

Mânevî Arınma İmkânı Olarak Tövbe ve Psikososyal Yansımaları: Hadisler Işığında Bir Analiz* **

Araştırma Makalesi

Geliş Tarihi: 14 Nisan 2025 Kabul Tarihi: 5 Eylül 2025

✉ **Hasan Hüseyin Güller**

Dr. / PhD.

Diyanet İşleri Başkanlığı / Directorate of Religious Affairs

<https://ror.org/007x4cq57>

<https://orcid.org/0009-0003-6157-629X>

hkguller@gmail.com

Öz

Bu makalede tövbe, İslâm düşüncesinde yalnızca bir pişmanlık ifadesi değil, aynı zamanda bireyin içsel dönüşümünü ve toplumsal bütünleşmesini sağlayan çok boyutlu bir mânevî ritüel olarak ele alınmaktadır. Çalışmada tövbenin psikolojik ve sosyal kazanımları hadisler ışığında arınma tövbesi, sakınma tövbesi, huzur tövbesi, arayış tövbesi ve olgunlaşma tövbesi olarak beş ana başlık altında incelenmiştir. Her bir kategori, bireyin günah sonrası yaşadığı duygusal süreçleri, içsel yüzleşmelerini ve mânevî gelişimini açıklamaya yönelik bir çerçeve sunmaktadır. Makalede, Hz. Peygamber'in (s.a.s.) tövbeye dair söz ve uygulamaları ile kaynaklarda yer alan sahâbe tövbeleri temel alınarak, tövbenin bireysel vicdanı rahatlatan, sosyal bağları yeniden kuran ve dinî anlam arayışını besleyen yönü vurgulanmaktadır. Ayrıca tövbenin, bireyin geçmişle hesaplaşmasını, kendilik bilincini derinleştirmesini ve karakterini olgunlaştırarak yeni bir hayat perspektifi geliştirmesini mümkün kıldığı ileri sürülmektedir. Bu çerçevede tövbe, hem ruhsal bir arınma süreci hem de bireyin benliğini ve aidiyetini yeniden inşa etmesine katkı sağlayan psikososyal bir iyileşme aracı olarak değerlendirilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Hadis, Tövbe, Sahâbe, Mânevî Arınma, Psikososyal Analiz.

* Bu makale CC BY-NC 4.0 lisansı altında yayımlanmaktadır.

** Bu araştırma makalesi, Hasan Hüseyin Güller tarafından Adana Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'nde Prof. Dr. Muhammet Yılmaz danışmanlığında 2022 yılında tamamlanan *Hadislerde Pişmanlık ve Tövbe*, isimli doktora tezinden üretilmiştir.

Repentance as a Spiritual Purification as a Means of and Its Psychosocial Reflections: An Analysis in the Light of Hadiths* **

Research Article

Received: 14 April 2025 Accepted: 5 September 2025

Abstract

In this article, repentance (tawba) is approached in Islamic thought not merely as an expression of remorse, but as a multidimensional spiritual ritual that facilitates both inner transformation and social reintegration. The study examines the psychological and social benefits of repentance in the light of Hadith literature under five main categories: repentance of purification, repentance of avoidance, repentance of peace, repentance of seeking, and repentance of maturation. Each of these categories offers a framework for understanding the emotional processes, inner confrontations, and spiritual development experienced by individuals after committing a sin. The article emphasizes the dimensions of repentance that soothe the individual conscience, rebuild social bonds, and nurture the search for religious meaning, based on the sayings and practices of the Prophet Muhammad and the accounts of the Companions' repentance found in classical sources. Furthermore, it is argued that repentance enables individuals to come to terms with their past, deepen their self-awareness, and develop a new life perspective by fostering the maturation of their character. Within this framework, repentance is evaluated both as a process of spiritual purification and as a psychosocial healing mechanism that contributes to the reconstruction of the self and the reinforcement of one's sense of belonging.

Keywords: Hadith, Repentance, Companions, Spiritual Purification, Psychosocial Analysis.

* This article is published under the CC BY-NC 4.0 licence.

** This research article is derived from Hasan Hüseyin Güller's doctoral dissertation titled "Regret and Repentance in Hadiths," completed in 2022 under the supervision of Prof. Dr. Muhammet Yılmaz at the Institute of Social Sciences, Çukurova University, Adana.

Summary

The aim of this study is to understand the role of repentance (tawba), one of the spiritual purification rituals in Islam, in the psychosocial development and maturation of the individual. The research examines the effects of repentance at both individual and societal levels, focusing particularly on the accounts related to the repentance of the companions. In this process, the individual and social gains of repentance are examined under five main headings, and the contribution of each heading to the individual's spiritual maturation process is analyzed. In this context, repentance is discussed not merely as a means for the forgiveness of sins, but also as an inner journey and an instrument of spiritual growth.

The main research question of the article is how repentance, through its psychosocial effects, supports the spiritual development of the individual. Specifically, the article investigates the role of repentance in the process of "maturation," the distinction between post-sin regret and repentance, and the potential of repentance to enhance spiritual well-being. The following guiding questions are addressed in the study:

Is repentance merely an expression of regret or a ritual of spiritual purification, or is it a means of maturation?

What are the psychological and sociocultural dimensions of repentance?

What kind of roadmap Islamic understanding of repentance provide for individual spiritual development?

The study is based on qualitative research methods, particularly literature review and textual analysis. To examine the spiritual effects of repentance, Hadith and Tafsir sources were consulted. As a result, the study, which takes into account the psycho-social gains of repentance, was shaped around five main headings:

Repentance of Purification

Repentance of Avoidance

Repentance of Peace

Repentance of Seeking

Repentance of Maturation

Each category is supported with examples drawn from Hadith and Qur'anic verses, and its contribution to spiritual development is discussed. Moreover, the transformative influence of repentance on the individual's psychological and social structure, as well as its behavioral outcomes are analyzed.

The findings demonstrate that repentance is not simply an expression of regret, but rather a process of spiritual purification and personal development. The main results can be summarized as follows:

Role of Purification: Repentance allows the individual to recognize their spiritual weaknesses and overcome them. In this context, repentance provides spiritual cleansing by purifying a person from the sin of their bad deeds. Thus, the individual strengthens their spiritual bond with Allah and becomes at peace with society and its values.

- **Role of Avoidance:** Repentance of avoidance activates an individual's self-control mechanism, encouraging them to stay away from bad habits and harmful behaviors. This stage forms the foundation for a mentally and spiritually healthy life.

- **Repentance of Peace:** This is a process of achieving inner peace and tranquility. An individual who suffers from the bitter reproaches of their conscience due to a bad deed, becomes unhappy and restless. Through repentance, the individual is cleansed of their mistakes, gets rid of internal conflicts, and makes peace with both themselves and society.

- **Repentance of Seeking:** This stage reflects the individual's spiritual quest. The desire to turn to Allah and seek the truth intensifies, leading to significant progress toward spiritual maturity.

- **Repentance of Maturation:** This expresses the peak of spiritual and psychological development. In this process, the individual reaches spiritual maturity through continuous repentance and progresses toward becoming a "perfect human being."

The study further emphasizes that the Prophet's constant practice of repentance demonstrates that tawba can be done not only for the purpose of cleansing from sins, but also for the purpose of being in a constant state of spiritual depth and consciousness. His example of repentance serves as a model in the journey of spiritual maturation, showing that repentance encourages continuous self-reflection and sustains the believer's aspiration to become a better servant of Allah.

The study concludes that repentance plays a central role in individual maturation and psychosocial development. Repentance is not only a means of forgiveness for sins, but also a tool for an individual's spiritual maturation. It is emphasized that the Islamic understanding of repentance help foster not only moral but also intellectual and spiritual maturity. Repentance of maturation, in particular, provides the individual the opportunity to constantly question himself, learn from his mistakes, and turn towards Allah. Furthermore, repentance cultivates positive virtues such as patience and tolerance, thereby enabling individuals to establish healthier social relationships.

In conclusion, repentance constitutes one of the most significant spiritual means by which the individual attains maturity. The examples of repentance found in the Hadith corpus illustrate that this process requires constant awareness and an ongoing inner journey. Moreover, repentance has been observed to be more than just an individual act, as it also has the potential to generate restorative effects on a societal scale.

Giriş

Yaratılışı itibarıyla insan, hem iyilik hem de kötülük yapmaya meyilli bir varlıktır. Bu durum onun nefsini ve arzularını kontrol etmesini zorlaştırabilir; kötü arzularına, aşırı tutkularına ve ihtiraslarına boyun eğmesine sebep olabilir. Bu nedenle insanın günahlardan tamamen kaçınması ve hiç günah işlememesi mümkün değildir. Ancak İslâm dininde insanın hatalarını fark etmesi ve tövbe ederek doğru yola dönmesi, ona verilen önemli bir fırsattır.

Bireyin geçmişteki hatalarından pişmanlık duyarak Allah’a yönelmesini ifade eden tövbe, yalnızca dinî bir ritüel değil, bireyin ruhsal, psikolojik ve toplumsal düzeyde dönüşümünü kapsayan mânevî bir süreçtir. Bu süreçte bireyi tövbe etmeye motive eden en önemli faktör, Allah’a sığınma, yakınlaşma ve O’nunla arasındaki ruhsal bağı güçlendirme arzusudur. Tövbenin temel gayesi, işlenen günahın ortaya çıkardığı mânevî kirden arınarak huzura kavuşmak ve devam eden süreçte günah işlemekten sakınmaktır. Bununla birlikte birey, kendi varlığına dair anlam arayışı ya da nefsini olgunlaştırmak amacıyla da tövbeye yönelebilir. Tövbenin birey üzerindeki bu çok yönlü etkisi, yalnızca bireysel bir mesele olmayıp, aynı zamanda toplumsal ve mânevî boyutlarıyla da ele alınması gereken bir konudur.

Mevcut literatürde tövbe konusunda yapılan çalışmaların genellikle fikhî veya tasavvufî perspektiflerle sınırlı kaldığı, psikososyal etkilerinin sistematik bir şekilde incelenmediği görülmektedir. Bu araştırma, hadislerdeki tövbe örneklerinden yola çıkarak, tövbenin psikososyal yansımalarını disiplinler arası bir bakış açısıyla incelemeyi amaçlamaktadır. Böylece literatürdeki eksiklikleri gidermeyi ve tövbenin psikolojik ve sosyo-kültürel boyutlarını anlamaya yönelik katkılar sunmayı hedeflemektedir. Bu bağlamda çalışma, teorik ve pratik düzeyde psikolojik iyileşme ve toplumsal barış süreçlerine olan etkileri ele alarak literatüre yeni bir bakış açısı sunmayı amaçlamaktadır.

Nitel araştırma yöntemi kullanılarak yapılan bu çalışmada özellikle doküman analizi tekniği benimsenmiştir. Sahâbe tövbelerinden bahseden hadis metinleri incelenerek tövbenin mânevî arınma ritüeli olarak nasıl ele alındığı ve bunun psikososyal yansımaları analiz edilmiştir. Hadislerde geçen örnek olaylar betimsel ve tümdengelimci içerik analizi yöntemi kullanılarak dinî ve psikososyal perspektiften yorumlanmıştır.

1. Tövbenin Kavramsal Çerçevesi ve Mahiyeti

Arapça “tâbe” (تاب) fiilinden türeyen “tövbe” (توبة) kelimesi, sözlükte “geri dönmek, rücû etmek” anlamına gelir. Terim olarak insanlara nispet edildiğinde, “günah ve isyandan vazgeçip samimi bir şekilde Allah’a yönelmek” anlamını taşır ve genellikle “ilâ” (إلى) harf-i ceri ile kullanılır. Allah Teâlâ’ya izafe edildiğinde ise “alâ” (على) harf-i ceri ile ifade edilir ve bu kullanımda, “Allah’ın kuluna tövbe nasip etmesi, bu tövbeyi kabul ederek onu bağışlaması” anlamı öne çıkar.¹ Ayrıca Kur’ân-ı Kerîm’de “nevb” (نوب) kökünden türeyen “inâbe” (إنابة) kelimesi² ile “evb” (أوب) kökünden türeyen “evbe” (أوبيا), “iyâb” (إياب) ve “meâb” (مآب) kelimeleri de tövbe anlamında kullanılmıştır.³ Tövbe kelimesi ve türevleri Kur’ân-ı Kerîm’de seksen yedi yerde zikredilmiş, bunlardan otuz dört tanesi Allah Teâlâ’ya, geriye kalan elli üç tanesi ise insanlara nispet edilmiştir.⁴

İslâm dininde oldukça geniş bir anlam yelpazesine sahip olan tövbe kavramı, en geniş anlamıyla şirk ve küfürden dönerek İslâm’a girmeyi ifade eder. Kur’ân-ı Kerîm’de müşriklerden⁵ ve münafıklardan⁶ bahseden ayetlerde tövbe kelimesi “iman etme” anlamında kullanılmıştır. Bu bağlamda tövbe kavramı, gayrimüslimler için “inkârdan dönerek iman etmek”; Müslümanlar için ise “işlediği günahı dönerek Allah’a yönelmek, iyi ve erdemli işler yapmak” anlamını taşımaktadır.

Tövbe kavramının şer’î anlamı ve mahiyetine dair yapılan tanımlarda, yaklaşımlara bağlı olarak dikkat çekici bir çeşitlilik göze çarpar. Bu durum, tövbenin amacı ve sonuçta sağladığı ruhsal ve sosyal kazanımların farklı şekillerde vurgulanmasından kaynaklanmaktadır. Bu farklı perspekte tıfların temelinde ise, tövbenin hem bireysel psikoloji üzerindeki dönüştürücü etkisi, hem de toplumsal ilişkilerde meydana getirdiği rehabilitasyon süreci yatmaktadır. Râgıb el-İsfahânî (ö. V./XI. yüzyılın ilk çeyreği) *Müfredât*’ında tövbenin şer’î manasını, “Kötülüğünden dolayı günahı terk etmek, bu fiilin ortaya çıkardığı kötü sonuçlar sebebiyle yaptığına

¹ Ebü’l-Fadl Cemâlüddîn Muhammed b. Mükerrrem İbn Manzûr, *Lisânü’l-Arab* (Beyrut: Dâru Sâdır, 1414/1993), “tövbe”, 1/233; Ebü’l-Kâsım Hüseyin b. Muhammed b. el-Mufaddal er-Râgıb İsfahânî, *Müfredâtü elfâzı’l-Kur’ân* (Dımeşk: Dâru’l-Kalem, 1430/2009), “tvb”, 169.

² İbn Manzûr, *Lisânü’l-Arab*, “nvb”, 1/775; İsfahânî, *Müfredâtü elfâzı’l-Kur’ân*, “nvb”, 827. İsfahânî “inâbe” kelimesini “tövbe ederek samimi davranışla Allah’a yönelmek” şeklinde açıklamıştır.

³ İsfahânî, *Müfredâtü elfâzı’l-Kur’ân*, “evb”, 97.

⁴ Muhammed Fuâd Abdülbâki, *el-Mu’cemü’l-müfrehres li elfâzı’l-Kur’ân* (İstanbul: Çağrı Yayınları, 1990), “tvb”, 156-158.

⁵ “Ama tövbe ederlerse ve namazlarını kılıp zekâtlarını verirlerse, artık onlar sizin din kardeşlerinizdir.” et-Tevbe 9/11.

⁶ “... Eğer pişman olup tövbe ederlerse bu kendilerinin iyiliğine olur; yüz çevirirlerse Allah onları dünyada da ahirette de elem verici bir azaba uğratar; artık yeryüzünde onlara ne bir dost ne de bir yardımcı bulunur.” et-Tevbe 9/74.

pişman olmak, bir daha günaha dönmeyeceğine dair kesin karar vermek ve düzeltilebilecek olan davranışlarını dönüş yaparak düzeltmektir.” şeklinde tarif eder. Ona göre bu dört husus bir araya geldiğinde tövbenin şartları tamamlanmış olur.⁷

Gazzâlî (ö. 505/1111) tövbeyi, sırasıyla birbirini takip eden “ilim”, “hâl” ve “fiil” aşamalarının birleşimi olarak tanımlar. Ona göre ilimden maksat kişinin, işlediği günahların farkına varması ve bu günahların kul ile Allah’ın rahmeti arasına girip onları birbirinden ayıran bir perde oluşturduğunu bilmesidir. İnsan bunu kavrayınca, sevgili Mevlâ’sını kaybettiği için kalbinde bir elem ve acı duyar. İşte rabbini kaybedip O’ndan uzak kalmasına sebep olan bu kusurundan dolayı duyduğu acıya nedâmet (pişmanlık) denir. Bu acı ve pişmanlık, insanın kalbini tamamen kapladığında bir dönüşüm başlar ve bu durum ikinci aşamayı yani “hâl”i ortaya çıkarır. Hâl, şimdiki zamanda günahı hemen terk etmek ve gelecekte de kendisini sevgilisinden ayıran bu kötülüğü ebediyen yapmamaya azmetmektir. Bu azim ve gayretle birlikte üçüncü aşama olan “fiil” hasıl olur ki, bu da geçmişteki zararları iyilik ve kazâ yaparak telafi etmeye çalışmaktır. İşte bu üç unsurun hepsine birden tövbe denir.⁸ Bu tanımla geçmişe duyulan pişmanlığın tövbe için tek başına yeterli olmadığına dikkat çeken Gazzâlî, ilimle başlayan sürecin, fiille tamamlanması gerektiğine vurgu yapar.

İbn Teymiyye (ö. 728/1328) tövbeyi daha kelâmî ve pratik yaklaşımla “tövbeye sebep olan (kötü) şeyden dönmek, tövbe edilen (iyi) şeye yönelmek” (والتوبة رجوع عما تاب منه الى ما تاب اليه) şeklinde tanımlar. Ardından, “Meşru tövbe, emredilen şeyi yapmak ve yasaklanan şeyi terk etmek suretiyle Allah’a yönelmektir.” diyerek tövbenin ilahî emirler çerçevesindeki boyutunu açıklar. Tövbe kavramını vâcîp ve müstehap olmak üzere iki kategoriye ayıran İbn Teymiyye, vâcîp tövbeyi, “kişinin emredilenleri terk etmesi veya yasaklananları işlemesi sebebiyle yapılan tövbe”; müstehap tövbeyi ise “hoş ve güzel görülen fiillerin terk edilmesi veya mekruh fiillerin işlenmesi nedeniyle yapılan tövbe” olarak tanımlar. Sadece vâcîp tövbeyi yapanları orta yolu izleyen sâlih kişiler; her iki tövbeyi de yapanları ise mukarreb melekler gibi yüksek dereceli kimseler olarak tanımlar. Tövbeyi yalnızca kötü fiillerden dönmekle sınırlı görenleri cahil olmakla itham eden İbn Teymiyye, kulun emredilen güzel işleri terk etmesi nedeniyle yaptığı tövbenin, yasak fiilleri işlemesi nedeniyle yaptığı tövbeden daha önemli olduğunu vurgular.⁹

⁷ İsfahânî, *Müfredâtü elfâzı l-Kur’ân*, “tvb”, 169.

⁸ Hüccetü’l-İslâm Ebû Hâmid Muhammed b. Muhammed b. Muhammed b. Ahmed et-Tûsî Gazzâlî, *İhyâü ulûmi’-d-dîn*, çev. Ahmed Serdaroğlu (İstanbul: Bedir Yayınevi, 2002), 4/9.

⁹ Şeyhü’l-İslâm Takiyyüddin Ahmed İbn Teymiye, *et-Tevbe* (Kahire: Mektebetü’t-Türâsî’l-İslâmî, ts.), 13-15.

Tasavvuf ehlinin konuya yaklaşımları da oldukça dikkat çekicidir. Onlar tövbeyi sadece günahattan dönüş değil aynı zamanda kulun mânevî hayatını dönüştürüp geliştiren bir içsel arınma süreci olarak görürler. Sûfî geleneğin ilk temsilcilerinden Zünnûn el-Mısrî'nin (ö. 245/859), kendisine yöneltilen “Tövbe nedir?” sorusuna, “Avâmın tövbesi günahlardan; havâsın tövbesi ise gafletten olur.” şeklinde cevap verdiği nakledilir.¹⁰ Bu yaklaşım, tövbenin bireyin ruhsal durumuna göre farklı boyutlarda değerlendirilebileceğine işaret eder. Ona göre tövbe sahibinin sadece günahları terk etmesi yeterli olmaz; aynı zamanda Allah'a olan aşk ve yakınlık duygusunu artırmak için bir çaba sarf etmesi gerekir. Zünnûn, tövbenin özünde kalbin saflaşması ve insanın nefsini arındırarak Allah'a daha yakın bir hale gelmesi gerektiğini vurgular.

Ebû Tâlib el-Mekkî (ö. 386/996) takvâ sahibi muttakilerin bütün güzel hallerinin temelinde dokuz makamın bulunduğunu ve bunlardan ilkinin, İslâm'a giren biri için olmazsa olmaz bir zorunluluk olan “tövbe” olduğunu bildirir.¹¹ Tövbe eden kimsenin geçmiş günahlarını hatırlaması ya da unutmaması konusundaki tartışmaya da değinen Mekkî, Sehl et-Tüsterî (ö. 283/896) tarafından yapılan “tövbe kulun günahını hatırlamasıdır (unutmamasıdır)” şeklindeki tarifi, henüz sülûkün başında olan müritlerle ilgili olduğunu, onların günahlarını hatırlamakla kalplerinden hiç ayrılmayan bir hüznün ve korku elde edeceklerini belirtir. Cüneyd-i Bağdâdî (ö. 297/909) tarafından yapılan “tövbe kulun günahını unutmamasıdır” şeklindeki tarifi ise hakikat ehli ve âriflerle ilgili olduğunu belirten Mekkî, eğer günahları hatırlamak onlara karşı bir arzuyu besleyecekse hatırlamamak gerektiğini, çünkü bu hatırlayışın pişmanlık konusundaki niyeti yenilgiye uğratabileceğini ifade eder.¹²

Bir diğer mutasavvıf Hücvârî (ö. 465/1072) tövbe kavramını, insanın mânevî gelişim sürecine uygun olarak üç aşamada ele almış ve bunları “hatadan doğru olana”, “doğrudan daha doğru olana” ve “nefisten hakka” yönelme şeklinde açıklamıştır. Bu tasnifte ilk aşama, bireyin günahlarından pişmanlık duyarak doğruya yönelmesini ifade eder ve avâmın tövbesi olarak nitelendirilir. İkinci aşama, kişinin mevcut doğrularını yeterli görmeyerek daha yüksek bir mânevî düzeye ulaşma çabasını ifade eder ve himmet ehli olarak adlandırılan seçkinlerin, yani havâssın tövbesidir. Hz. Mûsâ'nın tövbelerini buna örnek gösteren Hücvârî, bu mertebede olanların sıradan günahlar nedeniyle tövbe etmelerinin düşünülmemeyeceğini, çünkü

¹⁰ Abdülkerîm b. Hevâzin Kuşeyrî, *er-Risâletü'l-Kuşeyriyye* (Kahire: Dârü'l-Meârif, ts.), 1/39.

¹¹ Ebû Tâlib Muhammed b. Ali b. Atıyye el-Mekkî el-Acemî Ebû Tâlib el-Mekkî, *Kûtü'l-kulûb (Kalplerin Azığı)*, çev. Yakup Çiçek - Dilaver Selvi (İstanbul: (Semerkand) Sistem Matbaacılık, 2004), 2/183.

¹² Ebû Tâlib el-Mekkî, *Kûtü'l-kulûb*, 2/195-198.

hedeflerinin daha derin bir mânevî saflık ve Allah’a yakınlık olduğunu belirtir. Üçüncü ve en üst düzey tövbe ise bireyin nefsi arzularından tamamen sıyrılarak yalnızca Allah’a yönelmesini ifade eder. Bu aşamayı Allah dostlarının tövbesi olarak tanımlayan Hücûrî, Hz. Peygamber’in (s.a.s.) tövbesini bu kategoride değerlendirir.¹³ Bu tasnif, bireyin tövbe yoluyla hatalarını fark edip düzeltmesinden, daha yüksek mânevî mertebelere ulaşmasına kadar uzanan bir tekâmül sürecini tanımlamaktadır. Tövbenin her seviyedeki insan için farklı bir anlam ve değer taşıdığını ortaya koyan bu anlayış, tasavvufî düşüncede tövbenin yalnızca bireyin günahlarından arınma çabası değil, aynı zamanda Allah’a yaklaşma yolunda bir mânevî ilerleme ve olgunlaşma aracı olarak değerlendirildiğini göstermektedir.

İslâm hukukçuları tövbeyi genel olarak içsel (batınî) ve hukuksal (hükmi) olmak üzere ikiye ayırmışlardır. Birincisi, kul hakkını ihlâl etmiş olmamak ve kendinden başkasına zararı dokunmamak şartıyla içki içmek, yalan söylemek, namaz ve oruç gibi bedenî ibadetleri terk veya ihmal etmek gibi günahlar için Allah ile kul arasında yapılan tövbedir. Bu çeşit günahlar için önce tövbe etmeli ardından da yerine getirilemeyen ibadetler kazâ edilmeli ya da bazı durumlarda fidye verilerek telafî yoluna gidilmelidir. İkincisi ise kul hakkının ihlâl edildiği, dolayısıyla hukukî sonuçları bulunan günahlara yapılan tövbedir. Bu kısma giren tövbede, ihlâl edilen hakkın ödenmesi, varsa zararın tazmin edilerek helallik istenmesi ve durumuna göre farklı müeyyidelerin yerine getirilmesi gerekir.¹⁴ Nitekim Hz. Peygamber (s.a.s.), “Kimin üzerinde din kardeşinin ırzı, namusu veya malıyla ilgili bir zulüm varsa altın ve gümüşün bulunmayacağı kıyamet günü gelmeden önce o kimseyle bugün helalleşsin. Aksi halde kendisinin sâlih amelleri varsa, yaptığı zulüm miktarınca sevaplarından alınır (hak sahibine verilir). Şayet iyilikleri yoksa zulmettiği kardeşinin günahlarından alınarak onun üzerine yükletilir.”¹⁵ buyurarak kul hakkının ihlâlî durumunda mutlaka helalleşmek gerektiğine işaret etmiştir.

Yapılan tanımlarda geçerli bir tövbede bulunması için gereken şartlardan üç tanesi öne çıkarılmış ve bunlar; “işlenen günahı pişmanlık duymak”, “o günahı terk etmek” ve “bir daha aynı günahı işlememeye

¹³ Ebû'l-Hasen Alî b. Osmân el-Kazvîni el-Hücûrî, *Keşfü'l-mahcûb* (Kahire: el-Meclisü'l-A'lâ li's-Sekâfe, 2007), 2/539-540.

¹⁴ Ebû'l-Hasen Alî b. Muhammed b. Habîb el-Basrî el-Mâverdî, *el-Hâvî'l-kebîr* (Dârü'l-Kütübi'l-İlmiyye, 1419/1999), 17/27-31.

¹⁵ Ebû Abdillâh Ahmed b. Muhammed b. Hanbel eş-Şeybânî el-Mervezî Ahmed b. Hanbel, *el-Müsned*, thk. Şuayb el-Arnaût (Beyrut: Müessesetü'r-Risâle, 1421/2001), 16/337; Ebû Abdillâh Muhammed b. İsmâîl b. İbrâhîm Buhârî, *el-Câmiu's-sahîh*, thk. Muhammed Fuâd Abdülbâkî (Haydarâbâd: Dârü Tavkî'n-Necât, 1422/2001), “Mezâlim”, 11, “Rikâk”, 48.

söz vermek” şeklinde belirlenmiştir.¹⁶ Râgıb el-İsfahânî ve Gazzâlî gibi âlimler buna dördüncü şart olarak, günah sebebiyle uğradığı zararları telafi etmeye çalışmak için ıslâh-ı hâl yaparak sâlih amel işlemek gerektiğini eklemişlerdir.¹⁷ Bu durumda tövbenin ilk şartı, Hz. Peygamber’in (s.a.s.) “Pişmanlık duymak tövbenin ta kendisidir.”¹⁸ hadisinde işaret edildiği üzere pişmanlık duymaktır. Günahın terk edilmesi ve Allah’ın affına mazhar olabilmek için yeniden işlenmemesi hususu¹⁹ ile dördüncü madde olarak zikredilen ıslâh-ı hâl²⁰ yaparak sâlih amel işlemek²¹ şartı da Kur’ân’da zikredilmiştir.

Bunlardan başka tövbenin kabul edilebilmesi için zikredilen iki şart daha vardır. Onlardan biri, tövbenin hâlis bir niyet ve samimi bir duygu ile yapılması; diğeri de ölüm anı gelmeden önce yapılmış olmasıdır. Hâlis niyet ve samimiyet, bütün ibadetlerde zaten bulunması gereken ortak bir özellik olup tövbeyle ilgili kısmı Kur’ân-ı Kerîm’de “tövbe-i nasûh” ifadesiyle karşılık bulmuştur.²² Arapça “Nsh” (نصح) kökünden gelen “nasûh” kelimesi, “nasihat ve öğüt veren” manasına geldiği gibi, “samimiyet ve hâlis niyetle yapılan şey” manasına da gelmektedir.²³ Zemahşerî (ö. 538/1144) ilgili âyetin tefsirinde her iki manaya da işaret etmiş, nasûh tövbenin, kieşinin nefesine nasihat edip öğüt veren bir tövbe olmasının yanında samimiyet ve içtenlikle yapılması gerektiğine işaret etmiştir.²⁴ Tövbenin ölüm anı gelmeden yapılması gerektiği hususu da Kur’ân-ı Kerîm’de, “Yoksa kötülükleri yapıp yapıp da içlerinden birine ölüm gelip çattığında ‘Ben şimdi tövbe ettim.’ diyenlerle, kâfir olarak ölenler için kabul edilecek tövbe

¹⁶ Bekir Topaloğlu, “Tövbe”, *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi* (İstanbul: TDV Yayınları, 2012), 41/278-283.

¹⁷ İsfahânî, *Müfredâtü elfâzı l-Kur’ân*, “tvb”, 169; Gazzâlî, *İhyâü ulûmi’d-dîn*, 4/9.

¹⁸ Ahmed b. Hanbel, *el-Müsneid*, 3/37, 7/113; Ebû Abdillâh Muhammed b. Yezîd el-Kazvîni İbn Mâce, *es-Sünen*, thk. Muhammed Fuâd Abdülbâkî (Kahire: Dâru İhyâi’l-Kütübî’l-Arabî, ts.), “zühd”, 30.

¹⁹ “Onlar çirkin bir şey yaptıkları veya kendilerine kötülük ettikleri zaman Allah’ı hatırlarlar da hemen günahlarının bağışlanmasını dilerler. Zaten günahları Allah’tan başka kim bağışlayabilir ki? Onlar, yaptıklarında bile ısrar etmezler.” Âl-i İmrân 3/135.

²⁰ “Kim bu haksız davranışından sonra tövbe eder ve halini düzeltirse bilsin ki Allah onun tövbesini kabul eder. Şüphe yok ki Allah çok bağışlayıcı, çok esirgeyicidir.” el-Mâide 5/39.

²¹ “Şu da bilinmeli ki, ben tövbe edip yürekten inanan ve sâlih amel işleyen, sonra da doğru yolda sebat eden kimselere karşı çok bağışlayıcıyım.” Tâhâ 20/82.

²² “يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا تُوبُوا إِلَى اللَّهِ تَوْبَةً نَّصُوحًا...” “Ey iman edenler! İçtenlikle ve kararlılık içinde Allah’a tövbe edin...” et-Tahrîm 66/8.

²³ İsfahânî, *Müfredâtü elfâzı l-Kur’ân*, “nsh”, 808.

²⁴ Ebül-Kâsım Mahmud b. Amr b. Ahmed Zemahşerî, *el-Keşşâf* (Beyrut: Dâru’l-Kütübî’l-Arabî, 1407/1986), 4/569-570.

yoktur. Onlar için acı bir azap hazırlamışızdır.” şeklinde açıklanmış²⁵ ve hayatın son deminde yapılan tövbelerin kabul görmeyeceği bildirilmiştir. Ayrıca Hz. Peygamber’den (s.a.s.) nakledilen “Muhakkak ki Allah Teâlâ kulun tövbesini, can boğaza gelmeden öncesine kadar kabul eder.”²⁶ rivayeti de aynı hususa işaret etmektedir.

İslâm dinine göre tövbe etmek için işlenen günahların çokluğu veya azlığı önemli görülmemiş, kişinin günahı ne kadar çok olursa olsun yine de tövbe kapısının açık olduğu bildirilmiştir.²⁷ Bu noktada doksan dokuz kişiyi öldüren ve ardından pişmanlık duygusuyla arınma arayışına giren kişinin hikâye edildiği rivayet,²⁸ kul ile Allah arasında tövbeye engel bir durumun bulunmadığına ve bu fırsatın mutlaka kullanılması gerektiğine işaret etmektedir.

2. Tövbenin Psikososyal Yansımaları

İnsanın mânevî yolculuğunda arınma ve yenilenme arzusu, onun fıtratının ayrılmaz bir parçasıdır. Bu bağlamda tövbe, yalnızca günahlardan vazgeçmeyi değil, aynı zamanda ruhsal dirilişi ve psikososyal dönüşümü mümkün kılan bir ritüeli temsil eder. İslâm düşüncesinde tövbe, bireyin hem kendi iç dünyasıyla yüzleşmesini hem de Yüce Yaratıcı ve toplumla olan ilişkilerini yeniden düzenlemesini sağlayan dinamik bir süreçtir. Allah ile kul arasındaki mânevî bağı güçlendiren bu eylem, inanan bireyin sıklıkla başvurduğu ve ardından rahatlatma hissettiği bir ritüeldir.²⁹ Bu rahatlatmanın temelinde, tövbeden önce yaşanan günahkârlık, vicdan azabı ve içsel huzursuzluk gibi olumsuz duyguların; tövbe sayesinde yerini mânevî

²⁵ en-Nisâ 4/18.

²⁶ Ahmed b. Hanbel, *el-Müsned*, 24/256; Ebû Abdillâh Muhammed b. Abdillâh b. Muhammed Hâkim en-Nisâbûrî, *el-Müstedrek ale ş-Sahîhayn*, thk. Mustafa Abdulkâdir Atâ (Beyrut: Dârü'l-Kütübü'l-İlmiyye, 1411/1990), 4/286. Bu rivayetin senedinde ismi geçen Abdurrahman b. el-Beylemânî, bazı muhaddisler tarafından cerh edilmiştir. Mizzî onun hakkında Ebû Hâtim’in “leyyin” dediğini, İbn Hibbân’ın es-Sikât isimli eserinde (5/91) zikrederek “sika” kabul ettiğini yazmıştır. (Bk. Ebû'l-Haccâc Cemâlüddîn Yûsuf b. Abdurrahmân b. Yûsuf Mizzî, *Tehzîbü'l-Kemâl fi esmâi'r-ricâl* [Beyrut: Müessesetü'r-Risâle, 1400/1980], 17/8-10. Hâkim’in, rivayeti *el-Müstedrek*’inde zikretmiş olması, onu sahih olarak kabul ettiğine işaret etmektedir.

²⁷ “De ki (Allah şöyle buyuruyor): ‘Ey kendi aleyhlerine olarak günahta haddi aşan kullarım! Allah’ın rahmetinden ümit kesmeyin. Allah (dilerse) bütün günahları bağışlar; doğrusu O çok bağışlayıcı, çok merhametlidir.’” ez-Zümer 39/53.

²⁸ Ahmed b. Hanbel, *el-Müsned*, 17/245; Buhârî, “Ehâdisü'l-Enbiya”, 51; Ebû'l-Hüseyn Müslim b. Haccâc el-Kuşeyrî, *el-Müsnedü ş-sahîh*, thk. Muhammed Fuâd Abdülbâkî (Beyrut: Dârü İhyâi't-Türâsi'l-Arabî, 1412/1991), “Tövbe”, 8; İbn Mâce, “Diyet” 2; Ebû Abdurrahmân Ahmed b. Şuayb b. Alî Nesâî, *Sünen (es-Sünenü ş-suğ-râ)*, thk. Abdülfettâh Ebû Gudde (Halep: Mektebetü'l-Matbûatü'l-İslâmiyye, 1406/1986), “Cenâiz”, 9.

²⁹ Ali Rıza Aydın, “İnanma İhtiyacı ve Dinî Ritüellerin Psikolojik Değeri”, *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi* 9/2 (2009), 87-100.

arınmışlık ve içsel huzur gibi olumlu duygulara bırakmasıdır. Hadislerde yer alan tövbe sahneleri, bu eylemin yalnızca bir pişmanlık ifadesi değil; aynı zamanda derin psikolojik etkileri ve toplumsal yansımaları olan çok boyutlu bir dönüşüm süreci olduğunu ortaya koyar.

İnsanın gerçekleştirdiği her ibadet ve sâlih amel, belirli bir gaye doğrultusunda şekillenir. Birçok ibadetin esas amacı Allah'ın rızasını kazanmak olmakla beraber, bu ibadetlerin bireye kazandırdığı çeşitli ahlâkî ve ruhî faydalar da bulunmaktadır. Örneğin namaz ve oruç gibi ibadetler öncelikli olarak Allah'a kulluk bilincinin bir tezahürü olarak ifa edilir. Ancak bu ibadetler, aynı zamanda bireye kötülüklerden uzaklaşma³⁰ ve takvaya ulaşma³¹ gibi önemli kazanımlar da sağlar. Dolayısıyla ibadetler, hem Allah'ın rızasını kazanma hem de bu ibadetlerin sağladığı bireysel ve toplumsal faydalara ulaşma gayesiyle yerine getirilebilir.

Kulun özrünü ve pişmanlığını en içten şekilde ifade etme yolu olan tövbenin temel yapılış gayesi, kulun işlediği günah ve hatalardan pişmanlık duyarak samimi bir şekilde Allah'a yönelmesi ve O'nun rızasını kazanma arzusudur. Bu gaye, hem işlediği günahın mânevî kirinden arınarak ilahî affa mazhar olmayı hem de mânevî bir arınma sürecine girerek Allah'a yakınlaşmayı içerir. Bununla birlikte, diğer ibadetlerde olduğu gibi tövbe fiili de bireye çeşitli ahlâkî, ruhî ve psikososyal kazanımlar sağlamaktadır. Bu kazanımlar arasında günahlardan sakınma bilincinin gelişmesi, sağlıklı bir kimlik duygusunun oluşması, sosyalleşme, sorumluluk sahibi olma, dengeli ve huzurlu bir ruhî hayatın tesis edilmesi ve kişilik olgunlaşmasının sağlanması gibi etkiler zikredilebilir. Nitekim ülkemizde dinî eğitim alan bir grup öğrenci üzerinde yapılan alan araştırmasında namaz, oruç, dua ve tövbe gibi pratiklerin; kendini kabullenme, kendini ifade etme, sosyalleşme ve sorumluluk gibi kişilik değişkenleri arasında olumlu bir ilişkinin varlığı tespit edilmiştir.³²

Pişmanlık ve tövbe konusunda klasik ve modern kaynaklarda yer alan Hz. Peygamber'in söz ve uygulamaları ile sahâbe tecrübeleri incelendiğinde, tövbe fiilinin genellikle işlenen günahın mânevî kirinden arınma, kötülüklerden sakınma, iç huzura erişme, benlik arayışı ve ruhî olgunlaşma gibi amaçlar etrafında şekillendiği anlaşılmaktadır. Bu amaçların, tövbe etme ihtiyacı duyan bireyin dinî duyarlılık düzeyine, ahlâkî değerleri içselleştirme derecesine, işlediği fiilin mahiyetine, bu fiil sonrasında yaşadığı sosyo-psikolojik süreçlere ve tövbe sonrasında

³⁰ el-Ankebût 29/45.

³¹ el-Bakara 2/21, 183.

³² Akif Hayta, "ÜÜ İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin İbadet ve Ruh Sağlığı (Psiko-Sosyal Uyum) İlişkisi Üzerine Bir İnceleme", *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 9/1 (2000), 487-506.

ulaşmayı hedeflediği mânevî kazanımlara göre farklılık arz edebildiği görülmektedir. Bununla birlikte, hadislerde yer alan örneklerde sahâbe tövbelerinin amaçlarını kesin çizgilerle birbirinden ayırmak çoğu zaman mümkün değildir. Bu çalışmada her bir kategoriye dair verilen örneklerde baskın amaç öne çıkarılmış olmakla birlikte, bir kategori kapsamında zikredilen örneğin diğer kategorilere ait unsurları tamamen içermediğini söylemek isabetli olmayacaktır. Nitekim arınma tövbesi bağlamında değerlendirilen bir örnek, aynı zamanda sakınma, huzur veya arayış boyutlarını da bünyesinde barındırabilmektedir. Dolayısıyla söz konusu boyutlar, pratikte çoğunlukla iç içe geçmiş hâlde olup, tövbeye yönelen bireyin yaşadığı mânevî dönüşüm sürecinde birbirini tamamlayan işlevsel unsurlar şeklinde ortaya çıkmaktadır.

2.1. Arınma Tövbesi

Tövbenin en derin ve temel boyutlarından biri olan “arınma tövbesi”, bireyin günahlarından arınma ve iç huzura kavuşma arzusunu merkeze alır. Bu durum, insanın yaratılıştan gelen “fitrat temizliği” idealine dönüş çabasını yansıtır. Ayrıca Kur’ân-ı Kerîm’de, “*Şüphesiz Allah tövbe edenleri ve temizlenenleri sever.*”³³ ayeti, tövbe ile arınma arasındaki bu sıkı bağa işaret eder.

Tövbe etme ihtiyacı hisseden bireylerin çoğu, bu amaçla tövbeye yönelir. Zira insan, işlediği kötü fiilin farkına varıp pişmanlık hissettiğinde, bu fiilin Allah ile arasındaki ruhsal ilişkiye zarar verdiğini anlar. Bu farkındalık, pişmanlık duygusunun ve tövbe etme isteğinin kaynağını oluşturur. Aynı zamanda o, inandığı ve kabul edip içselleştirdiği dinî ve ahlâkî değerlere aykırı hareket ederek günah işlediği için huzursuzluk ve iç çatışmalar yaşamaya başlar, kendini kınar. Bu duygular bireyde, pişmanlık hissiyle birlikte refleks tepkiler ortaya çıkarır ve günden günde arınma psikolojisini tetikler. Sonuçta birey yaşadığı olumsuz hislerden en kısa zamanda kurtulmak ve hatasını telafi etmek için bir çaba içine girer. Bu çaba, Resûlullah’ın (s.a.s.) “Nerede olursan ol Allah’tan kork, bir kötülükten sonra onu yok edecek bir iyilik yap...”³⁴ hadisinde de belirtildiği üzere, işlenen günahı iyi ve güzel davranışlarda bulunmak suretiyle yok etme ve onun kötü sonuçlarından kurtulma çabasıdır.

Bireyin işlediği günahı mânevî yönden temizleyip onu arındıracak en etkili ve tatmin edici yol ise, samimi bir şekilde tövbe etmektir. Tövbe, sadece nefsin kirlenmesini engellemekle kalmaz, aynı zamanda kalbin

³³ el-Bakara 2/222.

³⁴ Ebû İsâ Muhammed b. İsâ b. Sevrâ b. Mûsâ b. Dahhâk Tirmizî, *es-Sünen* (Mısır: Mektebetü ve Matbaatü Mustafâ el-Bâbî el-Halebî, 1395/1975), “Birr”, 55; Ebû Muhammed Abdullâh b. Abdurrahmân et-Temîmî Dârimî, *es-Sünen* (Suûdî Arabistan: Dârü’l-Muğnî li’n-Neşr ve’t-Tevzî’, 1412/2000), “Rikâk”, 74.

temizlenmesini ve arınmasını sağlar. Hz. Peygamber (s.a.s.) de işlenen günahın peşinden yapılacak tövbenin o günahı temizleyeceğini açıklamış, ardından tövbe gelmeyen günahın kalbi karartıp paslandıracağına şu sözlerle dikkat çekmiştir: “Kul, bir hata işlediği zaman kalbine siyah bir nokta vurulur. Şayet el çeker, mağfiret diler ve tövbe ederse kalbi cilalanır. Eğer tövbe etmezse siyah nokta artırılır ve neticede bütün kalbini istila eder. İşte Allah’ın, *“Hayır hayır! Doğrusu onların kazanmakta oldukları şey, kalplerini paslandırmıştır.”*³⁵ âyetinde zikrettiği pas budur.”³⁶ Bu rivayet, tövbenin sadece bir pişmanlık değil, aynı zamanda bir mânevî temizlik ve ruhsal iyileşme süreci olduğunu açıkça ortaya koymaktadır.

Tövbe eden birey, öncelikle işlediği kötü fiil sebebiyle ortaya çıkan günahkârlık duygusundan kurtularak temizlenmiş olduğu hissini yaşar. Çünkü o, *“Allah, kullarından tövbeyi kabul eden, kötülükleri bağışlayan ve yaptıklarınızı bilendir.”*³⁷ âyeti gereğince, Yüce Yaratıcı tarafından tövbesinin kabul edileceğine, günahının bağışlanacağına ve bu günahın mânevî kirlerinden arınacağına inanır. Ayrıca, *“Ancak tövbe edip inanarak erdemli işler yapanın durumu başkadır; Allah böylelerinin kötü hallerini iyiye çevirecektir. Allah çok bağışlayıcı, çok merhametlidir. Evet, kim tövbe edip erdemli davranırsa bu durumda gerektiği şekilde Allah’a yönelmiş olur.”*³⁸ âyetine göre, kötü davranışlarının iyiliklere dönüştürüleceği inancına sahip olur. Sonuçta birey, Hz. Peygamber’in (s.a.s.) kalp üzerinde oluşan bir pas ve kir olarak tarif ettiği günah kirini tövbe ile temizleyerek arınmış ve “Günahına tövbe eden, hiç günah işlememiş gibidir.”³⁹ hadisinin sırrına mazhar olmuştur.

Bu temel düşünceler, hadislerdeki pişmanlık ve tövbe sahnelerinde somut örneklerle karşımıza çıkar. Özellikle haddi gerektiren bir günah işleyip ardından itirafta bulunarak tövbeye yönelen Mâiz b. Mâlik ve Cüheyneli kadının yaşadıkları süreç bu durumun en güzel örnekleridir.

Eslem kabilesine mensup olan ve yetim olduğu için ashaptan Hezzâl el-Eslemî’nin himayesinde bulunan Mâiz b. Mâlik’in, evli olduğu halde⁴⁰ bir câriye ile zina ettiği, ardından pişmanlık yaşayarak Hz. Peygamber’e (s.a.s.) gidip itirafta bulunduğu nakledilmektedir. Büreyde b. el-Husayb’ın naklettiği rivayete göre Mâiz, Hz. Peygamber’in (s.a.s.) huzuruna gelerek kendisini temizlemesini istemiş, Allah Resûlü (s.a.s.), ilk üç müracaatında

³⁵ el-Mutaffifin 83/14.

³⁶ Tirmizî, “Tefsîru’l-Kur’ân”, 74; Ebû Bekr Ahmed b. el-Hüseyn b. Alî Beyhakî, *Şuabü’l-îmân* (Riyad: Mektebetü’r-Rüşd, 1423/2003), 9/373; İbn Mâce, “Zühd”, 29.

³⁷ eş-Şûrâ 42/25.

³⁸ el-Furkân 25/70-71.

³⁹ İbn Mâce, “Zühd”, 30.

⁴⁰ Muhammed b. Sa’d b. Menî’ ez-Zührî İbn Sa’d, *et-Tabakâtü’l-kübrâ* (Kahire: Mektebetü’l-Hâncî, 1421/2001), 5/228-229.

ona evine dönerek istiğfar etmesini tavsiye etmişti. Dördüncü gelişinde ise Mâiz'e hangi konuda temizlenmek istediğini sormuş, o da "zinadan" cevabını vermişti. Bunun üzerine Hz. Peygamber (s.a.s.), önce onun sarhoş olup olmadığını kontrolünü sağlamış, ardından da onun cezalandırılmasını emretmişti. Bu olay akabinde halkın bir kısmı, Mâiz'in işlediği günahın kendisini helak ettiğini düşünürken, diğer kısmı ise Mâiz'in tövbesinden daha faziletli bir tövbenin olamayacağını düşünüyordu. Birkaç gün sonra Hz. Peygamber (s.a.s.), ashabından Mâiz için bağışlanma talebinde bulunmalarını istemiş, "Mâiz öyle bir tövbe etti ki, eğer bir ümmet arasında taksim edilseydi, onların hepsini kaplardı (yeter de artardı)." ⁴¹ buyurmuştur.

Ahmed b. Hanbel ve Ebû Dâvûd'un naklettiği başka bir rivayette, Mâiz'in işlediği fiili ilk olarak himayesinde yaşadığı Hezzâl el-Eslemî'ye anlattığı, onun da kendisine bir çıkış yolu bulması ümidiyle Mâiz'i Hz. Peygamber'e (s.a.s.) gönderdiği ifade edilir. Bu sebeple de Hz. Peygamber'in (s.a.s.) Hezzâl'e, "Ey Hezzâl! Allah'a yemin olsun ki onu elbisenle örtmen, yaptığın şeyden daha hayırlı olurdu." diyerek, yaşanan olayı gizli tutmasının, açığa çıkarmasından daha hayırlı olacağına işaret ettiği belirtilmiştir. ⁴²

Benzer bir durum ashaptan İmrân b. Husayn ve Büreyde kanalıyla nakledilen olayda da görülür. Rivayetlerde ismi zikredilmeyen ancak Cüheyneli ya da Gâmidli olduğu bildirilen bir kadın aralıksız üç gün Hz. Peygamber'e (s.a.s.) gelmiş, zina ettiğini itiraf ederek kendisini bu gûnahtan temizlemesini istemiştir. İlk ikisinde Hz. Peygamber (s.a.s.) tarafından evine gönderilen kadın üçüncü gün, Mâiz b. Mâlik'in geri çevrildiği gibi kendisinin de geri çevrilmek istediğini anladığını ancak hamile olduğunu haber verir. Bunun üzerine Hz. Peygamber (s.a.s.), kadından ilk etapta çocuk doğuncaya kadar beklemesini, doğum yaptıktan sonra da çocuğunu süttten kesinceye kadar emzirmesini ister. Kadın, çocuğunu süttten kestiğinde onu elinde bir ekmek parçasıyla getirir ve bu durumu Hz. Peygamber'e (s.a.s.) bildirir. Bunun üzerine çocuğu himaye etmek üzere ashabından birine teslim eden Hz. Peygamber (s.a.s.), kadının cezalandırılmasını emretmiştir. ⁴³ Olayın Büreyde'den rivayet edilen tarikiinde Hz. Peygamber'in kadının cenaze namazını kıldığı ve bu durum karşısında Hz. Ömer'in şaşkın bir tavırla "Ey Allah'ın Resûlü! Onu hem cezalandırdınız hem de onun için namaz mı kılıyorsunuz?" diye sorduğu, Hz. Peygamberin (s.a.s.) de "O öyle bir tövbe etti ki, eğer onu Medine halkından yetmiş kişiye paylaştırsan hepsine yeter. Sen, canını Allah için

⁴¹ Müslim, "Hudûd", 22, 23.

⁴² Ahmed b. Hanbel, *el-Müsned*, 36/213-214; Süleymân b. el-Eş'as el-Ezdî es-Sicistânî Ebû Dâvûd, *es-Sünen* (Beyrut: Mektebetü'l-Asriyye, ts.), "Hudûd", 24.

⁴³ Ahmed b. Hanbel, *el-Müsned*, 33/37; Dârimî, "Hudûd", 17; Müslim, "Hudûd", 23; Ebû Dâvûd, *es-Sünen*, "Hudûd", 25.

cömertçe ve korkusuzca veren birinin tövbesinden daha faziletli bir şey biliyor musun?”⁴⁴ şeklinde karşılık verdiği belirtilir.

Tövbenin toplumda nasıl bir bilinçle algılanması gerektiğine dair güçlü mesajlar içeren bu iki olay, tövbe aracılığıyla mânevî arınma isteğinin en yoğun şekilde yaşandığı örneklerdendir. İşledikleri günah sebebiyle Hz. Peygamber’e (s.a.s.) defalarca başvurarak, gerekirse canları pahasına temizlenme talebinde bulunmaları, yalnızca dünyevî bir cezadan kurtulma arzusunu değil, aynı zamanda derin bir içsel çatışma ve mânevî arınma ihtiyacını da yansıtmaktadır. Hz. Peygamber’in (s.a.s.) her iki vakada da ilk etapta bireyleri cezalandırmak yerine istiğfar etmeye yönlendirmesi, tövbenin bireysel ve içsel bir ibadet olarak da anlamlı olduğunu ortaya koymaktadır. Buna rağmen şahısların ısrarcı tavırları, yaşadıkları pişmanlığın boyutunu ve ruhsal arınma taleplerinin samimiyetini gözler önüne sermektedir. Hz. Peygamber’in (s.a.s.), tövbeleri kabul edilen bu kişilere yönelik övgü dolu sözleri ve onların tövbesine atfettiği değer, bireysel arınmanın ötesinde, tövbenin toplumsal bilinç düzeyinde de nasıl değerlendirilmesi gerektiğine dair önemli göstergeler sunmaktadır. Bu bağlamda, arınma tövbesi yalnızca kişisel bir vicdan muhasebesi değil; aynı zamanda toplumun ahlâkî dokusunu güçlendiren, bireysel sorumluluğu toplumsal değerlere bağlayan bir eylem biçimi olarak öne çıkmaktadır.

2.2. Sakınma Tövbesi

İnanan birey, iman ettiği değerlerle çelişen tutum ve davranışlardan bilinçli olarak uzak durmalıdır. Bu tavır, İslâm’da “takvâ” kavramıyla ifade edilir. Râgıb el-İsfahânî bu terimi, “İnsanın korktuğu şeylerden kendisini sakındırmasıdır.” şeklinde tarif etmiş, bunun da günah işlemekten sakınmak suretiyle gerçekleşeceğini belirtmiştir.⁴⁵ Kur’ân-ı Kerîm’de takvâ, genel manada günahların ve kötülüklerin terkedilerek iyi ve sevap olan davranışlara yönelmenin mânevî müeyyidesi olarak gösterilmiş,⁴⁶ bu kapsamda takvâ ile af,⁴⁷ akrabalık bağı,⁴⁸ adalet,⁴⁹ dürüstlük,⁵⁰ doğru

⁴⁴ Ahmed b. Hanbel, *el-Müsned*, 33/93, 33/136, 33/152; Dârimî, “Hudûd”, 17; Müslim, “Hudûd”, 24; Ebû Dâvûd, “Hudûd”, 25; Tirmizî, “Hudûd”, 9; Nesâî, “Cenâiz”, 64. Metin Ahmed b. Hanbel’e aittir.

⁴⁵ İsfahânî, *Müfredâtü elfâzı l-Kur’ân*, “vgy”, 881.

⁴⁶ Süleyman Uludağ, “Takvâ”, *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi* (İstanbul: TDV Yayınları, 2010), 39/484-486.

⁴⁷ el-Bakara 2/189.

⁴⁸ en-Nisâ 4/1.

⁴⁹ el-Mâide 5/8.

⁵⁰ el-Bakara 2/177; ez-Zümer 39/33.

sözlü olmak,⁵¹ şükür,⁵² merhamet⁵³ ve iyilik⁵⁴ gibi iyi ve güzel davranışlar arasındaki bağlantılara dikkat çekilmiştir. Bu açıdan takvâ, “günah ve isyandan en güzel şekilde geri dönmek ve Allah’a itaate yönelmek” şeklinde tarif edilen tövbe ile büyük benzerlik arz etmektedir. Nitekim Hucurât Sûresinin on ikinci âyetinde geçen “*Allah’a karşı gelmekten sakının, şüphesiz Allah tövbeyi çok kabul edendir, çok merhamet edendir.*” şeklindeki kullanım, takvâ ve tövbe kavramları arasındaki anlam ilişkisini ortaya koymaktadır. Diğer yandan Ahzâb Sûresinde geçen “*Ey iman edenler! Allah’a karşı gelmekten sakının ve doğru söz söyleyin ki Allah sizin işlerinizi düzeltsin ve günahlarınızı bağışlasın...*”⁵⁵ âyetinde ise takvâ, tıpkı tövbe fiilinde olduğu gibi günahların bağışlanmasına bir vesile olarak gösterilmiştir.

Hız. Peygamber (s.a.s.), insanın bu dünyadaki temel görevinin Allah’a kulluk etmek ve O’nun rızasını kazandıracak faydalı işlerde bulunmak olduğunu bildirmiş, bu doğrultuda ashabını ve ümmetini kötü fiillerden sakınmaları konusunda sık sık uyarmıştır. Onları öncelikle iman noktasında olgunlaştırmaya çalışan Hız. Peygamber (s.a.s.), “Bir kişinin kalbinde aynı anda iman ile küfür, doğruluk ile yalancılık, hainlik ile güvenilirlik bir arada bulunmaz.”⁵⁶ diyerek kötü fiillerin iman ile bağdaşmayacağını ve kişinin imanına zarar vereceğini vurgulamıştır. Kendisi de bu bilinci yaşayarak ümmetine örnek olmuş, kötü fiillerden sakınma noktasında dualar ederek Allah’tan yardım istemiştir.⁵⁷ Bulduğu her fırsatta Allah’ın rahmetine sığınan Hız. Peygamber (s.a.s.) bu tavrıyla, “*Her bir nefse ve onu düzenleyene, sonra da ona hem kötülüğü hem de ondan sakınmayı ilham edene yemin olsun.*”⁵⁸ âyetine işaret etmekte ve Allah Teâlâ’dan nefsin takvâ nasip etmesini, yani onu daima emirlerini yapmaya ve yasaklarından sakınmaya yöneltmesini istemektedir. O’nun duaları sadece nefsin takvâsını değil; kişiyi günaha sürükleyebilecek uzuvların işleyeceği kötü fiillerden korunmayı da kapsamaktadır.⁵⁹

⁵¹ el-Ahzâb 33/70.

⁵² Âl-i İmrân 3/123.

⁵³ el-En’âm 6/155; Yâsîn 36/45.

⁵⁴ el-Bakara 2/189.

⁵⁵ el-Ahzâb 33/70-71.

⁵⁶ Ahmed b. Hanbel, *el-Müsned*, 14/251.

⁵⁷ “Allah’ım! Nefsime takvâ nasip et ve onu her türlü günden temizle. Onu en iyi temizleyecek sensin. Ona yardım edip eğitecek sadece sensin...” Ahmed b. Hanbel, *el-Müsned*, 32/61; Müslim, “Zikir”, 73; Nesâî, “İstiâze”, 12; “Ey Allah’ım! Senin rahmetini umuyorum, beni göz açıp kapayıncaya kadar bile olsa nefsimle baş başa bırakma. Halimi tümüyle düzelt, senden başka ilah yoktur.” Ahmed b. Hanbel, *el-Müsned*, 34/75; Ebû Dâvûd, “Edeb”, 110.

⁵⁸ eş-Şems 91/7-8.

⁵⁹ “Allah’ım! Kulağımın kötülüğünden, gözümün kötülüğünden, dilimin kötülüğünden, kalbimin kötülüğünden, avret yerimin kötülüğünden sana sığınırım.” Nesâî,

Sakınma genel olarak kişinin, Allah’a karşı gelmekten kendini koruması, kulluk görevinde sebat göstermesi ve sorumluluklarını yerine getirmesi şeklinde anlaşılmıştır. Bununla birlikte insan, kendisine korku veren şeylerden uzak durmak ve korunmak amacıyla dua, sâlih amel ve tövbe gibi farklı vesilelere başvurarak da sakınmada bulunabilir. Nitekim Allah Teâlâ, “*Ey iman edenler! Kendinizi ve ailenizi yakıtı insanlar ve taşlar olan ateşten koruyun...*”⁶⁰ buyurarak, inananlara hem kendi nefislerini hem de aile fertlerini cehennem ateşinden koruma sorumluluğu yüklemiştir. Hz. Peygamber (s.a.s.) de “Yarım hurmayla bile olsa kendinizi ateşten koruyun. Bunu bulamayan, güzel bir sözle (bunu yapsın).”⁶¹ buyurarak sadaka vermek ya da güzel söz söylemek gibi sâlih amellerle cehennemden sakınılabileceğini bildirmiştir. Kendisinden öğüt isteyen Süleym b. Câbir el-Hüceymî’ye verdiği şu tavsiyeler ise takvâ bilincinin gündelik hayattaki yansımalarına örnek teşkil eder: “Allah’a karşı gelmekten sakın. (Kuyudan) su çekmek isteyenin kabına kendi kovandan su boşaltman, ya da kardeşinle güler yüzle konuşman dâhil hiçbir iyiliği küçük görme. Elbiseni yere sarkıtıp sürümekten sakın. Çünkü bu kibirdendir ve Allah kibri sevmez. Eğer bir kimse sende bildiği bir kusurla seni ayıplarsa, sen onda bildiğin bir kusurla onu ayıplama. Bırak onu, yaptığının günahı ona sevabı sana olsun. Hiçbir şeye de sövme.”⁶²

Râgıb el-İsfahânî ve Gazzâlî’nin tanımları başta olmak üzere, birçok kaynakta geçerli bir tövbenin şartları arasında sayılan “bir daha günaha dönmeyeceğine dair kesin karar vermek ve bu konuda azim ile sebat göstermek” ilkesi, tövbenin aynı zamanda bir sakınma amacı taşıdığını ortaya koymaktadır. Buna göre birey, işlediği bir günahın mânevî kirinden arınmanın yanı sıra, aynı günaha yeniden düşmemek ve ondan uzak durmak amacıyla da tövbe edebilir. Asr-ı Saadet’te hırsızlık yapan Mahzûm kabilesinden bir kadın ile câriyesine tokat atan Muâviye b. Hakem’in yaşadıkları pişmanlık ve ardından gelen tövbeleri, bu duruma örnek olarak gösterilebilir.

Kaynaklarda ismi açıkça zikredilmeyen, ancak İbn Hacer’in *Fethu’l-Bârî* adlı eserinde Kureyş’in Mahzumoğulları koluna mensup ve sahâbeden Ebû Seleme’nin kardeşinin kızı olduğu bildirilen⁶³ Fâtıma bint Esved, Hz. Peygamber (s.a.s.) döneminde hırsızlık yapmıştı. Mekke’nin

“İstiâze”, 3.

⁶⁰ et-Tahrîm 66/6.

⁶¹ Buhârî, “Rikak”, 48.

⁶² Ahmed b. Hanbel, *el-Müsned*, 34/234; Ebû Abdillâh Muhammed b. İsmâîl b. İbrâhîm Buhârî, *el-Edebü’l-müfred*, thk. Muhammed Fuad Abdülbâkî (Kahire: el-Matbaatü’s-Selefiyye ve Mektebetühâ, 1409/1989), 403.

⁶³ Ebû’l-Fazl Şihâbüddin Ahmed b. Ali b. Muhammed el-Askalânî İbn Hacer el-Askalânî, *Fethu’l-Bârî şerhu Sahihi’l-Buhârî* (Beyrut: Dârü’l-Marife, 1379/1959), 12/88.

fethi sırasında gerçekleştiği ifade edilen ve Hz. Âişe tarafından nakledilen olayda, mağdurlar kadını Hz. Peygamber’e (s.a.s.) getirerek şikâyetçi olmuştu. Kadının kabilesi, onun cezalandırılmasını engellemek amacıyla önce ashaptan Üsâme b. Zeyd’i aracı olarak göndermiş, ardından da 500 dinar fidye teklifinde bulunmuştur. Üsâme’nin şefaata talebine öfkelenildiği ve her iki teklifi de reddettiği bildirilen Hz. Peygamber (s.a.s.), kadına had cezasının uygulanmasını emretmiştir. Olayın Abdullah b. Amr kanalıyla nakledilen tarikiinde, kadının Hz. Peygamber’e (s.a.s.) kendisi için tövbe imkânı olup olmadığını sorduğu, onun da “Evet, bugün sen, işlediğin günah hususunda annenden doğduğun günkü gibisin.” şeklinde karşılık verdiği rivayet edilir.⁶⁴ Hz. Âişe (r.a.) daha sonra bu kadının içtenlikle tövbe ettiğini, evlendiğini, zaman zaman kendisine gelip ihtiyaçlarını iletildiğini ve bu taleplerin Allah Resûlü’ne (s.a.s.) ulaştırıldığını belirtmiştir.⁶⁵

Konuyla ilgili diğer örnek, ashaptan Muâviye b. Hakem es-Sülemî’nin yaşadığı olaydır. Kaynaklarda kendi ifadesiyle yer alan rivayete göre Muâviye’nin Uhud ve Cevvâniye bölgesinde bir câriyesi tarafından güdülen koyunlarından birini kurt kapar. Bu durumdan câriyesini sorumlu tutan Muâviye yaşadığı üzüntüyle ona bir tokat atar. Ardından Resûlullah’a gelip durumu anlattığında Hz. Peygamber (s.a.s.) bu davranışını doğru bulmaz. Yaptığına üzüldüğü pişmanlık yaşayan Muâviye, bu hatasını telafi etmek amacıyla câriyesini âzat etmek istediğini söyler. Câriyenin Müslüman olup olmadığını anlamak için onun getirilmesini isteyen Hz. Peygamber (s.a.s.), cariye’nin Müslüman olduğuna kanaat getirince “Onu âzat et. Çünkü o müminedir!” buyurur.⁶⁶

Yukarıdaki rivayetler incelendiğinde günah işleyen bireylerin hatalarının farkına vararak pişman oldukları ve bir daha aynı hataya düşmemek için bilinçli bir yönelim sergiledikleri görülmektedir. Hırsızlık yapan Fâtıma bint Esved, Hz. Peygamber’e (s.a.s.) tövbesinin kabul olup olmadığını sormuş, aldığı olumlu cevapla hayatını değiştirmiş, dürüst bir yaşam sürerek geçmişteki hatasından uzak durmuştur. Benzer şekilde, câriyesine tokat atan Muâviye b. Hakem es-Sülemî, Hz. Peygamber’in (s.a.s.) gösterdiği tepkiyle yaptığı hatayı kavramış ve bunu telafi etmek için câriyesini âzat etmeye karar vermiştir. Her iki durumda da bireyler, işledikleri günahın pişmanlığını yaşamış, onu telafi etme yoluna gitmiş ve aynı hataya tekrar düşmemek için kendilerini koruma altına alarak sakınma tövbesinin en güzel örneklerini sergilemişlerdir.

⁶⁴ Ahmed b. Hanbel, *el-Müsned*, 11/237; Ebû’l-Hasen Nûruddîn Ali b. Ebî Bekr b. Süleymân Heysemî, *Mecmeu’z-zevâid ve menbeu’l-fevâid* (Kahire: Mektebetü’l-Kudsî, 1414/1994), “Hudûd”, 43.

⁶⁵ Buhârî, “Meğâzî”, 55; Müslim, “Hudûd”, 9; Nesâî, “Kat’u’s-Sârik”, 6.

⁶⁶ Ahmed b. Hanbel, *el-Müsned*, 39/175, 176, 181, 182, 183, 184; Müslim, “Mesâcid”, 33; Ebû Dâvûd, “Tefrîu Ebvâbî’r-Rukû’ ve’s-Sücûd”, 22, “el-Eymân ve’n-Nüzûr”, 19.

2.3. Huzur Tövbesi

Tövbenin bir diğer amacı da insanın huzura kavuşma arzusudur. “Kişinin içinde duyumsadığı rahatlık duygusu, gönül rahatlığı, iç rahatlığı, baş dinçliği, dinginlik”⁶⁷ olarak tarif edilen huzur, tövbe eden insanlarda görülen önemli bir değişim ve kazanımdır. Tövbeden sonra ortaya çıkan bu huzur ve rahatlama hissi, bireyin kendisi, sosyal çevresi ve Yüce Yaratıcısı ile olan düşünce ve ilişkilerindeki olumlu değişim ve gelişimle yakından bağlantılıdır. Zira tövbe fiili, kişiyi günahın yol açtığı içe kapanma, kaygı, endişe, toplumdan uzaklaşma gibi kişiliği geriletici ve ruh sağlığını bozucu duygu ve davranışlardan kurtararak hayatın içine doğru olumlu olarak motive etmektedir.⁶⁸ Böylece birey, tövbe öncesinde var olan huzursuzluk ve günahkârlık duygusundan sıyrılarak huzura, günahlardan arınmış ve affedilmiş olma hissine ulaşır.

İnsanın, işlediği günah sebebiyle dünyevî veya uhrevî birtakım ceza ve müeyyidelerle muhatap olacağının farkına varması, onun vicdanını rahatsız eder; mutsuzluk ve huzursuzluk hissi verir. Bu müeyyidelerin başında Yüce Yaratıcı ile olan ilişkisinin bozulması ve cezalandırılma korkusu gibi dinî ve uhrevî müeyyideler gelir. Bununla birlikte birey, toplum nezdinde küçük düşme ve itibar kaybı gibi sosyal yaptırımlarla ya da kendi standartlarını çiğnemesi sebebiyle süper ego ya da üst benlik tarafından ortaya konulan vicdanî müeyyidelerle de karşı karşıya kalabilir. Bu tür müeyyidelere maruz kalan insan, “can sıkıntısı sebebiyle amaçsız hareketler sergileme, bedensel ve ruhsal yönden rahat olmama”⁶⁹ şeklinde tarif edilen huzursuzluk ve tedirginlik hissi yaşamaya başlar. İşlediği günahla korkuya kapılan, tedirgin olan ve pişmanlık duyan birey, kendini Allah’tan uzaklaşmış gördüğü için bu kopukluğu tövbe ve bağışlanma talebiyle onarmaya çalışır.⁷⁰

Bireyin, yaşadığı huzursuzluk hissinden kurtulmak amacıyla yöneldiği tövbe, onun ruhsal ve psikolojik olarak derin bir yenilenme yaşamasını sağlar. “*O, kullarından tövbeyi kabul eden, kötülükleri bağışlayan ve yaptıklarınızı bilendir.*”⁷¹ âyeti gereğince, Allah Teâlâ tarafından tövbesinin kabul edilip günahının bağışlandığına inanır. Huzursuzluk ve pişmanlıkla dolu bir iç dünyadan, affedilmiş olma ve günahın kirlerinden arınma hissiyle dolu bir huzur ve rahatlama sürecine geçer. Bu sayede o, kalbini kirleten günahı tövbe ile temizlenmiş, “Günahına tövbe eden, hiç günah

⁶⁷ Rasim Bakırcıoğlu, *Ansiklopedik Eğitim ve Psikoloji Sözlüğü* (Ankara: Anı Yayınları, 2012), 624.

⁶⁸ Hayta, “UÜ İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin İbadet ve Ruh Sağlığı (Psiko-Sosyal Uyum) İlişkisi Üzerine Bir İnceleme”, 487-506.

⁶⁹ Bakırcıoğlu, *Ansiklopedik Eğitim ve Psikoloji Sözlüğü*, 1239.

⁷⁰ Hayati Hökelekli, *Din Psikolojisi* (Ankara: TDV Yayınları, 1998), 227.

⁷¹ eş-Şûrâ 42/25.

işlememiş gibidir.”⁷² hadisinin sırrına mazhar olmuştur. İçinde fırtınalar koparan iç çatışmalarının ardından tövbeyle ulaştığı bu ruhsal dinginlik, bireye varlık sebebini, hayatına anlam veren değerleri, belirlediği hedefleri ve idealleri yeniden hatırlatır; kendisiyle, rabbiyle ve sosyal çevresiyle olan ilişkilerini yeniden düzenlemesine imkân tanır.

Tövbeden önce, Allah’a layık bir kul olamama, O’nun sevgisinden ve rahmetinden mahrum kalma, O’ndan utanma ve ebedi olan ahiret hayatında O’nun tarafından cezalandırılma gibi birçok his ve korku sebebiyle huzursuz olan birey, tövbeyle birlikte bu his ve korkularından sıyrılmaya, Allah ile arasındaki bağı güçlendirmeye başlar. Allah’ın affına olan güven, sadece korku ve pişmanlıkla değil, aynı zamanda bir rahatlama ve kurtuluş duygusuyla da pekişebilir. İnsanın, işlediği günahların yarattığı bu içsel gerginliği hissederken Allah’a yönelmesi, yaşadığı huzursuzluk hissinden kurtulmak istemesinin doğal bir yansımasıdır. Günahattan sonra kalbinde ve zihninde oluşan cezalandırıcı Allah tasavvuru, tövbeyle birlikte yerini bağışlayıcı ve affedici Allah tasavvuruna bırakır. O’na karşı hissettiği korku, azabına duçar olma korkusundan evrilip rahmetinden mahrum kalma korkusuna dönüşür. Yüce Yaraticıya duyduğu saygıyla birlikte gelişen bu his onda, ilahî affa mazhar olma ümidini yeniden canlandırır.⁷³

Huzur, burada yalnızca psikolojik bir durum değil; aynı zamanda bireyin varoluşsal bir yolculuk yaptığı, içindeki boşlukları ve kaygıları Allah’a teslim ederek çözüm aradığı bir süreçtir. Günahkâr bir birey, tövbe ederek içsel huzuruna kavuştuğunda yalnızca ruhsal bir rahatlama yaşamakla kalmaz; aynı zamanda benlik algısında da büyük bir değişim yaşar. Bu değişim, onun yalnızca bireysel benliğiyle ilgili değil, aynı zamanda toplumsal ilişkileriyle de doğrudan bağlantılıdır. Tövbe eden kişi, önce kendini affeder ve içsel bir barışa kavuşur; sonra sosyal çevresine de yansıyan bir dinginlik ve pozitif etki yaratır. Bu, onu daha huzurlu, daha hoşgörülü ve daha sorumlu bir birey haline getirir. Tövbe sayesinde sosyo-psikolojik baskı ve uygulamalardan, iç dünyasında yaşadığı huzursuzluk hissinden kurtulan birey, içinde yaşadığı toplumla ve toplumun değer yargılarıyla yeniden bütünleşme imkânı bulur.⁷⁴

Hız. Peygamber’in (s.a.s.) yakın bir zamanda cihada çıkılacağı duyurusuyla savaşa katılmak için hazırlık yapan ancak rahatlığa düşkün olması sebebiyle nefesine mağlup olup orduya katılmayan Ka’b b. Mâlik’in yaşadığı huzursuzluk ve ardından gelen tövbesi bu durumun güzel bir örneğidir. Ailenin tek evladı olan ve iyi bir eğitim alan Ka’b,

⁷² İbn Mâce, “Zühd”, 30.

⁷³ Asım Yapıcı, *İslâm’da Tövbe ve Dinî Yaşayıştaki Rolü* (İstanbul: Beyan Yayınları, 1997), 324.

⁷⁴ Yapıcı, *İslâm’da Tövbe ve Dinî Yaşayıştaki Rolü*, 324.

Hiz. Peygamber'in (s.a.s.) Medine'ye hicretinden önce Müslüman olmuş ve ikinci Akabe biatına katılanlar arasında yer almıştır. Hassân b. Sâbit ve Abdullah b. Revâha'yla birlikte Hiz. Peygamber'in (s.a.s.) meşhur üç şairinden birisidir. Ancak onun sahâbe arasında şöhrete kavuşmasına sebep olan asıl husus, Tebük Gazvesi'ne katılmayışı ve sonrasında cereyan eden olaylar olmuştur.

Kaynaklarda Ka'b b. Mâlik'in savaşa katılmayışını, hissettiği pişmanlığı ve tövbe sürecini kendi diliyle ve etkili bir üslupla anlatan rivayete göre Ka'b, Tebük seferi ilan edildiğinde sağlıklı ve maddi imkânı da oldukça yerindeydi. Savaşa katılmayı çok istediği için özel bir binek bile satın almıştı. Ancak rahatına düşkünlüğü sebebiyle nefesine mağlup olan Ka'b, meyvelerin olgunlaştığı, gölgelerin arandığı sıcak bir mevsime denk gelen Tebük seferine çıkmamış, bu zor şartlarda Müslümanları yalnız bırakmıştı. Bu ihmalkâr davranışı sebebiyle hata yaptığını anlayan Ka'b pişman olmuş, bir ara onlara katılmak için yola çıkmaya niyetlenmiş ancak bunu da başaramamıştı. Kendisi gibi savaşa katılamayan diğer kimseler gazve dönüşünde Hiz. Peygamber'in (s.a.s.) yanına giderek mazeretlerini beyan ettikleri halde o, yalan söyleyerek ikinci bir hata işlemek için hiçbir mazeret beyan etmemiş, sadece özür dileyerek Hiz. Peygamber'den (s.a.s.) kendisi için Allah'tan af dilemesini istemişti. Hiz. Peygamber'in (s.a.s.), hakkında bir hüküm verilene kadar beklemesini istemesiyle birlikte Ka'b için elli gün devam edecek zorlu bir süreç başlamış oldu.

Bu süreçte Hiz. Peygamber ve ashabının boykotuna maruz kalan, eşine yaklaşması dahi yasaklanan Ka'b, vicdanının acı sitemleriyle yaşadığı huzursuzluktan kurtulabilmek için tövbeye yönelmiş, hissettiği üzüntü ve pişmanlık sebebiyle geçirdiği zor günleri "geniş yeryüzü bana dar gelmişti" sözleriyle ifade etmiştir. Nihayet ellinci günün sabahında, diğer iki kişiyle birlikte tövbelerinin kabul edildiğini haber veren ayet⁷⁵ nazil olmuş, Hiz. Peygamber'in (s.a.s.) gönderdiği bir sahâbî "Allah Teâlâ'nın seni bağışlaması kutlu olsun." müjdesiyle onu tebrik etmiştir.⁷⁶

Yaşanan bu olayda Ka'b'ın yaşadığı pişmanlık, yalnızca yaptığı hatadan değil, bu hatanın onun ruh dünyasında oluşturduğu derin huzursuzluktan kaynaklanmaktadır. Onun tövbesi, içsel bir muhasebe ve samimi bir dönüşüm sürecidir. Başlangıçta rahat bir ortamda kalan Ka'b vicdanının baskısıyla pişman olmuş, suçluluk duygusu her geçen gün daha da artmıştır. Hiz. Peygamber (s.a.s.) ve ashabının ondan yüz çevirmesi, içinde

⁷⁵ "Allah geriye bırakılan (savaşa katılmayan) üç kişinin de tövbesini kabul etti. Sonunda, bütün genişliğine rağmen yeryüzü onlara dar gelmeye başlamış, vicdanları kendilerini sıkıştırmış ve Allah'a karşı O'ndan başka sığınılacak kimse olmadığını anlamışlardı. Bunun üzerine O da eski durumlarına dönmeleri için onlara tövbe nasip etti. Şüphesiz Allah, tövbeleri kabul edendir; merhametlidir." et-Tevbe 9/119.

⁷⁶ Ahmed b. Hanbel, *el-Müsned*, 25/66-76; Buhârî, "Megâzî", 79; Müslim, "Tövbe", 53.

bulunduğu sıkıntıyı daha da derinleştirmiştir. Günahın yükü altında ezilen Ka'b, yaşadığı içsel sıkıntıyı, "geniş yeryüzü bana dar gelmişti" ifadesiyle sözlerine yansıtmiş, bu sayede tövbesinin psikolojik boyutunu açıklamıştır.

Tövbe, bireyin sadece Allah ile ilişkisini değil, aynı zamanda toplumla olan bağlarını ve bireysel sorumluluklarını da yeniden inşa ettiği çok boyutlu bir dönüşüm sürecidir. Ka'b b. Mâlik'in yaşadığı pişmanlık ve tövbe tecrübesi, onun içsel huzura kavuşmasının yanı sıra, toplumsal aidiyetini yeniden kazanmasına da imkân tanımıştır. Hz. Peygamber (s.a.s.) ve ashabının, Ka'b'ı bağışlayarak onu yeniden kabul etmesi, tövbenin toplumsal düzeyde de bir iyileşme ve bütünleşme vesilesi olduğunu göstermektedir.

2.4. Arayış Tövbesi

İnsanoğlu, hayatı boyunca sürekli bir tekâmül ve olgunlaşma süreci içindedir. Hayatta olduğu süre boyunca kendisini, sosyal statüsünü, maddî ve mânevî gücünü geliştirme ve artırma gayreti gösterir. Bu çaba, hem bireyin kişisel gelişimini destekler hem de çevresine katkıda bulunma arzusunu besler. İnsan, yanlış bir fiil işlediğinde ya da kendisini mutsuz eden bir durumla karşılaştığında, bu hatayı telafi etme ve durumunu düzeltme arayışına girer. Bu içsel çaba, fıtratının bir gereğidir. Fakat bu arayış sadece olumsuz durumlarla değil, halihazırda iyi bir durumda olsa bile, daha iyiye ulaşma arzusuyla da ortaya çıkabilir. Bu yöneliş, kimi zaman güçlü ve etkin bir şekilde ortaya çıkar. Kimi zaman ise daha zayıf ve durağan bir seyir izler. Bu durum kişinin inanç seviyesi, arzu ve idealleri, hayata ve kendine yüklediği anlam, sosyal çevre ve hayat tarzı gibi pek çok şeyin etkisiyle farklılık gösterebilir.

Her insan bu dünyada varoluşunun nedenini, hayatına anlam veren değerleri ve idealleri zaman zaman sorgular. Bu sorgulama, bireyin kendisini tanıma ve varlığını anlamlandırma sürecidir. Kendi değerlerini ve amacını fark eden kişi anlamlı bir hayat sürerken; bunu başaramayan birey, hayatı ve kendisini anlamsız bulabilir. Kendini tanıma ve anlamlandırma çabasında, geçmişini ve geleceğini sorgular, nefsinin muhasebe etmeye başlar. Bu muhasebe sonucunda birey, sergilediği davranışların varlık amacına, hayatına verdiği anlamlara ve belirlediği ideallere ters düştüğünü fark eder, huzursuzluk ve pişmanlık yaşamaya başlar. Bu noktada birey, Allah ile arasındaki duygusal bağda zayıflama, utanma, pişmanlık ve çaresizlik gibi hisler yanında sosyal ilişkilerinde gerilim yaşamaya başlar. Bu gelişmelerin bireyde genellikle yapıcı ve olumlu etkiler ortaya çıkarması beklenir. Çünkü kişi, kendi hatalarını ve kusurlarını kabul ettikçe, hayatını yeniden yapılandırma gerektiğini içsel olarak kabul etmiş olur.

İşte bu noktada birey, hatadan duyduğu pişmanlıktan kurtulmak ve vicdanının rahatlamasını sağlamak için bir arayış süreci başlatır. Bu arayış

yalnızca bireyin Allah ile olan bağını onarma çabası değil, aynı zamanda daha iyi bir kul olma ve ruhsal bütünlüğünü yeniden inşa etme iradesidir. İnanan birey, sınırlı ve fani olduğunu bilerek, ebedi ve mutlak gücün sahibi olan Allah’a sığınma gerekliliği duyar, rabbiyle arasındaki iletişim kopukluğunu tövbe, istiğfar ve bağışlanma talepleriyle onarmaya çalışır.⁷⁷

Arayış tövbesine örneklik bakımından en dikkat çekici rivayetlerden biri, doksan dokuz kişiyi öldüren adamın hikâyesidir.⁷⁸ Geçmişindeki ağır günahlar ve suçlar karşısında ilahî rahmete ulaşma ümidiyle çözüm yolları arayan ve bu arayışını kararlılıkla sürdüren bireyin anlatıldığı bu rivayet, tövbe sürecinin içsel dönüşüm ve ruhsal sorgulama boyutunu yansıtan güçlü bir örnektir. Ancak bu çalışmada esas olarak sahâbilerin hayatlarında gözlemlenen tövbe tecrübeleri ele alındığından, söz konusu rivayet ayrıntılı biçimde incelenmeyecek; yalnızca arayış tövbesine dair çarpıcı bir vaka olarak kısaca zikredilmekle yetinilecektir. Nitekim, kaynaklarda arkadaşına söylediği incitici söz dolayısıyla derin bir pişmanlık hisseden Hz. Ebû Bekir ile bir kadına rahatsızlık verdiği için bağışlanma arayışına yönelen sahâbînin tutumları da arayış temelli tövbe örnekleri arasında zikredilebilir.

Hem Câhiliye döneminde hem de asr-ı saâdette Hz. Peygamber’in (s.a.s.) en yakın arkadaşı olan Hz. Ebû Bekir, ashaptan Rebîa b. Ka’b el-Eslemî ile küçük bir tartışma yaşar. Rivayete göre olay, Hz. Peygamber’in (s.a.s.) Rebîa ve Hz. Ebû Bekir’e birbirine komşu olan birer arazi vermesiyle başlar. Günlerden bir gün Hz. Ebû Bekir ve Rebîa, bir hurma salkımı yüzünden ihtilâf yaşar, her ikisi de salkımın kendi arazisinde olduğunu iddia edince tartışma sözlü münakaşaya dönüşür. Bu esnada Hz. Ebû Bekir, duygularına mağlup olup Rebîa’ya incitici bir söz söyler. Ancak yaptığı bu davranışla hata ettiğini anlayan Hz. Ebû Bekir, kısas yaparak ödeşmek için Rebîa’dan aynı sözü kendisine söylemesini ister. Rebîa bu teklifi kabul etmeyince birlikte Hz. Peygamber’in (s.a.s.) huzuruna varırlar. Önce Hz. Ebû Bekir’i ardından da Rebîa’yı dinleyen Hz. Peygamber (s.a.s.), Rebîa’nın misilleme yapmamakla doğru davrandığını söyler ve Rebîa’dan Hz. Ebû Bekir için bağışlanma talebinde bulunmasını ister. Rebîa, “Ey Ebû Bekir! Allah seni bağışlasın.” diye dua eder. Bu sözler karşısında derin bir mahcubiyet hisseden Hz. Ebû Bekir ağlayarak huzurdan ayrılır.⁷⁹

⁷⁷ Hökelekli, *Din Psikolojisi*, 227.

⁷⁸ Ahmed b. Hanbel, *el-Müsned*, 17/245; Buhârî, “Ehâdisü’l-Enbiya”, 51; Müslim, “Tövbe”, 8; İbn Mâce, “Diyet”, 2; Nesâî, “Cenâiz”, 9.

⁷⁹ Ebû Dâvûd Süleymân b. Dâvûd b. el-Cârûd Tayâlisî, *el-Müsned* (Mısır: Dâru Hicr, 1419/1999), 2/494; Ebû’l-Kâsım Süleyman b. Ahmed b. Eyyûb eş-Şâmî Taberânî, *el-Mu‘cemü’l-kebîr* (Kahire: Mektebetü İbn Teymiye, ts.), 5/58.

Konuyla ilgili diğer örnek, Hûd Sûresi 114. âyetin nüzul sebebi olarak zikredilen olaydır. Rivayete göre kocası yanında bulunmayan bir kadın hurma satın almak üzere sahâbî Ebû'l-Yeser Ka'b b. Amr'ın yanına gelir. Adam, evinde daha kaliteli hurmaların bulunduğunu söyleyerek kadını içeri davet eder ancak bu esnada ona uygun olmayan bir şekilde yaklaşarak rahatsız eder. Kadının “Yazıklar olsun sana! Ben kocası yanında bulunmayan evli bir kadıyım.” tepkisi üzerine kadını bırakan adam, yaptığı davranışın yanlışlığını anlar. Yaşadığı pişmanlıkla bir çözüm yolu arayışına giren adam önce Hz. Ebû Bekir’e ardından da Hz. Ömer’e giderek durumu anlatır. Her iki sahâbî de ona günahını gizlemesini ve Allah’a tövbe etmesini tavsiye ettiği halde o bununla yetinmeyerek Hz. Peygamber’e müracaat eder. Hz. Peygamber (s.a.s.), “Allah yolunda savaşan bir gazinin ailesine bu şekilde mi davrandın?” diyerek adama çıkışır. O zamana kadar Müslüman olmamayı temenni eden, hatta kendisinin cehennem ehlinde olduğu düşüncesine kapılan adamın pişmanlığı daha da artar. Adam huzurdan ayrılmadan, “*Gündüzün iki tarafında ve gecenin gündüze yakın vakitlerinde namaz kıl. Çünkü iyilikler kötülükleri giderir. Bu, öğüt alanlar için bir öğüttür.*”⁸⁰ mealindeki âyet nazil olur. Bunun üzerine “Ey Allah’ın Resûlü! Bu bana özel bir hüküm müdür?” diye soran adama Hz. Peygamber (s.a.s.), “Ümmetimden onunla amel eden herkes içindir.” buyurur.⁸¹

Her iki rivayet de bireyin bir hata sonrası yaşadığı derin vicdanî sarsıntının, onu mânevî bir çözüm ve ilahî rahmet arayışına yönelttiği “arayış tövbesi”nin tipik örneklerindendir. Hz. Ebû Bekir’in, istemeden de olsa incittiği Rebîa’dan helallik istemesi, ardından Hz. Peygamber’in (s.a.s.) hakemliğine başvurması, onun iç huzurunu yeniden kazanmak için arayışa yöneldiğini gösterir. Aynı şekilde, evli bir kadına karşı uygunsuz bir yaklaşımda bulunan sahâbî de yaşadığı derin pişmanlıkla çözüm arayışına girerek önce Hz. Ebû Bekir ve Hz. Ömer’e danışmış, nihayetinde Hz. Peygamber’in (s.a.s.) huzuruna çıkarak affedilmenin yollarını aramıştır. Sonuç olarak, hem Hz. Ebû Bekir’in hem de Ka'b b. Amr'ın yaşadığı süreçler, pişmanlık duygusunun bireyi pasif bir suçlulukla sınırlandırmadığını; aksine onu aktif bir arayışa ve içsel dönüşüme yönelttiğini göstermektedir. Bu örneklerde görüldüğü üzere birey, yaptığı hatanın farkına vardığında sadece vicdanî bir sarsıntı yaşamaz, aynı zamanda bu durumu onarma ve ruhsal dengeyi yeniden kurma arayışına girer. Böylece tövbe, yalnızca geçmiş silme gayreti değil; aynı zamanda geleceği yeniden inşa etme iradesidir.

⁸⁰ Hûd 11/114.

⁸¹ Ahmed b. Hanbel, *el-Müsned*, 4/83, 250, 6/165, 7/171; Buhârî, “Tefsîru'l-Kur'ân, Hûd Sûresi”, 6; Müslim, “Tevbe”, 39; Tirmizî, “Tefsîr”, 12.

2.5. Olgunlaşma Tövbesi

Kur'an'da geçtiği şekliyle Allah Teâlâ'nın insanoğlunu "ahsen-i takvim"⁸² üzere yaratmış olması, insanın fiziksel ve ruhsal açıdan en mükemmel, en güzel ve en seçkin şekilde yaratıldığını ifade eder.⁸³ Ancak bu durum onun başlangıçtan yani doğumundan itibaren tam bir olgunluğa ulaştığı anlamına gelmez. "*Allah sizden (yükümlülükleri) hafifletmek istiyor, çünkü insan zayıf yaratılmıştır.*"⁸⁴ ve "*Şüphesiz insan çok hırslı ve sabırsız olarak yaratılmıştır...*"⁸⁵ mealindeki âyetler, insanoğlunun aynı zamanda zayıf ve olumsuz yanlarının olduğuna dikkat çekmektedir. İnsanın zayıf yaratılmasından maksat, kulluk imtihanını kazanabilecek güç ve donanımdan mahrum olması değil, imtihan gereği -iradesi ve gücü yanında- bazı zaafının bulunmasıdır.⁸⁶ Ancak insanda bulunan bu zayıf ve olumsuz yanlar düzeltilemez değildir. İlgili ayetlerin devamında bu zaafının ibadet ve sâlih ameller aracılığıyla aşılabileceği ifade edilmiştir.⁸⁷

İnsanoğlu, dünya hayatı boyunca biyolojik, bilişsel ve sosyo-duygusal alanlarda değişim, gelişim ve tekâmül sürecine tabidir. Biyolojik gelişim sürecinde; anne ve babadan kalıtsal yolla aktarılan genler, beyin gelişimi, motor becerilerdeki değişiklikler, ergenlik dönemindeki hormonal dönüşümler gibi faktörler belirleyici rol oynar. Bilişsel süreçler, bireyin düşünce yapısında, dil becerilerinde ve zekâsında meydana gelen değişimleri kapsarken; sosyo-duygusal süreçler, bireyin duygularındaki ve kişilik özelliklerindeki gelişmeler ile diğer insanlarla olan ilişkilerindeki değişimleri içerir.⁸⁸

Gelişimin bazı yönleri kalıtımın, bazı yönleri ise çevrenin etkisiyle şekillenir; çoğu yönü ise her ikisinin ortak etkisi altındadır. Dolayısıyla insanın fiziksel, zihinsel, sosyal ve ahlâkî gelişiminde hem genetik miras hem de çevresel etmenler belirleyici olmaktadır. Genetik faktörler daha çok çocuğun potansiyelini belirlerken, çevresel faktörler bu potansiyelin ne ölçüde kullanılacağını belirler. Kişilik gelişiminde çevre, bireyin

⁸² et-Tîn 95/4.

⁸³ Komisyon, *Kur'ân Yolu Türkçe Meâl ve Tefsir*, 5/647.

⁸⁴ en-Nisâ 4/28.

⁸⁵ el-Meâric 70/19-21.

⁸⁶ Komisyon, *Kur'ân Yolu Türkçe Meâl ve Tefsir*, 2/49.

⁸⁷ "*Ancak namaz kılanlar başka. Onlar namazlarını devamlı kılan, isteyene ve yoksun kalmışa mallarından belli bir hak tanıyan, hesap gününün doğruluğuna inanan, Rablerinin azabından çekinen kimselerdir. Çünkü Rablerinin azabı karşısında asla güven içinde olunamaz. Onlar iffetlerini koruyan kimselerdir. Ancak eşleri ve câriyeleri bunun dışında olup bundan dolayı kınanmazlar. Kim bunun ötesine geçmeye kalkışırsa böyleleri sınırı aşanların ta kendileridir. Onlar emanetlerine ve ahidlerine riayet eden, şahitliklerini dosdoğru yapan, namazlarının gereklerini titizlikle yerine getiren kimselerdir. İşte bunlar cennetlerde ağırlandırılır.*" el-Meâric 70/22-35.

⁸⁸ Ali Eryılmaz, "Yaşam Boyu Gelişim Yaklaşımı", *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar* 3/1 (2011), 49-66.

ileride alacağı şekli tayin eden önemli bir etkidir. Çocuğun büyümesiyle birlikte çevresel faktörler çeşitlenip genişler; ailenin etkisi zamanla azalırken; arkadaş çevresi, okul, öğretmenler, kültür ve sosyal yapı gibi diğer psikososyal unsurların etkisi giderek artar.⁸⁹ Nitekim Hz. Peygamber (s.a.s.), “Her doğan fitrat üzere doğar. Sonra anne-babası onu Yahudi, Hristiyan veya Mecusi yapar...”⁹⁰ buyurarak insanın başlangıçtaki saf ve kusursuz doğasına dikkat çekmiştir. Ancak doğuştan gelen bu yapı, aile ve çevresel etkilerle ya bozulur ya da güzel bir gelişim göstererek olgunlaşır. Nitekim insanoğlunun ahsen-i takvim üzere yaratıldığını bildiren ayetin ardından gelen “*Sonra onu aşağıların aşağısına indirdik*”⁹¹ ifadesi, onun kötü amellerle fitratını bozarak olgunlaşma sürecinden sapabileceğine işaret etmektedir.

Bu noktada sâlih ameller, insan karakteri üzerinde düzenleyici ve olumlu etkiler yaratır. Bu bakımdan insanın Allah’a ibadet etmesi, insan için sadece dinî bir yükümlülük değil, aynı zamanda insani yeteneklerini geliştiren ve olgunlaştıran en güçlü vasıta. Kişi, ibadet ve sâlih ameller yoluyla Allah’a yönelir, mânevî âleme açılır ve O’na yaklaşır.⁹² Böylece ruhsal yücelişin ve olgunlaşmanın en yüksek noktasına erişerek, kendi varlığı ile Allah arasındaki bağı en güçlü şekilde kurar.⁹³ Yaratıcısına tam bir teslimiyetle bağlanan kişi, kötülüklerden kaçınarak ruhsal destek ve kişisel güç kazanır. Bu sayede zayıf yönlerini güçlendirir, kişiliğini olgunlaştırır. İslâm literatüründe bu süreci yaşayan kişi “kâmil insan” olarak tanımlanır. Kur’ân-ı Kerîm’de birçok yerde iman ve sâlih amelle birlikte zikredilen tövbe fiili de insanın zihinsel ve ruhsal tekâmülüne olumlu etki sağlayan bir davranıştır. Allah Teâla, iman edip sâlih amel işleyen ve tövbe eden kullarına karşı çok bağışlayıcı olduğunu,⁹⁴ onların kötülüklerini iyiliklere çevireceğini⁹⁵ bildirmiştir. Hatta bazı ayetlerde, iman edip sâlih amel işleyenlerin tıpkı tövbe etmiş gibi kötülüklerini örteceğini ve onları ebedi kalacakları cennetlere koyacağını haber vermiştir.⁹⁶

⁸⁹ Osman Özdemir vd., “Kişilik Gelişimi”, *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar - Current Approaches in Psychiatry* 4/4 (2012), 566.

⁹⁰ Müslim, “Kader”, 22.

⁹¹ et-Tîn 95/5.

⁹² Resûlullah’tan (s.a.s.): “Yüce Allah: ‘...Kulum, kendisine farz kıldığım şeylerden daha sevimli bir şeyle bana yaklaşamaz. Kulum nâfile ibadetlerle de bana yaklaşmaya devam eder, ta ki ben onu severim. (Sevince de) artık onun işiten kulağı, gören gözü, tutan eli, yürüyen ayağı olurum. Benden isterse muhakkak ona (istediğini) veririm. Bana sınırsız muhakkak onu korur ve kollarım...’ buyurmuştur.”, Buhârî, “Rikâk”, 38.

⁹³ Hayati Hökelekli, “İbadet (Psikoloji ve Sosyoloji Açısından İbadet)”, *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi* (İstanbul: TDV Yayınları, 1999), 19/248-252.

⁹⁴ Tâhâ 20/82.

⁹⁵ el-Furkân 25/70-71.

⁹⁶ et-Tegâbün 64/9-10; et-Talâk 65/11.

Genel olarak tövbe, işlenen bir günahın ardından yapılması gereken bir davranış olarak görülse de kulun herhangi bir günah işlemekten tövbe etmesi de mümkündür. Bu durum, tövbenin kullukta kemâlin bir gereği olduğuna işaret eder. Nitekim Hz. Peygamber’e (s.a.s.) hitaben yapılan “*Rabbine hamdederek şanınun yüceliğini dile getir ve O’ndan af dile; şüphesiz O, tövbeleri çok kabul edendir.*”⁹⁷ buyruğu, O’nun günahlardan uzak durduğu halde Allah Teâlâ karşısında kullukta olgun bir tavır sergilemesi gerektiğini, her şeye rağmen O’nun rahmetine ve bağışlamasına muhtaç olduğunu beyan etmektedir. Hz. Aîşe’den nakledilen bir rivayette, bu sûre indikten sonra Hz. Peygamber’in (s.a.s.), “Allah’ım! Sana hamd eder ve seni noksan sıfatlardan tenzih ederim. Beni bağışla, çünkü sen tövbeleri kabul edersin!” anlamındaki duayı sık sık tekrarladığı bildirilmiştir.⁹⁸ Bu sürekli tövbe pratiği, O’nun her zaman Allah’a karşı derin bir teslimiyet içinde olduğunu ve her zaman daha iyi bir kul olma arzusuyla mânevî bir olgunlaşma yolculuğuna çıktığını gösterir.

Bu bağlamda, olgunlaşma tövbesinin en güçlü örneklerinden biri, Hz. Peygamber’in (s.a.s.) şu ifadesinde yer almaktadır: “Bazen kalbime bir perde iner de bu sebeple ben günde yüz kere Allah’tan bağışlanma dilerim.”⁹⁹ Bu hadis, Hz. Peygamber’in (s.a.s.) tövbesinin sadece günahlardan arınmaya yönelik bir davranış olmadığını; aynı zamanda kulluk şuurunun derinliğini yansıtan bir iç muhasebe ve olgunlaşma eylemi olduğunu gösterir. “Kalbime perde iner” ifadesiyle kast edilen, günah değil; Allah’a yönelik dikkat ve yönelişteki en ufak bir gevşemeyi bile ciddiye alan ince bir ruhsal farkındalıktır. Bu yönüyle Hz. Peygamber’in (s.a.s.) tövbesi, “olgunlaşma tövbesi”nin en yetkin örneğidir. Zira bu tür bir tövbe, kulun kendisini sürekli sorguladığı, ilâhî huzurda daima tazelenme arzusu taşıdığı, ibadet ve kulluğunu eksiksiz kabul etmeyip her daim Allah’ın rahmetine muhtaç olduğunu idrak ettiği yüksek bir bilinç halidir. Bu yönüyle tövbe, sadece bir başlangıç değil, aynı zamanda kullukta derinleşmenin ve kemâle ulaşmanın da yoludur.

Sonuç

Bu çalışma, tövbenin İslâm düşüncesindeki yeri ve hadislerdeki örnekleri üzerinden, onun yalnızca bireysel bir pişmanlık ifadesi değil; çok boyutlu bir mânevî arınma, psikolojik iyileşme ve toplumsal bütünleşme aracı olduğunu ortaya koymuştur. Araştırmada elde edilen bulgular, tövbenin bireyin benlik algısını yeniden inşa eden, toplumsal bağları onaran ve kişinin mânevî olgunlaşmasına katkıda bulunan bir süreç olduğunu göstermektedir.

⁹⁷ en-Nasr 110/3.

⁹⁸ Ebû'l-Fidâ İsmâîl b. Ömer İbn Kesîr, *Tefsîrü'l-Kur'âni'l-Azîm* (Riyad: Dâr Tîbe, 1420/1999), 8/512; Ahmed b. Hanbel, *el-Müsned*, 40/75-76.

⁹⁹ Ahmed b. Hanbel, *el-Müsned*, 29/391; Müslim, “Zikir”, 41.

Hadislerde yer alan örnekler, tövbenin genel olarak beş farklı işlevsel boyut üzerinden tecrübe edildiğini göstermektedir. Arınma tövbesi, günahın mânevî kirlerinden temizlenmeyi ve ilahî affa ulaşmayı merkezine alırken; sakınma tövbesi, aynı hataya tekrar düşmeme kararlılığı ile bireyi önleyici bir bilinç düzeyine taşır. Huzur tövbesi, içsel çatışmaları yatıştırarak ruhsal dinginliği yeniden kurar. Arayış tövbesi, kişinin hem Allah ile olan ilişkisini hem de kendi benlik bütünlüğünü güçlendiren bir anlam yolculuğuna dönüşür. Olgunlaşma tövbesi ise bireyin karakter gelişimini tamamlamasına ve kemale ermesine katkıda bulunur.

Bu tasnif, tövbenin sadece günahın ardından ortaya çıkan bir eylem olmadığını; aynı zamanda bireyin fitratındaki saf yönü koruma, zayıf yanlarını güçlendirme ve mânevî gelişimini sürdürme çabası olduğunu ortaya koymaktadır. Bununla birlikte, bu sınıflandırma birbirinden tamamen bağımsız kategoriler şeklinde düşünülmemelidir. Zira bir kimse tövbe ederken tek bir amaca yönelebileceği gibi birden fazla amaca da yönelebilir. Örneğin öncelikli hedefi arınmak olmakla birlikte aynı zamanda huzura kavuşma arzusunu da taşıyabilir. Dolayısıyla bu boyutlar, bireyin iç dünyasında çoğu zaman iç içe geçmiş hâlde bulunur ve bütüncül bir mânevî dönüşüm sürecinin parçaları olarak birbirini tamamlar. Çalışmada yer alan örnekler de, tövbeye yönelen bireyin niyet ve koşullara bağlı olarak bu hedeflerden yalnızca birine odaklanabileceği gibi, birden fazlasını veya tamamını barındıran kapsamlı bir içsel yenilenme sürecine girebileceğini göstermektedir.

Bu boyutlar, yalnızca dinî metinlerde teorik bir kavram olarak değil, aynı zamanda psikolojik bir gerçeklik olarak da kendini göstermektedir. Modern psikolojideki bazı yaklaşımlar -örneğin bilişsel-davranışçı terapide suçluluk duygusunun yeniden çerçevelenmesi, affetme terapilerinde bireyin kendisini ve başkalarını bağışlaması- tövbenin işlevsel boyutlarıyla örtüşmektedir. Böylece, hadislerdeki tövbe anlayışı, modern psikoterapi tekniklerinin hedeflediği içsel iyileşme süreçleriyle paralellik arz etmektedir.

Tövbe aynı zamanda toplumsal barış açısından da kritik bir rol üstlenmektedir. Hadislerde görülen sahâbe örnekleri, tövbenin yalnızca bireysel vicdan rahatlaması değil, aynı zamanda sosyal ilişkilerin onarılması ve güven ortamının yeniden tesis edilmesi için de bir araç olduğunu göstermektedir. Bu yönüyle tövbe, hem birey hem de toplum düzeyinde ahlâkî bir yenilenme mekanizması işlevi görmektedir.

Araştırmanın metodolojik olarak en önemli katkısı, önceden tümdengelimci içerik analizi kullanılarak belirlenmiş kavramsal kategoriler üzerinden hadis metinlerinin sistematik olarak incelenmiş olmasıdır. Bu yaklaşım, tövbe kavramının din psikolojisi perspektifiyle yorumlanmasına ve disiplinler arası bir analiz modeli geliştirilmesine imkân tanımaktadır.

Bununla birlikte, çalışmanın bulguları farklı araştırma alanlarına da açılım sağlayabilir. Özellikle, tövbenin çocukluk ve ergenlik dönemlerindeki dinî-ahlâkî gelişime etkisi, aile içi çatışmalarda uzlaştırıcı bir mekanizma olarak rolü ve toplumsal travmalar sonrası mânevî iyileşme sürecindeki yeri ilerleyen çalışmalarda derinlemesine incelenebilir.

Sonuç olarak, hadislerdeki tövbe anlayışı, bireyi geçmişle yüzleştiren, içsel dönüşümü mümkün kılan ve toplumsal ilişkileri güçlendiren bütüncül bir iyileşme modeli sunmaktadır. Bu model, günümüzün hızlı değişen sosyal yapısında, hem dinî hem de psikolojik danışmanlık alanlarında yol gösterici olabilecek evrensel ilkeler barındırmaktadır.

Kaynakça

Abdülbâkî, Muhammed Fuâd. *el-Mu'cemü'l-müfrehes li elfâzi'l-Kur'ân*. İstanbul: Çağrı Yayınları, 1990.

Ahmed b. Hanbel, Ebû Abdillâh Ahmed b. Muhammed b. Hanbel eş-Şeybânî el-Mervezî. *el-Müsned*. thk. Şuayb el-Arnaût. 50 Cilt. Beyrut: Müessesetü'r-Risâle, 1421/2001.

Aydın, Ali Rıza. “İnanma İhtiyacı ve Dinî Ritüellerin Psikolojik Değeri”. *Din-bilimleri Akademik Araştırma Dergisi* 9/2 (2009), 87-100.

Bakırcıoğlu, Rasim. *Ansiklopedik Eğitim ve Psikoloji Sözlüğü*. Ankara: Anı Yayınları, 2012.

Beyhakî, Ebû Bekr Ahmed b. el-Hüseyn b. Alî. *Şuabü'l-îmân*. 14 Cilt. Riyad: Mektebetü'r-Rüşd, 1423/2003.

Buhârî, Ebû Abdillâh Muhammed b. İsmâîl b. İbrâhîm. *el-Câmiu's-sahîh*. thk. Muhammed Fuâd Abdülbâkî. 9 Cilt. Haydarâbâd: Dâru Tavkî'n-Necât, 1422/2001.

Buhârî, Ebû Abdillâh Muhammed b. İsmâîl b. İbrâhîm. *el-Edebü'l-müfred*. thk. Muhammed Fuad Abdülbâkî. Kahire: el-Matbaatü's-Selefiyye ve Mektebetühâ, 2. Basım, 1409/1989.

Dârimî, Ebû Muhammed Abdullâh b. Abdirrahmân et-Temîmî. *es-Sünen*. 4 Cilt. Suûdî Arabistan: Dâru'l-Muğnî li'n-Neşr ve't-Tevzî', 1412/2000.

Ebû Dâvûd, Süleymân b. el-Eş'as el-Ezdî es-Sicistânî. *es-Sünen*. 5 Cilt. Beyrut: Mektebetü'l-Asriyye, ts.

Ebû Tâlib el-Mekkî, Ebû Tâlib Muhammed b. Ali b. Atıyye el-Mekkî el-Acemî. *Kütü'l-kulûb (Kalplerin Azığı)*. çev. Yakup Çiçek - Dilaver Selvi. 4 Cilt. İstanbul: (Semerkand) Sistem Matbaacılık, 3. Basım, 2004.

Eryılmaz, Ali. “Yaşam Boyu Gelişim Yaklaşımı”. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar* 3/1 (2011), 49-66.

Gazzâlî, Hüccetü'l-İslâm Ebû Hâmid Muhammed b. Muhammed b. Muhammed b. Ahmed et-Tûsî. *İhyâü ulûmî'd-dîn*. çev. Ahmed Serdaroğlu. 4 Cilt. İstanbul: Bedir Yayınevi, 2002.

Hâkim en-Nîsâbü'rî, Ebû Abdillâh Muhammed b. Abdillâh b. Muhammed. *el-Müstedrek ale's-Sahîhayn*. thk. Mustafa Abdülkâdir Atâ. 4 Cilt. Beyrut: Dâru'l-Kütübi'l-İlmiyye, 1411/1990.

Hayta, Akif. “UÜ İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin İbadet ve Ruh Sağlığı (Psiko-Sosyal Uyum) İlişkisi Üzerine Bir İnceleme”. *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 9/1 (2000), 487-506.

Heysemî, Ebû'l-Hasen Nûruddîn Ali b. Ebû Bekr b. Süleymân. *Mecmeu'z-zevâid ve menbeu'l-fevâid*. 10 Cilt. Kahire: Mektebetü'l-Kudsî, 1414/1994.

Hökelekli, Hayati. *Din Psikolojisi*. Ankara: TDV Yayınları, 3. Basım, 1998.

Hökelekli, Hayati. “İbadet (Psikoloji ve Sosyoloji Açısından İbadet)”. *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi*. 19/248-252. İstanbul: TDV Yayınları, 1999.

Hücvîrî, Ebû'l-Hasen Alî b. Osmân el-Kazvînî. *Keşfü'l-mahcûb*. 2 Cilt. Kahire: el-Meclisü'l-A'lâ li's-Sekâfe, 2007.

İbn Hacer el-Askalânî, Ebû'l-Fazl Şihâbüddin Ahmed b. Ali b. Muhammed el-Askalânî. *Fethu'l-Bârî şerhu Sahîhi'l-Buhârî*. 13 Cilt. Beyrut: Dâru'l-Marife, 1379/1959.

İbn Kesîr, Ebû'l-Fidâ İsmâîl b. Ömer. *Tefsîrû'l-Kur'ânî'l-Azîm*. 8 Cilt. Riyad: Dâr Tîbe, 2. Basım, 1420/1999.

İbn Mâce, Ebû Abdillâh Muhammed b. Yezîd el-Kazvînî. *es-Sünen*. thk. Muhammed Fuâd Abdülbâkî. 2 Cilt. Kahire: Dârü İhyâi'l-Kütübî'l-Arabî, ts.

İbn Manzûr, Ebû'l-Fadl Cemâlüddîn Muhammed b. Mükerrrem. *Lisânü'l-Arab*. 15 Cilt. Beyrut: Dârü Sâdır, 3. Basım, 1414/1993.

İbn Sa'd, Muhammed b. Sa'd b. Menî' ez-Zührî. *et-Tabakâtü'l-kübrâ*. 11 Cilt. Kahire: Mektebetü'l-Hâncî, 1. Basım, 1421/2001.

İbn Teymiye, Şeyhü'l-İslâm Takiyyüddin Ahmed. *et-Tevbe*. Kahire: Mektebetü't-Türâsî'l-İslâmî, ts.

İsfahânî, Ebû'l-Kâsım Hüseyin b. Muhammed b. el-Mufaddal er-Râgıb. *Müfredâtü'lfâzî'l-Kur'ân*. Dimeşk: Dârü'l-Kalem, 4. Basım, 1430/2009.

Komisyon. *Kur'ân Yolu Türkçe Meâl ve Tefsir*. 5 Cilt. Ankara: DİB Yayınları, 2007.

Kuşeyrî, Abdülkerîm b. Hevâzin. *er-Risâletü'l-Kuşeyriyye*. 2 Cilt. Kahire: Dârü'l-Meârif, ts.

Mâverdî, Ebû'l-Hasen Alî b. Muhammed b. Habîb el-Basrî. *el-Hâvî'l-kebîr*. 19 Cilt. Beyrut: Dârü'l-Kütübî'l-İlmiyye, 1. Basım, 1419/1999.

Mizzî, Ebû'l-Haccâc Cemâlüddîn Yûsuf b. Abdirrahmân b. Yûsuf. *Tehzîbü'l-Kemâl fî esmâ'r-ricâl*. 35 Cilt. Beyrut: Müessesetü'r-Risâle, 1400/1980.

Müslim, Ebû'l-Hüseyin Müslim b. Haccâc el-Kuşeyrî. *el-Müsnedü's-sahîh*. thk. Muhammed Fuâd Abdülbâkî. 5 Cilt. Beyrut: Dârü İhyâi't-Türâsî'l-Arabî, 1412/1991.

Nesâî, Ebû Abdirrahmân Ahmed b. Şuayb b. Alî. *Sünen (es-Sünenü's-suğrâ)*. thk. Abdülfettâh Ebû Gudde. 9 Cilt. Halep: Mektebetü'l-Matbûati'l-İslâmiyye, 2. Basım, 1406/1986.

Özdemir, Osman v.dğr. "Kişilik Gelişimi". *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar - Current Approaches in Psychiatry* 4/4 (2012), 566. <https://doi.org/10.5455/cap.20120433>

Taberânî, Ebû'l-Kâsım Süleyman b. Ahmed b. Eyyûb eş-Şâmî. *el-Mu'cemü'l-kebîr*. 25 Cilt. Kahire: Mektebetü İbn Teymiye, 2. Basım, ts.

Tayâlisî, Ebû Dâvûd Süleymân b. Dâvûd b. el-Cârûd. *el-Müsned*. 4 Cilt. Mısır: Dâru Hicr, 1419/1999.

Tirmizî, Ebû İsâ Muhammed b. İsâ b. Sevrâ b. Mûsâ b. Dahhâk. *es-Sünen*. 5 Cilt. Mısır: Mektebetü ve Matbaatü Mustafa el-Bâbî el-Halebî, 1395/1975.

Topaloğlu, Bekir. "Tövbe". *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi*. 41/279-283. İstanbul: TDV Yayınları, 2012.

Uludağ, Süleyman. "Takvâ". *Türkiye Diyanet Vakfı İslâm Ansiklopedisi*. 39/484-486. İstanbul: TDV Yayınları, 2010.

Yapıcı, Asım. *İslâm'da Tövbe ve Dinî Yaşayıştaki Rolü*. İstanbul: Beyan Yayınları, 1997.

Zemahşerî, Ebül-Kâsım Mahmud b. Amr b. Ahmed. *el-Keşşâf*. 4 Cilt. Beyrut: Dârü'l-Kütübî'l-Arabî, 1407/1986.