinde maneviyat tanımlaması pek çok kez İslam dini ile bağlantılı şekilde ele alındığı için burada bahsedilen maneviyat anlayışı secular spiritualityyi tam olarak karşılamamaktadır. Burada tam olarak kendisine has bir şekilde seküler maneviyat mevcuttur.

Seküler maneviyatta geleneksel dini uygulamalar yoga, meditasyon gibi örnekler seküler uygulayıcılar tarafından uyarlanmaktadır. İçerisinden bazıları tanrı sözcüğü ve din kelimesi ihraç edilip yapılan uygulamalara seküler anlamlar yüklerken bazıları tanrı varlığını kabul edip herhangi bir dine bağlılık duymamaktadır. Bu şekilde maneviyatın sekülerlik içerisinde farklı formlarda yeniden üretildiğini görmekteyiz.

5.8.1. Yoga ve Maneviyat

Katılımcıların maneviyatı tanımlama şekilleri hemen hemen aynıdır. K10 maneviyatı beş duyu ile algılanamayan ve anlamlandırılmayan bir spiritüellik olarak açıklamaktadır.

Spiritüel dediğin zaman değil de maneviyat dediğin zaman çok daha iyi anlıyorum. Maneviyat dediğin noktada da manevi işler işin içine giriyor. Maneviyatını besleyecek birine yardım etmek manevi bir şey, maneviyatla çalışıyorsan sana tırnak içinde, içinde böyle bir gut feeling vardır içinin alıp almaması hissin vardır. Bir meyve görüyorsun ama o meyveyi hiç yemek istemiyorsun ya bana kötü geldi onu değil şunu alayım açıklayamadığın bir şey.

Beş duyunla doğrudan algılayamadığın mesela gaipten sesler duydum diyosun gözlerin kapalıyken bişeyler görmeye başlıyorsun nasıl deneyimlediğinle alakalı da bi bilgin yok anlamlandıramadığın için de spiritüel deneyim olduğunu söylüyorsun. (K10)

K4 maneviyatı somut ve soyut farklılığı çerçevesinde açıklamıştır.

Manevi olan işte böyle hani elle tutamadığın, gözle göremediğin ama onu içinde hissettiğin şey bence. Evet, somut olarak elinle tutamıyorsun, gözünle göremiyorsun ama içinde onun varlığını hissediyorsun yani. Maneviyat benim için bu. (K4)

K2 maneviyatı ruhsallık olarak tanımlamaktadır. Katılımcılardan özellikle Raja Yoga yolunda olanların ruhsallık hakkında daha detaylı bilgi verdiğini görmekteyiz.

Bizim ruhsallık dediğimize maneviyat denir. Kendini bir ruh olarak kabul ediyorsan ve o ruhun niteliklerinin farkındaysan ve seni o niteliklerinin hayatında ne kadar rol oynadığının farkındaysan sen ruhsallığa uygun davranmış olursun. (K2)

Katılımcılara yoganın maneviyatını etkileyip etkilemediği sorusu sorulduğunda yoganın maneviyatı değiştirebileceğine yönelik K10 şu şekilde yanıt vermiştir.

Kimliklerden arındırmaya çalışıyosun kendini özgürleştirmeye çalışıyosun. Bu kimliklerinden arınma kısmı. Yoga olanı olduğu gibi yaşamamı istiyor ve bunu yaparken kimliklerin olursa deneyiminin etkileneceğini söylüyor.

Bu aldığın haz ve acı değişecek. Olanı olduğu gibi deneyimleyemiyor olcaksın. Deneyimlerin değiştiği için maneviyatın da etkileniyor değişiyor tabi. İlk meditasyon yapmaya başladığımda bu tür spiritüel yani manevi deneyimleri deneyimledim. Maneviyatını illa değiştirecek diye bişey yok ama yüzde doksan değiştirir. (K10)

Yogada kimlikler kendini özgürleştirme yolunda birer bariyer unsuru oluşturmaktadır. Bu bakımdan tüm katılımcılarda ortak görüş olan kimliklerin bir öneminin olmaması, yoga deneyimine başladıktan sonra kimliklerin bir kenara bırakılmasıyla ilişkilidir. Kimliklerin kişide bir önyargı oluşturduğu ve bu önyargılarla dünyaya bakmanın gerçeği görmeye engel oluşturacağı inancı söz konusudur.

Bu bakımdan önemli bir unsur olan deneyim şekli etkilenecektir. Deneyimlerin etkilenmesi ise kişinin maneviyatını etkileyecektir bakış açısı söz konusudur.

Yoga grupları içerisinde yoganın fiziksel aktiviteden çok manevi yönde insana verebileceklerinin üzerinde durulmaması katılımcılar tarafından eleştirilmektedir. Aynı zamanda manevi anlamda ilişki kurduklarında “farkındalığa ulaşma” çok kez kullanılan bir kavramdır. Yoga burada kişinin kendini geliştirmesi, erdemli olması, farkındalığa ulaşmasını sağlayan bir unsur olarak karşımıza çıkmaktadır.

Yani bir toplum olarak çok var bizde negatiflik, bir şeyi beğenmemek. Annelerimizde vardır mesela böyle yaşlı kesimlerde. Her şeyi eleştirir, hiçbir şeyden mutlu olmaz, hiçbir problemi yok hayatta. Parası var, evi var. Çocukları iyi, sağlıklı. Ama mesela sürekli şikayet eder.

Sürekli negatiflik. Yani sen bu ortamda duruyor musun? Nasıl duruyorsun? Bu tamamen senin kendine koyduğun saygıyla da ilgili.

Yani sen oraya bir set çekiyor musun? Yoksa buna sürekli maruz kalacaksın. Çünkü bu bir genetik döngü. Annemden bana geçiyor. Benden çocuğuma geçecek. Yani çünkü ister istemez o ortamda yaşadığımız için maruz kalıyoruz yani. Yoga burada devreye giriyor bence.

Yani evet fiziksel bir (u) spor diyeyim hani çok spor olarak görmesem de, tabii ki bir fiziksel aktivite yapıyoruz, güçleniyoruz. Bu güzel, bu değişimi görmek güzel, bu motivasyonu görmek güzel. İnsanlar zaten bu yönde ilerlemek istiyor. Tabii ki atlayıp zıplayabilirsin. Bu çok normal yani. Ama benim demek istediğim mesela bazı insanların genetik olarak esnekliği var. Senin üç yılda geldiğin yere o bir ayda geliyor. Mümkün.

Ama daha mı iyi hoca şimdi hemen esnedi diye bir ayda ya da atladı zıpladı diye .Manevi kısmı es geçiliyor. Bence önemli bir kısım o. Yani insan kendini geliştirmeye, kendini daha dünden daha erdemli yere ulaştırma yani farkındalığa ulaşma bunlar yani bana çok faydası oldu yoganın o anlamda ama işte bunları herkes yapmıyor. (K3)

Aynı zamanda olumlamaya, olumlu düşünmeye sık sık atıf yapılarak yoganın olumlu düşünmeyi pekiştirdiği, bununla birlikte katılımcıların negatif düşünce, yargılama, dedikodu gibi özelliklerden arınmaya çalıştığını anlıyoruz.

Yoga öğretisi ile tanıştıkça bu süreç bedensel pratik olmaktan çıkıp ahlaki bir yaşam bütünselliğine doğru yol almaktadır.

Şimdi meditasyonda Raja yoga yani Brahma Kumaris bilgisinde 'kendinin kralı ol, kendi düşünce kumandan senin elinde olsun, sen o düşünce kumandasını istediğin doğrultuda kullan.' Kullanırken de ölçütü şu olsun. Bu düşünce beni kuş gibi hafif hissettiriyor mu? Yok. Ne yapıyor? Ağırlaştım, kendimi kötü hissediyorum. Ha, bu düşüncenin içine çöp karıştı. Olumsuzluk karıştı. Yani burada birey her an kendiyile farkındalık sınavındadır. (K7)

Aynı zamanda maneviyat anlayışı bireysellik barındıran, kişinin kendi hislerinin merkezde yer alarak, içe dönük bir biçimde yaşanan bir özelliktir.

Spiritüel bireyler için kendi deneyimleri, hisleri maneviyatlarını oluşturmada önemli bir yer kaplamakta görünmektedir.

K9 yoganın bedensel hareketlerdeki pratiklerini hissederek yapmanın oldukça manevi bir şey olduğunu düşünmektedir.

“Hissederek hareket etmek çok manevi bir şey, hatta en manevi şey bence. Pek besleyici ve her şeye açılıyor. İletişim kurmak. Birbirini anlamak. Sevmek, saymak. Bunlar çok manevi şeyler bence.” (K9)

Uygulayıcılar çeşitli enerji çalışmalarıyla yogayı birlikte yürütebilmektedir. K9 aile dizimindeki deneyimlerinde kök ailesiyle bağ kurduğunu ifade etmiştir. Bu spiritüel çalışmaların iç dünyasını, iç yolculuğunu iyileştirdiği üzerinde durmaktadırlar.

Köklerimle, özellikle kök ailemle bağ kurmak bende ufuk açıcı oldu evet. Ailemde olanları daha net görmek, anlayış geliştirmeme kapı açtı. Kendi içsel dünyamı da daha net tolere edebilmeye başladım.

Yoga da çok spiritüel bir çalışma aslında. Bunun için tüm sadeliğiyle, matematiğiyle anlamak lazım yalnızca. (K9)

K10 kişilerin yoga öğretisini içselleştirmemelerini spiritüel materyalizmle eşleştirmiştir. Aynı zamanda kendi maneviyatının güçlenmesinde yoga öğretisini içselleştirmiş yoga hocalarının etkisi olduğundan bahsetmektedir.

Yani hiç ihtiyacı olmayan verilerle kendini doldurup deniyo ama bunları içselleştirip hayatına yansıtıyo. Yani bu da şuna benziyo, yıllardır yoga yapıyo ama en ufak şey olur hayatı kararır ağlamaya başlar, bu mu yoga yapmak değil, spiritüel materyalizme doğru gitmemesi gerekiyor.

Yoga maneviyatını güçlendiriyor ama son dönemde yaşanan şeyler spiritüel materyalizme bunun kapitalist bir düzene oturtulması sonucunda bunun bu şekilde yönlenmesine neden oluyor. Benim maneviyatımı da güçlendirdi. Kendi karşıma çıkan hocalarla spiritüel materyalizme uzak durmama neden oldu. (K10)

Yine katılımcı K4 de yoganın ve maneviyat arasında kurduğu ilişki de yoganın maneviyata etkisi olduğunu söylemiştir. “Yoga bence bizi ruhsal açıdan güçlendirebilir diye düşünüyorum.”(K4)

K8 maneviyatı İslam terminolojisindeki seyru süluk ile tasavvuf penceresinden açıklamıştır. K8 yoganın tasavvuf ile benzerliğine sıklıkla atıf yapmaktadır.

Ona göre ilahi olana ulaşmak için ikisi arasında fark yoktur. Allah’a inandığını söylemekle birlikte İslam’da temel olan belli başlı ritüelleri gerçekleştirilmemektedir. Örneğin namaz kılmanın İslam’da olmadığını söyler.

Kuran'da namaz olarak ifadelendirilen kısımların Allah'ı düşünmeye davet olduğunu ifade ederek, Allah ile bağ kurma zamanları olarak nitelendirir. Aynı şekilde yogada yapılan şey de ilahi olana derin bir tefekkürdür. Bu açıdan bakıldığında yoga yapmak Allah'a götüren yollardan biri olarak karşımıza çıkmaktadır.

Her ikisinde de yaratıcı düşünülür ve herkes istediği yaratıcıyı düşünmekte özgürdür. Bu görüşülen katılımcıların yogaya bakış şeklidir. Katılımcılar ritüellerden biri olan mantra söylemede yoga yolunda yer alan Hindu Budist inananların tanrılarının isimlerini zikretmektedir. Ama burada bir çelişki yaşadıklarını düşünmemektedirler.

Maneviyat tüm bu manaya ulaşmak için yaptığımız işlemler, yaptığımız uygulamalar. Maneviyat yolu. Buna seyri sülük yolu da desen aynı yere geliyor. Aynı şey zaten. Hani benim için ne anlama geliyor o zaman maneviyat? Manayı görebileceğim her şey. Manaya ulaşabileceğim her şey benim için maneviyattır.

Mesela ben sadece yoga değil ama Yunus Emre'de okuyorum. Hem Ömer Hayyam'da okuyorum. Okumaya çalışıyorum yani. Yani çünkü hepsi Allah'ın şeyidir. Yani bu bizden, bu bizden değil diye bir şey hani bazen sivrisinekten bile öğreneceğim bir şey vardır. Zaten amaç kendi varlığını yok etmeye çalışmak iken sen 'hayır bu bana yaramaz onlar iyi biz kötüyüz' dediğinde zaten sen ki zaman zaman diyoruz ama onu yakalamak da önemli. Ben de düşünüyorum. Şimdi biraz evvel tuzaklardan bahsettim.

En büyük tuzak. Bir dedim. Ne dedim? Aracı amaç zannetmek. Araçta kaybolmak. Ne olur? Kaybolursun. Ne yaparsın? Bir arabanın patinaj yapması gibi gereksiz vakit kaybedersin.

Eninde sonunda aklına gelir. Aaa bir dakika ya ben niye burada patinaj yapıyorum dersin ama ömür gitmiş olur.

İkinci ve bir o kadar önemli şey de bu maneviyat yolunda kendinin iyi olduğunu ve başkalarının kötü olduğunu düşünmek.

Kendi yolunun iyi, başkasının yolunun kötü olduğunu düşünmek. Kendinin işte ne bileyim en iyi ben dürüstüm, ben söyleyim, ben ben çözdüm, ben biliyorum ya ama bak şu yapmıyor.

Bunu demek en büyük şey zaten hatta birincisinden bile daha kötü. Çünkü bunu yapıyorsan bir de aracı da amaç zannedersen.

Kibir en büyük bir insanın kendisine verebileceği ceza. Maneviyattan da bizi alıkoyan en büyük şey. (K8)

K6 maneviyatı inanç olarak tanımlamaktadır. Yoganın da manevi bir inanç olabileceğinden bahsetmektedir. Bunun kişinin inanmayı seçtiği şeyle ilişkilendirir.

Manevi dünyamız yani bizim inanç dünyamız demek aslında. Değil mi yani? Neye inanıyorsan senin manevi dünyan odur yani. Bu inanıyorsan yoga bile senin için manevi bir şey olabilir yani. Allah manevi bir şey yani. (K6)

Burada katılımcıların maneviyatı inançsal, spiritüel, ahlaki davranış boyutlarıyla ele aldıklarını ve aynı zamanda yoga ile maneviyat arasında olumlu ilişki kurduklarını görüyoruz. Kişiler yoganın maneviyatları üzerindeki olumlu etkilerinden bahsetmişlerdir. Maneviyat anlayışlarında erdemli olmak, farkındalık sahibi olmak gibi özelliklerle ruhsallığa inanmak da yer alır. Daha içe dönük duyguların davranışların terbiyesi olarak bir maneviyat anlayışı ağır basmaktadır.

5.8.2. Yoga ve Ahlak

Katılımcılar yoga ve ahlaklı olmak arasında olumlu ilişki kurmuşlardır. Bu bağlantıyı kurmalarında yoganın kendi içerisinde zaten var olan ahlak kuralları da etken olmuştur. Pek çok kez yoganın bir bütünsellik düşüncesine kapı açtığını söyleyen katılımcılar, yoganın içselleştirilmesinin tezahürlerini kendileriyle barışık olmalarında ve başka insanlara karşı da ahlaklı davranmakla bir arada kullanmışlardır.

Yani bunu bir hayat tarzına dönüştürebiliyorsan eğer ve o bencillikten uzak 'kime nasıl fayda sağlamanın yolunu görebilirim?' ancak o bakış açısıyla gidersen o zaman işte senden doğru şeyler akıyor. Ama işin sırrı sanki burada. Yani (uu) bir yerde işin etik yönüne çok dikkat ettim. En büyük tehlike, bir yoga hocası bencilleşebilir. Yoga ahlaklı olmayı sağlıyor.

Yani onun gücünü, sevgisini içinde hissetmeyi sağlıyor ve dolayısıyla bu senin ilişkilerine yansıyor. Yani ilişkilerde o olumsuzluklara, birtakım hatalara takılmayıp onlara kendi içinde biriktirdiğin olumluluğu yansıtmayı sağlıyor. Anlatabildim mi?(K2)

Katılımcılara göre yoga eğitimcilerinin yoga öğretilerini yaşayarak yansıtmaları gerekmektedir. Burada “onun” ifadesiyle K2 tarafından kastedilen şey Tanrının gücü ve sevgisidir. Kişi bu sevgi aracılığıyla olumlu duygularla hareket edebilir.

Bütün yoga öğrencilerinin öğrendiği bilgiler arasında yer alan yoga ahlak kuralları yamalar ve niyamalar katılımcılar tarafından pek çok kez açıklanmıştır.

Katılımcılar maneviyat hakkında, beslenme şekilleri hakkında, cinsellik hakkında, ahlak hakkında başvuruda bulunurken en çok kullandığı kavramlar arasında bu kurallar yer almaktadır. Bu kuralların yoga yapan kişiler tarafından davranışlarına yön veren kriterler olduğunu görebiliriz.

Yani ahlaken çok düzgün olması lazım yani olmazsa olmaz. Zaten bak yoganın ilk şeyi yamalar ve niyamalar. Yani ahlak kuralları ve kişinin öz disiplini. Önce yoga buna bakıyor yani kişiyi ahlakına bakıyor. İşte yalan söylememek, çalmamak, çırpılmamak, açgözlü olmamak, bunlara bakıyor aslında yoga ilk ilk adım bunlar.

Hani bir yol göstericinin de bu kurallara sıkı sıkıya bağlı olması lazım ve gerçekten böyle dağ gibi durması lazım yani. Ahlaklı olması lazım. (K6)

K6 katılımcı aynı zamanda yoganın bir ahlak dersi olarak okullarda okutulmasının din kültürü dersi yerine daha iyi olacağını düşünmektedir.

Bir şey söyleyeyim mi bence müfredatta bu yoga falan olması lazım. Çünkü hem o hareketler çok önemli hem o felsefe çok önemli. İçinde çünkü ahlak da var ne bileyim yani insanın doğru durması yani keşke müfredatta bu yoga olsa ya. Ne güzel olurdu hayat. Din kültürü demeyelim de yoga artı bu bence çok güzel olabilirdi Ahlak bilgisi. (K6)

K7 yoga öğretisi içinde ahlakı tanımladığında ruhsal bütünselliğin ve ruhun bütün güzel özelliklerini davranış, söz ve eylemle dışarı yansıtması olarak tanımlamaktadır.

Şimdi ahlak insanların kendi aralarında kurdukları yine bir şey dengeleme ölçütü gibi bir şey.

Şimdi daha önceki ahlak anlayışı başka, şimdi başka, sonraki başka. Ama ahlak kelimesini ben tabii daha büyütüp hani ruhsallık içinde düşündüğümde amaç bireyin insanın varoluşunun o kendi özündeki iyi, güzel, doğru olan bütün hasletlerin fark edip açığa çıkarması için bir beklenti kelimesidir.

Yani o dersin ahlaksız dersin. Beklediğin şeyi göremedin. Ama ahlak yani o bütünselliğin içinde düşündüğümde ruhun kendi o bütün özelliklerini, varoluştan getirdiği bütün güzel özelliklerini davranış, söz ve eylemlerle dışarıya yansımalarının beklentisi aslında. (K7)

K11de yoga deneyiminin onu daha dingin hale getirdiğini, olumsuz düşünce ve yargılamalardan uzaklaştırdığını söylemektedir. Her gün gerçekleştirdiği pratikler ve ritüellerle birlikte insanları yargılamayı bırakarak yaşamdan keyif alan biri haline geldiğini anlatmıştır.

Olumsuz konuşmamaya başladım en temeli bu. Çünkü olumlu ve olumsuz ikisi aynı kaynaktan geliyor ya onu algılayınca negatifiğe uzak durmaya çalışıyorum ama bu da polyanna olduğum anlamına gelmiyor. Anlık tepkilerim azaldı. Daha sakin ve dingin algılamaya çalışan bir yapıya doğru ilerledim. Hani yoga öğretilerinin temelinde yer alan yamalar hani yalan söyleme, çalma, zarar verme, aşırılığa kaçma ilk dört maddesi bunu mümkün mertebe uygulamaya çalışıyorum.

İl ve bu beni daha sakin ve dingin biri haline getirdiğini görüyorum. Çevremdekiler de bunu söylüyor. Bakış açım değişti olaylara ve insanlara karşı. Çünkü mevcut olayların bana yaptığı etkiye benim verdiğim tepki olaylarla alakalı değil benimle alakalı bunun farkına vardım.

Tabi bunu söylemek kolay ama o olay esnasında buraya gelebilmek zor. Zaman zaman hala kaymalarım oluyor. Çok normal. Ama çok daha net bakabiliyorum kendimce olaylara. Kendi hislerimi tanımlayabiliyorum., ortaya çıkan duyguları tanımlayıp bu duyguların nedenlerine kök nedenlerine inebiliyorum. Buraya indiğim zaman zaten konunun o olayla değil de kendi içindeki farklı bir daha önceden yaşanmış travmatik olaydan kaynaklandığını anlayabiliyorum. Doğal olarak da beni dönüştürebiliyor. Kendim için daha iyi bir insan haline geldiğimi hissediyorum.

Görüyorum.Hapishanenin içinden kurtulmaya çalışan biri olmaktan çıkıp bu oyun alanında keyifle yürüyen biri haline getirdi beni.(K11)

K3 yoga pozlarının kişinin davranışlarına etki ettiğinden, insanlarla ilişkilerinde oynadığı rolden şu şekilde bahsetmiştir.

Yoga pozlarıyla kastedilen asana duruşların kişinin ahlakı ve ilişkileri ile bağlantı kurulması dikkat çekicidir. Bu durumu bütün yoga eğitmenleri farklı şekillerde belirtmektedir.

Şimdi genelde pozlar kalbi açmaya yöneliktir Kalp açıcı pozlar, 'heart opening' der.

Temel yogadan bahsedersen hep böyle işte kalbini açtığın şeylerden bahsedilir. Biz normalde anatomik olarak da oturduğumuzda hep böyle buramız böyle içtedir. Hani hiç şöyle bir açık yani kalbimizin böyle dışarıda olduğu bir durumu pratik etmeyiz. Pozlarda genelde bu sağlanır. Bütün pozlara baktığında aslında kalbin açılmasıyla ilgili. Ama bu kalp açılmayı hadi açtık kalbimizi. Ne demek bu? Az önce bahsettiğim şeyler. Kalbini açtığın zaman böyle beş altı madde var. İşte kabullenme, şefkat. Yani bunları sağlayabiliyor musun? Açtığın zaman çünkü biz de şey değiliz yani Nirvana'ya ulaşmış insanlar değiliz. Ben istediğim kadar kalbimi açayım ama karşımda saçma sapan, cahil kendini hiç geliştirmemiş bir an insan var. Ne yapacaksın Yani onu da kalbini aç, aç, aç değil. Değil orada işte ne geliyor? Kendine öz saygı geliyor. Yani o sınır koyma kabiliyeti geliyor. O, o da bir yetenek çünkü. Yani senin kalbini tamam açıyoruz her Ama bu demek değil ki. Sevgi pıtırıcıtı, sevgi kelebeği olayım. Değil yani. Yani ne kadar açayım ben kalbimi insanlara?

Bak bu bana hala böyle yapıyor ama diyoruz ya mesela. Orada onu kesebiliyor muyum? Yani geçmiş şeylere çok bağdaşıp, geçmişte kalıp hala onun şeyini, yasını tutuyor muyum? Ya da işte kayıplar, ölümler, hepsi böyle. Ve ben mesela babamı kaybettiğimde de çok böyle yardımcı oldu bana ruhen.

5.9. Gruplaşma

Yoga içerisinde farklı ekoller ve gruplar bulunmaktadır. Stüdyolar içinde farklılaşmalar olduğu gibi, stüdyo dışında dernekler, bireysel isim yapmış yoga eğitmenleri de farklı stil ve yöntemlerle diğer yoga gruplarından farklılaşabilmektedir. Elbette hepsinde ortak olan unsurlar yoga öğretisi olmakla birlikte ayrışmaları, bu felsefeyi dönüştüren farklı tarzlar oluşturmaları ve farklı noktalara yoğunlaşmaları ile gerçekleşmektedir.

Bu sadece Türkiye'deki yoga eğitimleri için değil dünyadaki pek çok yoga eğitiminde göreceğimiz bir durumdur.

Elbette Türkiye'de bu yoga çeşitliliği, sertifikasını ve eğitimini yurtdışında farklı yoga okullarından almış kişilerin yönlendirmesiyle gerçekleşmektedir. Nişantaşı'nda YogaŞala stüdyosundan eğitim almış ve orada eğitimci olan katılımcılarımla yine Nişantaşı'nda bulunan Brahma Kumaris Meditasyon ve Kişisel Gelişim Derneği eğitimcileri arasında ortak noktalar olduğu gibi farklılıklar da vardır.

Kendilerine ait yoga yolları onların gruplaşmalarına da neden olmaktadır. Raja yogaya ağırlık verenler Brahma Kumaris içerisinde bir araya gelirler ve ağırlık verdikleri öğretiyi nedeniyle verdikleri seminer ve eğitimler ücretsizdir. Çünkü bunu hizmet olarak adlandırmaktadırlar. Daha ruhsal bir yanları bulunmaktadır. Yoga Şala ise hemen hemen ortalama bir yoga stüdyosunda olan eğitimlere yoğunlaşmakta ve eğitimlerini ücretli bir şekilde yapmaktadır. Eğitimcileri Brahma Kumaris eğitimcilerinden farklıdır. Kendi aralarında olan farklılık yol tutuş şekillerine rağmen ortak noktalarını elbette yok sayamayacağımız kadar belirgin olan yogaya has temel özelliklerdir. Yolda olma öğretisi, kimliklerden arınmak, ruhsal içerikler, enerji çakra temaları, karma inancı, evrensel bir üst yaratıcı fikri gibi özellikler sayılabilir. Tüm bunlarla beraber yoga yoluna katılan ve öğretiyi öğrenmeye başlayan ya da bu yolda uzmanlaşanlarda en sık rastlanan şey yeni bir yaşam tarzı geliştirmeleridir.

Bu süreçte katılımcılar yoga çevresi ile olan ilişkilerini geliştirmişken yogadan önce görüştüğü çevrelere mesafe almışlardır.

Bu bilinçli bir tercih olduğu gibi kendiliğinden oluşan bir durum halinde de gerçekleştiği görülmüştür. Burada göze çarpan detay yoga uygulamasının belli bir yaşam tarzını gerekli kılarak yeni bir cemaate katılım sürecidir.

5.9.1. Bir Cemaat Biçimi Olarak Yoga

Cemaat (topluluk) ortak bir inanç etrafında ortak bir kimlik duygusuna dayanarak oluşturulan toplumsal ilişkilerdir(Marshall, 1999: 90). Katılımcıların ortak noktada buldukları en göze çarpan unsurlardan biri yoganın bir hayat tarzı bütünü olarak yaşanmasını desteklemeleri ve benimsemeleriyle ilişkilidir. Yoga üyeleri kendilerine has ortak bir yaşam şekli içerisindedirler.

Katılımcılar yogadan önce ve sonra hayatlarında var olan değişim üzerine sorulan sorularda ağırlıklı olarak farklı bir çevre edindiklerini, arkadaşlarını ve ilişki kurduğu insanları bıraktıklarını söylemektedirler. Bu durum çoğunlukla doğal bir şekilde kendiliğinden gerçekleşmektedir.

Kendilerinin de vurguladığı gibi yoga yeni bir yaşam tarzı oluşturmaktadır. Bu nedenle bireylerin ilişki kurduğu gruplar da değişim göstermektedir.

*Yoga bu değil. Yoga çok esnek olup asanaları çok mükemmel yapmak değil. Bir kere bak altı çizilecek nokta bu. **Yoga, bir yerde gönül verilecek bir olay.** Aynen, aynen.*

*Yani **bunubir hayat tarzına dönüştürebiliyorsan eğer** ve o bencillikten uzak 'kime nasıl fayda sağlamanın yolunu görebilirim?' ancak o bakış açısıyla gidersen o zaman işte senden doğru şeyler akıyor. "" **Ve dolayısıyla kendine yeni bir bakış açısı, yeni bir düzen yaratıyorsun.** Yeni bir yaşam prensibiyle yaşamayı göze alıyorsun. Ve bu seni giderek o kadar güçlendiriyor.(K2)*

Bunlarla birlikte bireyler ekonomik nedenlerden ötürü grup halinde vakit geçirmeyi sınırlı şekilde yapabilmektedir. Yine de bu durum K11'e göre aralarındaki ilişkiyi olumsuz etkilememektedir. Birlikteliklerinde önemli unsurlardan birisi birbirlerine karşı yargılayıcı olmamaları diyebiliriz.

Sık tekrarlanan bir kavram olarak "yargılayıcı" olmamaları aynı zamanda kimliklerin burada ön plana alınmamasıyla da ilişkilidir. Çünkü yoga öğretisi içerisinde verilen önemli noktalardan biri kimliklerle hareket etmemektir.

Aynı zamanda grup üyeleri arasında kısa sürede oluşan bir sıcaklık ve kolay ilişki kurabilme tarzı dikkat çekicidir. K11 bu durumu "gönül gözüyle görme" olarak tanımlamaktadır.

Berber aktivite yapıyoruz arkadaşlarla ama hani bu birlikte olduğumuz çok iç içe geçiyor ve u kaliteli zaman geçiriyoruz birlikte ve o birliktelik bilinci oluşuyor. Şöyle de bir durum var yogayı hayat felsefesi haline getirmek başka bir şey ve yogaya günde bir saat iki saat ayırabilmek başka durum. Şu an mevcut ekonomik sistemde insanlar bir iki saat kaçamakları yapabiliyor.

Tamamen bir yogik felsefeyi uygulayamıyorlar. Ama bu bir araya geldiğimiz aktivitelerde orman gezilerinde köpek beslemelerinde veya bir kafeye gidip oturma durumunda konuşmalar çok samimi çok içten, çok açıyoruz birbirimize kendimizi.

Hani normal bir arkadaşlık diyalogunu referans alırsan sanki otuz yıllık kırk yıllık arkadaşlar her şeyini bilen kişiler olarak konuşuyoruz.

Ve yargı olmadığı için karşılıklı insanlar çok rahat açılabilir. Gruba daha yeni girmiş birinci ikinci buluşmaya gelen kişi bile bu duruma ulaşabilir. Şu da var yoga yapan kişi ve o kişinin ailesi, aile eğer bu grubun içerisinde değilse o kişinin gruba katılım süresi azalıyor. Ama bu şeyi engellemiyor, beş buluşma yaptık birine geldi altıncıya da geldiğinde o sıcaklık devam ediyor çünkü o gönül gözüyle görme mevcut. (K11)

Katılımcılar yogaya başlayan bireylerin aileleri ve çevrelerinin geleneksel kültür ve yaşam tarzı nedeniyle temkinli yaklaşımlarından bahsetmektedir.

Aynı zamanda yoga ile tanışma hikâyelerinde kişilerin bir gruba üyelik sürecinde yaşadığı belli bir takım kurallara riayet göstermesi gerektiğini görmekteyiz. 78 yaşında spiritüel yoga eğitmeni olan K2 bu süreçte özverili olarak yogi olmak için ne tür davranışlarda bulunulması gerekiyorsa buna dikkat edilmesi gerektiğinden bahsetmektedir.

Aynı şekilde katılımlı gözlem sürecinde derin bilgi olarak bahsedilen yoga ilkelerinin başlangıç aşamasından üst aşamaya geçebilmem için vejetaryen olmam gerektiğini, öğretiyi içselleştirmem gerektiğini de bana kendileri bildirmişlerdir. İlk aşamaları tamamlamayan bir sonraki aşamada yer alan bilgileri edinemez.

Çünkü bu bilgiler derinlik seviyesine göre sıralanmıştır. Üst aşamadaki spiritüel bilgileri algılayabilmek için önce ilk basamakların bitirilmesi ve anlaşılacak içselleştirilmesi gerekir.

Bana çok motive edici geldi, çok ilham verici geldi. Ve oradan tabii ki o bütün ilaçlar milaçlar her şey atıldı çöpe. Yani onlar bitti artık. Kendim düzenli yapmaya başladım. Yani ne öğreniyorsam mutlaka uyguluyordum. Zaten öyle bir disiplinim Alman lisesinden belki kaynaklanıyordu. Yani sabah 7’de mi kalkmam gerekiyor 6.30’da kalkıyordum. O yarım saati kullanıyordum. Disiplin çok önemli.

Onun altını üç kere çizmek lazım. Disiplin, süreklilik, kararlılık. Bunlar 'must'. 'Ben öğrendim artık tamam, herkese anlatabilirim' değil. Öyle değil.

Sürekli kendin deneyimlemen gerekiyor. Kendinde her seferinde çünkü kitaplarda olmayan bir şey keşfediyorsun. 'Aaa bak bacağımı böyle tuttuğumda hımm bunu hissediyorum' ve bunu karşı tarafa ancak o zaman hissettirebiliyorsun. Bu çok önemli bir konu.

Ve kurallar neyse mesela bir (uu) yogi sigara içmiyorsa sigarayı bırakacaksın. Bitti. Nokta. 'Canım arada bir tane içerim.' Bitti.

Eğer vejetaryen olmak gerekiyorsa eğer hele hele ders veren biriysen. Tamam ders vermiyorsan olabilir, olabilir ama bir süre sonra zaten bedenini istemeyebilir. (K2)

K11 meditasyon, asana ya da çember ritüelleri için uygun ortam ayarlayabildikleri zaman grupça bir araya geldiklerinden bahsetmektedir. "Bir stüdyoya bağlı değiliz, yer bulunca toplanıyoruz." (K11)

Yoga, kişileri yeni bir cemaat alanı ile karşı karşıya getirmektedir.

Arkadaş çevrem de değişti mesela işte onlardan koştum onlarla konuşmuyorum sevmiyorum gibi bişey değil. Onları hala seviyorum ama günlük hayatım içinde sürekli görüşmüyorum sohbet etmiyorum. Çünkü mesela noluyo aynı konuları konuşmamaya başladığın için ister istemez uzaklaşıyorsun. Mesela oturup onlarla yine sohbet ederim ama birisinin dedikodusunu yapmayı istemem.

Konu oraya gittiğinde de susup oturmak zorunda kalıyorsun. Bişey diyemiyorsun vesaire hani bi şekilde uzaklaşmış hissediyorsun. Belli bir farklı çevreye girmeye başlıyorsun mesela senin daha fazla senin ilgi duyduğun şeylere ilgi duyan insanlarla konuşmaya başlıyorsun gezmeye başlıyorsun. Mesela hocalarla daha fazla iletişime geçmeye başlıyorsun senin frekansında olan kişilerle. Otomatikman onlara yönelmeye başlıyorsun. Sen bilinçli olarak o kişileri hayatından çıkarmasan bile bir şekilde uzaklaşmaya başlıyorsun. Sürekli ben kafeye gidiyor olsam onlarla görüşmeye devam ediyor olurum ama noluyo ben evimde oturup bir saat kafede vakit geçireceğime bir saat yoga yaptığım için mesela ortamım değişmeye başlıyor.(K15)

K7 dayanışma içerisinde olduğu yoga cemaatindeki kişilerle aynı bilinçte olmalarından bahsetmektedir.

Ortak unsurların kişilerin hayat tarzları, düşünme şekilleri, aynı pratik ve inanç durumları olması onların bir arada işbirliği yapmalarını sürekli hale getirmektedir.

Bizim şişli merkezde işte yıllardır meditasyon yapan arkadaşlar var tabiki, sonra yıllarca bilgiyi alıp meditasyon yapan kişiler daha sonra öğrendikleri bilgileri seminerler olarak diğer insanlara gönüllü olarak paylaşıyor.

Yani sistem böyle çalışıyor. Onun için işte diğer meditasyon yoga kursları gibi ücret talep edilmiyor. Hani bunun arkasında da acaba neden böyle diye tabiki düşünenler olmuştur mutlaka. Ama zaman içinde devam edip görüp anlıyor insanlar. Burada aynı bilinçte olduğumuz arkadaşlarla bir arada olmak çok keyifli oluyor. Yani kendimizle ilgili farkındalıklarımız artıyor. Kendi deneyimlerimizi paylaşıyoruz.

Ve daha çok kendi gelişmemizi farkettiğimiz o durumları konuşuyoruz. Seminerler üzerine konuşuyoruz. Kim hangi sohbeti vermek ister diye. (K7)

Aynı şekilde K6 da yoga grupları içerisindeki arkadaşlık ilişkilerinden bahsederken ortak birlikteliklerinin güçlü olduğuna vurgu yapmıştır. Yoga yapan kişilerle kendisini ortak duygularda ve düşüncelerde görmektedir.

Ortak bir noktada bulduğumuz için hepimiz, aynı frekansta olduğumuz için ve aynı konuları düşündüğümüz ve aynı şeyi yaptığımız için tabii ki iletişim çok kolay oluyor yani bir doktorun doktorla çok sıkı arkadaş olması gibi düşün çünkü aynı şeyle birleşiyorlar yani noktada birleşiyorlar. Ee konuştukları şey de ortak, birbirlerini anlıyorlar da. Yani birbirimizi anlıyoruz o yüzden hani arkadaşlıklarımız çok iyi yani.(K6)

5.9.2. Yoga İçerisinde Hiyerarşi

Görüşülen kişiler yoga içerisinde hiyerarşinin yer almadığını düşünmekte ama aynı zamanda spiritüel liderlerin olduğunu, kıdemli guruların varlığını anlatmaktadırlar. Yoga eğitmenleri yogaya karşı eleştirel yaklaşmakta ya da olumsuz özellik atfetmekte ciddi dikkat sergilemişlerdir. Bu nedenle olabildiğince grupsal özellikleri ve ilişkiler hakkında sorulan sorularda detaylı anlatımlardan kaçınmışlardır.

Yoga içerisinde birçok eğitimci ve öğrenci olduğu gibi dünya çapında duyulmuş gurular, kendini aydınlanmış kişi olarak tanımlayan yoga liderleri de vardır. Onlar yoga öğretisi yolunu tutmuş kişilere rehberlik ederler. Bu bakımdan bu liderler önde gelir ve sözleri dikkate alınır.

Yoga felsefesi nedeniyle görüştüğümüz çoğu lider öğrencisinden herhangi bir üstünlüğü olmadığını vurgulamakta aynı zamanda aydınlanma yolunda spiritüel bir lider olduğunu da belirtmektedir.

Brahma Kumaris'in içinde böyle çok eski kıdemli hocalar var. Onlardan bir-iki tanesi trans mesajcı olarak çalışıyorlar. Diledikleri zaman işte birtakım tanrıyla çok ileri düzeyde konuşabildiklerini vesaire, iletişim kurabildiklerini ama çok az sayıda bunlar. Fakat bunu yanında çok çok değerli yine çok kıdemli hocaların bir kısmının hiç böyle bir deneyimi yok. (K2)

K2 kıdemli hocaların varlığından söz etmekte aynı zamanda onların spiritüel yeteneklerinin ve gücünün yani Tanrı ile istedikleri zaman konuşabilme özelliklerinin varlığından bizi haberdar etmiştir.

Diğer yoga hocalarının benzer bir gücü olmasa da kıdemli olduklarını kendi içlerinde belli bir takım özellikleri ile diğerlerinden ayırdıklarını görüyoruz. Bu kısımda daha fazla detay alabilmek için yoga öğretisi içerisinde ilerlemek gerekmektedir.

Brahma Kumaris kadın liderleriyle ön plana çıkan yoga ekolüdür. Kadın lider ağırlıklı bir sisteme sahiptir. En başlarındakinin bir kadın olması burada bir kuraldır. 1937 yılında Hindistan'da kurulan ve dünyada 110'dan fazla ülkede faaliyet gösteren uluslararası bir STK'dır. Merkezleri Hindistan'da Abu Dağı'nda bulunmakla birlikte uluslararası faaliyetleri bölgesel olarak Londra, New York, Moskova, Nairobi, Sidney merkezlerinden yönetilmektedir.

2. aşamada onları göreceksin. Yani bana çok mucize gibi geliyor. Ve bugün bu bir temel kural, en baştaki yönetici bir kadındır. Hep öyle olagelmiş.

Nur Meryem: Nasıl?

Bir kadın yönetiyor veya işte paylaşarak iki kadın yönetiyor. Erkekler var Brahma Kumaris'te ama yönetimin en tepesi her zaman kadın. Son karar onlara ait, kadın hocalar yani.(K2)

K3 ise yoga stüdyolarında var olan grupsal ayrışmayı anlatmaktadır. İçeriye yönelik yaptığı eleştiri de yoga eğitmenlerinin yoga felsefesine ters olarak kibirli davrandıklarından ve bölünmüş gruplarla hareket ettiklerinden bahsetmektedir. Bir özellik ise yoga grupları içerisinde yoga hareketlerini zorluk derecelerine göre en iyi yapanlar ve diğerleri olmak üzere ayrışma yaşanmaktadır.

Yogada işte bunları geç, öğretmeyi geç. En iyi atlayan, zıplayan ve mesela hoca olmuş. Ama ben Instagram'dan takip ediyorum günlük yaşamını, hayatını takip ediyorum. Burnu havada işte merhametten uzak. Yani yoganın felsefesini tamamen ters bir kişilik.

Ve onlar senle konuşmuyor. Atıyorum kendi bir grupları var böyle hocalar falan seninle görüşmüyor ya da konuşmuyor. Ya da hani sen ikinci sınıfsın falan. Yani bunlar var mesela. Daha yogayı kendisi şey yapamamış. Ama işte çünkü atlamaktan, zıplamaktan ibaret olduğunu düşündükleri için. En iyi atladığı için o çok iyi hoca mesela”(K3)

K3 yoga eğitimcilerinin yoga öğretilerine göre davranmamasını eleştirmekte, gruplaşma olduğundan bahsetmekte ve eğitimcilerin kibirli oluşlarını vurgulamaktadır. Bu nedenle yoga camiasından soğuduğunu ve uzaklaştığını ifade etmektedir.

Kibir olmasın işte sıcak olsun her şey. Yani bir yapmacıklık var yoga dünyasında. Öyle bir şey var yani. Bu yapmacıklıktan dolayı ben biraz şeyim aslında şikayetçiyim. Bir tık çekildim. Daha kendi pratiklerime yoğunlaştım. Daha böyle bana fayda gösterecek işte bu da benim alanıma koyduğum bir saygı. Mesela öyle olduğunu düşündüğüm bütün insanlarla görüşmeyi kestim, takipten çıktım. (K3)

K2 yoganın fiziksel boyutuna ağırlık veren ve yogayı asanalara indirgeyen eğitimcileri eleştirmektedir. Ona göre yoga nefes egzersizlerinin mutlaka içinde olması gereken tanrının sevgisiyle kendini geliştirmeye yönelik bir ritüeldir. Kendisinin de bu eğitimciler tarafından yargılandığı ya da tepkisellikle karşılaştığını görüyoruz. Yine de onlar hakkında daha detaylı şekilde arkalarından konuşmayı tercih etmeden kendi üzerinden örnek ortaya koymaya çalışmıştır.

Yani eğer (bu aramızda kalsın) ben 26 yıldır hala başından beri de katılan öğrencilerim varsa bunları çok göz önünde bulundurduğum için. Yani bir yerde kolayca kaçmadan, sadece kolunu kaldır, oraya bük, buraya bük, ayakların şöyle olsun, bacağın da böyle olsun. Bundan olmaz. Yani onun arkasını da doldurmuş olmak sayesinde ben bunu bu kadar sürdürebildim.

Ya şimdi diyorlar ki söylediğimde 'ay nasıl olur ya, nasılyani, sıkılmadılar mı size bunca yıl gelmekten?' Bilmem, onlara sorun, diyorum.

Ama işin sırrı sanki burada. Şöyle ki, 'ben yaptırıyorum, ben çok iyi biliyorum, benim üstüme yok zaten.' Halbuki sana biri yaptırıyor. Sen bir enstrümanısın, sen bir araçsın. Ve bu neyi getirir biliyor musun? Ben bunu yaşadım birkaç kere itiraf edebilirim.

Böyle on kişiye eğitim yaptırıyorsun. 'yaa ben neyim ya' falan. Dersin sonunda sana bir soru sordu. 'Ya bu soruyu nasıl sorarsın ki yani bu işte artık senin bilmen gereken...' diye kibirden gelen bir cevap verdim. Ve bunu söylediğim o an pişman oldum. Eve geldiğimde açıp özür diledim. Hemen böyle kendini bir yerlere taşıma tehlikesi oluyor. 'ben bu işi çok iyi biliyorum' Böyle hoca yok mu? Dolu dolu. Bu işe hakikaten yapıyorum ama benim temel hedefim: olabildiğince herkese çok fayda sağlamak. O kadar.(K2)

K10 kendisini guru ilan edip bu imajla pek çok öğrenci etrafına toplayan Çetin Çetintaş'a eleştiri getirmiştir. Daha çok eğitimler içeride var olan ve hoşlarına gitmeyen durumları anlatmakta çekimser kalırken K10'nun bu eleştirisi dikkat çekicidir. Aynı zamanda spiritüel liderlerin sözlerinin etkisinin bireyler tarafından nasıl etkili olduğuna değinmiştir. Bu nedenle bu liderlerin tüm davranışlarına dikkat etmeleri gerektiğini vurgulamaktadır. Aynı şekilde bu hassasiyeti göstermeyen yoga eğitimlerini eleştirmektedir.

Yoga eğitimlerinin sorumluluğu çok yüksek. Yani ben çıkıp da guruymuşum gibi seninle konuşup kendim aydınlanmışım gibi konuşup burada biraz dedikodu da yapıcım şu anda aklıma çünkü o örnek geldi, tırnaklarıma oje sürüp benim ailemin dişil enerjisi çok az ben ailemdeki dişil enerjiyi dengelemek için oje sürüyorum.

Püh senin kalıbına sen nasıl bir gurusun ya. Sen ailendeki dışıl enerjiyi tırnağına oje sürerek geçirebileceğine inanan bir gurusun. Bu mu gerçekten yani, bu mu spiritüellik. Bunun başka türlü üzerinden gelemiyorsun başka bir şekilde bunu aşamıyorsun. Baban kanser deseler her gün etek giyeceksin anca bu şekilde bir ay boyunca her gün etek giyersen baban iyileşecek. Aynı bu şekil. Ben söylediğim şeylerle insanları yönlendirebilecekken onları yapmam doğru bişey mi. Kendime biat ettirmek guru ilan etmek doğru bişey mi. Bunları doğru bulmuyorum.

İnsanların duygularını sömürmek. Bunu yapan hocanın benim gözümde Marmaray'a binerek oğlumun kalça çıkığı var ben buna para topluyorum demesi bilmem ne yapması gibi bana asla doğru gelmiyor. (K10)

K11 ise yoga ekolleri içerisinde var olan uygulama merkezli ayrışmaları açıklamıştır.

Yoga ekolleri içerisinde gruplaşma mutlaka var. Ekol diyoruz çünkü farklı ekolleri takip ediyorlar.

Yurtdışında aşram dediğimiz her aşramın kendi ekolü vardır. O ekolde yetişen kişiler o ekolün uygulayıcısı olarak devam ederler. Böyle kesin kati çizgiler daha o kadar derinleşmediğim için bilmiyorum. X stüdyo ve z stüdyo arasında yogaya yaklaşım konusunda farklar var. Hatha yoga vinyasa yoga gibi pratikler bakımından farklılıklar var. Tantra ve kundali var.

Bunların hepsi farklı ekoller. Ulaşılması istenen yol hepsinde aynı. Pratikler de nerdeyse aynı ama yoğunluk ve zorluk her birinde ayrı. Doğal olarak bir ayrışma oluyor.

Bunu hani mezhepsel ayrışma gibi algılanabilir başta ama öyle bişey olduğunu zannetmiyorum. Biraz da ticaret de giriyor işin içine tabi. Stüdyolara girdiğin zaman onlar çok sert yapıyorlar diğerleri kolay yapıyorlar yogayı gibi dedikodular oluşuyor. Ama stüdyo muhabbetinin dışında yoga yapan kişileri bir araya getirdiğinde o aralarındaki birliği çok net görebiliyorsun. (K11)

Katılımcılar rol model olarak düşündükleri, spiritüel lider olarak gördükleri ya da gündelik yaşamlarında dinledikleri kişilerden bahsetmişlerdir. Rol model aldıkları ya da rehber olarak benimsedikleri kişiler hakkında K11 şu şekilde bahsetmiştir.

Asu Mansur var, kendisi şaman eşi var o da şaman. İkisini de takip ediyorum paylaşımları ve sözleri beni düşündürüyor. Asu hocanın özellikle. Onun dışında kendim birebir eğitim aldığım Çınar hoca var Yogakioo'da Nesrin hoca var onların görüş ve düşüncelerine önem veriyorum bana rehberlik ediyorlar yol gösteriyorlar. Bunları sayabilirim şu an. Her arkadaşım da bana rehberlik ediyor ve yol gösteriyor. Eşim de öyle oğlum da öyle. Hatta sen de öyle bana rehberlik ediyorsun şu an.

Osho'nun söylemlerini baya derin olarak düşünüyorum Gandhi'nin aynı şekilde. Birçok var ama şu kişinin arkasındayım diyemem zaten yoga öyle bir yol değil. Bir kişinin peşinden gitmek bağı kurmaktan bağımlılığa geçiyor.
(K11)

Görüşme gerçekleştirilen kişiler bağımlı olmamaya önem verdikleri için bir kişiyi lider olarak görmeye temkinli yaklaşmaktadırlar. Telaffuzlarında da sıkça birilerini rehber olarak guruluğunu öğretmenliğini beğense ve yolunu izlese dahi o kişiye tabii görünmemeye dikkat etmektedirler. Yoganın içerik olarak buna izin vermediğini söylemektedirler.

Kişiler bunu içselleştirmeye çalıştıkları için sadece bir lideri benimseyerek ona bağlılık göstermemekte, pek çok spiritüel liderleri dinlemekte ve faydalanmaktadırlar. Aynı zamanda manevi yönlerinde Mevlana'yı, Hacı Bektaş Veli'yi okudukları gibi, Osho'yu Buda'yı da okumakta öğretilerini benimsemektedirler.

Kişiler öğretilerin içeriğindeki cümlelerden beğendiklerini almakta seçmeci bir davranış gösterdikleri gibi spiritüel liderler içinde de aynı davranışı göstermektedirler.

5.10. Yoga Endüstrisi

Görüşülen kişilerle en zorlayıcı kısım yoganın ücretleri, ticarileşmesi, yoga içerisinde hoşnutsuz kalınan durumlar hakkında olmuştur.

Orada mutfakta çalışıyordum ben.Tabii yemek sattık yemekler yapıyorduk orada. Yani oradaki ortam ya Çetin Hoca dediğim gibi ben Çetin hocayı çok severim. Ama mesela bunu ses şimdi varken hiç söylemek istemiyorum ama. Yani etrafındaki insanlar biraz ilginç gelmişti bana oradaki yakın çevresi.Giyimleri değil, fikirleri de değil de böyle. Daha dünyeviler ya öyle söyleyeyim.Yani maddeye daha- İşte bu biraz beni rahatsız ediyor. Yani bunu biraz gördüm. Bu biraz beni o şeyden soğuttu.

Ee tabii ki paran olmazsa gidemezsin yani oraya. Yani bu aldığımız öğretinin biraz dışında bir durumları vardı. Yani ticari demek daha doğru belki. Biraz ticari. Çünkü her şey ya tamam bu da para da önemli bir şey tabii ki önemli bir şey ama tam istediğim kelimeyi bulamıyorum. Bulsam söyleyeceğim yani. İşte dediğim gibi böyle biraz ticarete dökülmüş diyelim bu iş. Ee tabii ki orada sonuçta verdikleri eğitimi satıyorlar. Sonuçta orada kalıyorsun, kalma parası veriyorsun. Ama işte bunların hepsinin bedelini sen ödüyorsun.

Öyle olması gerekiyor ama yani nasıl söyleyeyim sana. Mesela bazen diyorum şeyleri, eğitimlerin şeylerini fiyatlarını duyuyorum.

Yani nasıl olur diyorum birisi bu kadar para verebilir diye düşünüyorum. Mesela Yoga Kioo'ya şu an gidemiyorum yani. Çok pahalı geliyor bana.(K6)

K6 yoganın ticari bir şekilde abartılmasına karşı çıkan üyelere biridir. Onun kadar içerideki yanlış tutumları doğrudan açıklayan katılımcı olmamıştır.

Bu konuda çekimser davranmaları birincil olarak yogayı ekonomik gelir kaynağı olarak kullanmalarından kaynaklanmaktadır. Aynı zamanda yoga öğretisi içerisinde olmalarından ötürü eksikleri ve yanlışları konuşmak istememektedirler.

Yani yoksa o kadar parayı bulup buluşturmak zor yani mesela bak kasım ayındaki şey için surf eğitmenlik eğitimi için 42 bin lira para istiyorlar.

Kalma parası yok içinde. Kalmayacaksın. O sadece verdiği eğitimin parası. Orada işte öğretiyor, konuşuyor, yoga yapıyorsun, onun felsefesini alıyorsun.

O sadece eğitimin parası. Artı orada bir ay kalacaksın. Bir ay kalmak demek her gün oda için para vereceksin. Yani mesela bir kişi uyduruyorum günlük bin lira. Anladın mı? Hem kalacaksın hem yemek yiyeceksin. Şu an bin lira diyorum yani o zaman belki daha fazla olacak. Hani bir o kadar da şey vereceksin, kalma parası vereceksin. Yani neredeyse yüz bin lira para edecek yani. Mesela bu beni şaşırtıyor anladın mı?(K6)

Yoga ile ilişkili spiritüel ürünlerin pazarlanması ve kullanımı hakkında K10 bu endüstriye uyan kişileri spiritüel materyalizme gitmekle tanımlamaktadır.

Spiritüel materyalizme doğru gidiyorsa biri çok fazla atıyorum yok Patanjali'nin kitabını aldı, yaratılışın sırrı kitabını aldı, aklınla bilmem neyi düşünmek işte dört element bilmem ne, çok fazla buna yatırım yapıyorsun yoga matı alayım tayt alayım şu eğitime de gideyim bu hocayla da yoga yapayım, astroloğa da bu kadar para göndereyim, noldu sen bunların hepsini aldın bir boka da yaramadı. Bir iki saat rahatladın manevi tarafın beslendi ama materyalist bir şekilde beslendi. Yoga bunu söylemiyor ki yoga gelip de sana ya yedi bin liraya tayt al mat al demiyor. (K10)

Yoganın öğretisi olarak içten ve samimi şekilde yapılması gerektiğini savunan katılımcılar aynı zamanda bunun bir iş olarak yapılmasına karşı çıkmamaktadır. Çünkü hem gelir kapısı olarak yoga eğitmenlerini kullanmakta hem de bunu yaşam tarzı olarak uygulamaktadırlar.

Elbette bunu katılımcılar arasında bulunan Raja Yoga ekolünde olan Brahma Kumaris eğitimcilerinden ayrı tutmakta yarar var. Çünkü onlar bu işe hizmet adını verip tamamıyla ruhsal çalışmalar yapmaktadırlar.

Ne güzel olur her şey ücretsiz olabilse, yoga eğitimi de ücretsiz olabilir bence. Ben mesela ücretsiz eğitim vermek çok isterdim. Ama herkes benden sürekli zam istiyor. Kira, elektrik ödüyorsunuz. Birçok sorumluluğunuz oluyor yaşıyoruz da ilerledikçe. Ben olabildiğince opsiyonlar sunarak herkesin eğitim alabilmesini desteklemeye çalışıyorum yalnızca. Konulan, harcanan enerjilerle doğru orantılı bir şey. (K9)

Yoga stüdyolarındaki eğitimciler içerisinde tezatlık oluşturan durumlardan gruplaşmalar ve kibirli davranışlar nedeniyle bu camiadan uzaklaştığını belirten K3 yoganın aynı zamanda ticarileştirildiğini düşünmektedir.

Atıyorum ne bileyim çok ticari düşünülüyor. Çok pahalı. Yani herkes için yoga diyoruz ama herkes yoga yapsın diyoruz ama mümkün değil falan. Tabii ki hani bunun bir maliyeti var. Stüdyolar var. Hocalar var falan ama bari hani en azından bunu yaptığımız zaman en azından o şeyi görelim değil mi? O güzel atmosferi görelim. (K3)

Geoffrey K. Nelson, 1969 yılında yayınlanan *Spiritüalizm ve Toplum* adlı kitabında spiritüalizmin bir hareket olarak kaldığını ve bir örgüt haline gelemediğini açıklamaktadır.

Eklektik davranışlar sergilemeleri ve ortak kimlik duygusu olarak ruhsal kardeşliği merkez almaları pratik yaşamlarında yoganın ticari boyutu nedeniyle toplumsal hareketlerinin zayıf olması örgütlenmelerini zayıflatmaktadır. Aynı zamanda yoganın yeni bir cemaat üretimine destek olduğu da ulaştığımız bulgulardan yola çıkarak söyleyebiliriz.



SONUÇ

Araştırma sürecinde yapılan katılımlı gözlemler, kendi yoga ve meditasyon deneyimim, derinlemesine gerçekleştirilen görüşmeler ile maneviyatın yoga deneyimi ile ilişkisel boyutunu birlikte değerlendirerek ortaya koymuş olduk. Katılımcılar modern seküler ağırlıklı ailelere mensup üyeler olmakla birlikte hepsi eğitilmiş bir nüfusu oluşturmaktadır. Seküler bir perspektif ile yaşamlarında metafiziksel öğelere yer vermeyen kişiler yoga aracılığıyla ruhsallığı deneyimlemeye çalışmaktadırlar. Kurumsal dinlere mensubiyet duymamakla birlikte yoga onlara kabul edebilecekleri bir Tanrı anlayışı sunmuştur. Burada kurallar ve kısıtlamalar olmaması modern seküler bireylerin dünyevi istek ve arzuları için rahat bir inanç alanı sunmaktadır. Kurumsal dinlerin ibadet şekilleri yerine kendilerini keşfetme aracı olarak da gördükleri yoga ve yoga içerisine eklenen spiritüel pagan, şaman ritüellerini gerçekleştirmektedirler.

Yogadan önceki hayatlarında dindar muhafazakâr bir hayat görüşü benimsemeyen katılımcılar yoga aracılığıyla eklektik ve yeni bir maneviyat anlayışı geliştirmişlerdir. Ve bu anlayış yaşamlarında bütünsel olarak manevi bir anlam yüklemeye başlamalarına neden olmaktadır. Burada maneviyat otantik anlamından ziyade seküler maneviyat olarak karşımıza çıkmaktadır. Kurumsal bir dini inanca aidiyet hissetmemelerine rağmen Hinduizm, Budizm, İslam inanç terminolojilerindeki kavramları ve ilkeleri seçmeci bir şekilde yaşamlarında kullanmaktadırlar. Aynı zamanda belirsiz bir Tanrı anlayışları da vardır. Bazıları İslam'daki Allah'a inanırken bazıları inanç duyulan tanrıdan bahsederken "Baba" gibi ifadeler kullanmışlardır. Ya da sadece bir yaratıcı gücün varlığına inandığını belirtip panteist bir inanca yakın yanıtlarda bulunmuştur. Tanrı-evren birlikteliğe olan inanca ilişkin konuşmuşlardır. Burada panteist bir inanç görüntüsü ile Prof. Dr. Mustafa Tekin'in *Bir Dünya Tanrı* kitabında ele aldığı post-modern tanrı anlayışı arasında bir noktada olduklarını görebiliriz.

Daha ruhsal, spiritüel bir anlamlar dünyası edinmiş olan katılımcılar eski yaşamlarına ait alışkanlıklarını yoga aracılığıyla bırakmaya başlamışlardır. Bu süreçte kendileri gibi yoga yolunda olan kişilerle ilişkiler geliştirmişler ve yeni bir gruba aidiyet içerisinde olmuşlardır.

Yoga katılımcıların maneviyat anlayışlarında, gündelik hayatlarında, özel yaşamları olan romantik ilişki ve arkadaşlık ilişkilerinde, beslenme şekillerinde değişikliğe neden olmuştur.

Elde edilen verilerden yola çıkılarak yoga grubunun yogaya katıldıktan sonra yeni bir maneviyat anlayışını benimsediklerini ve bu maneviyat anlayışının yeni bir yaşam tarzına yol açtığı sonucuna ulaşmış olduk. Aynı zamanda Türkiye’de modern seküler yaşam tarzına sahip kişilerle popüler olan Nişantaşı semtindeki yoga yapan bireylerin maneviyatla kurdukları ilişki biçimini daha yakından anlama imkanı yakalamış olduk. Seküler yaşam tarzına sahip kişilerin yoga aracılığıyla manevi bir yaşam tarzı geliştirdikleri sonucuna ulaştık. Fenomenolojik olarak sekülerliklerin ve ruhsallığın her şekilde birbirlerinin yerini doldurmaya çalıştığını görebiliriz. Toplumsal alanda çoğalan yeni tinselliklerin, dini kurumların dışında rağbet görmesi bireysel sekülerliğin yanında kurumsal sekülerliğin de ne boyutta etki ettiğinin sorgulanmasını ve araştırılmasını gerekli kılmaktadır. Bu açıdan toplumda var olan dini kurumların modern seküler bireyler için yeterli şekilde manevi bir alana karşılık gelmediğini; bireylerin var olan kurumsal dinleri yargılayıcı, kısıtlayıcı ve eleştirel bulmalarından ötürü kendilerini oraya ait hissedemediklerini görüyoruz. Modern ve aynı zamanda seküler olup inançlara yönelik mesafeli olan kişiler için, oluşan boşluğu yoga başta olmak üzere spiritüel akımlar kaplamaktadır.

Yoga grupları içerisinde aktif bir şekilde yer alma ve yogada ustalaşma şekline göre kişiler yoga felsefesiyle yaşamaya başlamakta seküler bir maneviyat geliştirmektedirler. Bu şekilde sekülerlik kendi maneviyat anlayışını doğurmaktadır.

Ücretli bir şekilde gerçekleştirilen ve ücretsiz şekilde hizmet olarak yapılan yoga gruplarının faaliyetleri grup üyelerinin sayılarını artırmayı hedeflemektedir. Cemaatleşmeleri ve toplumsal hareket olarak dernekleşmeleri yeni bir manevi zümrenin oluşumunu göstermektedir. Maneviyat deneyimlerine ilişkin detaylar seküler gruplar içerisinde maneviyattan uzak bir yaşantıdan ziyade seküler maneviyatın gelişimini göstermektedir.

KAYNAKÇA

- Adorno, Theodor W. (2007). Kültür Endüstrisi Kültür Yönetimi. ev. Nihat Ülner, Mustafa Tüzel, Elçin Gen. İstanbul: İletişim yayımları.
- Altıntaş, s. 37; Bryan R. Wilson, "Secularization", ", *The Encyclopedia of Religion*, Vol. 13.
- Altınay zdemir, M., Acar, A. ve İstanbullu Dinçer, F. 2018. Dünden Bugüne Spiritüel Turizm. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 11(58): 594-604.
- Armstrong, T. D. (1995). "Exploring Spirituality: The development of the Armstrong Measure of Spirituality". Paper presented at the annual convention of the *American Psychological Association*, New York: NY.
- Attas, S. N. (1995). İslam Sekülerizm ve Geleceğın Felsefesi. ev. Mahmut Erol Kılıç. İstanbul: İnsan yayımları.
- Bal, Hüseyin. (2014). Sosyolojide Yöntem ve Araştırma Teknikleri. İstanbul: Sentez Yayıncılık.
- Bash, Anthony. (2002). Spirituality: The Emperor's New Clothes?. *Journal of Clinical Nursing*, 13(1), 11-16.
- Berger, P. L. (1979). *The Heretical Imperative: Contemporary Possibilities of Religious Affirmation*. Garden City, NY: Anchor Press.
- Berger, P. L. Ve Luckman, (2002). T. "Dini ve Toplumsal Kurumların Değışimi". Der.A. Çiftçi. Din ve Modernlik- Toplum Bilim Yazıları I, ev. A. Çiftçi. Ankara: Ankara Okulu Yayınları.
- Bruce, S. (1992). Religion and modernisation, Oxford: Clarendon Press
- Bucher, A. (2009). Psychologie der spiritualitt. Handbuch. Basel: Beltz Verlag
- Cabir, M. A. (2000). Felsefi mirasımız ve biz. ev. Said Aykut. İstanbul: Kitabevi Yayınları.

- Campbell, R. L. (2006). Altruism in Auguste Comte and Ayn Rand. *Journal of Ayn Rand Studies (Journal of Ayn Rand Studies Foundation)*, 7(2).
- Cangızbay, K. (2006). Çok-Hukukluluk, Laiklik ve Laikrasi. Ankara: Liberte Yayınları.
- Casanova, Jose. (2017). “Seküler, Sekülerleştirmeler, Sekülerizmler”. Laikliği Yeniden Düşünmek, Der. Craig Calhoun, Jonathan VanAntwerpen, Mark Juergensmeyer. Ankara: Nika Yayınları.
- Calhoun, C., VanAntwerpen, J., ve Juergensmeyer, Mark. (2017). Laikliği Yeniden Düşünmek. Editör: Berk İlke Dünder. Ankara: Nika Yayınevi.
- Cengiz, K. Gür, H. Küçükural, Ö. (2021). Türkiye’de Spiritüel Hareketler. İstanbul: İletişim Yayınları.
- Churchland, Paul M. (2012). Madde ve Bilinç. Çev. Berkay Ersöz. İstanbul: Alfa Yayınları.
- Cicirelli, G. Viktor (2011). Religious and Nonreligious Spirituality in Relation to Death Acceptance or Rejection. *Death Studies*,35 (2), 124-146.
- David Yamane.(1998). “Spirituality,” Encyclopedia of Religion and Society, Ed. W. H. Swatos Jr. Walnut Creek: AltaMira Press, 492.
- Davie, G. (2005). Modern Avrupa’da Din. Çev. Akif Demirci, İstanbul: Küre Yayınları.
- Demir, F.O. (2011). Mistik Pazarlama. İstanbul: Mediacat Kitapları.
- Deveci, Burak C. (2022). Eski Uygurcada Budizm’e Ait Bir Ritüel: Bakçan Olur. *Türk Dili ve Edebiyatı Dergisi*, 2(62), 325-352.
- Doğan, D. Mehmet (2001). Büyük Türkçe Sözlük, Ankara: Vadi Yay.
- Doğan, Türkan (2004). Üniversite Öğrencilerinin İyilik Halinin İncelenmesi, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Durkheim, E. (2020). Dinsel Yaşamın İlk Biçimleri. Çev. Özer Ozankaya. İzmir: Cem Yay.
- Düzgüner, S. (2021). Maneviyat Algısı ve Yansımaları. İstanbul: Çamlıca Yayınları.

- El Hâkim, Suad. (2004). İbnü'l Arabi Sözlüğü. Çev. Ekrem Demirli. İstanbul: Kabcacı Yay.
- Eliade, Mircea. (2016). Dinsel İnançlar ve Düşünceler Tarihi 1, Çev. Ali Berktaç. İstanbul: Alfa.
- Eliade, Mircea. (2021). Dinsel İnançlar ve Düşünceler Tarihi 2, Çev. Ali Berktaç. İstanbul: Alfa.
- Gündüz, Şinasi. (2017). Din Ve İnanç Sözlüğü. İstanbul: Vadi.
- Han, (2021). Zen Budizm Felsefesi. Çev. Mustafa Özdemir. İstanbul: İnsan Yayınları.
- Hannah, Barbara (1976). Jung: His Life and Work: A Biographical Memoir. Newyork: Putnam Adult.
- Hegel, G. W. Friedrich. (2016). Din Felsefesi Dersleri. Çev. Doğan Naci Kadıoğlu. İstanbul: Pinhan Yay.
- Hiçdurmaz D, Öz F. (2013). Stresle başetmenin bir boyutu olarak spiritüalite. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*. 16(1): 50-6.
- Hume, David. (2016). Din Üstüne. Çev. Mete Tunçay. Ankara: İmge Yay.
- Upanişadlar. (1976). Çev. Mehmet Ali Işım. İstanbul: Dergah Yay.
- Jung, C. G. (2021). Kundalini Yoga Psikolojisi. Çev. Burcu Tümkeya. İstanbul: Pinhan Yay.
- Kirman, Mehmet Ali (2010). Yeni Dini Hareketler Sosyolojisi, Ankara: Birleşik Yay.
- Knott, Kim. (2017). Hinduizm. Çev. Ceylan Ertung. Ankara: Dost Kitabevi.
- Köse, A. (2014). Kutsalın Dönüşü. İstanbul: Timaş Yay.
- Köse, Ali. (2014). 21. Yüzyılda Dinin Geleceği Kutsalın Dönüşü. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Lawrence L. Lapierre, (1994). A Model for Describing Spirituality, *Journal of Religion and Health* 33 (2), 154-159, <https://www.jstor.org/stable/27510796>.
- Lynch, Cecelia. (2017). "Dini Hayırseverlik ve Sekülerizmin Küresel Siyaseti". Laikliği Yeniden Düşünmek, Der. Craig Calhoun, Jonathan VanAntwerpen,
- Mark Juergensmeyer. Ankara: Nika Yayınları.

- Lukes, Steven. (2006). Bireycilik. Çev. İsmail Serin. Ankara: Bilim ve Sanat Yay.
- Lyotard, J-F. (2019). Postmodern Durum. Ankara: Bilgesu Yayınları.
- Marcello Truzzi,(1972). “The Occult Revival as Popular Culture: Some Random Observations on the Old and the Nouveau Witch”, *The Sociological Quarterly*, *Vol.13*, No. 1, 16-36.
- Marshall, Gordon. (1999). Sosyoloji Sözlüğü. Çev. Osman Akınhay ve Derya Kömürcü. Ankara: Bilim ve Sanat Yay.
- Maton, K.I., & Wells, E.A. (1995). Religion as a community resource for wellbeing: Prevention, healing, and empowerment pathways, *Journal of Social Issues*, *51* (2), 177– 193.
- Meintel, D. Ve Mossiere, G. (2011). Reflections on Healing Rituals, Practices and Discourse in Contemporary Religious Groups. *Ethnologies*, *33*, 5-31.
- Merter, M. (2012). Dokuz Yüz Katlı İnsan. İstanbul: Kaknüs Yay.
- Osho. (2005). Yoğun Tempolu İnsanlar İçin Meditasyon. Çev. Işıl Ölmez. İstanbul: Mia Yayınları.
- Osho. (2009). Beden ile Zihni Dengelemek. Çev. Meral Bolak. İstanbul: Butik Yayıncılık.
- Oxford Learner’s Dictionaries, www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/english/spirituality [04.03.2023].
- Öztürk, Sulochana Serpil. (2020). Patanjali Yoga Sutraları. Eskişehir: İnsancıl Yay.
- Özden, Mustafa. (2016). Sekülerliğin Tarihi Serüveni. *JOMELIPS*, *1*(2), 60-81.
- Parrinder, G. (1976). Spiritüalizm in the World’s Religions, Oxford University Press: New York
- Patanjali, (2011). Yoga Sutra, İçsel Özgürlüğün Yolu, Arıtan Yayınevi.
- Pınarbaşı, G. (2021). Spiritüel Ağ. İstanbul: Okur Akademi
- Sarma, D. S. (2015). Hint Dini Tarihine Giriş. İstanbul: Ataç Yay.

- Schaar, A. (2008). An Analysis For The Potential of Spiritual Tourism At Bali, Journey of The Self: The Rise of Spiritual Tourism. Bachelor Thesis, NHTV University of Applied Sciences.
- Schultze, Q. J. (2003). Christianity and the mass media in America: Toward a democratic accommodation. Michigan: Michigan State University Press.
- Sennett, R. (2010). Kamusal İnsanın Çöküşü. Çev. Serpil Durak, Abdullah Yılmaz. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Sevinç, Kenan; Güven, Metin; Metinyurt, Tuğba (2005). Dindar ve Spiritüel Olmama (DİSOL) Ölçeğinin Türkçe'ye Uyarlanması. *Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, (6), 59-86.
- Seyrek, A. M. (2018). Dinler Tarihi Sözlüğü. İstanbul: Yediveren Yay.
- Shcrödinger, Erwin. (2020). Doğa ve Yunanlar & Bilim ve Hümanizm. Çev. Aynur Başpınar. İstanbul: Babil Yay.
- Sheldrake, P. (1992), Spirituality and history: Questions of interpretation and method, New York: Crossroads.
- Simmel, G. (2017). Modern Kültürde Çatışma. Çev. Ali Artun. İstanbul: İletişim Yayınları
- Simmel, George. (2003). Modern Kültürde Çatışma. Çev. Tanıl Bora, Naziye Kalaycı, Elçin Gen. İstanbul: İletişim yay.
- Singla, Parvesh. (2012). The Manuel of Life-Karma. Parvesh Singla e-book.
- Sümer, İ. (1998). Tibet Budizm'inde din anlayışı. *Dinler Tarihi Araştırmaları Sempozyumu 2*. Ankara: TDV Yayınları.
- Şasa, A. (2019). Bir Ruh Macerası. İstanbul: TİMAŞ Yayınları.
- Şentürk, R. (2000). Religion as Chain of Memory Kitap Kritiği. *İslam Araştırmaları Merkezi*, 4, 290-294.
- Taburoğlu, Özgür (2019). Dünyevi ve Kutsal, Modernlerin Maneviyat Arayışları. İstanbul: Metis Yayınları
- Tarhan, N. (2018). Son Sığınak Aile. İstanbul: Nesil Yayınları.
- Taşpınar, İ. (2017). Dinler Tarih ve Sembolizm. İstanbul: İFAV.

- Taylor, Charles. (2017). “Batı Sekülerliği”. Laikliği Yeniden Düşünmek, Der. Craig Calhoun, Jonathan VanAntwerpen, Mark Juergensmeyer. Ankara: Nika Yayınları.
- Taylor, Charles. (2017). Seküler Çağ. Çev. Dost Körpe. İstanbul: İş Bankası.
- Tylor, Edward B. (2016). Primitive Culture. New York: Dover Publications Inc.
- Tekin, Mustafa (2011). Türkiye Toplumunun Dini Hayatında Postmodern Tezahürler. *İÜİFD*, 25, 5-28.
- Topsakal, Harun Reşit ve Çelik, İbrahim (1996). Örnekleriyle Türkçe Sözlük, Ankara: MEB Yay.
- Turner, Bryan S. (2009). Religious speech: the ineffable nature of religious communication in the information age, *Theory Culture & Society* 25 (7 – 8): 219,35.
- TDK, <https://sozluk.gov.tr> [04.03. 2023]
- TÜİK, “Evlendirme ve Boşanma İstatistikleri, 2022”, www.data.tuik.gov.tr/Bulten/Index [24.02.2023].
- Tüzer, Abdüllatif (2006). Dini Tecrübe ve Mistisizm. İstanbul: Dergâh Yay.
- Ünal, Mehmet Süheyl. (2011). Dinsel Bireycilik, İstanbul: Açılım Kitap.
- Van der Veer, P. (2009). Social Research: An International Quarterly. "Spirituality in Modern Society" . *Social Research: An International Quarterly*. 76 (4): 1097–1120.
- Van Manen, M. (2007). Phenomenology of practice. *Phenomenology & Practice*. 1(1), 11-30. <https://doi.org/10.29173/pandpr19803>.
- Vargheese, A. J.S. ve Varghees, P.S. (2012). Dimensions of Spiritual Tourism in Tuiticorin District of Tamil Nadu in India – A Critical Analysis. *Business Intelligence Journal*, 245-251.
- Vaughan-Johnston, vd.. (2021). “Mind-Body Practices and Self-Enhancement: Direct Replications of Gebauer Experiments 1 and 2” , *Association for Psychological Science*, 32-9: 1510-1521.
- Weber, M. (2012). Din Sosyolojisi. Çev. Latif Boyacı. İstanbul: Yarın Yay.
- Webster (1957). Webster’s New World Dictionary of The American Language, Cleveland and New York: The World Publishing Company.

Yıldırım, E. (2017). Bilginin Sosyolojisi. İstanbul: Marmara Belediyeler Birliği Kültür Yay.

Yıldırım, G. (2023). Sen 2.0 Mutlu Beyin Mutlu İnsan Okulu. <https://www.acikbeyin.com/urun/mutlu-beyin-mutlu-insan-okulu-5-07->[10.11.2024].

Yogananda, Paramahansa. (2014). Autobiography of a Yogi. New Delhi: The Philosophical Library.



ÖZGEÇMİŞ

Nur Meryem ÖZBEK

A. EĞİTİM

Yüksek Lisans: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyoloji Anabilim Dalı
Sosyoloji Bölümü, 2021, İstanbul

Lisans: Düzce Üniversitesi Sosyoloji Bölümü, 2016, Düzce
İstanbul Üniversitesi Siyaset Bilimi ve Kamu Yönetimi, İstanbul

Ön Lisans: İstanbul Üniversitesi Bilgisayar Programcılığı Bölümü, 2023, İstanbul

B. MESLEKİ DENEYİM

2019-2020 Düzce 15 Temmuz Şehitler Anadolu Lisesi Stajyer Felsefe Grubu
Öğretmeni

2022- 2023 İstanbul Özel bir vakıfta yönetici asistanı

2022- 2023 İstanbul Sağlıklı Kimlik Gelişimi Projesi'nde Proje Asistanı

2022- 2023 İZÜ BAP Projesi Stajyer Öğrencisi

2023- GSB/Vakıf yönetim memuru

C. SERTİFİKALAR

2017 GSB Ar-ge İnovasyon

2020 Düzce Üniversitesi Pedagojik Formasyon

2021 Ortadoğu Vakfı Ortadoğu Akademisi

2021 İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi İnovasyon Yarışmaları Ekip Ödülü

2022 Capacity building through digital transformation in youth NGOs

2022 Family and youth scenarios with pandemic