

TÜBİTAK-BİDEB

2237 Bilimsel Eğitim Etkinliklerini Destekleme Programı



İçsel Dünyaya Yolculuk: Spiritüel Turizm

Selçuk Üniversitesi, Konya

29 Eylül – 2 Ekim 2025



KAPSAM

Günümüz dünyasında hızla artan nüfus ve bu artışa bağlı olarak ortaya çıkan ihtiyaçların karşılanması amacıyla teknolojinin hızlı ve gerekli gelişimi, insanların yaşam kalitesini artırırken; finansal sıkıntılar, işsizlik, trafik yoğunluğu, doğanın tahribatı ve yeşil alanların azalması gibi sorunlar, bireylerin içsel huzur ve denge arayışına yönelmelerine neden olmaktadır. Bu arayış, bireylerin beden ve ruh sağlığını dengeleme çabaları ile günlük yaşamın getirdiği stresi ve sıkıntıları azaltma amacını taşımaktadır. İyi oluş hâlinin ön plana çıktığı bu dönemde, bireylerin içsel dünyalarına yolculuk yaparak kendilerini yeniden keşfetme ve dönüştürme çabaları dikkat çekmektedir. İyi oluş şeklinde ele alınan WELLNESS, bireylerin fiziksel, zihinsel ve duygusal dengesinin sağlanmasını ifade etmektedir. Özellikle ruhsal iyi oluşun, zihinsel ve fiziksel sağlıkla birlikte iş performansı ve günlük yaşam üzerinde belirgin etkilerinin olduğu, stresle başa çıkma ve zorluklar karşısında dayanıklılığı artırma açısından kritik bir rol oynadığı bilinmektedir. *Nitekim Dünya Sağlık Örgütü (WHO), ruhsal iyilik hâlini; bireylerin genel yaşam kalitesini değerlendirirken dikkate aldığı on öznel iyi olma bileşeninden biri olarak kabul etmektedir.* Bireyler, ruhsal açıdan iyi olduklarında psikolojik olarak daha mutlu olmakta ve olaylara karşı pozitif bir bakış açısı ile yaklaşmaktadır. Öte yandan, dış etkenler nedeniyle bu çok boyutlu dengenin bozulması stres, kaygı ve tükenmişlik gibi sorunlara yol açabilmektedir. Bu nedenle hem fiziksel hem de ruhsal açıdan dayanıklılığı artırmak büyük önem taşımaktadır. Söz konusu zorluklarla başa çıkabilmek için bireysel çabalar kadar toplum ve kurumların sağlayacağı destek mekanizmaları da kritik bir rol üstlenmektedir. Böylece, bireylerin yalnızca hastalıktan uzak kalması değil, fiziksel ve ruhsal anlamda *iyi olma* hâlini koruması ve geliştirmesi mümkün hâle gelmektedir.

İnsanların fiziksel ve ruhsal olarak çevresel ve toplumsal değişimlere uyum sağlamak istemesi, yalnızca kişisel sağlıklarını korumak açısından değil, aynı zamanda daha sürdürülebilir bir yaşam biçimi oluşturmak bakımından da önem taşımaktadır. Hızlı kentleşmeden ekonomik dalgalanmalara, çevre kirliliğinden trafik sorunlarına dek uzanan pek çok etken, bireylerde bedensel ve ruhsal dönüşümleri tetiklemektedir. Bu dönüşümün boyutu ve etkileri, insanların stresle başa çıkma yöntemlerinden sosyal çevreleriyle kurdukları ilişkilere kadar geniş bir yelpazede kendini göstermektedir. Bu nedenle bireysel ve toplumsal düzeyde dayanıklılığı artırmak, sağlıklı ve dengeli bir yaşam sürdürebilmek için kritik öneme sahiptir.

Gündelik hayatta bireyler, fiziksel ve ruhsal dengesini sağlamak amacıyla düzenli spor yapma, yeni hobiler edinme veya sosyal etkinliklere katılma gibi yöntemlere başvurabildiği gibi, bazı durumlarda zorluklarla yüzleşmekte güçlük çekerek zararlı alışkanlıklara da yönelebilmektedir. Ancak anlık rahatlama sağlayan yaklaşımlar, uzun vadeli bir iyilik hâli için yetersiz kalmaktadır. Bu noktada, **manevî huzuru** da gözeten bir perspektif benimsemek,

bireyin beden ve ruh bütünlüğünü aynı anda besleyerek kalıcı bir esenlik sağlamaktadır. Manevî yönden güçlenmek, bireyleri hem dış etkenlerin sebep olduğu kaygı ve strese karşı korumakta hem de uzun vadede içsel dengeyi güçlendirmeye yardımcı olmaktadır. Bu bağlamda, sadece bedensel veya anlık psikolojik rahatlama sağlamakla sınırlı kalmayan, manevi esenliği de ön planda tutan bir yaklaşım, bireylerin uzun vadeli dengeye ve huzura ulaşmalarında önemli bir rol oynamaktadır.

Bireylerin günlük yaşamda fiziksel ve ruhsal iyilik için benimsedikleri stratejiler, tarih boyunca seyahatin de manevi ve kişisel dönüşüm aracı olarak kullanılmasının evrensel bir yansımasıdır. Tarih boyunca insanlar, ticaret ve keşif gibi gerekçelerle yola çıkmalarının yanı sıra kişisel ve manevi gelişim amacıyla da seyahat etmeyi tercih etmişlerdir. Bu gelenek, modern dönemde *dönüşüm* ve *yenilenme* arayan gezginlerin ortaya çıkmasıyla birlikte, bilinen turizm anlayışının ötesine geçerek manevi deneyimleri önceleyen bir biçim almıştır. Özellikle gündelik yaşamın bazı yönlerinde değişim ihtiyacı duyan bireyler, iş dışındaki boş zamanlarını manevi hedeflerine ulaşmak için kullanmaya yönelmektedir. Bu tür yolculuklar, genellikle kutsal zaman, ritüel, yenilenme veya ruhsal deneyimlerle ilişkili olup bireylerin sağlık ve mutluluk algılarını desteklemektedir. Boş zaman, günümüzde yaşamın anlamını, amacını ve bireyin kimliğini sorgulama gibi konulara odaklanmak için önemli bir fırsat sunmaktadır. Bu bağlamda, spiritüel (manevi) turizm, bir tür *özel esenlik çalışması* olarak görülmektedir. Tarihsel olarak, 1940’lardan önce iyilik hâli yalnızca *hastalık olmaması* şeklinde tanımlanırken, 1947’de WHO, fiziksel, ruhsal, zihinsel ve sosyal açıdan tam bir iyilik hâli tanımını benimsemiştir. Spiritüel esenlikte bireyin yalnızca ruhsal durumuna değil, fiziksel, zihinsel ve duygusal yönlerine de bağlı kalarak bütüncül bir denge sağlanması önem arz etmektedir.

Spiritüel deneyimler hem bireysel iyilik hali hem de sürdürülebilir bir yaşam için modern çağın ihtiyaçlarına yanıt veren güçlü bir araç olarak öne çıkmaktadır. Spiritüel turizm, sadece dini uygulamalar ve kurumlarla sınırlı kalmayan, aynı zamanda dini olmayan turistik faaliyetleri de içeren bir deneyim alanıdır. Bu durum, bireylerin iyi olma duygusunu geliştirmek amacıyla hem dini hem de seküler yaklaşımlar içeren seyahat deneyimlerine yönelmelerine olanak tanımaktadır. Spiritüel turizmde ruhsal iyi olma duygusu, **(i) varoluşsal iyilik** (dini olmayan) ve **(ii) dini iyilik** olmak üzere iki çerçevede ele alınmaktadır. Varoluşsal iyilik, manevi ihtiyaçların karşılanmasını, yaşamın anlamını bulmayı ve varoluş amacını deneyimlemeyi içermektedir. Bireylerin manevi duygularını yaşamalarına olanak tanıyan bazı dini olmayan boş zaman aktiviteleri arasında sağlık ve iyileşme, yoga, kişisel gelişim, bireysel arayışlar, sosyalleşme, yolculuk ve rekreasyon gibi faaliyetler bulunmaktadır. Dini iyilik, ibadetler, ritüeller, manevi deneyimler ve topluluk içindeki dini aidiyet duygusu aracılığıyla şekillenmektedir. Aynı zamanda, bireyin inanç sistemiyle uyum içerisinde yaşaması, huzur ve anlam arayışında dini öğretilerden beslenmesi dini iyiliğin temel unsurlarını oluşturmaktadır. **Tüm bu unsurlar göz önünde bulundurulduğunda, spiritüel turizmin, bireylerin mutluluk ve tatmin duygusunu artırmada olduğu kadar yerel topluluklara sürdürülebilir katkılar sunmada da önemli bir potansiyele sahip olduğu anlaşılmaktadır. Ancak, bu potansiyelin tam anlamıyla hayata geçirilebilmesi için ülkemizdeki gerek lise gerek yükseköğretim düzeyindeki eğitim programlarının içeriğinin, turistlerin beklentilerinin ve memnuniyetlerinin, destinasyon yönetimi stratejilerinin kapsamlı bir şekilde ele alınması gerekmektedir. Özellikle ülkemizde spiritüel turizmle ilgili teorik ve uygulamalı**

eğitimler veterince vurgulanmamaktadır. Bireysel farkındalıktan geçerek içsel dönüşüm yaşamalarına olanak tanıyan bütüncül bir yaklaşım olan spiritüel turizmi daha etkili hale getirmek için, eğitim planlaması; teorik süreçleri, pratik uygulamaları, sahada öğrenme modelleri ve disiplinler arası perspektifler ile zenginleştirilerek yapılandırılmalıdır. Buradan yola çıkılarak 29 Eylül – 2 Ekim 2025 tarihleri arasında Selçuk Üniversitesi bünyesinde *dönüşüm ve yenilenme* temelli bir yaklaşım çerçevesinde, ruhsal iyi oluş faaliyetlerine yönelik, “*İçsel Dünyaya Yolculuk: Spiritüel Turizm*” adlı bir eğitim etkinliğinin düzenlenmesi planlanmaktadır. **Eğitim etkinliği, içeriğinin Fizik, Psikoloji, Din, Sağlık, Felsefe, Müzik, Turizm, Rekreasyon, Spor, Bilisim ve Teknoloji bilim dalları ile ilişkilendirilmesi ve ele alınması sonucu disiplinler arası olarak gerçekleştirilecektir.** Planlanan eğitim etkinliğinde sorgulayıcı, neden-sonuç ilişkisi kurabilmeyi sağlayan, deneyimsel yolculuk esasına dayalı ve katılımcıların da aktif olduğu bir yöntem izlenecektir. 4 gün olarak planlanan eğitim etkinliğinde 21 saati teorik ve 9 saat uygulama olmak üzere toplam 30 saat ders verilecektir.