
KİTÂBİYAT

Kalp, Nefs ve Ruh: Sûfi Psikolojisinde Gelişim, Denge ve Uyum

Robert Frager

Çev. İbrahim Kapaklıkaya

İstanbul: Gelenek Yayınları, 2003. 231 sayfa.

Doğru bilgeliği ile Batı biliminin sentezini yapmayı amaçlayan transpersonel (ben-ötesi) psikoloji, Carl Gustav Jung'da ilk örnekleri görülen ve Abraham Maslow'un kurucusu olduğu bir psikoloji ekolüdür. Bu ekol davranışçılık, psikanaliz ve hümanist psikoloji ekollerinden sonra, psikolojideki "dördüncü güç"ü temsil eder. Transpersonel yaklaşımda amaç, sezgisel ve rasyonel yaklaşımları birleştirerek insanı daha bütüncül bir yaklaşımla açıklamaya çalışmaktır. Robert Ornstein'in *Yeni Bir Psikoloji*, Lynn Wilcox'un *Sûfizm ve Psikoloji* ve Nossrat Peseschkian'in *Doğru Hikâyeleriyle Psikoterapi* isimli kitapları bu yaklaşımla yazılan ve Türkçeye çevrilen eserlerden bazılarıdır. R. Frager'in orijinal adı *Heart, Self, and Soul* olan ve *Kalp, Nefs ve Ruh* adıyla Türkçeye çevrilen kitabı da bu yaklaşım içerisinde değerlendirilebilecek; fakat diğerleriyle karşılaştırılmayacak düzeyde sûfi psikolojisiyle ilgili mühim değerlendirmelere yer veren önemli bir çalışmadır.

Frager'in eseri "Teşekkür", "Önsöz", sekiz bölüm ve "İndeks"ten oluşmaktadır.

Sûfi psikolojisinde merkezî konuma sahip olan üç kavramdan (kalp, nefis ve ruh) yola çıkarak hazırlanan bu kitap, Batılı bir psikoloji uzmanının tasavvuf geleneğindeki zengin maneviyat ve kişilik gelişimi üzerine yaptığı titiz bir araştırma olarak değerlendirilebilir. Kitap, Batı psikoterapisinin insanı topluma uyumlu birey yapmayı amaçladığını belirtmekle birlikte, tasavvuf psikolojisinin

manevi bir gayeyle bireyin olumsuzluklarını giderme ve onu ilahî olana ulaştırma amacını ve bu amacı gerçekleştirmek için sunduğu yöntemleri vurgulamaktadır.

Kitaptaki özgünlük; nefis, kalp ve ruh kavramlarına getirilen psikolojik yaklaşımlar değildir. Çünkü başta Hâris el-Muhâsibi ve Gazzâlî olmak üzere bugüne kadar birçok İslâm âlimi eserlerinde bu konuda ayrıntılı ve doyurucu bilgiler vermişlerdir. Fakat bu kitapta söz konusu kavramlar, modern psikolojinin yaklaşımları ve kavramları dikkate alınarak açıklanmaktadır. Batı psikolojisiyle sûfi psikolojisi arasında karşılaştırma yapan yazar, kitabında öncelikle kalp, ruh ve nefis kavramlarının sûfi psikolojisindeki anlamlarını ayrıntılarıyla açıklamakta ve insanın mahiyeti, evrenin ve dünyanın varlığı, insanın evrendeki konumu, insanın kabiliyetleri, imanın değeri ve öz-saygının değerlendirilmesi gibi hususların ortaya konulmasında, bu iki yaklaşım arasındaki paralellikler ve farklılıklardan söz etmektedir. Mistik tecrübeyi en renkli boyutlarıyla yaşayan ve manevi olgunlaşma sürecinde daha fazla yol kateden mümtaz insanlardan sözler ve kıssalar anlatarak kitabını zenginleştiren yazar, ayrıca böyle bir yöntem takip etmekle konunun daha rahat anlaşılmasını ve kitabın zevkle okunmasını sağlamaktadır. Kısacası, kitapta tasavvufi gelenekte mevcut olan “insanın bütün varlığını olumlu ya da olumsuz bir yöne sevk edebilen kalbin, tüm hastalıklardan uzak bir şekilde tertemiz kalmasının yolları” Batılı psikolojinin diliyle sunulmaktadır.

“Kendini bilen Rabb’ini bilir” sözüyle özetlenebilen varoluş tecrübesini, bireyin kendini tanıyarak Rabb’ine ulaşmasını tasavvufi yolculuğun odağına yerleştiren yazar, sûfilerin yaşamından yola çıkarak kendini gerçekleştiren olgun bir insan portresi çizer. Burada ortaya konan, sorumluluklarından kaçmak yerine, onları en iyi şekilde yerine getiren, Yaratıcı’nın verdiği kabiliyetleri en iyi şekilde kullanan ve geliştiren, dürüst davranan, insanları seven ve onlara hizmet eden olgun insan portresidir. Yazar, Batılı eğitimcilerin akla önem vererek kalbi ihmal etmelerine karşılık, sûfi geleneğinde kalbin merkezî öneme sahip olmasından ve manevi merkez olan kalbin eğitilmesi yolunda sûfi geleneğin öngördüğü eğitim sisteminden bahseder; kalp merkezli eğitimde önemli olanın öğrenilenin tecrübe edilmesi olduğunu vurgular. Ayrıca ilâhî bir mabet olan kalbin, algılama özelliklerinin aktif hale gelmesi için dua gibi bazı kalp açma egzersizleri önerir.

Kitapta “Üçüncü Bölüm” insanın bireysel dönüşümüne ayrılmıştır. Yazar burada kendilik (nefis) ve nefis-i emmâreden (kötülüğü emreden kendilik)

nefs-i sâfiyeye uzanan bir kendini gerçekleştirme sürecinden bahseder. Bu, aynı zamanda hakikatin kademeli olarak keşfedilmesi, bireyin kötü huylardan (cimrilik, öfke, açgözlülük vb.) uzaklaşarak ulvi değerlere (cömertlik, hoşgörü, kanaatkârlık vb.) ulaşmasıdır. Böylece birey, etrafındaki her şeyde Yüce Yaraticı'nın rahmetinin ve inayetinin izlerini görür ve en nihayetinde benliğini yok ederek Allah'a ulaşma serüvenini yaşar.

Kitabın bir sonraki bölümünde tasavvuf geleneğinde kabul gören, insanın yedi ruhu (nebatî/bitkisel ruh, hayvanî/hayvansal ruh, nefsanî/kişisel ruh, insanî ruh, sırlı ruh ve sırrü'l-esrâr/en sırlı ruh) üzerinde durulmaktadır. Her bir ruh, insan için ayrı bir öneme sahiptir. Bu yüzden bu ruhlardan hiçbiri ihmal edilmeksizin dengeli bir şekilde geliştirilmelidir. Örneğin bitkisel ve hayvanî ruh ihmal edildiğinde, insan beden sağlığını kaybeder ve en gizli ruhun ihmalinde ise manevi sağlık tehlikeye girer. İdeal olan, yedi ruhun dengede tutulmasıdır. Bu denge sayesinde birey zengin ve verimli bir yaşama sahip olur. Nefs konusunda en üst seviyeye (nefs-i sâfiyeye) ulaşmak esas iken, ruh konusunda önemli olan, her ruha ayrı ayrı gereken önemin verilerek dengenin sağlanmasıdır. Yazar yedi ruhun dengeli bir biçimde çalışmasını sûfi geleneğinden aldığı araba metaforu ile açıklamaktadır. Ayrıca burada yazar, her bir ruhtan farklı rüyaların gelebileceği ve bunun sûfi geleneğindeki önemini Freud ve Jung'un rüyalara yaklaşımından faydalanarak dile getirmektedir. Kitapta kişisel ruhun negatif özelliklerinden kurtulma ise, Hz. Peygamber'in "Şimdi küçük cihadı bitirdik, büyük cihada başlıyoruz" sözünde ifade ettiği gibi "büyük cihat" ile temsil edilir.

Yazara göre psikoterapi ile tasavvuf, uygulamaya önem vermeleri bakımından birbirine benzer, amaç bakımından ise birbirinden farklıdır. Tasavvuf-ta mevcut sûfi pratikleri (oruç, inziva, adap, Allah'ı zikir ve râbita-i mevt/ölümü hatırlama vb.) bireyin, olumsuz kişilik özelliklerini giderip kalbini açmak ve içindeki derin irfanla temas kurmak suretiyle Allah'a yakınlaşmasını sağlar. Örneğin, kişinin kendi ölümünü düşünmesi, şimdiki hâlin daha fazla idrakine varmasına sebep olur ve zamanın kıymetini bilmesini kolaylaştırır. Bu bağlamda ölümü düşünmek, kişisel gelişim sürecini başlatmanın da bir yoludur.

Kitabın "Yedinci Bölüm"ünde tasavvuftaki manevi rehberlik hususuna ve şeyh-derviş ilişkisine yer verilmiştir. Olgunlaşma sürecinde başarılı olan ve daha ileri bir seviyede olan şeyh, bu süreçte yeni olan dervişe bir yol gösterici konumundadır. Yazar eserinde Allah, şeyh ve derviş ilişkisini ise bir metaforla anlatmaktadır. Bu metaforla, Allah bir okyanus, derviş bir damla su,

şeyh okyanusla bağlantılı bir nehre benzetilir (s. 191). Yazar eserini kalp, nefis ve ruhun karşılıklı ilişkilerinin anlatıldığı “Sekizinci Bölüm”le bitirmektedir ki, kanaatimizce bu bölümün önceden ele alınması daha isabetli olurdu. Kitap bir dervişin dilinden “Ey Rabbimiz! Sen olmaksızın biz huzur bulamayız” meâlindeki anlamlı bir dua ile sona ermektedir.

Ali Ayten

Kur’an ve Oryantalistler

Selahattin Sönmezsoy

Ankara: Fecr Yayınevi, 1998. 335 sayfa.

Müslüman dünyanın Batı dünyası ile ilişkileri, uzun bir tarihî seyre sahiptir. İlişkiler zamana bağlı olarak farklı biçimlerde tezahür etmiş ve günümüzde de oldukça yeni bir düzleme yerleşmiş durumdadır. Dinî ve kültürel farklılıklara sahip söz konusu iki dünyanın ilişki biçimlerinin büyük oranda güç dengesi ile şekillendiği anlaşılmaktadır. Oryantalizm/şarkiyatçılık da bu faktörlere bağlı olarak ortaya çıkmış, zamanla içerik ve metot bakımından bir hayli değişim ve gelişme kaydetmiş bir olgu olması yanında, yeni bir güç olarak da kendisinden faydalanılmıştır. Tam olarak bir başlangıç belirlenemese de, yoğun bir biçimde kendini gösterdiği son üç yüz yıllık sürecin ardından, klasik oryantalizmin yaşayıp yaşamadığı ya da hangi boyutlarda devam ettiği henüz tam olarak tespit edilebilmiş değildir. Şu kadarını söylemek yanlış olmaz herhalde: Batı’da İslâm dünyasına dair son zamanlardaki oryantalist çalışmalar, dinî alanı biraz ihmal ederek sosyal ve kültürel alana fazla yönelmiş ve eskiye oranla anlamaya çalışan bir yaklaşımı daha çok tercih eder olmuştur. Buna karşın oryantalizm hakkında Müslüman müelliflerin farklı dillerde yüze yakın kitap ve bu sayının birkaç katı da makale telif etmiş oldukları anlaşılmaktadır. Ancak Müslüman entelektüellerin ilgilerini klasik oryantalizm üzerinde teksif ettiği, bunun da o dönemin yeterince çözümlenip anlaşılamadığını ve tahlil edilemediğini gösterdiği söylenebilir. Selahattin Sönmezsoy’un kitabı, bu alandaki boşluğu doldurma çabalarından biridir. Ayrıca özel olarak Kur’an hakkında yazılmış olması bakımından, yazarın da kitabın başında belirttiği gibi, sahasında Türkçede ilktir.