

- [*Tasavvuf*] -

TASAVVUF KÜLTÜRÜNDEKİ ZÜHD ANLAYIŞININ TASAVVUFÎ VE PSİKOLOJİK ETKİLERİ*

Esmâ SAYIN

Dr. Öğr. Üyesi, Balıkesir Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi,
Tasavvuf Bilim Dalı Öğretim Üyesi
Assistant Professor, Balıkesir University, Faculty of Theology,
Department of Basic Islamic Studies
Balıkesir, Turkey
esmasayin16@gmail.com
orcid.org/0000-0001-9420-700X

ÖZET

Zühd kavramı, tasavvuf kültürünün söz ve davranış tutarlılığı kazandırması yönünden en önemli kavramlarından birisidir. Zühd, Allah'tan başka her şeyi gönülden çıkarmak ve O'nun dışındaki hiçbir varlığa hak ettiğinden daha fazla değer vermemektir. O, ne varlığa sevinmek; ne de yokluğa üzülme. Allah ile zengin olmaktır. Allah ile değerli ve yüce olmaktır. Aslında hayatta hal, fiil, zihin, duygu tutarlılığı ve kararlılığına sahip olmanın yolu, zühd kavramının farkına varmak ve onu tecrübe etmekten geçer. Bütün bu yönleriyle hal, fiil, zihin ve duygu kararlılığı, istikrarı ve tutarlılığı olan zühd, aynı zamanda aşırı uç tutumlardan kaçarak duygusal ve zihinsel dengeyi yakalamaktır. Bu nedenle özünde duygusal ve zihinsel dengenin olduğu dürüstlüğü, istikrarlı tutumu içerdiği için zühd anlayışı, ruh sağlığını gerçekleştirmenin bir ön şartıdır. Zühd sahibi insanlar, zihin ve gönül dengesini kurarak onları hayata dair kararlarında güçlü kılan ve yaşam enerjisinin sağlanmasında mutlu eden tedavi edici bir güçle hayata bakarlar. Bu nedenle zühd sahibi olmayı başaran insanlar tutarlılık, denge ve bütünlük içerisinde hayata yaklaşımları için, duygusal çatışmalarını da çözmüş olurlar. Yine onlar, daha önce yaptıkları olumsuz alışkanlıkları ortadan kaldırma kararlılığı içerisinde ruhsal uyumla beraber dürüstlük disipliniyle yaşamı içselleştirirler. Aynı zamanda zühd sahibi olmak, kişinin bilişsel tutarlılığı, kendini-keşfetmesi ve kendini-aşma tecrübesi üzerinde yardımcı bir unsurdur.

Anahtar Kelimeler: Zühd, Tasavvuf, Bilişsel Tutarlılık, Kendini-Keşfetme.

* Bu makale, 5-6 Mayıs 2018 tarihinde Alanya Üniversitesinde gerçekleştirilen 2018 ASOS Congress'de gerçekleştirilen "*Tasavvuf Kültüründeki Zühd Anlayışının Tasavvufî ve Psikolojik Etkileri*" adlı bildirinin bazı ilavelerle birlikte gözden geçirilmesi sonucunda hazırlanmıştır.

ABSTRACT**Sufistic and psychological effects of the understanding of ascetism in the sufistic culture**

The notion of asceticism, is one of the most important notion, in the sense of a person gaining verbal and behaviour consistency through sufistic culture. Asceticism is to take away everything except Allah and it is not give any more value to God than he deserves, except in Allah. It is pleased with what is; nor is it to worry about absence. It is to be rich with Allah. It is with Allah to be precious and sublime. In fact, the way to have positional, action, mental, emotional consistency and tenacity goes through becoming aware and experiencing the notion of asceticism. With all of these aspects, the asceticism which has positional, action, mental, emotional tenacity, stability and consistency is to catch emotional and mental balance, with avoiding the extreme attitude as well. For this reason, sense of asceticism is a prerequisite of achieving mental health including stable attitude and honesty which has the emotional and mental balance in itself. People with a sense of asceticism establish a balance of mind and soul, and approach life with a healing power, which enhances their decisions on life and creates a joyful energy of life. Therefore, as people who succeed in having a sense of asceticism approach life with consistency, balance and integrity, they also solve their emotional conflicts. Again, through the determination to eliminate their previous negative habits, as well as employing spiritual harmony, they internalize life with the discipline of sincerity. Possessing a sense of asceticism is also a contributing element on one's cognitive consistency, self-realization, and self-challenging experiences.

Keywords: Ascetism, Sufism, Cognitive Consistency, Self-Discover

GİRİŞ

“Zühd, Arapça z h d fiilinin mastarı olup, lügatte bir şeye meyletmemek, rağbet etmemek, yüz çevirmek, ilgisiz davranmak ve terk etmek manalarına gelir.”¹ “Bütün dилciler, z h d kökünden türeyen kelimelerde azlık veya azla yetinme manasının ortak olduğu konusunda müttefiktirler.”² Kısaca, zühd, isteksizlik, rağbetsizlik, önemsizlik, terk etmek, kötü kabul edilen şeylerden yüz çevirmek, dünyaya buğzetmek, mâsivâyı terk anlamlarına gelmektedir.

- 1 Ebu'l-Fadl Cemâlüddin İbn Manzûr, *Lisânu'l-Arab*, (Beyrût: Dâru'l-Beyrût, 1955), “zhd” md., 3: 196-197. Abdurrezzâk el-Kâşânî, *Mu'cemu Istılâhâti's-Süfyye*, thk. Abdulâl Şahin (Kahire: Dârû'l-Kutubi'l-Hadiseti, 1992), 216.
- 2 Asım Efendi, *Kâmus Tercümesi*, (İstanbul: Matbaatü Bahriyye, 1304/1305), “zühd” md., 1: 1155-1156.

“Tasavvufî ıstılah olarak zühd, dünyadan yüz çevirmek, nefsi Allah dışındaki her şeye karşı olan sevgilerden alıkoymak³, hırslı, ihtirashlı, çıkarıcı, menfaatperest, bencil, günaha, harama, insanı Allah Teâlâ’dan uzaklaştırmaya vesile olacak her şeye isteksizliktir.”⁴

“Bazı batılı araştırmacılar, tasavvuf tarihinde zühd hareketinin tamamen Hıristiyan kaynaklı olarak ortaya çıktığını iddia etmektedirler. Örneğin, Nicholson, İslâm’daki zühd ve takva eğiliminin, Hıristiyanlığın ortaya koyduğu nazariye ile uyum halinde bulunduğunu ve bu nazariyeden beslendiğinin açıkça bilindiğini iddia etmektedir.”⁵

“Aynı şekilde Goldziher, bu zühd hareketini İslâm’ın ruhuna uygun görmekle beraber, büyük oranda Hıristiyanlığın etkisiyle ortaya çıktığını ima etmektedir.”⁶ “Ebu’l-Ala Afifi ise, İslâm’da zühd hareketinin İslâmî öğretiler, müslümanların mevcut siyasî ve sosyal düzene tepkileri vasıtasıyla ortaya çıktığını iddia etmektedir.”⁷

Ebu’l-Vefâ Taftazânî, Affî’nin, zühdün kaynağı olarak belirttiği, İslâm’ın ve müslümanların mevcut siyasî ve sosyal düzene başkaldırıışlarının kabul edilebileceğini, ancak, zühdün fıkıh ve kelama karşı bir başkaldırıış sonucu doğduğu, Hıristiyanlığın tesiriyle ortaya çıktığı şeklindeki yaklaşımının kabul edilemeyeceğini savunmaktadır.⁸ Buna rağmen Peygamberimizin yaşam tarzı olan zühd anlayışı, Kur’an ve sünnet merkezlidir.

1. TASAVVUF KÜLTÜRÜNDEKİ ZÜHD ANLAYIŞININ TASAVVUFÎ ETKİLERİ

1.1. Zühd Anlayışının İttisâl Üzerindeki Etkisi

“Zühd, dünya hırslarını terk ederek kimin eline geçerse geçsin ona aldırnamak olduğu gibi elde bulunmayan şeyin, gönülde de bulunmamasıdır.”⁹ Zühd, kalpte dünya ve menfaat sevgisitaşımayarak maddenin ve menfaatin kalbe soğuk gelmesine dikkat çekmektedir.¹⁰ Bu noktada Gazâlî, herhangi bir

3 Abdülkerîm Kuşeyrî, *Risâletu’l-Kuşeyrîyye fi İlmi’t-Tasavvuf* (Beyrût: Darû’l-Hayr, 1993), 116.

4 Abdulah b. Mübârek, *Kitâbü’z-Zühd ve’r-Rekâik*, thk. Habiburrahman Azamî (Beyrût: Darû’l-Hayr, 1386), 85.

5 Reynold A. Nicholson, *The Mystics of Islam*, (U.K.: Oxford University Press, 1959), 10.

6 Reynold A. Nicholson, *Fi’t-Tasavvufi’l-İslâmî ve Tarihihi*, trc. Ebu’l-Ala Afifi (Kâhire: 1375/1956), 3.

7 Ebu’l-Ala Afifi, *Tasavvuf İslâm’da Manevî Devrim*, trc. H.İbrahim Kaçar-Murat Sülün (İstanbul: Risale Yayınları, 1996), 78.

8 Ebu’l-Vefâ Taftazânî, *Medhal ile’t-Tasavvufi’l-İslâmî* (Kâhire: Dârû’l-Kutubi’l-Hadiseti, 1991), 63.

9 Ebu Bekir Muhammed Kelâbâzî, *Taarruf li-Mezhebi Ehli’t-Tasavvuf* (Kahire: Mektebetu’l-Ezheriyyetu li’t-Turâs, 1992), 110.

10 Kuşeyrî, *Risâletu’l-Kuşeyrîyye fi İlmi’t-Tasavvuf*, 116.

şeyden vazgeçmenin zühd olmadığını, asıl hünerin onun yerine daha iyi ve daha güzelini koymak olduğunu vurgulamaktadır.¹¹

Zühd anlayışıyla insan, kalbinde dünya ve menfaat sevgisini taşımadığı için onun kalbinde ittisâl hali meydana gelir. İttisâl halinde ise, kulun kalbiyle Allah'tan başka her şeyden ayrılması, kalbinde Allah Teâlâ'dan başka bir varlığı görmemesi ve O'ndan başkasından bir şey dilememesidir. Yani ittisâl, kulun Yaratıcısından başka bir varlığı görmemesi ve Allah Teâlâ'dan başkasına ait olan hayalin kalbinden geçmemesidir.¹²

"İttisâl anlayışı vasıtasıyla insan, Allah'ın isim ve sıfatlarıyla bütünlük kurar. O'ndan hayalini, kalbini ve zihnini ayıramaz. Zira kesret (görünen çokluk) arkasında hakiki bir birlik (tevhid) vardır. Bu manada tasavvufi anlayışa göre, bütün âlem ve bütün insanlar bir beden gibidir."¹³

Zühd, insanın dünyadan yüz çevirmesi; nefsi mâsivâyâ olan meyilve sevgiden alıkoyması ve hırslı, ihtiraslı, çıkarıcı, menfaatperest, bencil, narsist, materyalist, kapitalist, ihtiras sahibi olmayı insanın kendi kalbine yasaklaması olduğu için Hz. Muhammed'in yaşam tarzını hissetmek ve yaşamaktır. "Nitekim Hz. Muhammed, bütün ömrü boyunca zâhidâne bir hayat yaşadı. Yünlü, pamuklu, yamalı, yamasız, giysiler giydi. Ne varsa onu yedi. Hz. Peygamber peş peşe birkaç gece aç sabahlar, hane halkı da çoğu zaman akşamları yiyecek bir şey bulamazdı. Zaten ekmekleri arpa ekmeğiydi."¹⁴ "Zengin fakir herkesle görüşür, el sıkışırdı. Kendi hayvanını sağar, merkebe binerdi. Aylarca hanesinde ocağın yanmadığı, sofrasında sıcak bir yemeğin bulunmadığı olurdu."¹⁵

"Zühdün başka şeyde değil, sadece helâlde olabileceğini söyleyen Ebu Hafs, dünyada helâlin ender olması nedeniyle zahitlerin de nadir bulunduğuna dikkat çekmektedir."¹⁶ "Bu durumda kişinin nasibine düşenin azıyla yetinip, artanı fakirlere sadaka vermek gibi bir fazilet vardır."¹⁷ Bu anlamda zühd, kalbe Allah Teâlâ'nın sevgisi koyarak dünya sevgisini kalbe koymamak ve dünya nimetleri kimin eline geçerse geçsin ona aldırılmamak olduğu için gerçek ittisâl anlayışı zühd sayesinde yaşanır.

İnsanın ittisâl anlayışı vasıtasıyla Rabbiyle kurduğu güçlü bağ ve bütünlük, onun sadece Rabbine odaklanmasına ve yönelmesine neden olur. İttisâl

11 Muhammed Ebû Hâmid Gazâlî, *İhyâ-ı Ulûmî'd-dîn* (Beyrût: Daru'l-Cilî, 1992), 5: 80.

12 Kelâbâzî, *Taarruf li-Mezhebi Ehli't-Tasavvuf*, 64.

13 Mevlânâ Celâleddîn Rûmî, "*Mesnevî-i Mânevî*", haz. A. Nicholson (Tahran: İntişârât-ı Hermes, 2003), 287.

14 İbn Sa'd Muhammed, *Tabakâtu'l-Kübrâ*, Dârû's-Sâdır, Beyrût, trz., c. 1, s.400.

15 Ebû Nasr Serrâc Tûsî, *Luma fi't-Tasavvuf* (Kâhire: Dârû'l-Kutubi'l-Hadise, 1960), 136.

16 Ebû Hafs Şihabuddin Sühreverdî, *Avârifü'l-Maârif* (Kâhire: Mektebetü'l-Kâhire, 1973), 442.

17 Ethem Cebecioğlu, *Tasavvuf Terimleri ve Deyimleri Sözlüğü* (Ankara: Rehber Yayınları,1997), 787.

vasıtasıyla insan, sadece Rabbini diler; tüm samimiyeti ve içtenliğiyle O'na yönelir. Böylece insan, ittisâl anlayışı nedeniyle Allah Teâlâ'dan başka bir varlığı görmez olur.

İttisâl anlayışı zühdün kazandırmış olduğu Allah dışındaki her şeyi kalpte ilk sırada yer vermemek sebebiyle gerçek tevhid düşüncesini zihinde uyanıdırır. “Kaynağını Kur’ân’dan alan İslam tasavvufunda da birlik (tevhid) anlayışı, âlemde canlı-cansız kategorisine karşı çıkar. En küçüğünden en büyüğüne kadar her şey, canlı ve bilinçli olarak kabul edilir.”¹⁸

1.2. Zühd Anlayışının Müşâhede Üzerindeki Etkisi

“Dünyaya rağbet, gam ve kederin artmasına sebep olurken, züht, kalp ve beden huzur bulmasını sağlayan bir faktördür. Zira Enes b. Malik’ten rivayet edilen bir hadis-i şerifte Hz. Peygamber, gayesi ahiret olanların kalbine, Allah’ın, zenginliği yerleştireceğinden, dünyanın kendisine rağbet edeceğinden, gayesi dünya olanların gözlerinin önüne fakirliği yerleştireceğinden ve iki yakasını bir araya getirmeyeceğinden bahsetmektedir.”¹⁹ “Bu anlayışın sonucu Hasan-ı Basri, ‘Zühd, dünyaya karşı isteksiz olmak, dünyaya karşı isteksiz olup ahirete karşı istekli olmaktır.’”²⁰ Buna karşılık Ebu Süleyman de, ‘Bir kalbe dünya gelip yerleşirse, ahiret oradan göç edip gider’ demektedir.²¹

“Zühd kelimesi anlam bakımından dünya nimetlerine bir materyalist gibi yaklaşamamaktır. Bu anlamda zühd, dünyayı küçük görmek ve kalpten maddenin tesirini silmektir.”²² “Aynı zamanda zühd, elde bulunmayan şeyin, gönülde de bulunmamasıdır.”²³ Dolayısıyla, gerçek zâhid, dünyalığasahip olup elinde bulundurduğu halde onu kalbine sokmayandır.

Zühd anlayışıyla insan, dünyaya bir kapitalist ve materyalist gibi yaklaşmayacağı ve dünyanın sarhoş edici etkilerini kalpten çıkaracağı için müşâhede hali insanın iç dünyasında hissedilir. “Bu noktada müşâhede, Allah Teâlâ’yı anlayıp bilerek O’ndan başka hiçbir şey görmemektir. Yani o, inanç ve bilgi yönünden birliğe yönelip, bu tevhit ile Allah Teâlâ’ya kavuşmak ve Allah Teâlâ’nın kalpte hazır olmasıdır.”²⁴ Böylece müşâhedeyle insanın kalbinde Allah Teâlâ, her an vardır ve insan, O’nu gözler.

18 H. Yücer - M. S. Yılmaz, “Şeriat ve Tasavvuf Bağlamında Din-Çevre İlişkisi Üzerine Bir Değerlendirme”, *Tarih Kültür ve Sanat Araştırmaları Dergisi* 1/4 (Aralık 2012): 329.

19 Veki’ b. Cerrâh, *Kitâbu’z-Zühd*, thk. Abdurrahman b. Abdilcebbar el-Ferîvâî, (Medine: Mektebetu’-d-Dâr, 1994), 2: 638.

20 Ali b. Osman Hucvirî, *Keşfu’l-Mahcûb*, trc. Mahmud Ahmed Mâdî Ebu’l-Azâim thk. İbrahim Dessûkî, (Kâhire: Dâru’t Turâsî’l-Arabî, 1974), 108.

21 Ebû Bekir Ahmed b. Hüseyin el-Beyhakî, *Kitâbü’z-Zühd*, trc. Enbiya Yıldırım (İstanbul: İz Yayınları, 2000), 59.

22 Kuşeyrî, *Risâletu’l-Kuşeyrîyye fi İlmi’t-Tasavvuf*, 117.

23 Kelâbâzî, *Taarruf li-Mezhebi Ehli’t-Tasavvuf*, 110.

24 Hasan Kâmil Yılmaz, *Anahatlarıyla Tasavvuf ve Tarikatlar* (İstanbul: Ensar Neşriyat, 2002), 223.

“Müşâhede anlayışı vasıtasıyla insan, hiçbir şey yok iken Rabbi'nin var olduğunu görür. Yani o, Allah Teâlâ'nın eşsiz ve tek olduğunu; ezelde kendisinden başka asla hiçbir şeyin mevcut olmadığını görmektir.”²⁵ “Böylece insan, müşâhede hali nedeniyle kâinatta ilâhi isim-sıfatların tecellilerini fark ederek zühd anlayışını bir yaşam tarzı haline getirebilir. Bu bağlamda tasavvuf anlayışına göre, ister canlı ister cansız olsun, çevreyi teşkil eden her varlık, Allah'ın isim ve sıfatlarının birer aynası olarak kabul edilir.”²⁶ Müşâhede anlayışıyla kâinattaki her varlığı Allah'ın isim ve sıfatlarının birer aynası olarak gören bir insan, zühd anlayışını içselleştirebilir.

“Gerçek zühd, ahiret konusunda da zahitçe davranmayı gerektirir. Zâhid cennet nimetlerine ve mertebelerine ilgi ve alâka duymamalıdır. Zira ahiret de mahlûktur. Yaratan varken yaratıkla ilgilenmek boş bir iştir. “Nasrabâzî, zâhid, dünyada garip olduğunu, Allah Teâlâ hakkında irfan sahibi olan arifin ise, ahirette de garip olduğunu ifade eder.”²⁷

“Zühd ve uzlet, insanların arasına çok fazla karışmamak, onlardan ayrı yaşamak, Allah Teâlâ ile yalnız ve baş başa kalarak inzivâya çekilmektir. Aslında gerçek zühd, toplum içerisinde gereğinden fazla kalarak günaha girmemek ve zamanın çoğunu daha samimi tarzda ibadet etmek için toplumdaki ayrılıp ıssız ve kimsesiz yerlere çekilerek geçirmektir. Mutasavvıfların uzletten amaçları; ihtiyaçtan fazla toplum içerisinde kalmamak, boş zaman geçirmemek, zamanını bir köşeye çekilerek ibadet ve tefekkürle değerlendirmektir.”²⁸

Tasavvuf yoluna giren kişiye, başlangıç halinde uzlet gerekir. Bu durum, insanların onun kötülüğünden veya insanların da onların kötülüğünden korunması için değildir. Bu durumun sebebi, onun kötü ahlakından kurtulmasını sağlamaktır. Zühd anlayışıyla sadece Allah Teâlâ ile baş başa kalan bir insan, müşâhede halini içselleştirir. Materyalizmin ve kapitalizmin yıkıcı etkilerinden arınan bir insan, müşâhede vasıtasıyla maddede Allah'ın ilahi isim ve sıfatlarını fark eder.

Rabbini müşâhede yoluyla tanıyan insan, ruhsal bütünlüğü yakalar. Gerçekten de her iş ve olayda Allah'ın eserini görme hali olan müşâhede, ancak bu ruh bütünlüğü gerçekleştirilebildiği zaman yapılabilir. Ruhun birlik ve bütünlüğünü gerektiren bu müşâhede hali, birleştirici ve bütүнleştiricidir.²⁹ Müşâhede anlayışı sayesinde insan, Allah Teâlâ'nın ilahî isim ve sıfatlarını

25 İbn Kayyım Cevziyye, *Medâricu's-Salikîn* (Beyrût: Darü'n-Nifâs, 1979), 64.

26 Necmettin Ergül, “Tasavvufta Çevre Algısı”, *The Journal of Academic Social Science Studies, International Journal of Social Science*, 2/34 (Spring 2015): 206.

27 Kuşeyrî, *Risâletu'l-Kuşeyriyye fi İlmi't-Tasavvuf*, 116; Gazâlî, *İhyâ-ı Ulûmi'd-dîn*, 5: 113.

28 Süleyman Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü* (İstanbul: Marifet Yayınları, 1999), 543.

29 Eva de Vitray Meyerovitch, *Duanın Ruhı*, trc. Cemal Aydın (İstanbul: Şûle Yayınları, 2004), 65.

daki tecellileri fark eder ve seyreder. Bu farkındalık, insanın zühd anlayışını hayatına geçirmesine neden olur.

1.3. Zühd Anlayışının İstikâmet Üzerindeki Etkisi

“Uzleti tercih eden bir kimse için gerçek olan şey, insanlardan ayrı yaşamaktan amacın insanların kötülüklerinden korunmak değil, insanların kendi kötülüklerinden korunması gerektiğine inanmasıdır. Nefsini taniyan ve hakir gören kişi, mütevazı; kendisinin herhangi bir kimseden üstün olduğuna inanan kimse ise, kibirlidir.”³⁰

Zühd ve uzlet anlayışını en iyi fark edenlerden biri olan Cüneyd, “Dini selâmete, bedenini ve kalbini rahata erdirmek isteyen kimse, insanların yanından ayrılınsın.”³¹ demektedir. Allah dışındaki her şeyden Allah’a kaçan insanın tavrı, bu ayette tasvir edilen şekildedir: *‘Sizi ve Allah dışında çağır-dıklarınızı terk ediyorum.*”³² Bu terk ediş, Allah dışındaki her duygu, düşünce ve bağımlılık yaratan her unsuru terk ediştir.

“Zühd ve uzlet, dünyaya karşı isteksiz olmak ve dünyaya dair istekleri en aza indirmektir. Zühd, dünya gözde küçük görünsün de; yüz çevirmek kolay olsun diye, dünyaya geçici bir gözle bakmaktır. Bu manada o, kalbi hırslardan temizleyerek; elleri mal ve mülkten silkelemektir. Aslında zühd, elde bulunmayan şeyin, gönülde de bulunmamasıdır.”³³

Kalbi hırslardan temizleyerek; elleri mal ve mülkten silkeleyen bir insan için istikâmet anlayışı daha rahat yaşanabilir hale gelir. Çünkü istikâmet; inançta, ibadette ve bütün yapılan işlerde, aşırılığa kaçmamak ve orta yolu tutmaktır.³⁴ (Ankaravî, 1996: 254). İstikâmet anlayışıyla maddeden ve dünya hırslarından kendini kurtaran bir insan, bütün işlerinde doğruluğu ve orta yolu yakalayabilir. Lüksün, israfın ve materyalist yaşamın olumsuz etkilerinden arınabilir

“Dünya, süslü bir gelin gibidir. Dünyaya aşırı ilgi gösterenler, onu taramak ve süslemekle meşguldürler. Dünyaya düşkün olamayan ve dünya hırslarından özgürleşmiş olan zahit ise, bu gelinin yüzünü kömürle karartır, saçlarını yolar, elbisesini yırtar.

Allah dostunun gönlü ise, Allah Teâlâ ile meşgul olduğu için bu geline ilgi göstermez. Bu bağlamda zühd, elde mal hırslarının; kalpte ise, mal sahibi olma arzusunun bulunmamasıdır.”³⁵ Aslında hayatta insanın en değerli vasfı ve ün-

30 Kuşeyrî, *Risâletü'l-Kuşeyrîyye fî İlmi't-Tasavvuf*, 217.

31 Cebecioğlu, *Tasavvuf Terimleri ve Deyimleri Sözlüğü*, 672.

32 Kur'an-ı Kerim, (Meryem 19/48).

33 Kuşeyrî, *Risâletü'l-Kuşeyrîyye fî İlmi't-Tasavvuf*, 216.

34 İsmail Ankaravî, *“Minhâcü'l-Fukara”*, haz. Saadettin Ekici (İstanbul: İnsan Yayınları, 1996), 254.

35 Kelâbâzî, *Taarruf li-Mezhebi Ehli't-Tasavvuf*, 142.

vanı, kulluktur. İnsan, kuldur. Kul olan kimsenin de, dünya hırslarıyla gönlü yanmaz.

Allah dostları, dünya ve ahiretin arzularından özgürleşmek isteyen kalplere şöyle seslenirler: “Dünyaya da ahirete de yoğun ilgi gösterme. Zira dünyaya yoğun ilgi göstermek, geçici olan bir şeyle Allah Teâlâ’dan yüz çevirmektir. Ahirete yoğun ilgi göstermek ise, kalıcı olan bir şeyle Allah Teâlâ’dan yüz çevirmektir. Yüz çevirme işi ve sebebi ‘geçici’ bir şey olunca, geçici olan her şey, kaybolur gider.”³⁶

Dünyaya ve ahirete yoğun ilgi göstermeme ve elde mal hırsının; kalpte ise, mal sahibi olma arzusunun bulunmaması durumu istikâmet anlayışının kalpte yerleşmesini sağlar. “Çünkü istikâmet, özünde duygusal ve zihinsel dengenin olduğu dürüstlük, doğruluk ve istikrarlı tutumdur.”³⁷ İstikâmet anlayışıyla şekillenen zühd hali sayesinde insan, dünyaya da ahirete de kalbini bağlamaz. Sadece doğruluk, dürüstlük ve istikrarla Rabbine kul olmayı hedefler. Böylece o, maddenin ve mananın esaretinden kurtulur. “Zira İslâm, sadece inanç ve ibadet konularında fertlere birtakım görevler yükleyip de hayatın diğer alanlarını göz ardı etmez.”³⁸

2. TASAVVUF KÜLTÜRÜNDEKİ ZÜHD ANLAYIŞININ PSİKOLOJİK ETKİLERİ

2.1. Zühd Anlayışının Bilişsel Tutarlılık Üzerindeki Etkisi

Zühd ve uzlet, Allah’tan başka her şeyi gönülden çıkarmak ve O’nun dışındaki hiçbir varlığa hak ettiğinden daha fazla değer vermemektir. O, ne varlığa sevinmek; ne de yokluğa üzülme. Allah ile zengin olmaktır. Allah ile değerli ve yüce olmaktır.

“Zühd; dünyayı terk etmek, ahireti terk etmek ve en önemlisi ‘terki’ terk etmektir. Sorumlu olduğu ibadetin hakkını vererek yapanlara ve gerçek kulluk sahiplerine ‘âbid’ denildiği gibi, dünyanın zinet ve süsüne aldırmayanlara da, ‘zâhid’ denilir.”³⁹

İnsanın arzuları, sınırsızdır. Arzuların doyurularak tatmin edilmesi, yeni arzuları doğurur. Aslında zühd, haz ve lezzet veren şeyleri büsbütün terk etmek değil; o arzuları azaltmak ve onların içine dalmamak, sevgisini gönle koymamaktır. Bu anlamda onlarsız yapamayacak kadar, onların esiri olmaktır.⁴⁰

36 Hucvirî, *Keşfu'l-Mahcûb*, 334.

37 Esmâ Sayın, *Tasavvuf Terapisi* (İstanbul: Nesil Yayınları, 2014).

38 S. Aybey, “İslâm’ın Penceresinden Çevre Etiği ve Mutluluk İlişkisi”, *3. International Symposium on Environment and Morality* (Alanya-Turkey, ISEM 2016), 217.

39 Uludağ, *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*, 478.

40 Yılmaz, *Anahatlarıyla Tasavvuf ve Tarikatlar*, 179.

Zühd anlayışı sayesinde insan, haz ve lezzet veren şeyleri büsbütün terk etmeyerek o arzuları azalttığı ve onların sevgisini gönlüne koymadığı için bilişsel tutarlılığı yakalayabilir. Duygusal-zihinsel denge, kararlılık ve istikrar yetilerini insana kazandırdığı için zühdanlayışı, kişiye bilişsel tutarlılık denilen bir yetenek kazandırır. "Bilişsel tutarlılık kişinin inançları, tercihleri, tutumları vb. arasında tutarlılık olmasıdır. Bu tutarlılık, hayat tarzımıza ve tercihlerimize uyum ve istikrar olarak yansır. Eğer bilişsel tutarlılık, manevî ve ruhsal dünyamıza hâkim olmazsa ne yazık ki bölünmüş kişilik tarzı hayatımızı etkisi altına alır."⁴¹

Zühd elin, dünyanın malından ve mülkünden; kalbin de, onların peşine düşmekten hür olmasıdır. Zühd, dünyada olan bütün şeylerden nefsin hazlarını terk etmektir. Bu tarif; malı, mevkii, insanlar yanında makam sahibi olma arzusuyla adının övülüp yüceltilmesini de içine almaktadır. Yani zühd, bütün bu şeylerden nefsin alacağı zevki terk etmektir.⁴² "Aslında gerçek samimiyet ve doğruluk, ancak insanların ve dünyanın hırslarından kaçınıp; onlara olan sevgiyi kalpten söküp atmakla mümkündür."⁴³

"Sıradan insanların zühdü, haramı terk etmektir. Seçkin insanların zühdü, zaruret haricindeki ihtiyacı terk etmektir. Allah dostlarının zühdü ise, Allah dışındaki her şeyi terk etmektir.

Bir kimse Allah dışındaki her şeye ait geçici sevgileri kalbinden atarak; kalbine sadece Allah'ın sevgisini yerleştirmişse, o kimsenin malı mülkü ne kadar olursa olsun, dünya nimetlerinin ona herhangi bir zararı olamaz. Zira o kimse, kalbini Allah Teâlâ'ya bağlamıştır."⁴⁴ Bu nedenle mal, mülk ve dünya hırsları o kimse ile Allah Teâlâ'nın sevgisi arasına giremez. Zühd insanın mala ve makama sahip olmaması değil; malın ve makamın insana sahip olmamasıdır. Mal ve makam insana sahip olursa, insan onların esiri olmuş anlamına gelir.

Malını ve makamını bilinçli bir şekilde yöneten ve gönlüne Allah sevgisini yerleştiren bir insan için zühd anlayışı en mükemmel bir şekilde yaşanıyor demektir. Zühd anlayışını yaşayan bir insan için duygusal ve zihinsel denge nin olduğu bilişsel tutarlılığı tecrübe etmek mümkün olur. Bilişsel tutarlılığının bulunmadığı noktada bölünmüş kişilik özellikleri ortaya çıkar. "Bu manada bölünmüş kişilik, davranış ve algılayış tutarsızlıkları ve dengesizlikleri yaşayan zayıf bir kişiliktir."⁴⁵ Bu kişilik tarzı, insana zayıf bir mü'min figürünü

41 D.L. Dunner, *Current Psychiatric Therapy* (Philaldephia: Saoundes Company Press, 1993), 87.

42 Sühreverdî, *Avârifü'l-Maârif*, 2: 246.

43 Ankaravî, *Minhâcü'l-Fukara*, 231.

44 Ankaravî, *Minhâcü'l-Fukara*, 242.

45 M.L. Gunther - J.C. Jackson, *The Cognitive Consequences of Critical Illnes* (New York: The Career Press, 2000), 67.

hatırlatır. Bu nedenle zühd anlayışı, bölünmüş kişilik yapısının yerine bilişsel tutarlılığı yerleştirerek, duygusal-zihinsel denge ve tutarlılık ölçüsü olmaktadır.

2.2. Zühd Anlayışının Kendini Keşfetme Üzerindeki Etkisi

“Zühdün dünyadan ve dünyadaki şeylerden vaz geçmek, haram ve şüpheli şeylerden vaz geçmek, baş olma sevdasından vaz geçmek gibi çeşitleri vardır. Zühdün hakikati, kulun Allah’tan başka her şeyden zühd etmesi, onlara yönelmemesidir.”⁴⁶ Dünya hırslarından, haramlardan ve lider olma hırslarından vaz geçen bir insan için kendini-keşfetme süreci başlar.

“Kendini keşfetme süreci, insanın kendini inşa etme sürecinin ilk adımıdır. Kişinin kendini keşfetme süreci geliştikçe, insan kendini daha iyi anlayabilir ve niçin böyle davrandığını ve nasıl böyle hissettiğini fark edebilir.”⁴⁷ Bu nedenle kendini keşfetme süreci insanın hem Rabbini, hem de kendini fark ederek hırslarından vaz geçme sürecidir. “İnsanın kendisini-keşfetme süreci, kişinin başkalarından ayrı bir insan olarak kendi sosyal kimliğinin farkında olmasıdır.”⁴⁸

“Zâhidlerin gönlünde dünyalığın varlığı ile yokluğu bir ve eşittir. Allah’a kavuşmak için Allah’tan dışındaki her şeyin terki esastır. Zira tasavvufta dört çeşit terk vardır:

1. *Terk-i dünya*: Zâhidlerin bütün dünya nimetlerini, malı ve mülkü âhiret için terk etmeleridir.

2. *Terk-i ukbâ*: Âriflerin cenneti ve oradaki nimetleri, ilâhî cemâli görmek için terk etmeleri.

3. *Terk-i hestî*: Sâliklerin kendi varlığını da terk ederek, Allah Teâlâ’da fânî olmaları.

4. *Terk-i terk*: Kâmil âriflerin terki de terk etmeleri, aklında ve zihninde terk diye bir kavramın kalmamasıdır.”⁴⁹ Böylece insan önce dünya hırslarını sonra cennet ve cemâlullah hırslarını, sonra kendi bencil egoist hırslarını en son olarak da bütün bu hırsları terk etmesi yönündeki kaygı ve hırslarını ter eder. Böylece insan kendini ilahî özünü keşfetmeye ve kendini-tanımaya başlar.

Psikolojideki kendini-tanımaya süreci ile tasavvuftaki kendini-tanımaya süreci, bazen bakış açılarındaki sapmaya rağmen birbirini tamamlar. “Bu mana-

46 Ebû Abdîrahmân es-Sülemî, *Sülemî’nin Risaleleri-Tasavvufun Temel İlkeleri*, trc. Süleyman Ateş (Ankara: Yeni Ufuklar Neşriyat, 1981), 24.

47 P. Herring - P. O’Connor, *The Effects of Self-Discovery* (New York: American Psychiatric Association Press, 1994), 27.

48 Selçuk Budak, *Psikoloji Sözlüğü*, (Ankara: Bilim Sanat Yayınları, 2000), 576.

49 Kuşeyrî, *Risâletu’l-Kuşeyrîyye fi İlmi’t-Tasavvuf*, 119; Serrâc, *Luma fi’t-Tasavvuf*, 73; Gazâlî, *İhyâ-ı Ulûmî’d-dîn*, 5: 113.

da psikolojideki kendini tanıma, insanın kendisi hakkındaki bilinç duygusu olarak tarif edilir.”⁵⁰ Ancak tasavvufi bakış açısı, ‘Kendini bilen, Rabbini bilir.’ bilgisiyyle tabir edilir ki, bu da en yoğun haliyle zühd anlayışındaki Allah dışındaki her şeyden vazgeçerek O’nunla kurulan bütünlük duygusu anında tecrübe edilir.

2.3. Zühd Anlayışının Kendini Aşma Üzerindeki Etkisi

“Zühd; dünya hırslarına karşı soğuk durup ahiret isteklerine ve Allah’a yönelme olarak anlaşılmıştır.”⁵¹ Bu manada zühd, insanın mala ve makama sahip olmaması değil, malın ve makamın insana sahip olmaması yani onu yönlendirmemesidir. “Hz. Mevlânâ’ya ‘dünya nedir?’ diye sorduklarında o, ‘Allah’dan gâfil olmaktır’ cevabını vermiştir.”⁵²

“Zâhidlere yönelik eleştiri malzemesi olarak kullanılan ‘bir lokma bir hırka’ anlayışı, bir üretim ölçüsü değil, infak ve isâr sınırı olarak düşünülmelidir. İddiaların aksine, gerçek anlamda bir zühd hayatı, kişiyi pasifize etmez. Tarihte gördüğümüz gerçek sûfiler, en üretken ve diğerkâm insanlardır. Sûfilerin çoğu geçimlerini normal mesleklerde çalışarak sağlıyorlardı.

Sakatî (Seyyar satıcı), Hallâc (Hallâc), Nesec (dokumacı), Varak (kitap satıcısı ya da el yazması), Kavâriri (camcı), Haddâd (demirci), Bennâ (duvarcı) gibi sûfî unvanları buna kanıttır. Kimi düzenli çalışır ve kazancının küçük bir bölümünü ancak kendine harcar, geri kalanını fukaraya dağıtırdı.”⁵³

Mal ve makam hırslarından vazgeçerek malın ve makamın esiri olmayan üretken ve diğerkâm insanlar, kendini-gerçekleştirme ve kendini-aşma yolunda en mükemmel adımı atmışlardır. “Nitekim kendini gerçekleştirme yoluyla, güç ve kapasitelerini sonuna kadar geliştiren kişiler, şüphesiz ki böyle olmayanlara göre daha iyi durumdadırlar.

Oysaki insanın asıl değerini ortaya koyan ve insan var oluşunun temel özelliklerinden birisi kendini gerçekleştirme değil, kendini aşmadır.”⁵⁴ Yani insan, ben-merkezli çıkar ve ilgilerinden kurtulma anlamında kendinden ödün verirse, hakiki bir varoluş tarzı kazanacaktır. Kendi güç ve yeteneklerini anlamlı ve değerli hedeflere yönelik olarak gerçekleştiren kişiler, tam ve olgun hâle gelirler.

50 William Mcgaughey, *Rhythm and Self-Consciousness* (Minneapolis: Thistlerose Press, 2001), 78.

51 Ebû Tâlib el-Mekkî, *Kütü'l-Kulûb*, (Kâhire: Mektebetü't- Dârü't-Türas, 2001), 2: 417.

52 Mevlânâ Celâleddin Rûmî, *Fîhi Mâ Fîh*, trc. Ahmed Avni Konuk (İstanbul: İz Yayıncılık, 2001), 101.

53 Annemarie Schimmel, *Tasavvufun Boyutları*, trc. Ender Güral (Ankara: Akçağ Yayınları, 1982), 199.

54 Victor Frankl, *“Kendini Gerçekleştirme ve Kendini-İfade Etmenin Ötesinde”*, haz. Kemal Saryar (İstanbul: İz Yayıncılık, 1991), 315.

“Zâhidlerin gayesi, aza kanaat etmek değil, çok kazanıp insanlık için harcamaktır. Yunus Emre; “Düriş, kazan ye, yedir Bir gönül ele getir” derken, sûffilerin dünya hayatını da ortaya koymaktadır.”⁵⁵ Zühd, taparcasına mala bağlanmamak, her türlü lüks ve israftan uzak, hoş, temiz, rahat bir şekilde Allah’a kulluk görevlerini yerine getirebilecek siyasal, sosyal ve ekonomik ortam hazırlamak için çaba harcamak; sadece kendisi için değil, toplumu için yaşamak, devletin malını kullanırken bütün Müslümanları gözönünde bulundurarak harcamalarda bulunmaktır.

Aynı zamanda zühd; helâl kazanmak, İslâm’ın sosyal güvenlik emirlerini bütünüyle yerine getirmek, iyiliği emretmek, kötülükten sakındırmak, Allah yolunda mal ve canı ile cihad etmek; özet olarak İslâm’ı, dünyadan ve toplumdan sıyrılarak değil, dünya hayatının ve toplumun içinde yaşamaya çalışmaktır.⁵⁶

Zühd anlayışının etkisiyle taparcasına mala bağlanmayan, her türlü lüks ve israftan uzak duran ve hakkıyla Allah’a kulluk görevlerini yerine getiren bir insan, sağlıklı bir dindarlık tipini uygulayıp içselleştirebilir. “Bu noktada dindar bireyler, diğerlerine göre daha az ruhsal rahatsızlıklarla karşılaşmaktadırlar. Korku belirtileri altında sıkıntı çeken birisi için dine dayalı bir hayat düzenlemesi korkuları hususunda hafifletici olabilir. Ayrıca, acı veren pek çok tecrübe, dinî bir inanç yapısının yardımıyla atlatılabilir. Böyle bir durumda Allah Teâlâ, her şeyi en iyi yönlendiren bağışlayıcı bir varlık olarak tecrübe edilebilir.”⁵⁷

55 Mustafa Tatçı, *Tasavvuf ve Rumûz, Yesevîlik Bilgisi* (Ankara: Ahmet Yesevî Vakfı Yayınları, 1998), 26.

56 Yunus Vehbi Yavuz, *Çalışma Hayatı ve İslâm* (İstanbul: Feyiz Yayınları, 1992), 150-151.

57 L. Gerald Schroeder, *The Science of God*, Free Press, New York, 1997, s. 62.

KAYNAKÇA

- E. K., Abdurrezzâk. *"Mu'cemu Istilâhâtî's-sûfiyye"*. Thk. Abdulâl Şahin, Kahire: Dârû'l-Kutubî'l-Hadiseti, 1992.
- Afifi, E.A. *Tasavvuf İslâm'da Manevî Devrim*. Trc. H.İbrahim Kaçar-Murat Sülün. İstanbul: Risale Yayınları, 1996.
- Ahmed, E.B., el-Beyhakî, H. *Kitâbü'z-zühd*. Trc. Enbiya Yıldırım. İstanbul: İz Yayınları, 2000.
- Ankaravî, İ. *"Minhâcü'l-fukara"*. Haz. Saadettin Ekici. İstanbul: İnsan Yayınları, 1996.
- Asım, E. *Kâmus tercümesi*. 1. Cilt. İstanbul: Matbaatü Bahriyye, 1304/1305.
- Aybey, S. (2016). "İslâm'ın Penceresinden Çevre Etiği ve Mutluluk İlişkisi". 3. *International Symposium on Environment and Morality (ISEM 2016, 217)*. Alanya-Turkey.
- Budak, S. *Psikoloji Sözlüğü*. Ankara: Bilim Sanat Yayınları, 2000.
- Cebecioğlu, E. *Tasavvuf Terimleri ve Deyimleri Sözlüğü*. Ankara: Rehber Yayınları, 1997.
- Cerrâh, V. b. *"Kitâbu'z-zühd"*. Thk. Abdurrahman b. Abdilcebbar el-Ferîvâî, Medine: Mektebetü'd-Dâ, 1994.
- Cevziyye, İ. K. *Medâricü's-salîkîn*. Beyrût: Darü'n-Nifâs, 1979.
- Dunner, D.L. *Current Psychiatric Therapy*. Philaldephia: Saoundes Company Pres, 2001.
- el-Mekkî, E.T. *Kûtü'l-kulûb*. Kahire: Mektebetü't- Dârü't-Türas, 2001.
- Ergül, N. "Tasavvufta çevre algısı". *The Journal of Academic Social Science Studies, International Journal of Social Science*, 2/34 (Spring 2015): 206.
- es-Sülemî, E.A. *Sülemî'nin Risaleleri-Tasavvufun Temel İlkeleri*. Trc. Süleyman Ateş. Ankara: Yeni Ufuklar Neşriyat, 1981.
- Eva de Vitray, M. *Duanın Ruhü*. Trc. Cemal Aydın. İstanbul: Şûle Yayınları, 2004.
- Frankl, V. *"Kendini Gerçekleştirme ve Kendini-İfade Etmenin Ötesinde"*. Haz. Kemal Sayar, İstanbul: İz Yayıncılık 1991.
- Gazâlî Muhammed, E.H. *İhyâ-ı ulûmi'd-dîn*. Beyrut: Daru'l-Cîlî.
- Gunther, M.L., Jackson, J.C. *The Cognitive Consequences of Critical Illnes*. New York: The Career Pres, 2000.
- Herring, P., O'Connor, P. *The Effects of Self-discovery*. New York: American Psychiatric Association Pres, 1994.
- Hucvirî, A.O. *Keşfu'l-mahcûb*. Trc. Mahmud Ahmed Mâdî Ebu'l-Azâim Thk. İbrahim Dessûkî. Kâhire: Dârü't Turâsî'l-Arabî, 1974.
- Kelâbâzî, E.B.M. *Tarruf li-mezhebi ehli't-tasavvuf*. Kâhire: Mektebetü'l-Ezheriyyetu li't-Turâs, 1992.
- Kuşeyrî, A. *Risâletü'l-kuşeyrîyye fi ilmi't-tasavvuf*. Beyrût: Darû'l-Hayr, 1993.
- Mcgaughey, W. *Rhythm and self-consciousness*. Minneapolis: Thistlerose Pres, 2001.
- Muhammed, İbn Sa'd *Tabakâtu'l-Kübrâ*, Dârû's-Sâdir, Beyrût, trz., c. 1, s.400.
- Mübârek, A. *Kitâbü'z-zühd ve'r-rekâi*. Nşr. Habiburrahman Azamî. Beyrût: Darû'l-Hayr, 1386.
- Nicholson Reynold A. *Fi't-tasavvufi'l-islâmî ve Tarihihi*. Trc. Ebu'l-Ala Afifi. Kâhire: 1375/1956.
- Nicholson, R.A. *The Mystics of Islam*. U.K.: Oxford University Pres, 1959.
- Rûmî, M. C. *Fîhi Mâ Fîh*. Trc. Ahmed Avni Konuk. İstanbul: İz Yayıncılık, 2001.

- Rûmî, M.C. “*Mesnevî-i Mânevî*”. Haz. A. Nicholson. Tahran: İntişârât-ı Hermes, 2003.
- Sayın, E. *Tasavvuf Terapisi*. İstanbul: Nesil Yayınları, 2014.
- Schimmel, A. *Tasavvufun Boyutları*. Trc. Ender Güral. Ankara: Akçağ Yayınları, 1982.
- Schroeder, L.G. *The Science of God*. New York: Free Pres, 1997.
- Sühreverdî, E.H.S. *Avârifü'l-Maârif*. Kâhire: Mektebetü'l-Kâhire, 1973.
- Taftazânî, E.V. *Medhal ile't-tasavvufi'l-islâmî*. Kâhire: Dârû'l-Kutubi'l-Hadiseti, 1991.
- Tatçı, M. *Tasavvuf ve Rumûz, Yesevîlik Bilgisi*. Ankara: Ahmet Yesevî Vakfı Yayınları, 1998.
- Tûsî, E.N.S. *Luma fi't-tasavvuf*. Kâhire: Dârû'l-Kutubi'l-Hadiseti, 1960.
- Uludağ, S. *Tasavvuf Terimleri Sözlüğü*. İstanbul: Marifet Yayınları, 1999.
- Vehbi Yavuz, Y. *Çalışma Hayatı ve İslâm*, İstanbul: Feyiz Yayınları.
- Yılmaz, H.K. *Anahatlarıyla Tasavvuf ve Tarikatlar*. İstanbul: Ensar Neşriyat, 2002.
- Yücer H. - Yılmaz M.S. (2012). “Şeriat ve Tasavvuf Bağlamında Din-Çevre İlişkisi Üzerine Bir Değerlendirme”. *Tarih Kültür ve Sanat Araştırmaları Dergisi* 1/4 (2002).