

İSİMSİZ HAYATLAR



ÖZNUR ÖZDOĞAN



ISBN 975-6665-20-3

Lotus Yayınevi- 21

İsimsiz Hayatlar

Manevi ve Psikolojik Yaklaşımla

Arınma ve Öze Dönüş

Özür Özdoğan

■
Editör: Şükran Görünyılmaz

Kapak Tasarımı ve Uygulama: Erdal Avcı

Kapak Resmi: Numan Eraslan

© Lotus Yayınevi, 2005

Bu kitabın yayın hakları Lotus Yayınevi ve Özür Özdoğan'a aittir.

Tanıtım için kısa alıntılar dışındaki her türlü çoğaltma
yasal sorumluluk doğurur.

Film, Ahsen Repro

Baskı, Öncü Basımevi

Baska Notlar

Lotus Yayınevi, Haziran 2005, Ankara

Lotus Yayınevi

P.K 90 Maltepe (06572) Ankara

e-posta: lotus@lotuskitap.com

www.lotuskitap.com

■
Genel Dağıtım

Birleşik Kitabevi Dağıtım

Tuna Caddesi, İnkılap Sokak, 2/53 Kızılay-Ankara

Tel: 0(312) 431 02 80 Faks: 430 34 90



Bilgisayarımda bu kitabın kayıtlı olduğu dosyanın adını mahkum hastanesi koydum. Nasıl hastaneye iyileşmek için gideriz, cezaevine giderken de “ben buradan çıktığımda öfkemi yönetebileceğim, elim başkasına ait bir şeye gitmeyecek, mutluluğum için vücuduma zarar verecek maddelere ihtiyaç duymayacağım...” diyebilmeliyiz. Yani hataları olan insanlara öyle bir dünya kurduralım ki aydınlansınlar ve karanlık hesaplarından çıksınlar; yaşamlarında barışçıl kararlar versinler, kendilerini ve diğler varlıkları sevme güçleri yükselsin. Bu çalışma böyle bir oluşum için önemli bir adımdır.

anne babama

İÇİNDEKİLER



ÖNSÖZ / 13

GİRİŞ / 19

BÖLÜM 1

İNSAN VE DOĞASI / 37

A - MASLOW VE İNSANCIL YAKLAŞIM / 40

B - FRANKL VE LOGOTERAPİ / 52

C - MANEVİ YAKLAŞIM VE İNSAN / 57

BÖLÜM 2

TÖVBE VE BİREYSEL DÖNÜŞÜM / 73

A - TÖVBE KAVRAMI VE TEMELLERİ / 75

B - TÖVBE SÜRECİ / 87

C - PEYGAMBER ÖRNEĞİNDE TÖVBE / 96

C1 - Hz. Adem ve Eşinin Tövbeleri / 96

C2 - Davud Peygamberin Tövbesi / 97

C3 - Hz. Muhammed'in Tövbe Yaşantısı / 98

BÖLÜM 3

DEĞERLERİN ÖZÜ VE MANEVİ GÜÇLENDİRME / 103

A - DEĞERLER PSİKOLOJİSİ ve DUYGUSAL OKURYAZARLIK

A1 - Değerler Psikolojisi

A2 - Duygusal Okuryazarlık

B - DEĞERLERLE KENDİNE YOLCULUK

B1 - Sevgi / 122

B2 - Olumlu Bakış Açısı / 145

B3 - Mutluluk / 148

B4 - Sabır / 155

B5 - Hoşgörü / 169

B6 - Adalet / 170

B7 - Özveri / 178

B8 - Şükretmek / 183

B9 - Özgüven / 186

B10 - Vicdan / 187

B11 - Kendimiz Olmak / 227

B12 - Kazan Kazan Diye Düşünmek ve Yaşamak / 229

B13 - Yargılamak Yerine Anlamak / 237

C - İLAHİ BOYUTUYLA DEĞER VE DUYGU EĞİTİMİ / 240

BÖLÜM 4

İNSANIN KENDİNE VE TOPLUMA DÖNÜŞ SÜRECİNDE DİN PSİKOLOJİSİ BİLİMİ / 249

A - ARAŞTIRMANIN AMACI VE KONUSU / 252

B - EVREN VE ÖRNEKLEM / 253

C - ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ / 253

D - VERİ TOPLAMA ARACI / 271

E - VARSAYIMLAR / 273

F - ARAŞTIRMA SÜRECİ / 273

G - BULGULAR / 276

H - YORUM / 277

I - ÖNERİLER / 293

BÖLÜM 5
İSİMSİZ HAYATLAR

FİRÜZE / 297

PAPATYA / 332

ORKİDE / 335

GÜNEŞ / 337

FUNDA / 339

KİRAZ / 340

FUŞYA / 342

GELİNCİK / 344

LAVANTA / 346

NERGİS / 347

SÜMBÜL / 349

LALE / 351

SELVİ / 354

GÜL / 355

EK-1 ETKİLEŞİM GRUBU

EK-2 MÜZİK TERAPİSİ İÇİN ÖNERİLEN ŞARKILAR

EK-3 YAZIŞMALAR



Projenin başlangıcında yol açıcı rolleriyle, dönemin İlahiyat Fakültesi dekanı Sn. Prof. Dr. M.Sait Yazıcıoğlu ile Ceza ve Tevkif Evleri Genel Müdürü Sn. Ali Suat Ertosun'a, uygulama sürecinde beni yüreklendiren Adalet Bakanı Sn. Cemil Çiçek'e, kitapların incelenmesi ve filmlerin gösterimi konusundaki yardımları ve destekleri için Ceza ve Tevkif Evleri Genel Müdürlüğü Eğitim Dairesi Başkanlığından Sn. Psikolog Tülay Çelebi ile Sn. Hakim Kasım Diliklioğlu'na, bilimsel bakış açısıyla beslendiğim Sn. Prof. Dr. Nesrin Hisli Şahin'e, kaynak metinleri tercüme etmemdeki ve anlamamdaki desteği için, Sn. Prof. Dr. Salih Akdemir'e, din psikolojisi uzmanı olarak önerileriyle çalışmanın bütünlük kazanmasına yol açan Sn. Prof. Dr. Ali Köse'ye, özenle düzeltmeleri yapan Sn. Şükran Görürılmaz'a, sinerjik iletişimle çalıştığımız asistanım Sn. Nuran Erdoğruca'ya, kitabın yazılması sürecindeki yardımları için öğrencilerim Sn. Seda Muz, Sn. Ayşe Ersoy ve Sn. Ayşe Ak'a, fotoğrafçılık kursuna devam ettiği süreçte fakültenin bahçesinde kapaktaki fotoğrafımı çeken öğrencim Sn. Mahinur Çalikoğlu'na, CD çalışmasında, program hazırlayarak deneyim kazanmamda katkıları için Türkiye'nin Sesi Radyosu çalışanlarına, CD'nin hazırlanmasında görüşlerinden yararlandığım Sn. İkbal Gürpınar'a ve Sn. Zeynep Günday'a, hem stüdyo aşamasındaki desteği hem de müzikleri için Sn. Serkan Özlü'ye, kapak için tablosunun yer almasına izin veren Sn. Numan Eraslan'a, kitabın hazırlanmasında ve sizlere ulaşmasında özverili yaklaşımı için Sn. Mehmet Ali Erdem'e ve çalışmaya katılan-benimseyen bütün isimsiz kahramanlara sonsuz teşekkürler...

ÖNSÖZ



Kendini bilmeyi hedefleyen iç yolculuğuna çıkanlara veya çıkacak olanlara, bu kutsal yolculuklarında ihtiyaç duyacakları gücün özlerinde olduğunu hatırlatan bir çalışmayla baş başasınız. Gerçekte bilimin amacı da insana bu yolculuğunda yardımcı olmak değil midir? Ülkemizde, "Kendini bilen Rabbini bilir." yaklaşımıyla varlığını bulan Din Psikolojisi bilimi; insanın hem ilahi hem de kula özgü doğasını bütünleştirecek yöntemleri kullanmaktadır. Maneviyatın ve psikoloji biliminin verilerinin sentezlendiği yaklaşım bunu karşılamaktadır. Maneviyat, insanın özünü ve ortak niteliklere sahip bulunduğu aşkın olanla yaşadığı deneyimleri içerir. Bunu dillendirirken içinde yaşadığımız kültürün değerleriyle ifade ederiz. İnsanın yaşamı için güç kaynağı olan içsel bir tutum, yaşamsal ve cesaret veren bir enerjidir. Sadece yaşamsal gücümüz değil, bu yaşamsal gücü deneyimlememizdir. İnsan, potansiyellerini ve dünyanın daha iyi bir hale gelmesini bu güçle gerçekleştirir. İnsanın, yaşamın kutsallığının farkında olmasını ve yaratıcı çözümler üretmesini sağlar, insanı

önceki anlayışını aşan, yeni anlamlara ve olgunluğa ulaştırır, acıları öğrenmeye, düşmanlığı işbirliğine, kayıtsızlığı sevgiye dönüştürür. Maneviyat, derin bir bütünlük duygusu, bağlanmak ve sonsuza kendini açmaktır. İnsan ruhunun kendine ve başkalarına mutluluk veren sevgi, şefkat, sabır, hoşgörü, affetme ve sorumluluk nitelikleriyle iletişim kurmasıdır. Maneviyat doğuştan bir insan yeteneğidir. O, bizi doğaya ve hayatın kaynağına bağlar. Bilincimizin temelini oluşturur. Bu bilinç görünenin ötesindeki görünmeyenin resmini çekebilme ve görünenin ötesindeki anlama ilişkin yaşayabilmektir. Bu öyle bir yaşamdır ki maddeyi çevreleyen ona anlam veren asıl doğamızın dile gelişidir.

Bu çalışma, manevi ve psikolojik yaklaşımın sentezlendiği bir bakış açısını sunma noktasında ilk girişimlerden sayılabilir. Bilim canlı bir varlık, her çalışma da bir bebektir. "İsimli Hayatlar"a da bu gözle bakılmasını ve bu bebeğin gelişip olgunlaşmasına katkıda bulunacak her yapıcı düşüncenin ciddiyle değerlendirileceğinden emin olunmasını arzu ediyorum. Bazı kavramlar süreç içinde zamanla oturacak, bazıları ise yerlerini başka kavramlara bırakacaktır.

Bölümleri okurken çeşitli kaynaklardan yapılan sentezlerle karşılaşacaksınız. Bunların çoğu, bütünleştiğim, sanki önce ben söylemişim gibi hissettiğim yaklaşımlardır. Bu bilgileri kendi cümlelerimle ifade edebilirdim, ancak bende bu çalışmaya temel oluşturan bilgileri, olduğu gibi kaynaklarından paylaşmak istedim.

Aslında yazma süreci çalışmanın en son aşamasıydı. Bu kitap büyük bir emeğin ürünüdür. Altı ay boyunca, kadın mahkumları yüksek anlayışla dinlemek; onların iç dünyalarına tanık olmak; yaşam anlayışlarında hangi bilgilere ve de-

ğerlere ihtiyaçları olduğunu belirlemek ve bunları uygun yöntemlerle sunmak, benim için, bir yandan muhteşem bir deneyim olurken, bir yandan da yüreğimde bir türlü atamadığım bir ağırlık oluşturmuştu. Bu sırada, anneme umre ziyaretine giderken eşlik etmem gerekti. Orada, kelimelere dökmeyeceğim yüksek deneyimler yaşadım. Türkiye'ye döndüğümde yüreğimdiki o ağırlığın yok olduğunu, gerçek sevgi ve güvenle dolduğumu fark ettim. Aslında, bu çalışmanın ve emeğin ödülünü çoktan almıştım. Farkındalığım ve sevmeme gücüm artmış olarak, beş ay daha, çalışmaya devam ettim. Bazı tutuklu ve mahkumların duruşmalarını düzenli olarak izledim. Orada, özgüvenlerinin yükseldiğini, kendilerini gittikçe daha iyi ifade ettiklerini gözledim. Çalışmaya katılan ve tahliye olan bazı tutuklu ve mahkumlar arkadaşlarının duruşmalarına katılmışlardı. Onlarla dışarıda iletişime devam ettim. Hayata farklı bir anlayışla bakıyorlar. Aileleriyle daha sağlıklı bir iletişim içindeler. Çalışmaya katılanların duygu dünyalarındaki ve davranışlarındaki olumlu gelişmeler ve bunların bilimsel anlamda desteklenmesi, beni bu süreci yazmaya yöneltti. Sadece düşünceleri, uygulamaları değil, aynı zamanda derin duyguları da içeren bu kitapta aktarmadıklarım da epey fazla.

Kitabı okumaya 5. bölümden başlamanızı öneriyorum. Bu bölümde, hangi hayatların hangi hataların gerçekleşmesine ortam hazırladığına tanık olacaksınız. Bazen de bu hayatlarla kendi yaşantılarınız arasında benzerlikler bulacaksınız. Sadece kendi deneyimlerimizin değil, diğer insanların deneyimlerinin de bizim için, gelişme ve olgunlaşma fırsatı olduğu düşüncesinden yola çıkarak bunu öneriyorum. Bu bölümün ardından eklerde yer alan Tema Odaklı Grup Toplantılarındaki oturumları okuyabilirsiniz.

Kitabın giriş bölümünde, bu çalışmanın gerçekleşmesine temel oluşturan tablo sunulmuştur; 'hapis' kavramı 'muhabese' kavramıyla bütünleştirilerek açıklanmıştır.

Birinci bölümde, çalışmanın yola çıktığı ve beslendiği insancıl yaklaşım doğrudan, kurucusu Maslow'un bakış açısıyla açıklanmış, ardından, özellikle ikili danışmanlık seanslarında yararlanılan logoterapi-anlamterapi kurucusu Frankl'in yaklaşımıyla sunulmuştur. Bu bölümde, ülkemizin değerlerine uygun olarak geliştirilen 'manevi ve psikolojik yaklaşımın' temel özelliklerini de bulabilirsiniz.

İkinci bölümde, tövbe kavramı ve süreci din psikolojisi alanında yapılan çalışmalarla bütünleştirilerek açıklanmış, üç dinin tövbe anlayışı karşılaştırmalı olarak sunulmuştur.

Üçüncü bölümde, Tema Odaklı Grup Toplantılarında işlenen şekliyle değerler; psikoloji bilimi, ilahi öğreti ve Türk kültürünün motifleriyle sentezlenerek sunulmuştur.

Dördüncü bölümde, yapılan alan araştırmasına yer verilmiştir. Önce, araştırmada kullanılan yöntemler kaynaklarından açıklanmış, araştırma süreci detaylı olarak sunulmuş, ardından veriler benzer çalışmalarla desteklenerek yorumlanmış ve geliştirilen öneriler sunulmuştur.

Çalışmanın son dönemlerinde, mahkumlara, onlarla paylaştığım bilgileri kitap olarak yazmaya karar verdiğimi açıkladığımda; hayatları boyunca bu bilgilere ihtiyaçları olduğunu ve bu çalışma bitecek diye kaygılandıklarını fakat, bu kitap sayesinde böyle bir yaklaşımla sürekli iletişim içinde olma fırsatını yakalayacaklarını dile getirdiler. Okuma yazma bilmeyenler ki azımsanmayacak kadar çoktular, kendilerini kötü hissettiklerini söylediler. O gün onlara, özellikle grup toplantılarında anlattığım temel konuları CD'ye okuyacağıma

söz verdim. Böylece, grup olarak mutluluğu paylaştık. CD'de sekiz konu yer almaktadır. CD'deki konular formatlanmıştır ve CD'nin üzerinde konu numaraları yazılıdır. Değerleri içeren konuların anlaşılması, içselleştirilmesi ve yaşanırılığa dönüşmesi için, aynı konunun birkaç kez dinlenmesini öneriyorum. Ayrıca, CD'yi dinlerken diksiyondan çok, sesteki ruha odaklanmanız bu süreci kolaylaştıracaktır,

Kitabı yazdığım süreçte, bir tablodan etkilendim; sanki denizdeki ada cezaevini; kuşlar çalışmaya katılan ve iç özgürlüklerine kavuşan mahkumları; renkler çalışmanın motiflerini simgeliyordu. Tablonun ressamı Numan Eraslan'la görüştüğümde sonra, "İsimsiz Hayatlar"ın kapağı belirlenmiş oldu.

Neden "İsimsiz Hayatlar"?

Cezaevi çalışmalarından sonra, kendimi yorgun ve enerjimi azalmış hissettiğimde, yürümek istedim. İç sesimi dinleyerek, hayatı ve yaşanan deneyimleri düşünerek yürürken, karşılaştığım arkadaşım ile o günkü çalışmayı paylaştık. Aslında isimlerin değil, yaşananların önemli olduğunu konuşurken bu isim dökülüverdi ağzımızdan. O gün -2 Temmuz 2003- adı konmuştu kitabın, İsimsiz Hayatlar! Kelimeler insana bir başkasının yaşamına girme izni verirler. Sizi İsimsiz Hayatlarla baş başa bırakıyorum...

7 Haziran 2005

Ankara



GİRİŞ



Uzun yıllar kendini sevme, affetme, varolan potansiyeli keşfetme ve bunları, yaşama yansıtma konularında yaptığım içsel çalışmalar sonucunda ulaştığım anlayışı, sentezlediğim din ve psikoloji eğitimimi, en ağır deneyimi yaşayan mahkumlarla paylaşabilecek güçte ve cesaretle hissettim kendimi.

İnsanın başkalarının yaşantısına derin anlamı olan katkılarda bulunma yeteneğine sahip olduğu gerçeğine olan inancım, beni, bir de baktım ki Ulucanlar cezaevi kadın koğuşuna kadar getirmişti. Tutuklu ve mahkumlarla konuşurken buldum kendimi.

İlk gün önce kendimi tanıttım: *“İlahiyat Fakültesi Din Psikolojisi Anabilim Dalında öğretim üyesiyim. Sizlerin bir daha aynı hatayı yapmamanız için buradayım. Sizleri tövbe yaşantısı ile tanıştırmak, sizlere yardımcı olmak istiyorum.”*

Bana soru işareti ile bakıyorlardı. Samimi olduğuma inanamamışlardı. O anda dilimden şu sözler dökülüyordu: *“Beni ve bu çalışmayı öylesine seveceksiniz ve benimseyeceksiniz ki, tahliye gününüz gelecek ve ‘bu çalışmaya bir kez daha katılmadan ve hocamızı görmeden çıkmak istemiyoruz’ diyeceksiniz.”*

Birden koğuşun duvarları kahkahalarla çınlamaya başladı. Uzun süre hep birlikte güldük, ortam yumuşayıverdi. Özgürlük onlar için çok önemliydi, ama içsel özgürlüğün muhteşem kapısından henüz içeri girememişlerdi.

Süreç içinde yaşadığımız iki olay, bu sözlerin gerçeğe dönüşmesi açısından anlamlıydı. Bir tutuklunun tahliye kararı çıkmış ertesi gün bizim çalışma günümüz olduğu için bir gün daha kalmak istemiş, ama bu mümkün olmamıştı. Başka bir zaman, bir mahkumun farklı bir hapis-haneye nakledilmesi gerekmiş, bir gün daha kalmak istediğini bildirmiş, bu isteği gerçekleşememişti. Bu iki olaydan sonra bazı tutuklu ve mahkumlar bu konudaki uygulamayı bildikleri için girişimde bulunmadıklarını söylediler.

Böylece aramızdaki ilk iletişim kahkahalarla başlamıştı. Bu iletişim daha sonra kendi varoluşlarıyla iletişime dönüşecekti.

Özgür gelişimi nasıl özendirebiliriz? Bunun için en uygun “olma süreci” koşulları nelerdir?

Psikolojik açıdan sağlıklı, hasta insanlar, sağlıklı, hasta bir kültürün ürünleridir. Sağlıklı insanlar ise ancak sağlıklı bir kültürde yetişebilir. Bununla birlikte, hasta insanların, yaşadığı kültürü daha da bozduğu, sağlıklı insanların ise daha sağlıklı bir kültür yarattığı da bir gerçektir. Birey sağlığını geliştirmek daha iyi bir dünya yaratmanın yollarından biridir.



Bu kitapta sizlerle paylaşacağım çalışmada “insanın, yaptığı bir hatayı tekrarlamaması ve yepyeni bir anlayış kazanarak, öğrenip içselleştirdiği değerlerle, üretici bir şekilde hayatına devam etmesi” hedeflenmiştir. Öncelikle sizleri bu hede-

fin belirlenmesinde etkili olan tarihsel süreçle tanıştırmak istiyorum. Aşağıdaki satırlarda 'hapis' kelimesinin anlamını, Hz. Muhammed dönemindeki uygulamaları ve ülkemizdeki mahkumların ıslahına yönelik bazı girişimleri bulacaksınız.

HAPİS KAVRAMI ÜZERİNE

İnsanlık tarihi boyunca her dönemde topluma zarar verdiği ya da tehlikeli olduğu kabul edilen davranışlar, ceza yaptırımıyla karşılık bulmuştur.

Bu ceza yaptırımlarından bir tanesi de hapis cezasıdır. Hapis cezasıyla, suç işleyeni cezalandırmanın yanı sıra onun eğitilmesi, kötü hal ve alışkanlıklarını terk edip topluma kazandırılması, bu süre içinde toplum huzurunun ve hukuk düzeninin korunması ve muhtemel suçların önlenmesi amaçlanır. (Bardakoğlu, 1997, s. 64)

Hapis, arapça "habese" fiilinin mastarıdır. Bir şeyden dolayı tutmak, menetmek, alıkoymak anlamlarına gelir. Hapis kelimesi Kur'an'da değişik âyetlerde geçmektedir:

"(Yusuf) Ey Rabbim, hapsedilmek bunların benden istediklerinden daha iyidir." (12/33)

Muhasebe kelimesi 'hasebe' kökünden gelmektedir. Arapçada aynı harfleri taşıyan iki kelimenin, aynı kökten olmadığı zaman bile, benzer anlam ifade etmesi söz konusudur. Hasebe kelimesi, eksik, kusur ve fazlalığın ele alınması, gözden geçirilmesidir. Her iki kelime birleştirilerek yorumlandığında, hapisteki insan önceden yaşadığı ortandan uzaklaşır ve kendisiyle baş başa kalma fırsatı bulur ve kendisini, yaşantılarını gözden geçirir.

Ayrıca Kur'an-ı Kerimde, bir insanın hatalarından vazgeçmesi (kurtulması) için, iyi huylu insanlarla birlikte olması

önerilmektedir. Bu önerinin ışığında şunlar söylenebilir: Hapishanelerde, ahlak düzeyi yüksek insanlar, değerler ve ahlak gelişimi konusunda, psikoloji biliminin verilerinden de yararlanarak, tutuklu ve mahkumları bilgilendirebilir ve onlar için model olabilir. Böylece, bilginin içselleşmesi ve hayata yansması mümkün olabilir.

HZ. MUHAMMED DÖNEMİNDE HAPİS UYGULAMALARI

Şuayip Özdemir, Cezaevlerinde Din Eğitimi, başlıklı doktora çalışması gerçekleştirmiştir. Bu çalışmaya dayanan "Türkiye'de Cumhuriyet Dönemi Cezaevlerinde Din Eğitimi Uygulamasının Geçirdiği Aşamalar" başlıklı makalesinde, Hz. Muhammed ve dört halife döneminde uygulanan hapis cezasını şöyle anlatmaktadır:

"Hürriyeti kısıtlayıcı idâri ve siyasi bir yaptırım olan hapis cezası Hz. Muhammed döneminde uygulanmış ve bu amaçla bir takım mekânlar kullanılmıştır. Fakat o dönemde uygulanan hapis ihtiyati hapidir. İhtiyati hapis, suçlu olup olmadığı sabit oluncaya kadar sanığın, cezası infaz edilinceye kadar suçlunun, borcunu ödeyinceye kadar borçlunun veya dışarıdan gelecek tehlikelere karşı korunması amacıyla bir şahsın geçici bir süre tutuklanması veya alıkonması mahiyetinde olduğundan, bunda cezalandırmadan çok koruma tedbiri ve tali bir müeyyide olma özelliği ağır basar. İhtiyati hapis kendi içinde, hapsi gerektiren sebeplere veya gözetilen amaçlara bağlı olarak, eğitici ve ıslah edici hapis gibi çeşitli alt ayırım ve adlandırmalara tabi tutulabilir. (Bardakoğlu, 1999, s.55-56, bkz. Özdemir, 1998, s.26)

İslâm'ın ilk dönemlerinde, zina eden kadınlar Kur'an'da Nisa süresi 15. âyette geçen ilâhi buyruk gereği, bir ihtiyati tedbir olarak evlerde hapsedilmişlerdir: